

第29回県民のための健康管理講座

主催： 一般財団法人桐仁会、笠間市

平成29年12月3日（日）13：00～ 場所：笠間市立笠間公民館



糖尿病、甘く見ていませんか？

筑波大学附属病院
内分泌代謝・糖尿病内科 病院教授 **鈴木浩明**先生



糖尿病を予防する食習慣

筑波大学附属病院 病態栄養部
副部長 管理栄養士 **岩部博子**先生



運動は糖尿病に効く

～血糖値だけでない運動の効果～

筑波大学附属病院
リハビリテーション部 理学療法士 **鈴木康裕**先生

皆さまのご来場、
ありがとうございました！

当日は久々の晴天の中、288名の方々にご参加いただいた健康管理講座となりました。皆様、開場前からお集まりいただき、講演中も熱心にメモを取られておりました。最後の質疑応答まで席を立つ方もなく、皆様の熱意を感じられた講座となりました。今回の講座が少しでも皆様の健康的な生活に生かしていただければ幸いです。これからも、皆様からいただいたご意見を参考により良い講座づくりを心掛けていきたいと考えております。（桐仁会スタッフ）

参加者さまの声（アンケート一部抜粋）

- 日々の健康管理の重要性を実感しました。
- わかりやすい資料を用意していただいたので、大変良かったです。
- 今回のような講座を定期的にぜひやってもらいたいです。
- 親切で丁寧な説明でわかりやすかったです。
- スタッフの対応も親切でとても良かったです。



当日の様子