

報道記者発表資料 朝来市	提出日	令和5年11月9日	
	問合せ先	担当部署：健康福祉部 ふくし相談支援課 健幸づくり推進課	
		電話：079-672-6125（ふくし相談支援課） 079-672-5269（健幸づくり推進課）	
	担当者	担当：健幸づくり推進課	吉原 都
ふくし相談支援課		山田 明日香	
件名	「健康フォーラム2023 in あさご」を開催します		
<p>今年の健康フォーラムのテーマは「糖尿病」です。いま全国的に、糖尿病予備軍や糖尿病の人が年々増加しています。</p> <p>糖尿病は、目立った症状がない期間が長く、気付いた時には重症化していることが多い病気です。また生活習慣を見直すことが予防につながる病気でもあります。</p> <p>今回は糖尿病の専門医から血糖値との付き合い方についての講演と理学療法士の先生から人生100年時代を見据えた運動の紹介をして頂きます。</p>			
<p>1 日時 12月17日（日） 13:30～15:30</p> <p>2 場所 あさご・ささゆりホール</p> <p>3 料金 無料</p> <p>4 定員 200人（当日受付）</p> <p>5 内容</p> <p style="padding-left: 20px;">講演① 『専門家に聞こう！気になる血糖値との付き合い方 ～40代から取り組もう！人生100年時代への備え～』</p> <p style="padding-left: 20px;">講演② 『人生100年時代を目指した体づくり』</p> <p>6 講師 公立八鹿病院 内科（糖尿病専門医）藤澤 武 医師 但馬長寿の郷 地域ケア課長 小森 昌彦 理学療法士</p> <p>7 主催 朝来市</p> <p>8 後援 朝来市医師会・南但歯科医師会</p> <p>9 参加費 無料</p> <p>10 定員 200人</p> <p>11 対象 一般市民</p> <p>12 お問い合わせ先 朝来市 健幸づくり推進課 電話 079-672-5269 ふくし相談支援課 電話 079-672-6125</p> <p>13 添付資料 実施要領、講演会チラシ</p>			

専門家に
聞こう!

気になる

血糖値との付き合い方

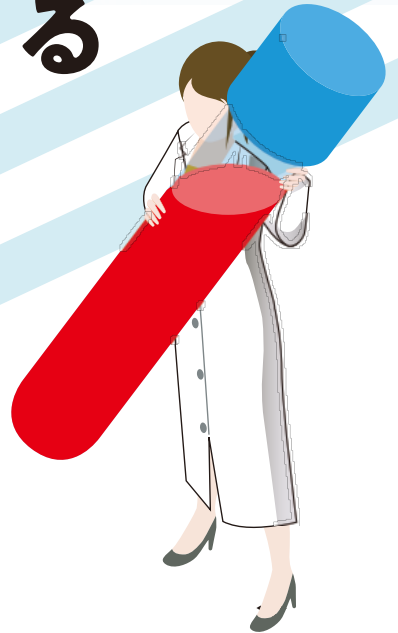
40代から取り組もう! 人生100年時代への備え

今年のテーマは「糖尿病を知る」です。いま全国的に、糖尿病予備軍や糖尿病の人が年々増加しています。

糖尿病は目立った症状がない期間が長く、気付いた時には重症化していることが多い病気ですが、生活習慣を見直すことで予防や重症化を防ぐことができます。

今回は糖尿病の専門医から、皆さんが気になる血糖値の考え方、付き合い方などについてお話をさせていただきます。また、但馬をよく知る理学療法士からは「人生100年時代を目指した体づくり」についてお話や運動の紹介をしていただきます。

糖尿病を知り、怖がらずに血糖値と付き合い合うコツを学びませんか?



参加料:無料
定員:200人

令和5年
日時 **12月17日** (日)
13時30分~15時30分 (13時開場)

場所 **あさご・ささゆりホール** (朝来市新井73番地1)

駐車場 **ホール周辺** ※できるだけ乗り合わせてお越しください。
※あさご森の図書館、ふれあいプールくじらへの駐車はご遠慮ください。



講演
公立八鹿病院 糖尿病・内分泌内科
医師

藤澤 武氏



ミニ
講座
但馬長寿の郷 地域ケア課長
理学療法士

小森 昌彦氏

手話通訳・要約筆記あります。 補聴器 (Tモード対応) で明瞭に聞こえるヒアリング (磁気) ループ席あります。

■主催/朝来市 ■後援/朝来市医師会、南但歯科医師会

■お問い合わせ/朝来市役所 健康づくり推進課 ☎079-672-5269/ふくし相談支援課 ☎079-672-6125