

第3回

健康

平和台病院 まつり

テーマ 血管を守ろう!

日時 令和7年
11/15 土
14:00~16:00

場所 平和台病院
西館1F 待合室フロア
東館1F 講義室

参加
無料

市民公開講座

時間:14:30~15:30 場所:東館 1F 講義室
座長:平和台病院 糖尿病専門医・指導医 松下 隆司

14:30~14:45 ①「よく噛むことが健康を作る～お口と糖尿病の深い関係～」

土田歯科医院 歯科衛生士 宮崎地域糖尿病療養指導士 小川 祐佳

14:45~15:00 ②「運動で血管は若返る?!

～NO 運動で未来の自分をもっと明るくしませんか?～」

平和台病院 看護師 健康運動指導士 日本糖尿病療養指導士 宮崎地域糖尿病療養指導士 海野 陽子

15:00~15:30 ③「STAY YOUNG～若さを保つ生活術～」

公益社団 宮崎県健康づくり協会 健康推進部次長 糖尿病専門医・指導医 谷口 尚大郎

体験コーナー

14:00~16:00

① 血管年齢測定



② 血糖測定・血圧測定



③ 持続血糖測定器体験

(先着10名様)



会場展示 はまゆう会の紹介

相談コーナー

14:00~16:00



① 歯の相談

歯と糖尿病の関係は?

歯周病って怖いのか?

② 医療相談

糖尿病予備軍って言われて気になる

糖尿病の治療を中断している...

③ 栄養相談

どんなものを食べると健康にいいの?

どれくらい食べていいの?

④ 療養相談

体重が気になる...

どんな運動が効果的?



医療法人社団
紘和会
〒880-0034 宮崎県宮崎市矢の先町 150-1

平和台病院

☎0985-24-2605

荒天の場合は
中止する可能性があります。

※詳細は
ホームページをご覧ください

