

令和7年度

健康アップ講座

2回1コース

先着 **40** 名

対象
市民の方

基礎知識と食事についてセットで学ぶ講座です。

今回のテーマは

高血糖・糖尿病予防

第1回

9月25日(木)
13:30~15:00



医師による講話

教えてドクター！ 糖尿病予防のポイント

講師 本町福島クリニック
稲葉医師

会場 加須保健センター
📍 加須市諏訪1-3-6

費用 無料

持ち物

- ・ 筆記用具
- ・ 健康手帳
- ・ 健診結果（お持ちの方）

第2回

10月8日(水)
10:00~12:00

いきいき健幸クッキング（講話&試食）

血糖コントロールの 食事のポイント



講師 管理栄養士

会場 加須保健センター
📍 加須市諏訪1-3-6

費用 試食代100円

持ち物

- ・ 試食代100円
- ・ 飲み物
- ・ 筆記用具
- ・ 健康手帳（お持ちの方）

*全ての日程の参加が難しい場合は、申込み時にお申し出ください。

申込み

8月21日(木)~

加須市いきいき健康医療課（加須保健センター内）

📞 0480-62-1311