

自分に合った健康づくりが見つかる

参加費  
無料

# 病態別教室



各教室で1回のみ受講可

場所 保健センター

定員 毎回15名

持ち物 筆記用具、健診結果（あれば）

時間 10:00～11:30

すべての教室で栄養士考案の  
オススメ料理の試食があります🍴

## 血圧手帳を賢く使いこなそう！

対象者 血圧130/85mmHg以上の方、  
血圧の値が気になる方

令和7年10月28日(火)  
令和8年2月27日(金)

## 血糖のからくり大解剖！

対象者 血糖値100mg/dl、  
HbA1c5.6%以上の方、  
血糖の値が気になる方

令和7年11月18日(火)  
令和8年2月13日(金)

## 健康長寿のカギは腎臓にあり！

対象者 eGFR60未満の方、  
尿蛋白・尿潜血（±）以上の方、  
腎臓の値が気になる方

令和7年11月26日(水)  
令和8年2月24日(火)

申し込みは下記二次元コードまたはお電話で

多治見市保健センター  
健康づくりグループ

☎23-5960

申込フォーム

