

生活習慣病 予防教室

参加者
募集!!



日の出町イメージキャラクター
「ひのでちゃん」

～糖尿病予防・健診結果の見方～

日時：令和7年12月3日（水）
9:30 ～ 12:00

場所：保健センター 2階

対象者：おおむね40歳以上の住民

定員：20名（予約制）
※申込多数の場合は抽選となります

参加費：無料

内容：健康学習（糖尿病、健診結果の見方）
管理栄養士による講話・レシピ紹介・試食
歯科衛生士によるお口の健康講話
運動指導員による運動の実践

持ち物：健診結果（お持ちの方）、筆記用具
動きやすい服装、水分
ひのでちゃんポイントカード（50P）

健康診査を受けたあと、
結果をもらって
そのままになっていませんか？
健診結果の見方がわかることで、
今の自分自身の健康状態の
把握につながります。
今回は糖尿病について学習し、
日常生活を見直してみましよう。



【申込み・問い合わせ】

お申し込みはこちらから ⇒
※11月17日（月）まで



<https://logoform.jp/f/NumYv>

電話：042-588-5426（日の出町保健センター）
または、日の出町保健センター窓口へ直接お申込みください。

