

〈対象〉
藤沢市
在住・在勤

…予備群と言われたあなたへ…

糖尿病 発症予防教室 開講!



ふじきゅん

時間 10時～12時

場所 藤沢市保健所 2階

全2回

参加費
無料

初日 9月7日(月)

最終 12月7日(月)

10月中にスタッフから
応援のお声かけ

専門職が
サポートします♪

対象者

空腹時血糖値

- 100mg/dl以上
126mg/dl未満

または

HbA1c

- 5.6%以上
6.5%未満

※糖尿病薬内服中の方、
特定保健指導対象の方は
対象外となります。

申し込む

受付開始

8月17日(月)～

☎0466-
88-7311

先着 15人

参加する

食事・運動の目標設定

3か月で

データ改善を目指す!

食生活の講話・運動実践の方法
などをお伝えします。

★参加者特典★

初日・最終日
体組成・
血糖測定



申込み・問合せ

公益財団法人藤沢市保健医療財団 保健事業課

〒251-0861 藤沢市大庭5527-1 藤沢市保健医療センター3階

TEL :0466-88-7311

FAX :0466-86-6065

Mail :tokuhoshido@fhmc.or.jp

(氏名・電話番号・講座名をご記載ください)

メール申込み
フォーマット

