



ふじきゅんの

糖尿病予備群と  
言われたあなたへ

！こんな教室！

食事や運動など毎日の生活で  
気をつけるポイントを学び  
3カ月間 実践していきます

# 糖尿病の発症を 予防する教室



**特典** 初日・最終日に 血糖測定 を実施

初日・最終日 会場：藤沢市保健所 2階 / 時間：10時～12時

対象 藤沢市在住・在勤で以下の血糖値またはHbA1cに該当する方

- 空腹時血糖値 100mg/dl以上、126mg/dl未満
  - 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です

定員 **15人** (先着順) 参加費 **無料**  
※初めての方を優先します



申込開始日 **8月31日(木)**

**申込み・問合せ** ◎お申込みの際、血糖検査値等をお手元にご用意ください◎

藤沢市保健医療センター 〈〒251-0861 藤沢市大庭5527-1〉

公益財団法人藤沢市保健医療財団 保健事業課

FAX : 0466-86-6065

Mail : [ho-shien@fhmc.or.jp](mailto:ho-shien@fhmc.or.jp)

(氏名・電話番号をご記載ください)

電話 **0466-88-7311** (受付9:00～17:00)

メールアドレス

