

生活習慣病との付き合い方

～健やかに暮らすための知恵～

高血圧や糖尿病、脂質異常症などの生活習慣病は、毎日の食事や運動、生活の積み重ねと深くかかわっています。自覚症状が少ないまま進行することも多く、気づかないうちに、心疾患や脳血管疾患などの大きな病気につながる可能性があります。しかし、生活習慣を見直すことで、予防や重症化の防止が期待できるのも、大きな特徴です。

本講演では、生活習慣病との付き合い方をテーマに、健やかに暮らすための知恵を分かりやすくお伝えいたします。

講師

福岡大学病院 救急治療センター助教

おくつ しょうた
奥津 翔太 氏



日時

R8年11月17日(火) 14:00～15:30
(受付13:30～)

場所

舞鶴庁舎 2階 大研修室 (福岡市中央区舞鶴1-4-13)

対象

福岡市にお住まいの方

費用

無料

定員

先着50名

申込

申込期間：10/15(木)～11/10(火)

【健康ブース設置】

(ご協力：日本調剤株式会社)

- ・血管年齢測定
- ・体組成測定 を体験できます♪

講演の前後で体験可能です。
13:30～14:00、15:30～16:00

▼申込方法：期間内に電話、裏面のFAX用紙またはホームページでお申し込みください。

▼申込先：下記のお問い合わせ先へ。

ホームページからの予約は
右のコードから申請できます。



【お問い合わせ】 中央区保健福祉センター 地域保健福祉課
TEL：092-718-1111 FAX：092-734-1690

悪天候の場合は、イベントが中止・延期となる場合がございます。



中央区保健福祉センター地域保健福祉課
FAX: 092-734-1690 地域保健福祉係 行

令和8年11月17日(火) 14:00～15:30
中央区健康づくりセミナー

「生活習慣病との付き合い方
～健やかに暮らすための知恵～」

講演申込書（FAX送信票）

★枠内に必要事項をご記入下さい。

ふりがな	電話番号
名前	年齢（○をつけてください） ～40歳代 ・ 50歳代 ・ 60歳代 70歳代～
居住区 中央区 ・ 東区 ・ 早良区 ・ 南区 ・ 西区 城南区 ・ 博多区	
どのようにこの催しを知りましたか。該当する部分に○をお願いします。 1. 市政だより 2. ちらし 3. 市のホームページ 4. 友人・知人からの紹介 5. その他（ ）	