



# 健康デー DAY



# 糖尿病を知るう

参加無料 申込不要 出入り自由

## ～今日からできる予防と対策～

# 11/11(土) 12:00 ~ 16:00

15:30 最終受付



会場 川崎商工会議所2F会議室 川崎市川崎区駅前本町11-2 川崎フロンティアビル

# 11/14 は 世界糖尿病デー

糖尿病を学べるスペシャルイベント！当日は川崎幸クリニックの糖尿病チームや薬剤師たちが糖尿病について詳しく解説！そのほか運動や測定など、役立つ内容が盛りだくさんです！  
心臓や脳の病気にもつながり、国民病とも言われる糖尿病を学んで健康に過ごしましょう！



world diabetes day  
14 November

### 特別講演

#### ● グアバ茶による食後血糖値抑制

神奈川東部ヤクルト販売(株)  
理学博士 吉川 聡  
糖尿病対策の1つとしてお役立てください。

#### ● 糖尿病ってなんだ??

ひまわり調剤薬局(株)  
薬剤師 鈴木 猛弘  
糖尿病のお薬についてわかりやすく解説します。

さいわい糖尿病デー presents

#### ● Dr.森上の糖尿病予防講座



川崎幸クリニック  
糖尿病内科医師 森上 善史  
現代の国民病といわれる糖尿病について、専門医が予防法や治療法を詳しく解説します。

### 運動

#### ● ポールウォーク



(株)ヤクルト本社  
いま人気のポールウォーク。ポールを使った新しいウォーキングにチャレンジしてみませんか？

#### ● ほほえみ元気体操



川崎区役所  
楽しく体を動かすことができる体操です。ぜひ体験してみてください。

### 展示・測定

#### ● Dr.安島に聞いてみよう！相談コーナー

#### ● 血糖自己測定

#### ● 実物展示！～1日の食物繊維不足量ってどのくらい？～

#### ● 患者による活動報告 川崎幸クリニック

#### ● ベジメーター 野菜量測定 ひまわり調剤薬局(株)

#### ● 商品サンプリング 神奈川東部ヤクルト販売(株)

#### ● ちけあ丸開運おみくじ パンフレット配布 川崎区役所

当日のタイムスケジュールは裏面をご覧ください

time schedule

# タイムスケジュール



## 1 講演ブース 2 運動ブース 3 展示・測定ブース

**13:00～13:10**  
**グアバ茶による食後血糖値抑制**  
 神奈川県ヤクルト販売(株) 理学博士 吉川 聡

**13:10～13:40**  
**糖尿病ってなんだ??**  
 ひまわり調剤薬局(株) 薬剤師 鈴木 猛弘

**14:15～15:00**  
 さいわい糖尿病デー presents  
**Dr.森上の糖尿病予防講座**  
 川崎幸クリニック 糖尿病内科医師 森上 善史



**12:20～12:40**  
**ほほえみ元気体操**  
 川崎区役所

**12:40～14:30**  
**ポールウォーク**  
 <1回30分 20組>  
 (株)ヤクルト本社

※混雑状況によっては別の時間帯にご案内させていただきます可能性が  
あります

**14:30～14:50**  
**ほほえみ元気体操**  
 川崎区役所

**14:50～16:00**  
**ポールウォーク**  
 <1回30分 20組>  
 (株)ヤクルト本社

**12:00～16:00**  
**Dr.安島に聞いてみよう!**  
**相談コーナー (13:30～)**  
 川崎幸クリニック

**血糖自己測定 (13:30～)**  
 ※ご自身で採血専用の穿刺器具で指先から血液を採取いただき、血糖値を測定します  
 川崎幸クリニック

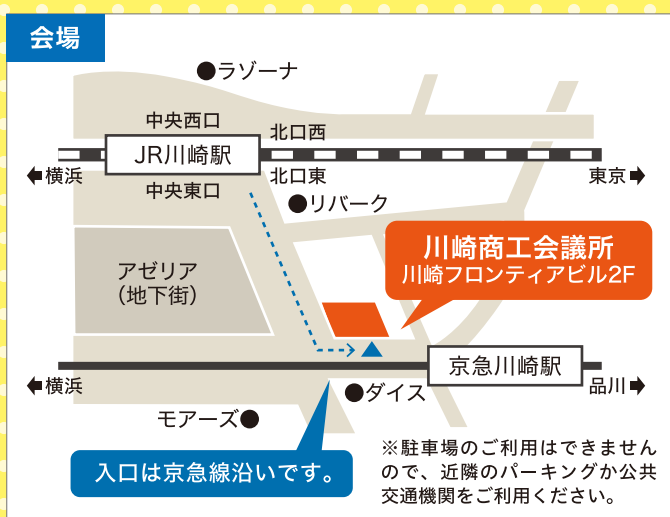
**実物展示! ~1日の食物繊維不足量ってどのくらい?~**  
 川崎幸クリニック

**患者による活動報告**  
 コスモス友の会  
 (川崎幸クリニック糖尿病患者会)

**ベジメーター野菜量測定**  
 ひまわり調剤薬局(株)

**商品サンプリング**  
 神奈川県ヤクルト販売(株)

**ちけあ丸開運おみくじ**  
**パンフレット配布**  
 ・認知症チェックシート  
 ・歯周病と糖尿病について  
 ・地域包括支援センターご案内  
 川崎区役所



**川崎おとな塾とは?**

川崎おとな塾は、川崎市のみなさんに、健康について楽しく体験したり、学んでいただくための健康サポートプロジェクトです。詳細はWEBサイトをご覧ください。

**問い合わせ**

川崎おとな塾事務局 (神奈川県ヤクルト販売内)

**0120-8960-39** (土日祝日を除く9時～16時)

