

午前の部

名医に聞く



関根 信夫氏
JCHO東京新宿
メディカルセンター
院長

糖尿病予防の秘訣

講演会11:00~12:30

午後の部

意外と知らない!?

糖尿病を予防する食生活

橋本 泰子氏
東京女子医科大学病院
管理栄養士
糖尿病療養指導士

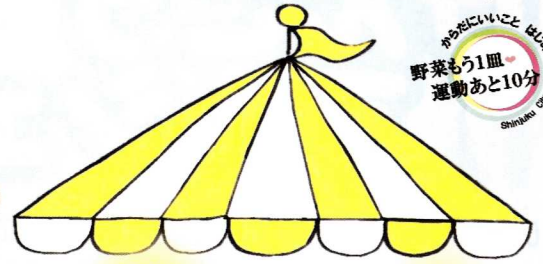
講演会13:30~15:00

10月10日より予約開始
予約制・各先着80名

お申込み先 TEL03-3200-1026 FAX03-3200-1027

新宿区 SHINJUKU CITY

平成29年度 糖尿病予防啓発イベント



からだにいいこと はじめよう
野菜もう1皿
運動あと10分
Shinjuku City

野菜計量
ゲーム

豆つまみ
ゲーム

(13:00~16:00)

スーパー
ボール
すくい

しゃてき
射的

吹き矢

(10:00~12:00)



あそべる!



無料

けんこうマルシェ

11月11日(土) 10:00~16:00

会場 東新宿保健センター



もらえる! かんたん!

無料

すべて

血压

肺年齢

(午前は10:00~、
午後は14:00~各100名限定)

体組成計

(筋肉量・脂肪量など)

かむ力
測定

健康相談

(時間は裏面参照)

血管
年齢

ひきたつ香り
豊かなココ

無料

コーヒー

無料 サクサク!

ポップ
コーン

とれたて新鮮!

野菜
即売会

出張
スワン

ベーカリー

(お昼頃の販売)

協賛企業コーナー

無料 サンプル配布

※先着順のため数
に限りがあります。

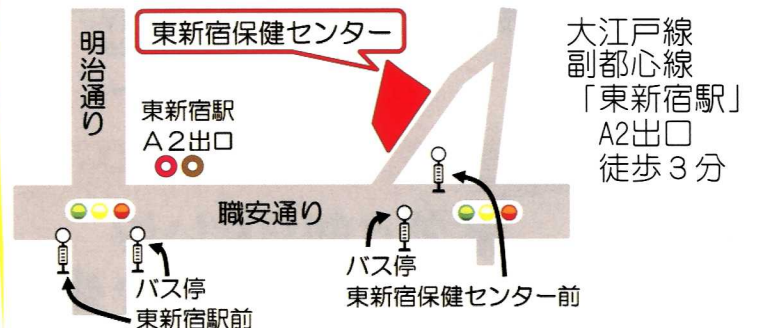
お願い 駐車場はありません。駐輪場台数にも限りがあります。公共交通機関をご利用ください。

お問合せ 東新宿保健センター TEL 03-3200-1026 FAX 03-3200-1027

けんこうマルシェ

けんこうマルシェは、講演だけでなく参加される皆様を楽しみながらそれぞれの健康に関心を持ち、健康づくりのきっかけを作ることをお手伝いします。このイベントを通して、保健センターを身近に感じていただき、保健センターを皆様の健康づくりにお役立てください。

会場 東新宿保健センター
新宿区新宿7-26-4
TEL 03-3200-1026
FAX 03-3200-1027



* 駐車場はありません。また、駐輪場は数に限りがあります。公共の交通機関をご利用ください。

午前の部

11:00~12:30

名医に聞く

糖尿病予防の秘訣

医師 関根 信夫 氏
JCHO東京新宿メディカルセンター
院長

一人ひとりが治療に向き合えるよう、患者さんのライフスタイルを尊重した医療を実践する日本糖尿病学会の専門医。名医がお伝えする糖尿病予防の秘訣をこの機会に是非お聞きください。

予約制

午前・午後の部 それぞれ先着**80**名

お申込み

東新宿保健センターへ、電話またはFAXでお申込み

予約受付

10月10日(火)より開始

午後の部

13:30~15:00

意外と知らない!?

糖尿病を予防する食生活

管理栄養士 橋本 泰子 氏
東京女子医科大学病院
糖尿病療養指導士

糖尿病の予防は、食生活の管理が第一です。食事のとり方や食品の選び方など、糖尿病が気になる方のためになるお話です。
糖尿病になりにくい食生活を見直せます。

協力団体・企業

(順不同・敬称略)

新宿区医師会 マルコメ(株)
新宿区歯科医師会 (株)伊藤園
新宿区薬剤師会 伊那食品工業(株)
食育ボランティア (株)H+Bライフサイエンス
社会福祉 こだわり商店
協議会 スワンベーカリー

健康相談

歯科医師 11:30~13:30
(新宿区歯科医師会)

薬剤師 11:30~13:30
(新宿区薬剤師会)

栄養士・歯科衛生士・保健師
(東新宿保健センター)
10:00~16:00