

# 糖尿病発症予防・重症化予防を 知る、考える

香川県は全国的に見ても、糖尿病受療率・死亡率が高いことをご存じでしょうか。

糖尿病を予防するため、また重症化を予防するための正しい知識を学び、健康寿命の延伸を目指します。

午後1時00分～午後1時45分

## 01 ベジチェック・血圧測定・栄養相談

普段の食生活、野菜・減塩を意識できていますか？ベジチェックとは、センサーに手のひらを当てることで、野菜摂取の充足度が表示されます。（表示値はあくまで目安です。）この機会にぜひチェックしてみてください。

午後2時00分～午後3時00分

## 02 糖尿病発症、重症化の予防

～あなたは最後の10年間をどのように過ごしたいですか？～

香川大学医学部内分泌代謝・先端医療・臨床検査医学  
教授 村尾 孝児 氏

午後3時10分～午後4時10分

## 03 健康寿命延伸のために運動・身体活動ができること

～そうか なるほど 運動を始める 続けるコツ～

四国学院大学社会学部 教授 片山 昭彦 氏

講演内容等変更になる可能性があります。ご了承ください。  
(公社)香川県栄養士会HP⇒



開催日時

10/8 日  
午後1:00～午後4:10

開催概要

会場：レクザムホール（香川県県民ホール）  
小ホール棟4階大会議室  
★オンデマンド配信も実施します。  
お申込み方法等詳細は裏面をご確認ください。  
主催 香川県  
受託事業者 公益社団法人香川県栄養士会

## ▲▲▲お問い合わせ・お申し込み先▲▲▲

公益社団法人 香川県栄養士会事務局

TEL : 087 (811) 2858

FAX : 087 (811) 2859

E-mail : [k-eiyo@ac.auone-net.jp](mailto:k-eiyo@ac.auone-net.jp)

講演に参加を希望される方は、下記申込書に必要事項を記入いただき、(公社)香川県栄養士会まで FAX 又はメールで、お申し込みください。参加申込書様式は当会 HP からダウンロードできます。なお、**オンデマンド配信での受講を希望される方は可能な限り、メールでのお申し込み**をお願いいたします。

※片山昭彦先生の運動の講演では、簡単な実技の時間もあります。動きやすい服装でお越しください。

### ◆オンデマンド配信で受講を希望される方へ

配信期間 令和5年10月22日(日)～11月5日(日)

視聴 URL と資料ダウンロード用の URL を送付します。参加申込書連絡先の E-mail 欄に、栄養士会からのメールを受信できるアドレスをご記入ください。また、**受講後はアンケートのご協力もお願いします。**

配信は、当日の講演を録画し編集したものになります。撮影環境によって映像や音声に乱れがあることもございます。ご了承ください。また受講料は無料ですが、通信料が発生する場合はご本人様の自己負担になります。データ通信量が多いため、Wi-Fi がある環境での視聴をおすすめします。録画・録音は固く禁止します。

### 参加申込書

氏名							
住所(市町名のみ)							
受講希望 *希望形式に○	会場	・	オンデマンド配信				
年代 *いずれかに○	20歳未満	・	20歳~39歳	・	40歳~59歳	・	60歳以上
連絡先	TEL						
	E-mail						

**申し込み締め切り 9月25日(月)**

---

---