

# 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