

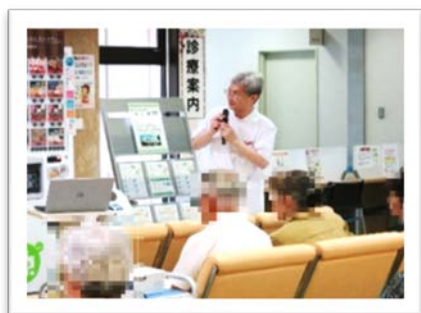
糖尿病センター活動報告

●市民講座のご紹介

糖尿病センターでは毎年、地域の方々を対象に市民講座を開催しています。今年アミュゼ柏と当院で開催し、各回ともテーマに沿った講演のほか、体操や健康相談など実際に体験できるコーナーも設けました。

「身につけよう！長寿社会を生きる知恵」 2018年7月21日 開催場所：柏市立柏病院

最近話題の「健康長寿」について取り上げ、元気で100歳を迎えるためのヒントや生活習慣についてお話ししました。実際に体験できるコーナーでは、加齢性黄斑変性のチェック、ロコモ予防体操「かしわロコトレ」を紹介しました。



「見過ごさないで！高血圧」 2018年11月12日 開催場所：アミュゼ柏

誰もが気になる「高血圧」について取り上げ、高血圧を予防するための生活習慣に関するポイントについてお話ししました。実際に体験できるコーナーでは、身体組成測定や血管いきいき度チェックを行いました。

今回は「かしわに」が応援に来てくれました！

