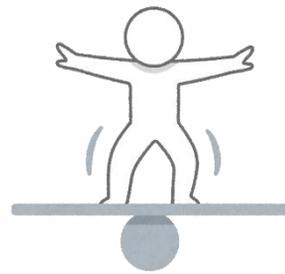


血糖値が高めの方・糖尿病が心配な方のための

血糖バランスの達人講座



のご案内

対象 20歳以上74歳以下の市民

(糖尿病治療中の方はご相談ください)

内容 ・血糖測定

・血糖バランスの食事の話

・血糖値に効く運動

定員 20名 (先着順)

会場 富士市フィランセ西館4階 大ホール

参加費 無料

日程	時間	申し込み開始と締め切り
6月26日 (金)	9:30~11:30	5月18日 (月) ~ 6月19日 (金)
10月5日 (月)	13:30~15:30	9月14日 (月) ~ 9月28日 (月)
12月5日 (土)	13:30~15:30	11月16日 (月) ~ 11月30日 (月)
2027年3月3日 (水)	9:30~11:30	2027年2月15日 (月) ~ 2月26日 (金)

※血糖測定を行いますので、開始時間15分前にはお越しく下さい。

◎参加方法

その1 電話で申し込む

健康政策課 健診担当 電話 0545-64-8992
(平日8:30~17:15)

その2 電子申請で申し込む



持ち物を準備し、会場に行く

健診結果・筆記用具・水分・おくすり手帳 (持っている人)
情報提供 (必要な人)