

見て聞いて 測って  
からだ丸ごとチェック!  
健康フェスタ

参加  
無料

いろいろなコーナーに  
参加して

プレゼントを  
もらおう!

10:00 ~ 15:00

11月3日(土・祝) 茅ヶ崎市役所本庁舎1階市民ふれあいプラザ  
ご来場の際は公共交通機関をご利用ください

講演会

測定コーナー

当日会場で  
整理券配布

いろいろなテーマで糖尿病と健康について学ぼう!

	時間	テーマ	講師
①	10:30~ 11:00	歯科医師に聞く 生活習慣病と歯周病	海老原歯科 院長 海老原 敬
②	11:00~ 11:30	専門医に聞く 糖尿病の最前線	茅ヶ崎市立病院代謝内分泌内科 医長 王城 人志
③	11:30~ 11:50	けんこう お口の健口体操	はちまるにいまる 8020運動推進員
④	12:15~ 13:15	糖尿病ワンポイント講座 ○食後高血糖って何? ○糖尿病と腸内細菌 ○糖尿病と温泉療法	日本調剤(株)藤沢薬局 管理栄養士 北村 美鈴 (株)ヤクルト本社 農学博士 狩野 光芳 江の島アイランドSPA 企画営業部 山崎 雅彦
⑤	13:30~ 14:00	歯科医師に聞く 生活習慣病と歯周病	海老原歯科 院長 海老原 敬
⑥	14:00~ 14:30	専門医に聞く 糖尿病の最前線	茅ヶ崎市立病院代謝内分泌内科 医長 王城 人志

①と⑤、②と⑥は同じ内容です

血管年齢測定

指をセンサーに乗せるだけで  
カンタンに測定できます!

血糖値測定

空腹時でも飲食後でも測定できます!  
家庭でも血糖値チェックができる簡単な  
器械を使って、すぐに結果がわかります

歯周病検査

歯周病と糖尿病には深い関わりがあります!  
歯科医師による簡単なだ液の検査で  
歯周病のチェックができます

健康相談

医師・歯科医師・栄養士・  
保健師等の専門スタッフによる  
個別相談ができます



展示&クイズ

健康や糖尿病予防に関する資料や  
ポスターを展示します  
クイズに挑戦してプレゼントをGET!

栄養コーナー

実際に市立病院で出している  
食事の展示、飲み物の糖分  
チェックをしてみよう!

未病コーナー

タブレットを使って心の元気度&  
疲労・ストレスチェックをしてみよう!  
未病について学び・体験できます

運動コーナー

理学療法士が教える、自宅できる  
簡単ストレッチ&筋カトレーニングを  
体験しよう!

フットケアコーナー

なぜ足のケアが大事なの?  
自分でできる足のお手入れ方法に  
ついて説明します

企業コーナー

江の島アイランドSPA

温泉の健康効果を知ろう!温泉利用型  
健康増進施設「えのすば」の紹介。オリジ  
ナル入浴剤もプレゼント!



日本調剤

指をセンサーに乗せるだけで  
あなたの生活習慣の成績を  
チェック!体組成計で筋肉  
バランスを測定してみよう!



ヤクルト

糖尿病に関する展示パネルから  
答えを探そう!  
クイズに答えてプレゼントをGET!