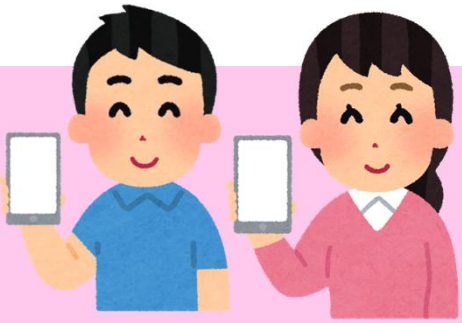
リアルタイムで血糖確認！



血糖値コントロール教室

in 須賀川市保健センター

先着
20名

【1回目】
11月21日（土）
・血糖測定器装着
・アプリインストール
・講話「血糖変動を知る」

【2回目】
11月28日（土）
・血糖トレンド（推移） の確認
・講話「血糖と食事の関係」

【3回目】
12月12日（土）
・結果の説明
・生活改善の確認

〈受付時間〉9時30分 〈開催時間〉10時～12時
＊全3回の教室です。

対象者（以下のすべてに該当する方）

- ◆ 35歳から64歳までの糖尿病の治療をしていない方
- ◆ 健診結果で血糖値が気になる方や自分の血糖変化に興味がある方
- ◆ スマートフォンを日常的に使用していて、アプリをインストール可能な方
- ◆ 全3回の教室に参加できる方

血糖値の確認方法は？

腕に血糖測定専用の機器（リブレ）を２週間装着し、２４時間血糖の変動をご自身のスマートフォンでリアルタイムにチェックすることができます。

【問合せ先】須賀川市健康推進課　☎88−8123
【協力機関】公立大学法人福島県立医科大学 健康増進センター

申込みは
こちらから