

生活習慣を科学的に見直そう

知っていたようで知らなかった糖尿病についての深い話。適切な食事や運動、健康寿命を意識した糖尿病の予防や治療の実践について勉強しましょう！

普段聴けない話
しちゃいます。



第22回 糖尿病予防講演会

参加ご希望の方は、必ず裏面の注意点もご確認ください。

日時 2023年 **9/2** 土 14:00~17:25

会場 **武蔵野公会堂・ホール**
〒180-0003 東京都武蔵野市吉祥寺南町1-6-22
JR中央線・井の頭線「吉祥寺駅」下車徒歩2分
〈入場無料〉定員350名

参加対象 糖尿病の方とご家族、糖尿病予備軍の方、介護、医療関係従事者の方など
糖尿病について、知識を付けたい方ならどなたでも

予約不要

糖尿病の予防のためには生活習慣の改善が重要であることは言うまでもありません。ただ、生活習慣の改善と言っても、なぜ必要なか、具体的に何をどうすればよいのか、その理解や実践がなかなか難しい面もあります。今回の予防講演会では、「生活習慣を科学的に見直そう」というテーマで、生活の基本である食事・睡眠・運動を科学的データに基づいた視点で改めて見直して、糖尿病を含めた生活習慣病の予防や治療の実践につながるよう、いっしょに学びたいと思います。



第22回 プログラム

開会の辞 14:00 一般社団法人臨床糖尿病支援ネットワーク 代表理事 近藤 琢磨 先生
東京都糖尿病協会 会長 渥美 義仁 先生

講演 1 14:10 「糖尿病にならない、悪くさせない食事術」
【演者】東京医科大学八王子医療センター 栄養管理科 深谷 祥子 先生

講演 2 15:05 「睡眠と生活習慣病を科学する」
【演者】野村病院予防医学センター 小川 和雅 先生

16:00 休憩(10分)

講演 3 16:10 「糖尿病の予防と治療と身体活動」
【演者】順天堂大学大学院 代謝内分科学・スポーツロジセンター 教授 田村 好史 先生

閉会の辞 17:20 一般社団法人臨床糖尿病支援ネットワーク 業務執行理事 松下 隆哉 先生

実行委員長／総司会 一般社団法人臨床糖尿病支援ネットワーク 業務執行理事 杉山 徹 先生

講演会ホームページ

www.tounyou-yobou.net

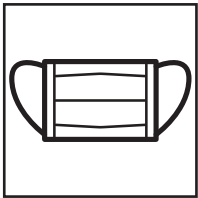
事務局／一般社団法人 臨床糖尿病支援ネットワーク
〒185-0012 東京都国分寺市本町2-23-5 ラフィネ込山 NO.3-802号
TEL.042-322-7468 FAX.042-322-7478

共催／東京都糖尿病協会 ニプロ株式会社、ノボルディスクファーマ株式会社
■後援／東京都医師会、東京都糖尿病対策推進会議、武蔵野市、武蔵野市医師会、住友ファーマ株式会社

第22回「糖尿病予防講演会」ご参加のみなさまへ

来場される方へのお願い

皆様が安心してご参加いただけるよう、以下の内容をご確認の上、ご協力をお願いいたします。



マスク着用をお願い

館内ではマスクの着用をお願いします。



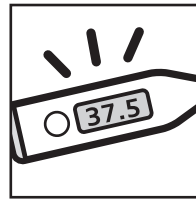
入館時の手指消毒

館内に設置されている消毒液をご利用ください。



客席での飲食について

客席での飲食は禁止されています。指定された場所以外での飲食はお控えください。



当日の健康状態

発熱がある場合は、ご参加をお控えください。



施設内禁煙

武蔵野公会堂アクセスMAP

JR中央線・井の頭線「吉祥寺駅」下車徒歩2分

