

駐車場あり 入場無料 申し込み不要

# 第2回 朝倉・うきは 糖尿病フォーラム

どなたでもご参加  
いただけます



日時 平成30年11月18日（日）  
13:00~15:00

会場 朝倉医師会病院 2階研修ホール  
朝倉市来春422-1

## テーマ：サルコペニア

加齢や疾患などにより筋肉量が減少し、筋力低下や身体機能の低下が起ること

### ★健康チェック★

- ・血糖測定
- ・血圧測定
- ・足の健康
- ・眼底写真  
(先着15名)
- ・骨密度測定  
(先着30名)

### ★運動コーナー★

- 「サルコペニア予防運動」
- ①13:20~13:30
  - ②13:40~13:50

### ★展示コーナー★

栄養・薬

### ★サルコペニアチェック★

- ・握力測定
- ・下腿周囲長測定

### ★健康相談★

医師・管理栄養士

### 寸劇（14:00~）

「あの日・・・  
あの時・・・」  
~in あさくら~

筑後糖尿病療養指導士会  
朝倉うきはブロック

### PR（14:30~）

「特定健診のすすめ」

朝倉市 健康課  
健診係 保健師  
今福 華枝

### 講演（14:35~）

「健康寿命をのばす  
その秘訣」

講師 朝倉医師会病院  
院長 山田 研太郎

主催 朝倉医師会病院、朝倉市  
協力 筑後糖尿病療養指導士会朝倉うきはブロック  
後援 朝倉医師会、浮羽医師会、朝倉歯科医師会、浮羽歯科医師会  
筑後糖尿病療養指導士会、福岡県北筑後保健福祉環境事務所  
うきは市、筑前町、東峰村

お問い合わせ 朝倉医師会病院 栄養管理科 林 電話0946-23-0077（代表）