

回 覧

令和6年10月17日

「健康フォーラム 2024 in つくば」を開催します

時下、ますますご清祥のこととお慶び申し上げます。また、日頃から市行政に対し、ご協力を賜り厚くお礼申し上げます。

さて、標記の件について、別紙のとおり「健康フォーラム 2024 in つくば」を実施いたします。つくばみらい市とつくば市が共催となり、専門医による講演、パネルディスカッションの他、検査・相談コーナーもあります。

申込は不要ですので、是非ご来場ください。

1. 日時：11月10日（日）13時～16時
2. 場所：イーアスつくば2階 イーアスホール
3. 内容：（1）専門医による講演会及びパネルディスカッション
（2）相談・検査コーナー
（血糖値測定、HbA1c測定、体組成測定、血圧測定）
※詳細は、別紙をご参照ください。

【問い合わせ先】

つくばみらい市役所

保健福祉部 健康増進課

担当：新関（内線：4504）

TEL 0297-25-2100

2024年11月10日(日)

13:30～16:00(開場13:00)

場所 イーアスつくば2階:イーアスホール

ホールA・B

第1部 講演 13:30～14:50

司会:柴原健氏(つくば市医師会副会長) / 河野元嗣氏(同)

講演①「グッドバイ メタボ」

高本偉碩氏(東京医科大学茨城医療センター 代謝・内分泌内科 准教授)

講演②「メタボ予防・改善するための食事のヒント」

清水尚子氏(筑波メディカルセンターつくば総合健診センター 管理栄養士)

講演③「メタボリックシンドロームを予防・改善するための運動のコツ」

杉田洋介氏(筑波技術大学保健科学部附属東西医学統合医療センター 講師)

報告①つくば市の健診状況について

松枝育美氏(つくば市保健部谷田部保健センター 保健師)

報告②つくばみらい市の健診状況について

谷尾美菜希氏(つくばみらい市保健福祉部健康増進課 保健師)

第2部 パネルディスカッション 15:00～15:50

テーマ「やってみよう!日常からのメタボ予防」

司会:鮎澤聡氏(筑波技術大学保健科学部附属東西医学統合医療センター センター長)

山崎勝也氏(川井クリニック院長)

パネリスト 高本偉碩氏 / 清水尚子氏 / 杉田洋介氏

ホールC

検査・相談コーナー 13:00～16:00

血糖値測定/HbA1c値測定/血圧測定/体組成測定

健康相談(保健師・管理栄養士)



お問い合わせ

つくば市医師会事務局

☎029-869-9660

(主催)一般社団法人つくば市医師会

茨城県糖尿病協会

(共催)つくば市 つくばみらい市

参加
無料

「メタボリックシンドローム」って何?
日々の食事と運動があなたを守る!〜
世界糖尿病デー
シンポジウム

