

板橋区・練馬区・豊島区・北区合同

参加費
無料

糖尿病予防デー

みんなで予防する糖尿病

～地域の多職種とともに～



令和5年

11月4日 土

板橋区立グリーンホール1階・2階 | 板橋区栄町36-1

【アクセス】東武東上線「大山」駅北口から徒歩約5分、都営三田線「板橋区役所前」駅A3出口から徒歩約5分

※駐車場はありませんので、公共交通機関をご利用ください。

講演会

【場所】板橋区立グリーンホール2階

【開場】午後1:30（講演／午後2:00～3:40）

事前申込制 | 定員200名
(10/27迄先着順)

<https://www.itb.tokyo.med.or.jp/gakkai/tonyoby/>

URLまたはQRコードから申込フォームにアクセスして、住所、氏名、年齢、電話番号、職業、メールアドレスをご入力の上送信ください。入場券のURLを記載した参加登録完了メールを自動で送信いたします。当日はその画面をお見せください。



<座長> 東京都健康長寿医療センター副院長 荒木厚

1 血糖値が高いとどうして良くないのか？

日本大学医学部附属板橋病院 糖尿病・代謝内科診療教授 渡邊 健太郎

2 糖尿病から腎臓を守ろう！

東京都健康長寿医療センター 腎臓内科・透析科部長 武井 卓

3 今日からできる糖尿病予防に繋がるトレーニング

イムスグループ 高島平中央総合病院 リハビリテーション科
理学療法士・日本糖尿病療養指導士

伊藤 信人

4 糖尿病予防、治療に役立つ食事の工夫

東京都健康長寿医療センター 栄養科科長
管理栄養士・日本糖尿病療養指導士

羽根田 千恵

5 板橋区における糖尿病の取り組み

板橋区医師会理事 野村 和至

出展

【場所】板橋区立グリーンホール1階

【時間】午後1:00～5:30

申込
不要

当日会場に
直接お越しください

無料の糖尿病や健康相談（先着順）、血糖測定、血圧測定などを実施。
各種団体より、健康グッズや景品も差し上げます。



共催

東京都区西北部糖尿病対策推進会議



板橋区医師会



練馬区、豊島区、北区、練馬区医師会、豊島区医師会、北区医師会、板橋区糖尿病対策推進会議

糖尿病予防デー

出展内容と団体

糖尿病相談・健康相談

板橋区医師会所属の医師、
板橋区医師会病院の医師が
相談に対応します。

一人15分以内。
(先着各22名)



栄養相談

東京都栄養士会の管理栄養士による栄養相談を実施します。生活習慣病の予防を中心に、食生活支援を目的として作成した冊子も差し上げます。一人15分以内。
(先着28名)



血糖測定・血圧測定

板橋区医師会訪問看護ステーションの看護師、板橋区医師会病院の看護師が行います。血糖を測ったことがない方はこの機会にぜひ。記念品も差し上げます。



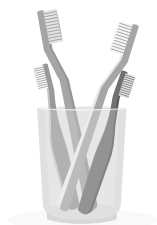
フットケア相談

日本大学医学部附属板橋病院の看護師が中心に対応します。糖尿病にとって足は神経障害や血流障害が起こりやすいところです。網膜症なども発症し気づきにくく、治療が遅れがちなので普段気を付けたほうが良いことなどご相談ください。



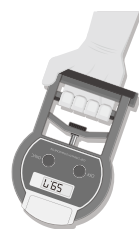
糖尿病と歯周病の関係？！

板橋区、練馬区・豊島区・北区の歯科医師会が共同で行います。糖尿病と歯周病に関するリーフレットや正しい歯みがきの仕方などをご案内。歯ブラシ(数量限定)も差し上げます。



体力測定・運動のススメ

筋力などが衰えると運動習慣が減って糖尿病などの生活習慣病になりやすいといわれています。糖尿病予防に運動は欠かせません。握力、下肢筋力のテストを行い、この機会に自分の身体を知り、運動について考えてみませんか？



インスリン注射針の捨て方の展示

板橋区薬剤師会では、インスリン製剤等の自己注射で使用された注射針の回収方法を展示します。針刺し事故をなくし、適正で安全な廃棄処理を行いましょう。



介護相談

板橋区医師会在宅医療センター療養相談室所属の看護師や社会福祉士が、介護に関するご相談をお受けします。(先着20名)
お立ち寄りいただいた方には記念品(付箋)も進呈します。



その他人形劇動画の上映など出展多数