

令和7年度
糖尿病予防教室①

血糖値と上手に付き合う暮らし方
～生活🏠と食🍽️とお口👤の健康～

日時 令和7年11月27日(木曜)9時30分から11時30分まで
※受付は午前9時から開始

場所 関保健相談所
(所在地🏠:練馬区関町東1-27-4)

講師 順天堂大学医学部附属練馬病院 糖尿病看護認定看護師
関保健相談所 歯科衛生士・管理栄養士

内容 糖尿病について・糖尿病を予防するための生活と食事、
お口の健康と糖尿病 など

持ち物 筆記用具、水分補給ができる飲み物

申込み 練馬区ホームページの専用フォーム または
電話で関保健相談所(☎03-3929-5381)へ

ホームページは**こちら**から ⇒



※2日制(1日目は講義、2日目は運動)の教室です。1日だけの参加も可能です。

※異常な高温、悪天候や自然災害等により**中止**になる場合があります。

【問合わせ】

練馬区関保健相談所 電話:03-3929-5381