

## 平成 29 年度岩手県立大学アイーナキャンパス事業 糖尿病等生活習慣病予防健康相談

### 目的

糖尿病や高血圧、脳卒中、虚血性心疾患などの生活習慣病は、自覚症状がないまま進行し、重症化して初めて気がつくこともめずらしくありません。もしも、健康診断などで早く気がつき、暮らし方を見直すことができたなら、何とか重症化しなかったのではないかと思うことがあります。そこで、以下のような相談があれば、岩手県立大学看護学部教員が相談に応じています。相談は無料です。気軽にご利用ください。

- ① 健診結果の見方が分らない
- ② 生活習慣をどう改善したら良いか知りたい
- ③ 治療中だが重症化しないよう生活を見直したい



### 日時・内容

日時	時間	内容
平成 29 年 5 月 29 日 (月)	14 時～16 時半	講話 (糖尿病予防)・個別相談
6 月 17 日 (土)	10 時～12 時	講話 (血圧と健康)・個別相談
7 月 29 日 (土)	10 時～12 時	講話 (肝臓と健康)・個別相談
11 月 18 日 (土)	10 時～12 時	講話 (糖尿病予防)・個別相談
平成 30 年 1 月 22 日 (月)	14 時～16 時半	講話 (血圧と健康)・個別相談
2 月 17 日 (土)	14 時～16 時半	講話 (肝臓と健康)・個別相談

### 相談場所

アイーナ 7 階 岩手県立大学アイーナキャンパス 学習室  
(〒盛岡市盛岡駅西通 1-7-1 いわて県民情報交流センター/アイーナ 7 階)

### その他

持ち物 (ある場合のみ) : 健診結果、検査結果、血圧手帳、糖尿病手帳など  
事前申込 : 不要



### 問い合わせ先

担当 : 岩手県立大学看護学部 内海香子・松川久美子  
住所 : 〒020-0693 滝沢市栄子 152-52 電話 : 019-694-2200 (平日 9 時～17 時)