

ハモグロビンエーワンシー

“血糖値”や“HbA1c”が高めの方の

ヘルスアップ セミナー

糖尿病予防
について
知ろう！

無料



全2回コース

第1回：令和6年 10 / 24 (木)

参加者プレゼントもあります♪

第2回：令和7年 1 / 31 (金)

両日：13時30分～15時30分（受付13時15分～）

一人で頑張らなくて大丈夫です！健康のプロがあなたのチャレンジを応援します！

対象 栄区在住・在勤の方で血糖値やHbA1cが高めの方

場所 栄区役所 新館1階 101・102

定員 20名（申込先着順）※基本的に2回の参加が可能な方

知って得するセミナー内容（予定）

- 第1回
- ・医師が詳しく解説！糖尿病の基礎知識
 - ・糖尿病予防にいい食生活を考えよう！
- 第2回
- ・健診結果を振り返ろう！HbA1cとは？
 - ・歯の健康 生活習慣病のもと「歯周病」

チェックしてみませんか？

血管年齢測定・推定野菜摂取量等
健康チェックのブースも!!

お申込みは裏面へ ➡

栄区福祉保健課 健康づくり係
FAX 045-895-1759



血糖値やHbA1cが高めの方の
ヘルスアップセミナー申し込み



令和6年10月24日(木)、令和7年1月31日(金)、両日参加します。



FAXでお申し込みの場合

- 必要事項をご記入の上、本申込書をFAXでお申込みください
個人情報
は本事業のみに使用し、第三者に開示することはありません。

お名前	ふりがな	ご年齢	歳
電話番号			
住所	〒 横浜市栄区		
健診結果	※おわかりになればご記入ください HbA1c :	※おわかりになればご記入ください 空腹時血糖値 :	
個別での相談も併用可能です (希望する ・ 希望しない)			
相談内容			



二次元コードでのお申し込み

- 右記2次元コードよりお申込みください。



電話・郵送でのお申込/お問い合わせ先



横浜市栄区福祉保健課 健康づくり係 (担当: 伊藤・梶川)

所在地: 〒247-0005 横浜市栄区桂町303番地19

電話: 045-894-6964