

2026年10～12月

糖尿病教室のご案内

糖尿病に興味がある方、当院に通院していない方

どなたでもご参加頂けます

★事前の申し込みは不要です

日時:毎月第2火曜日 14:00～15:00

場所:津島市民病院 2階講義室

* 11月はイベントを開催のため、

14:00～15:30、1階アトリウムで行います

費用:無料 ※テキストの購入を御希望の方は、
総合受付3番でテキスト(500円)販売中です

日付・テーマ

10月13日(火)

- ①糖尿病の基本・・・内分泌内科医師
- ②糖尿病網膜症について・・・視能訓練士
- ③歯周病を予防しよう！・・・歯科衛生士

イベント開催

11月10日(火)

世界糖尿病デー2026 (world diabetes day)

【講義】

- ①糖尿病の基本・・・内分泌内科医師
- ②食事の話・・・管理栄養士
- ③一緒に運動しよう！・・・理学療法士

【展示・体験コーナー】

- ・糖尿病薬のパンフレット紹介
- ・血圧を測定しよう！
- ・体組成計(Inbody)を使って筋肉量や脂肪量を知ろう！(先着10名程度)

シンボルマーク



12月8日(火)

- ①糖尿病の基本・・・内分泌内科医師
- ②くすりの話・・・薬剤師
- ③神経障害の検査・・・臨床検査技師

令和8年度

健康講座

口から始める健康づくり

受講費
無料

11月12日（木）13:30~15:00

会場 津島市総合保健福祉センター 3階第一会議室

講師 愛知ひとまち歯科医院 春日 祐太 先生

対象者 津島市在住の方

定員 50人



歯とお口の健康を保つことは
全身の健康に深く関わっています。
いつまでも自分のお口でおいしく
楽しく食べるためにお口の衰えを
予防するコツを学びませんか？

申込み・問い合わせ

津島市保健センター
（成人保健グループ）

☎0567-23-1551



令和8年度 栄養講座

腎臓の働きを守る食事

最近、

腎臓のこと
気になっていませんか？腎機能が
低下している方へ

食事のポイントは？

塩分ってどのくらい？

管理栄養士と一緒に、食事を見直しませんか？
あなたの大切な腎臓をこれからも守るために、
ご参加をお待ちしています。



日時

11月19日(水)
10:00~12:00



場所

津島市総合
保健福祉センター

津島市上之町1丁目60番地



定員

15人

※eGFRの値が、
60ml/分/1.73m²未満の方
優先

お申込み・お問い合わせ
津島市保健センター
(健康推進課 成人保健グループ)
☎0567-23-1551

参加費
無料

令和8年度 健康づくり推進員 養成講座

健康づくり推進員は、健康づくりを推進する活動行い、人と人とがつながり合い、誰もが笑顔で元気にくらすことのできるまちづくりの実現を目指すボランティアです。

それぞれの得意なことや経験を活かしながら、津島市のさまざまなイベントで活躍しています。

養成講座を受講して、健康づくり推進員として地域の健康づくりに参加してみませんか？

スポフェス



ウォーキングイベント



募集人数

10人（先着順）

対象

市内在住の方

申込締切

9月30日（水）



問い合わせ：保健センター（津島市健康推進課） ☎23-1551

令和8年度 健康づくり推進員養成講座予定表

	開催日	講座の内容
第1回	10月21日(水)	開校式・健康講話～みんなで広げる健康の輪～
第2回	10月28日(水)	健康なからだづくり(運動実習) ウォーキングの方法や自宅でできる運動
第3回	11月4日(水)	健康づくり推進員定例会に参加しよう① 健康づくり推進員との交流やスキルアップ等
第4回	11月11日(水)	健康づくり推進員のウォーキングに参加しよう
第5回	11月18日(水)	健康づくりのためにできることを考えてみよう
第6回	12月2日(水)	健康づくり推進員定例会に参加しよう②・閉講式

時間:10:00～11:30

場所:総合保健福祉センター

(活動内容によって変更されます。)

健康づくり推進員さんの声

月に一回の定例会に参加することを目標に1年間
過ごしました。楽しく過ごすことができました。

サブリーダーに初めてなり、役員会にも参加して
少しずつ活動を広げていった。

あまり人前に立つことが好きではないのですが、
今年は頑張って少し人前で話げできた。



健康づくり推進員
(元気でいよう会)
のfacebookはこちら!!



糖尿病予防し隊 養成講座

第1回

11月24日（火）

10時～11時30分

総合保健福祉センター

説明会・測定会

糖尿病のHbA1c測定
ができます



第5回

12月22日（火）

10時～11時30分

総合保健福祉センター

修了式
活動紹介

第2～4回

12月1日（火）

12月4日（金）

14時～15時 津島市民病院

12月14日（月）

15時～16時 津島市民病院

合併症の話



糖尿病予防し隊とは…？

糖尿病の予防、糖尿病になったあと
悪化しないように、「健診・受診の
大切さについて」啓発している
ボランティアグループです。
糖尿病について学びましょう♪

ご興味がある方は、下記までご連絡ください！

津島市保健センター（成人保健グループ）

津島市上之町1丁目60番地

10月20日（火）✕

☎0567-23-1551