

約 80%の人に糖尿病のリスクが…！

「健康づくり講座」で糖尿病と一緒に学びましょう。

主催	加古川市市民健康課
日時	令和7年10月30日（木）午後2時～午後3時30分
場所	ウェルネージかこがわ ウェルネージホール
内容	加古川市では、国民健康保険加入者で健康診断を受けた人の約8割が糖尿病のリスクがあると判定されました。 国・県と比較しても大きく上回る数値です。 糖尿病を学び、予防するための講座を開催します。 テーマ：知っていて損なし、糖尿病のあれこれ 講 師：兵庫県立加古川医療センター 前田 敦成 医師 ・かこがわウェルピーポイント対象事業 ・託児、手話通訳あり（要申込） ・当日先着で看護師・栄養士による健康相談を実施 （ 初めて ・ 恒例 ・ ●回目 ）
対象（参加者）	加古川市民
定員	100名
参加費	無料
申込先・方法	電話またはオンライン申請 ※10月29日（水）正午申込締切



目的・背景 その他	健康づくりについて正しい知識を普及することで、生活習慣を見直すきっかけを作り、生活習慣病等の発症及び重症化を予防する。
市ホームページ	掲載済み
広報かこがわ	10月号に掲載

問合先

加古川市 市民健康課 健康推進係（担当：松本・芳野）

☎079-427-9191（内線2922）

各講座 /

定員 **100 名**
5週間前**9:00** 申込開始
前日**12:00** 申込締切



全ての講座が参加無料



かこがわウェルビーポイント対象事業



無料託児サービス・手話通訳あり(10 日前までに要申込)



当日先着で保健師・栄養士による健康相談を実施



令和7年度 加古川市



健康づくり講座



日 時

テーマ

講 師

1 8月27日(水) 暑さに負けない! 元気な体づくり 市 保健師・管理栄養士
10:00~11:30

2 9月25日(木) しんどいと思ったときの 東加古川病院
14:00~15:30 お守りになる話 医師 森 隆志 氏

3 10月30日(木) 知っていて損なし、 兵庫県立加古川医療センター
14:00~15:30 糖尿病のあれこれ 医師 前田 敦成 氏

4 11月19日(水) 無理なく続ける冬の体調管理 市 保健師・管理栄養士
10:00~11:30

5 1月14日(水) 冷えとさようなら 健康運動指導士
10:00~11:30 ぽかぽかで春を迎えよう 正井 恵子 氏

ご参加にあたっての注意事項

- ◆加古川市に気象警報が出ているとき(午前開催は午前7時時点、午後開催は午前11時時点を基準とします)や、講座の実施により感染症等が拡大する可能性がある時は、講座の開催を中止します。個別の連絡は行いませんので、ホームページをご確認ください。
- ◆都合により、テーマ・講師が変更になる場合があります。
- ◆託児は生後6か月以上のお子様を対象、各講座10日前までにお申込ください(先着)。持ち物等の詳細はホームページをご確認ください。
- ◆保健師・栄養士による健康相談をご希望の方は、当日受付にてお申し出ください(先着)。
- ◆受付は各講座開始15分前より開始予定です。

会場 ウェルネージかこがわ ウェルネージホール

お車でお越しの方は、ウェルネージ施設内駐車場(有料)をご利用の上、駐車券を会場受付へご持参ください。
(入庫後2時間までの無料処理あり 以降200円/30分)

持ち物 【全講座】かこがわウェルビーカード・アプリ(既にお持ちの方のみ)

【5回目のみ】飲み物、フェイスタオル

動きやすい服装でご参加ください。



問合・申込 加古川市市民健康課
TEL 079-427-9191

※各講座の申込期間は二次元コードを読み取りホームページでご確認ください。

ホームページからオンライン申込も可能です。
「かこがわオンライン申請システム」のご利用
には、事前の利用者登録が必要です。

