

## 特定健康診査

## 結果説明 特別講演会のご案内

今年の健診結果は、昨年と比べていかがでしたか。健診結果を今後の健康管理にお役立ていただくために、下記のとおり「特定健康診査結果説明 特別講演会」を開催いたします。ぜひとも、お時間の都合をつけてご参加くださいますようお願いいたします。

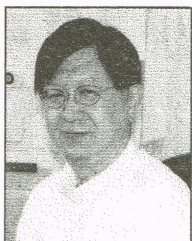
**日 時** 11月26日(木) 14:00~16:10 受付13:30

**場 所** 茂原市民会館 千葉県茂原市茂原101 **参加費** 無料

**申 込** 事前申込は不要です。特定健康診査を受診しなかった方も入場できます。

**内 容**  
第1部 14:00~15:00  
特別講演「早期発見・早期治療のための結果の見方、生かし方~糖尿病を中心に~」  
第2部 15:10~16:10  
実技&トーク「体の調子がぐんぐん良くなる運動・食事・睡眠」

### 講 師



●特別講演  
鵜澤 泰広 (うざわ やすひろ) 先生

<プロフィール>

神奈川県出身。埼玉医科大学卒業。医学博士。日本糖尿病学会認定糖尿病専門医。現在鵜澤医院院長、茂原市長生郡医師会理事(地域医療・健康診査担当)。その他、校医(保育所、小学校、中学校)、特別養護老人ホームの嘱託医、企業の産業医を兼務。専門は糖尿病学。モットーは「患者さんにわかりやすい医療」。趣味は野球観戦(千葉ロッテを応援しています)、歴史研究(特に戦国物)、古本屋巡りなど。家族は妻と一女あり。



●実技&トーク  
長島 寿恵 (ながしま ひさえ) 先生

<プロフィール>

青森県八戸市生まれ。東京薬科大学卒業。薬剤師、健康運動指導士、西東京糖尿病療養指導士、日本メンタルヘルス協会公認心理カウンセラー、健康・食育マスター(財団法人日本余暇文化振興会認定)、日本足操術指導士、温泉療養アドバイザー。多彩な資格を有し、薬だけに頼らずとも心身の健康に役立つ体操やマッサージを考案。全国の市町村、企業健保で、運動や食生活、睡眠、心のあり方の改善を提唱する講演活動を行っている。2013年12月「生活習慣病のうた」をリリースし、歌手としての活動も開始。また、居合道四段、空手三段など武術に対する造詣も深い。

■ お問い合わせは ■

茂原市国保年金課

電話: 0475-20-1503

