

2026年最後の
つなん健康くらぶです
最高の年末年始を
迎えられるよう
準備をしていきましょう

2026年度

第8回 つなん健康くらぶ

メタボから始まる病気の連鎖を断ち切ろう

肥満や生活習慣の乱れは、高血圧や糖尿病、心筋梗塞や脳卒中など、
さまざまな病気につながることがあります。病気が連鎖する怖さを知り、
「メタボリックドミノ」を倒さないために今から何ができるのか考えてみましょう

講師 千手 孝太郎 津南病院 総合診療科
兵庫県出身、昨年度より津南病院にて勤務

日時 12月10日（木）
15:30~16:30

参加費 無料
どなたでもご自由にご参加ください

場所 津南町公民館（文化センター）3階 視聴覚室
中魚沼郡津南町大字下船渡丁 2806-3

問合せ先 津南病院 経営推進室
つなん健康くらぶ 宛
025-765-3161