

smile!
住まいるカフェ 伝言板 第 96 回

2024年5月17日(金)開催 開催報告とお役立ち情報

JCHO 仙台南病院 健康管理センター看護師 田村先生による
「健診結果、スルーしていませんか？～本当に怖い生活習慣病～」開催

皆さん こんにちは。

5月17日(金)に第96回住まいるカフェを開催いたしました。

当日は、強風の中6名の来場者とオンラインの方々にご参加いただきました。

今回は JCHO 仙台南病院 健康管理センター看護師の田村先生から健診結果や生活習慣病についてお話をお聞きしました。



せっかく受けた健康診断を
みなさんの健康管理にお役立ててください。

JCHO仙台南病院 出前講座

健診結果、スルーしていませんか？
～本当に怖い生活習慣病～

健康診断とは

現在の健康状態を調べ、
病気の早期発見や予防につなげるもの

健康診断の内容

- 身体検査
- 血液検査
- 尿検査
- 胸部X線（レントゲン）検査
- 心電図検査

生活習慣病とは

食事・運動・休養・喫煙・飲酒などの
日々の生活習慣がその発症や進行に関与する病気

- 糖尿病
- 脂質異常症
- 高血圧
- 大腸がんや肺がんなど
- 心臓病
- 脳血管障害など

最後に

- ・生活習慣の修正は、1つだけではなく組み合わせると効果が出ます。
- ・出来ることから初めて継続しましょう。
- ・医師や管理栄養士の指導を受けている方は、その指示に従ってください。

ご予約
お問合せ
はこちら

通話
無料

0120-177-165

Eメール: sendai@grand-unilife.com

高齢者住宅
情報プラザ
Grand-UniLife

〒980-0021
仙台市青葉区中央
1-10-1
ヒューモスファイブ7F

高齢者プラザ

検索