

# ごしょみ健康教室

## 「生活習慣と

## 消化器病について」

健康診断で「血糖値が高い」「コレステロール値が少し気になる」などの指摘を受けたことはありませんか？偏った食事や運動不足、喫煙、過度の飲酒、過度のストレスなどは、さまざまな病気を引き起こす原因となります。好ましくない生活習慣を続けていると、知らず知らずのうちに脳や内臓、血管などがダメージを受け、気づいた時には病気が進行していたということもあります。健康教室をきっかけに、毎日の生活習慣を見直し、身近なところから病気予防に取り組んでみませんか？



**講師** 藤沢御所見病院 副院長  
**奥田 浩史 医師**

**日時**：平成29年**2月22日(水)**  
**13:30~14:30**

**会場**：御所見総合クリニック  
**さわやかホール**

事前にお申し込みの必要はございません。  
当日会場に直接お越しください。

《お問い合わせ》

藤沢御所見病院 地域連携室  
電話 ☎ 0466-48-6501