

# 今日からできる食べ方改善術

～血糖値が高めと言われたら～

参加費無料

2026年3月9日  
午後2時～午後3時45分  
(受付は午後1時半～)

月

すみだ保健子育て総合センター  
3階301会議室（横川5-7-4）

血糖値が高めの方に今日からできる食べ方の改善方法等を紹介します！

**講師** 済生会向島病院 栄養管理科長 平賀 浩士 氏

**対象** 区内在住勤の方 先着30名  
一時保育あり（生後3か月～就学前 先着5名）

**申込み** 2月12日(木)午前8時30分～(電子申請のみ)

**持ち物** 一時保育利用者は保育に必要なもの

<お問い合わせ>

墨田区保健所 健康推進課 地域保健担当

TEL 03-3622-9165 (平日8時30分～17時)

