

特集 糖尿病予防

糖尿病を知って 予防しよう



旭市運動教室でウォーキング

旭市保健センターで、生活習慣病を予防するための運動教室を開催。健康運動指導士の堀江恭子さんを講師に招きノルディックウォーキングで心地よい汗を流しました。2～9ページでは糖尿病について紹介しています。生活習慣や健康のことを改めて考えてみませんか。

トピックス

- 国民年金の届け出を…………… 10
- 一斉黙とうへの参加を…………… 10
- 旭市育英資金の希望者を募集… 10



旭市公式LINE



旭市ホームページ