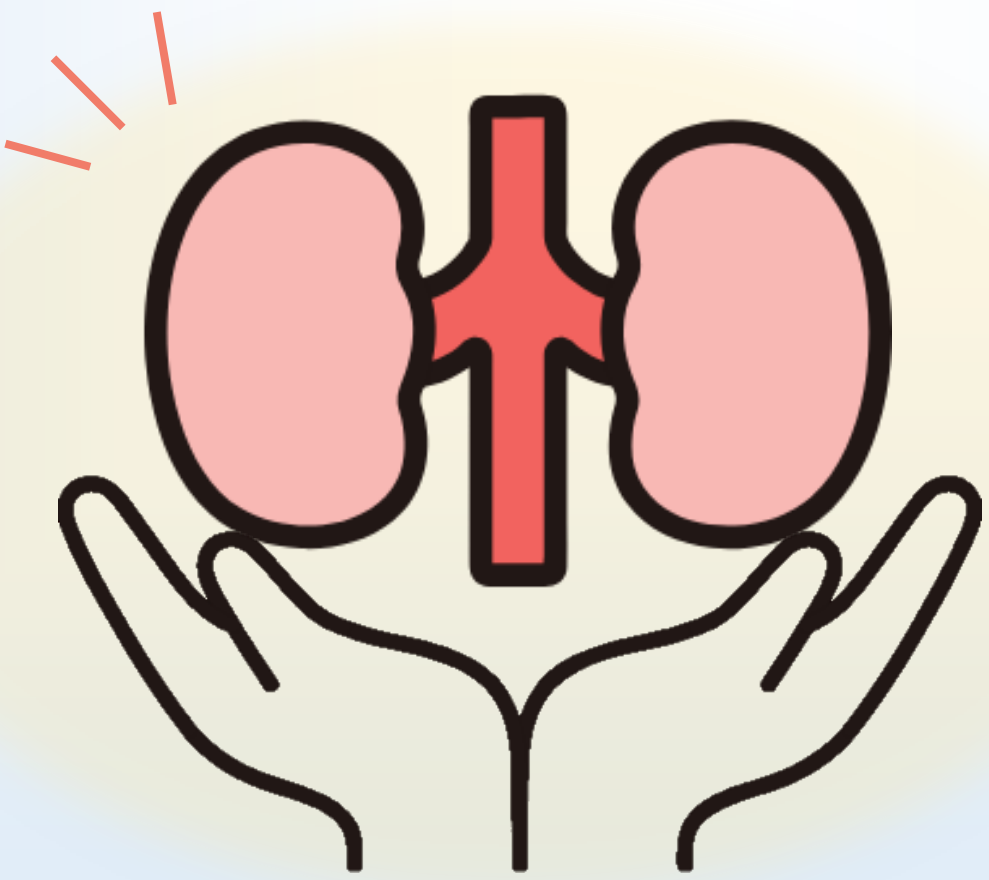
【令和8年度　市民公開講座】

参加費
無料

健康づくり講演会

～生活習慣を見直して、腎臓を守ろう！～



腎臓は、
体の中でも小さな臓器ですが、
私たちの健康を支える大切な
役割を担っています。

この講演会では、
生活習慣病の予防と腎臓の
関係についてわかりやすく
お話しします。

「これからの健康」のために、
ぜひご参加ください。

講演内容

- 生活習慣病と腎臓の関係（高血圧・糖尿病など）
- 腎臓のはたらきと、腎臓病の基礎知識
- 今からできる腎臓を守るためのポイント

日時　2026年
12月17日（木）
10:00～11:00（開場 9:45）

会場　**パトリア日田** 小ホール
（日田市三本松一丁目8番11号）

対象　どなたでも（定員200名 先着順）

申込　不要

講師



小田原 健一　先生
大分県済生会日田病院 腎臓内科 医長

血管年齢コーナー

指先を使って、
血管の硬さ（血管年齢）を
チェックできます！



ベジチェック®コーナー

センサーで、
野菜の摂取量を
簡単に測定できます！



【お問い合わせ】日田市健康保険課 健康支援係 TEL0973-24-3000　FAX0973-24-0321