

「医療講座」～図書館で考えるわたしの健康～

# 血糖値の上昇を防ぐ！ ～その食事のコツとは～

日時

令和 6年 10月 5日(土) 午後2:00～3:00

会場

南大泉青少年館 レクホール

(質疑応答含む)

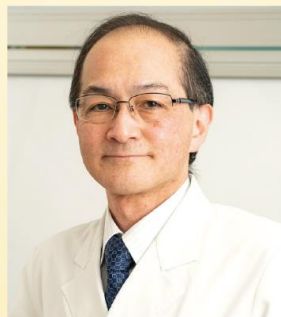
講師

宇都宮 保典 先生(保谷医院 副院長)

定員

40名様

参加無料  
先着順



宇都宮 保典 先生

1983年東京慈恵会医科大学卒業。  
東京慈恵会医科大学腎臓・高血圧内科学講座准教授を経て、  
2013年4月より現職。日本臨床内科医会理事、  
東京内科医会副会長も務める。

申込み

南大泉図書館カウンターもしくは  
お電話(03-5387-3600)

※筆記用具をご用意しております。

事前参加登録

～どなたでも無料で参加できます～

受付開始 9/1(日)～

## <アクセスマップ>



西武池袋線保谷駅 南口より 徒歩約15分

西武バス小関バス停より 徒歩約15分

主催

練馬区立南大泉図書館  
(日本コンベンションサービス株式会社)

開館日

平日/午前9:00～午後8:00  
土・日・祝休日/午前9:00～午後7:00

閉館日

第1月曜日を除く月曜日



※南大泉図書館の行事案内ページ

## 熱中症対策に関するご連絡

※「特別警戒アラート」が発出された場合は中止となります。

※「警戒アラート」が発出された場合には原則実施しますが、  
熱中症に充分注意してご参加ください。

ご不明な点がございましたら、図書館にお問い合わせください。

※ 熱中症情報は練馬区や気象庁のホームページなどで確認できます。