

お正月、食べすぎちゃった？
2026年の健康習慣
これから一緒にスタート
していきましょう！



第7回

つなん健康くらぶ

気になる生活習慣病～脂質異常症～

自覚症状が少ないからこそ気になる脂質異常症をテーマに、数値の意味や
日常の工夫を共に学びます。2026年の幕開けとともに、軽やかな1年を
スタートさせましょう。新しい自分への第一歩をここから踏み出しませんか？

講師

千手 孝太郎 津南病院 総合診療科

兵庫県出身、初期研修で新潟へ、今年度より津南病院にて勤務

日時

1月23日(金)

15:00～16:00

参加費 無料

どなたでもご自由にご参加ください

場所

津南町公民館(文化センター)3階 視聴覚室

中魚沼郡津南町大字下船渡丁 2806-3

問合せ先

津南病院 経営推進室
つなん健康くらぶ 宛

☎ **025-765-3161**