

# こんにちは！福岡健康支援室です

9/22（金） ウェルネス天神において、体験型保健指導「体内改造体験会」を開催いたしました。

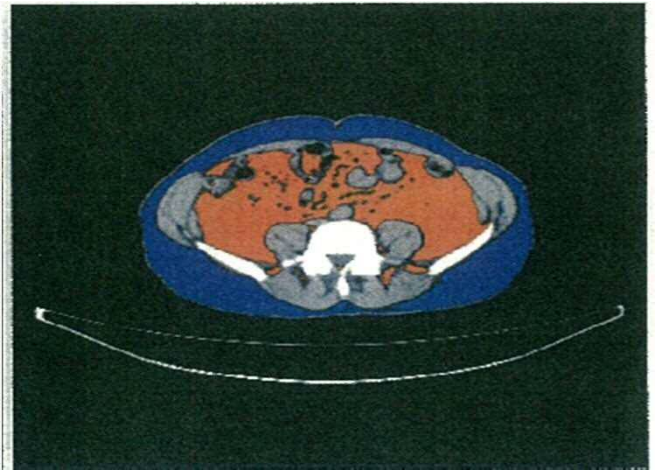
〈医師の講話〉

ウェルネス天神の**糖尿病専門医**である **鈴木 静先生**から、**糖尿病**について、最近の知見などもふまえた講話をしていただきました。



〈健康測定〉

腹部CT検査でお腹を輪切りに。  
**赤く**色付けされたところが**内臓脂肪**です。  
**2か月後の変化が楽しみです**ね♪



〈グループワーク〉

**3グループ**に分かれ、**専門職**を交えて**2か月間取り組む**行動目標を立て、**グループのメンバー**に宣言をしてもらいました。  
**予想外に和気藹藹**♪



〈集合写真〉

最後に参加者全員で記念撮影を行い、**1回目のプログラム**は終了。  
**2か月後の皆さんの変化に、乞うご期待！**

