

コレが肝心!!

# 測ってみよう! 肝臓の脂肪

— 見過ごしてはいけない脂肪肝 —

- エコーでの脂肪肝測定
- 脂肪肝についてのお話
- 内臓脂肪をためない運動指導

※内容は変更になる場合があります



肝臓に過剰な脂肪が蓄積している状態を脂肪肝といいます。

今、お酒を飲まない人、若い女性にも増えているといわれています。

肝臓は沈黙の臓器とも呼ばれていて、痛みなどの自覚症状はないことがほとんどです。

脂肪肝は、肝硬変や肝臓がんのリスクを内包している場合もあるといわれています。

この機会に、自分の肝臓のことを知って、日頃の生活を見直してみませんか？

日時	平成30年7月21日(土) 14:00~15:30
会場	SBS 静岡健康増進センター (駿河区登呂) ※現地集合解散
対象	どなたでも 20人
会費	無料
申込	往復ハガキ 7月11日(水) 必着 (多数抽選) ①講座名 ②住所 ③氏名 ④年齢 ⑤電話番号をご記入の上 南部生涯学習センターあてにお申込みください。 ※HPからも申し込めます。

## 静岡市南部生涯学習センター

指定管理者 静岡市文化振興財団共同事業体

〒422-8074 静岡市駿河区南八幡町 25-21

ホームページ: <http://sgc.shizuokacity.jp/>

TEL: 054-281-2184 FAX: 054-281-5917

バス: 静岡駅南口から「みなみ線内回り (中田経由)」にて「駿河区役所静岡新聞社前」下車

【個人情報の取扱い】 ご提供いただいた個人情報は、本事業の実施以外の目的には使用いたしません。

