



2015年3月25日発売！試写予約受付中！！

クイズで考える

健診結果の見方、活かし方

監修：岡山 明（合同会社生活習慣病予防研究センター 医学博士） （全4巻）

DVD 全4巻160,000（税別・送料込） 各巻40,000円（税別・送料込）

毎年受けている健康診断。しかしせっかく受診しても、その結果を自分の健康づくりに活かしていない人が多いことが知られています。

このDVDシリーズは、それぞれの巻のテーマのクイズで考えながら、身につける教材です。何を検査しているのか、検査値と健康上のリスクの関係、そしてその場合の予防や対策はどうかについて、分かりやすく解説します。

1 メタボリックシンドローム

メタボリックシンドロームについて再確認し、検査値で“黄色信号”や“赤信号”が灯ったときの危険を学べる教材。“かくれメタボ”やダイエットの方法等にも言及します。（27分）

3 血糖値

血糖値の仕組みをひも解きながら、検査では何を測定しているのか、食事・運動ではどのような点に気をつけたら良いかなどを解説します。また糖尿病の合併症のリスクにも言及。（28分）

2 血圧

血圧測定など、基本中の基本から解説。血圧が上がるメカニズム、血圧管理の対策のほかに、生活習慣の見直し方から俗説・誤解の解明など、日頃の疑問が分かりやすく学べます。（28分）

4 脂質(LDLコレステロール)

脂質の体内での仕組みに言及しながら、脂質異常症とその危険について解説します。リスクの男女差、摂るべき食品・避けるべき食品などの誤解についても分かりやすく解説します。（28分）

予約申込みはこちら

試写 購入

FAX:03-5803-9530

お申し込みの際は、申込書に必要事項記入の上、ファックス・メール・電話などでお申し込みください。



株式会社 **アスパクリエイト**

〒113-0033 東京都文京区本郷5-25-16 石川ビル
TEL 03-5803-9511 FAX 03-5803-9530
<http://www.asp-create.com>

タイトル		価格	数量
クイズで考える 健診結果の見方、活かし方（全4巻）			
1 メタボリックシンドローム			
2 血圧			
3 血糖値			
4 脂質（LDL コレステロール）			
貴所名		御住所	
TEL	()	FAX	()
部署名		氏名	