

# 糖尿病教室のご案内



糖尿病の予防・治療に関する教室を毎月開催しています。  
月毎のテーマに沿って、専門スタッフが分かりやすくお話しします。  
楽しく、おいしく、一緒に勉強しましょう！

開催日：毎月第3・4木曜日（下記詳細）

時間：13:30～14:30

場所：4階講堂

参加費：300円前後（デザート付）

対象者：糖尿病または糖尿病予備群の方とそのご家族

申込方法：医師、看護師、管理栄養士、受付でお尋ねください

※予約が必要です（定員15名程度）



## 糖尿病教室スケジュール

10/18 (木)	糖尿病の食事療法～基礎編～	管理栄養士
10/25 (木)	血糖手帳と血圧手帳の上手な活用の仕方	看護師
	『糖尿病』とはどんな病気か	医師
11/15 (木)	腎臓を守る食事のいろは	管理栄養士
11/22 (木)	おくすりの話～注射編～	薬剤師
	『インスリン』の役割	医師
12/20 (木)	年末年始の食事の注意点③	管理栄養士
12/27 (木)	検査値と合併症について	検査技師
	糖尿病に必要な検査とは	医師
1/17 (木)	食後高血糖を抑える食事と筋力UPの食事の共通点	管理栄養士
1/24 (木)	あなたはどのタイプ??	理学療法士
	～運動をしたい人、したくない人・知らない人～	
	運動はインスリン節約効果がある！	医師
2/21 (木)	コレステロールを下げて動脈硬化予防！	管理栄養士
2/28 (木)	糖尿病専門医に聞いてみよう	医師
3/28 (木)	好評第2弾！ 体年齢を知ろう！『体力測定編』	理学療法士 管理栄養士

