

## 2019年度 糖尿病教室スケジュール

2019年度も糖尿病教室を開催します。

患者様同士、医師やスタッフと交流を深めながら、

楽しく知識も深めていきましょう♪

♪興味のある方はどなたでもご参加ください♪



4月	糖尿病の話	伊藤医師
5月	ヘルシーランチ～in さえき食堂～	大朝栄養士
6月	低血糖や体調の悪い時、体は？	看護師
7月	カードバイキング	大朝栄養士
8月	検査&薬の話	荒巻検査技師 高田薬剤師
9月	糖尿病と心臓のお話	黒川医師
10月	糖尿病と歯周病の関係!	歯科衛生士
11月	ヘルシーランチ～さえき食堂～	向井栄養士
12月はお休みです		
1月	みんなで体を動かそう♪	リハビリ科
2月	作ってみよう!～調理実習～	大朝栄養士
3月	みんなで話そう♪聞いてみよう～茶話会～	みなさん♪

毎回、おやつとお茶をご用意いたします(ランチの回を除く)

今年もおやつの前後の血糖測定を行います(ご希望でない方はしません)

教室は毎月第3火曜日の12:45～14:00を予定しています。

内容などの都合で日にちや時間の変更がありますので、毎月の案内をご確認ください。

## 糖尿病教室 11月

### ヘルシーランチ食べよう会

in さえき食堂

担当：向井栄養士

糖尿病食は健康食です♪

日頃の食事と比べて量や味付けはどうでしょうか？

自宅でお使いの茶碗によそってご飯の量を確認してみましょう☆

伊藤先生や栄養士さん等と楽しく

お話をしながらいただきます♪



☆対象者：治療中の方、興味のある方、ご家族、どなたでも♪

☆日時：11月19日(火) 12:00 外来へおこしください 12:30 食事開始

☆場所：5階会議室で行いますが、外来受付へおこしください

☆参加費：**700円** お食事代として(予約時に徴収させていただきます)

☆持ってくる物：糖尿病手帳(持っておられる方はご持参ください)

**お茶碗**(いつもお使いの物)、**薬**(インスリン、内服薬等)

☆参加申し込みが必要です☆11/12(火)までに外来受付または看護師まで♪

キャンセルは11/12(火)までにお願いします。それを過ぎると返金できませんのでご了承ください。