

# 糖尿病教室のご案内

～ちょっとのぞいてみませんか？～

午後のひととき、「糖尿病」について楽しく  
みなさんで勉強してみませんか？

患者様はもちろん、ご家族の方も  
どうぞご参加ください！

1 週目	月	糖尿病ってどんな病気？/ あなたの足は大丈夫？
	水	糖尿病合併症:しめじの法則/ おいしくて体によい食事
	木	心筋梗塞、脳梗塞のおはなし/ 色々あります、飲み薬
2 週目	月	楽しくて長続きする運動のコツ
	水	歯周病と糖尿病のキケンな関係/ 外食の楽しみ方
	木	もうこわくない、インスリン注射/ 病気の時の対処法

日時 : 毎週 月、水、木曜日 午後1時～2時

場所 : 4階 母子医療指導室

(エレベーターを降りて左に25歩進んだ所にあります)

料金 : 無料。ただし、栄養士の教室(水曜日)のみ

集団栄養指導料(保険適応250円程度)が必要になります。

※参加ご希望の方は、内科外来看護師にお問い合わせ下さい。