

# 第31回糖尿病健康教室

**開催日時** 2018年9月20日（木） 午後2時～3時迄

※今後の開催予定;11月15日(木)/1月31日(木)/3月28日(木)

**開催場所** 病院3階 会議室

**内容** 糖尿病の基礎または最新情報

糖尿病と食事療法

糖尿病スタンプカード ※4回以上参加で表彰あります!!

栄養相談、運動相談、検査・お薬相談コーナー

糖尿病関係の資料もありますのでぜひご参加を!!

**講師** 糖尿病療養指導医 栗谷川 / 管理栄養士

「三食の食事で理想のバランスは？」

「小腹が空いてどうしても我慢できない  
時はどうしたらよいのか？」

「家族の食事を作るときの注意すべき点は？」

など皆様の疑問にお答えします。



参加費は無料です。※その他（運動・検査）の質問も受け付けております。

糖尿病の患者様だけでなく、ご家族様そろってぜひお越しください！

**事務局** 糖尿病対策委員会（水島・橋本） TEL047-425-1151