

お誘い



西多摩医師会館 糖尿病教室 に 参加してみませんか？

マスク着用にて受講をお願いいたします。
今年度は予約制とさせていただきます【定員 40 名迄】
（教室はいつからでも参加可能ですが、定員になり次第、締め切らせて頂きます。）

医師・歯科医師・薬剤師・管理栄養士・運動指導士・看護師などが、病気・運動・食事のことをわかりやすくお話しします。

2024 年度教室の予定（第4木曜日 11・12・2月は第3木曜日）

月	日	講義1 13:30~14:10	講義2 14:20~15:00
7月	25日	糖尿病とは（医）	教室のオリエンテーション（栄）
8月	22日	糖尿病の薬について（薬）	糖質のとり方について考えましょう（栄）
9月	26日	糖尿病の運動療法について（ト）	たんぱく質のとり方について考えましょう（栄）
10月	24日	糖尿病と腎臓の関係について（医）	脂質のとり方について考えましょう（栄）
11月	21日	糖尿病と歯・歯周病について（歯）	食物繊維について考えましょう（栄）
12月	19日	糖尿病と足ケア（神経障害）について（看）	バランスのよい食事にするには（栄）
1月	23日	糖尿病と眼の関係について（医）	体重について考えましょう（栄）
2月	20日	糖尿病と心臓の関係について（医）	塩分について考えましょう（栄）
3月	27日	糖尿病と上手く付き合うために（看）	まとめ（Q&Aを含めて）（栄）

◆感染予防対策の為、会館入館前に検温・手指消毒等を実施させていただきます。
新型コロナウイルス感染症の影響により、教室が中止となる場合がございます。
予めご了承ください。

◆申込先（一社）西多摩医師会 TEL0428-23-2171（平日10時~16時）
～ 内容の詳細やご不明な点は、西多摩医師会までお問合せ下さいませ ～