

2017年度 糖尿病教室

第一回 5/10 (水) ウォーキング (ポポロ) 雨天：医師会病院で行います。

注意!! 時間は14時~16時予定です。ご注意ください。

初回のみ
時間が異なります!!

三原市医師会病院、健康ホールに集まり、血圧等測定してから出発します。

内容：医師会病院からポポロまでさつきを見ながら散歩し、ポポロで体操をします。動きやすい服装でお越しください。

(タオル・飲み物は各自持参してください。)

第2回～開催場所&時間：三原市医師会病院 健康ホール 15時～

6/9 (金)	糖尿病の基礎 & 合併症と検査	講師：医師・臨床検査技師
9/8 (金)	糖尿病食は『健康食』& 低血糖の症状とその対策 糖尿病の食事について知ろう	講師：管理栄養士・看護師
10/13 (金)	テーマ 茶話会&糖尿病三大合併症体験会 内容：お茶をしながらみんなで糖尿病について話しましょう。	糖尿病合併症の体験・医師会病院透析室見学ツアーをします。
11/10 (金)	知っていますか？あなたのお薬 & 結果を出すための運動方法	講師：薬剤師・理学療法士
2/9 (金)	食べたい食事は何キロカロリー？ (レストラン形式) 内容：料理カードを使って食事内容を考えよう	