

## 2019年度 糖尿病教室のお知らせ

当クリニックでは毎月糖尿病教室を開いています。

管理栄養士、看護師、糖尿病療養指導士、理学療法士による講義やワンポイント解説、ストレッチ、試食会などを予定しています。

対象者：当院を受診中の方。これから当院受診を検討している方、およびそのご家族の方。

定員：20名(事前に予約が必要ですので お早めにご予約下さい)

日時：下記の日程 15:00～(講義30分+運動30分の1時間程度)

場所：丸岡内科小児科クリニック

参加費：無料

服装：動きやすい服装でおこしてください。

基礎編は毎回個人受講も可能です。お問い合わせください。

月	日程	メインテーマ
3	3月9日(土)	院長講話
4	4月13日(土)	糖尿病の基礎 「正しく知って行動すれば糖尿病は怖くない!」
5	5月11日(土)	糖尿病の合併症1 「詳しく学んで失明・血液透析・足の切断を防ごう」
6	6月8日(土)	運動療法 「みんなで楽しく、にこにこ歩行」
7	7月13日(土)	糖尿病の合併症2「大血管障害のいろいろ:脳と心臓を守ろう」
8	8月10日(土)	フットケア 「糖尿病のフットケアのすすめ:足を守ろう」
9	9月7日(土)	食事療法 「糖質制限食の調理実習」
10	10月12日(土)	糖尿病と睡眠時無呼吸症候群【特別講演】 「睡眠時無呼吸症候群ってどんな病気?! 老化と認知症を防ごう」
11	11月9日(土)	食事療法 「糖質制限の基本」
12	12月14日(土)	運動療法 「初動負荷マシン: 糖尿病・肥満・首・肩・腰が良くなる新しいトレーニング」
1	1月11日(土)	薬物療法 「くすりを知ろう」
2	2月8日(土)	糖尿病と検査 「コレステロールの秘密を知ろう」
3	—	—

・内容は変更する場合もございます。ご了承ください。・毎回、基本の復習と質疑応答の時間もとります。繰り返し聴くことをおすすめいたします。