

『朝の糖尿病教室／健康教室』

2024年10月～2025年3月（下半期スケジュール）

専門の知識を持ったスタッフが、生活習慣と糖尿病の関係、合併症の予防と治療、健康に過ごすためのポイントについてお話しいたします（※受付は不要です。）。

【日 時】 毎週水曜日 午前 8：00～8：15 ※休診日（祝日）を除く。

【場 所】 内科・糖尿病外来待合

10月

2日(水) DVD 連携部	9日(水) 看護師	16日(水) 臨床検査技師	23日(水) 薬剤師	30日(水) 管理栄養士
7つの習慣で克服	秋の味覚をおいしく。 健口寿命を	糖尿病の検査と その意義	糖尿病治療薬 について	外食・中食の 上手な活用法

11月

6日(水) 医師	13日(水) 理学療法士	20日(水) DVD 連携部	27日(水) 看護師	
糖尿病について	運動療法について	下北平均寿命アップ	シックデイ～もしもインフルなどにかかったら～	

12月

4日(水) 医師	11日(水) 臨床検査技師	18日(水) 看護師	25日(水) 医師	
糖尿病について	自分の数値を 知っていますか？	血糖値があがりすぎ ないお正月を！！	糖尿病について	

1月

8日(水) 管理栄養士	15日(水) 理学療法士	22日(水) DVD 連携部	29日(水) 看護師	
合併症予防について	運動療法について	7つの習慣で克服	寒い季節の自己管理～コタツから抜け出そう！～	

2月

5日(水) 臨床検査技師	12日(水) 薬剤師	19日(水) 管理栄養士	26日(水) 医師	
糖尿病と合併症	糖尿病治療薬 について	食品表示から わかること	糖尿病について	

3月

5日(水) 理学療法士	12日(水) DVD 連携部	19日(水) 看護師	26日(水) 医師	
運動療法について	自分の数値を 知っていますか？	暇はひま(ん) のもと！！	糖尿病について	

『昼の糖尿病教室のお知らせ』

2024年10月～2025年3月（下半期スケジュール）

専門の知識を持ったスタッフが、10のテーマについて30分の教室を開催します。

正しい知識を持って糖尿病と上手に付き合っていきましょう（受付は不要です。）。

【日 時】 毎週月曜日 **13:00～13:30** ※休診日（祝日）を除く

【申込み】 12:50 までに糖尿病外来受付へおこしてください。

【その他】 糖尿病手帳をお持ちの方はご持参ください。

月	日	No.	内 容	担当スタッフ
10月	7日	5	はひふへほ～低血糖について知ろう	看護師
	14日		休診日（スポーツの日）	
	21日	6	インスリンとお薬のお話	薬剤師
	28日	7	糖尿病にきく！運動療法（※2）	理学療法士
11月	4日		休診日（振替休日）	
	11日	8	合併症がこわい糖尿病	看護師
	18日	9	集団栄養指導（※3）	管理栄養士
	25日	10	シックデイ～シッテ納得 不安解消	看護師
12月	2日	1	知れば安心 糖尿病～糖尿病とのつきあい方	看護師
	9日	2	糖尿病治療薬～内服薬と上手に付き合う為に	薬剤師
	16日	3	あなたの足はどんな足～あしはたいせつ	看護師
	23日	4	血糖を測定して生活を見直そう（※1）	臨床検査技師
	30日		教室はお休みです	
1月	6日	5	はひふへほ～低血糖について知ろう	看護師
	13日		休診日（成人の日）	
	20日	6	インスリンとお薬のお話	薬剤師
	27日	7	糖尿病にきく！運動療法（※2）	理学療法士
2月	3日	8	合併症がこわい糖尿病	看護師
	10日	9	集団栄養指導（※3）	管理栄養士
	17日	10	シックデイ～シッテ納得 不安解消	看護師
	24日		休診日（振替休日）	
3月	3日	1	知れば安心 糖尿病～糖尿病とのつきあい方	看護師
	10日	2	糖尿病治療薬～内服薬と上手に付き合う為に	薬剤師
	17日	3	あなたの足はどんな足～あしはたいせつ	看護師
	24日	4	血糖を測定して生活を見直そう（※1）	臨床検査技師

※注1：血糖測定器を使った実技指導があります。※注2：椅子に座っての軽い運動があります。

※注3：診断を受けている方が対象。自己負担（医療費3割負担の方で240円）が発生します。

【問い合わせ先】 22-2111 地域連携部 糖尿病ケア 担当