

『朝の糖尿病教室／健康教室』

2022年4月～9月（上半期スケジュール）

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

4月				
6日(水) DVD 連携部	13日(水) 医師	20日(水) 管理栄養士	27日(水) 医師	
7つの習慣で克服	糖尿病について	自分の必要量を知っていますか？	糖尿病について	
5月				
4日(水) 休日	11日(水) 医師	18日(水) 看護師	25日(月) 医師	
みどりの日	糖尿病について	HbA1cを下げるワンポイント	糖尿病について	
6月				
1日(水) 臨床検査技師	8日(水) 医師	15日(水) DVD リハビリ	22日(水) 医師	29日(水) 看護師
自分の数値を知っていますか？	糖尿病について	転倒予防エクササイズ	糖尿病について	歯周病について
7月				
6日(水) 管理栄養士	13日(水) 医師	20日(水) DVD 連携部	27日(水) 医師	
水分補給について	糖尿病について	下北平均寿命アップ	糖尿病について	
8月				
3日(水) 看護師	10日(水) 医師	17日(水) 臨床検査技師	24日(水) 医師	31日(水) DVD リハビリ
腎症について	糖尿病について	糖尿病と合併症	糖尿病について	ウォーキングの効果
9月				
7日(水) 看護師	14日(水) 医師	21日(水) 管理栄養士	28日(水) 医師	
災害への対策について	糖尿病について	間食のとり方について	糖尿病について	

【問い合わせ先】 0175-22-2111 地域連携部 糖尿病ケア 担当

『昼の糖尿病教室のお知らせ』

2022年4月～9月（上半期スケジュール）

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
4月	11日	4	血糖を測定して生活を見直そう (※注1)	臨床検査技師
	18日	5	はひふへほ～低血糖について知ろう	看護師
	25日	6	インスリンとお薬のお話	看護師
5月	2日	7	糖尿病にきく！運動療法 (※注2)	理学療法士
	9日	8	合併症がこわい糖尿病	看護師
	16日	9	集団栄養指導 (※注3)	管理栄養士
	23日	10	シックデイ～シッテ納得 不安解消	看護師
	30日	1	知れば安心 糖尿病～糖尿病とのつきあい方	看護師
6月	6日	2	糖尿病治療薬～内服薬と上手に付き合う為に	看護師
	13日	3	あなたの足はどんな足～あしはたいせつ	看護師
	20日	4	血糖を測定して生活を見直そう (※注1)	臨床検査技師
	27日	5	はひふへほ～低血糖について知ろう	看護師
7月	4日	6	インスリンとお薬のお話	看護師
	11日	7	糖尿病にきく！運動療法 (※注2)	理学療法士
	18日		休診日（海の日）	
	25日	8	合併症がこわい糖尿病	看護師
8月	1日	9	集団栄養指導 (※注3)	管理栄養士
	8日	10	シックデイ～シッテ納得 不安解消	看護師
	15日	1	知れば安心 糖尿病～糖尿病とのつきあい方	看護師
	22日	2	糖尿病治療薬～内服薬と上手に付き合う為に	看護師
	29日	3	あなたの足はどんな足～あしはたいせつ	看護師
9月	5日	4	血糖を測定して生活を見直そう (※注1)	臨床検査技師
	12日	5	はひふへほ～低血糖について知ろう	看護師
	19日		休診日（敬老の日）	
	26日	6	インスリンとお薬のお話	看護師

※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