

# 『朝の糖尿病教室／健康教室』

## 2023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

5日(水) DVD 連携部	12日(水) 医師	19日(水) 臨床検査技師	26日(水) 看護師	
下北平均寿命アップ	糖尿病について	糖尿病の検査と その意義	HbA1cを下げる5つ のポイント	

### 5月

3日(水) 休日	10日(水) 薬剤師	17日(水) 管理栄養士	24日(水) DVD リハビリ	31日(水) 医師
憲法記念日	糖尿病治療薬 について	外食の選び方	転倒予防 エクササイズ	糖尿病について

### 6月

7日(水) 臨床検査技師	14日(水) 看護師	21日(水) 薬剤師	28日(水) 管理栄養士	
自分の数値を知って いますか？	歯周病について	糖尿病治療薬 について	転ばぬ先の… たんぱく質	

### 7月

5日(水) DVD 連携部	12日(水) 医師	19日(水) 臨床検査技師	26日(水) 看護師	
7つの習慣で克服	糖尿病について	糖尿病と合併症	脱水予防について	

### 8月

2日(水) 薬剤師	9日(水) 管理栄養科	16日(水) DVD リハビリ	23日(水) 医師	30日(水) 臨床検査技師
糖尿病治療薬 について	飲み物の糖分 について	ウォーキングの効果	糖尿病について	HbA1cのあれこれ

### 9月

6日(水) 看護師	13日(水) 薬剤師	20日(水) 管理栄養士	27日(水) DVD 連携部	
災害について	糖尿病治療薬 について	間食のととり方 について	下北平均寿命アップ	

【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』

## 2023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越しください。

**【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	10日	9	集団栄養指導 (※注3)	管理栄養士
	17日	10	シックデイ ～ シツテ納得 不安解消	看護師
	24日	1	知れば安心 糖尿病 ～ 糖尿病とのつきあい方	看護師
5月	1日	2	糖尿病治療薬 ～ 内服薬と上手に付き合う為に	薬剤師
	8日	3	あなたの足はどんな足 ～ 足は大切	看護師
	15日	4	血糖を測定して生活を見直そう (※注1)	臨床検査技師
	22日	5	はひふへほ ～ 低血糖について知ろう	看護師
	29日	6	インスリンとお薬のお話	薬剤師
6月	5日	7	糖尿病にきく！運動療法 (※注2)	理学療法士
	12日	8	合併症がこわい糖尿病	看護師
	19日	9	集団栄養指導 (※注3)	管理栄養士
	26日	10	シックデイ ～ シツテ納得 不安解消	看護師
7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		休診日（海の日）	
	24日	3	あなたの足はどんな足 ～ 足は大切	看護師
	31日	4	血糖を測定して生活を見直そう (※注1)	臨床検査技師
8月	7日	5	はひふへほ ～ 低血糖について知ろう	看護師
	14日	6	インスリンとお薬のお話	薬剤師
	21日	7	糖尿病にきく！運動療法 (※注2)	理学療法士
	28日	8	合併症がこわい糖尿病	看護師
9月	4日	9	集団栄養指導 (※注3)	管理栄養士
	11日	10	シックデイ ～ シツテ納得 不安解消	看護師
	18日		休診日（敬老の日）	
	25日	1	知れば安心 糖尿病 ～ 糖尿病とのつきあい方	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