

# 第2回役に立つ楽しく学べる「いきいき健康教室」

～世界糖尿病デー・日本糖尿病週間記念～

糖尿病は早期からの治療が大切です。早期の治療は糖尿病の進行を抑え、健康な人と変わらない生活を送るための第一歩となります。

お昼ご飯を食べながら、糖尿病について楽しく勉強しましょう。

食前と食後の血糖値・血圧の測定や、簡単にできる運動についてご紹介します。特別講演として、えんどう消化器科内科クリニック院長遠藤稔弥先生の講話もあります。

糖尿病でない方の参加も大歓迎です。

プログラム	時間	担当
1. 開会の挨拶	11時15分～	内科医師
2. 食前血糖測定・血圧測定	11時30分～	糖尿病療養指導士
3. お昼ご飯を食べながら栄養と薬物療法・検査値の見方について	11時50分～12時05分	管理栄養士
	12時05分～12時20分	薬剤師
	12時20分～12時35分	臨床検査技師
4. 食後の運動について	12時45分～13時00分	作業療法士
5. 食後血糖測定	13時00分～	糖尿病療養指導士
6. 糖尿病専門医特別講演	13時15分～14時15分	遠藤稔弥医師
7. 閉会の挨拶	14時15分	内科医師

日時 令和元年11月20日(水)

時間 11時15分～14時15分

場所 大船渡病院3階大会議室

参加費 500円(当日、昼食代金としてお支払いいただきます。)

申込方法 11月15日(金)までに、下記申込書をご記入の上、内科外来へ提出またはFAXにてお申し込みください。  
(外来への提出やFAXによるお申し込みが困難な場合には、電話にてお申し込みください。)

問合せ先 大船渡病院内科外来 TEL(26)-1111

(申込先) 担当 紀室・小原・佐々木 FAX(27)-9285



※インスリン自己注射を行っている方や血糖降下薬を内服している方は当日ご持参ください。

## 参加申込書

氏名 \_\_\_\_\_

電話番号(自宅) \_\_\_\_\_

(携帯) \_\_\_\_\_

受付日 \_\_\_\_\_

受付者 \_\_\_\_\_