

糖尿病教室 30年度日程表

日時 毎月第1・3木曜日 午前9時～10時
 場所 2階40番栄養指導室
 参加費 健康保険対象

日時	医師	栄養士	看護師・理学療法士・薬剤師・検査技師
4月5日 19日	糖尿病の薬①	外食について	薬剤師：薬と食事
5月17日	食事療法	食事の基本（バランスの良い献立とは）	
6月7日 21日	糖尿病とは	適正な主食量を知ろう （ご飯を計ってみよう）	看護師：糖尿病って、症状がないけど、つまり何？
7月5日 19日	夏に向けての注意点	清涼飲料水について	看護師：あれ!?私の足、大丈夫？
8月2日 16日	運動療法	運動の消費エネルギー	理学療法士： 運動してみましょう
9月6日 20日	糖尿病の薬②	アルコール・おつまみについて	看護師：外出先でのインスリン注射、 みんなどうやっているの？
10月4日 18日	低血糖時の対処法	低血糖の補食について	薬剤師：カンバセーションマップ 糖尿病とともに歩む
11月1日 15日	冬に向けての注意点	シックデイの食事について	看護師： 食べられない時、どうするの？
12月6日 20日	具合の悪い時の対処法	年末年始の食事について	看護師： 飲み会での上手なおつきあい。
1月17日	糖尿病の検査	見えない油脂について	臨床検査技師： 動脈硬化の検査
2月7日 21日	糖尿病の合併症	減塩食について （塩分測定をしてみましょう）	看護師： “しめじ”を知ろう！
3月7日 21日	通院と住民健診	菓子・アルコール （嗜好品）について	看護師： 持ち歩こう！糖尿病手帳！