

2020年度 糖尿病教室のご案内

場所：公立西知多総合病院 2階 講堂

時間：14:00～15:30

参加費：無料



公立西知多総合病院
Nishichita General Hospital

| 回数 | 開催日 | 内容 | | 今月の運動 | 今月のレシピ |
|------|-----------|----------------------------------|------------|-------|--------|
| 第52回 | 7月7日(火) | 糖尿病とは？ | 糖尿病の食事・基本編 | 肩の運動 | サラダ |
| 第53回 | 8月4日(火) | 初めての糖尿病 ～糖尿病と診断するための検査～ | 糖尿病の食事・応用編 | 膝の運動 | 卵料理 |
| 第54回 | 9月1日(火) | 糖尿病で注意したい病気 ～糖尿病性腎臓病・腎症の食事療法～ | | お腹の運動 | 野菜料理 |
| 第55回 | 10月6日(火) | 本当に怖い糖尿病の合併症 | 糖尿病と医療費 | 応用歩行① | デザート |
| 第56回 | 11月10日(火) | スポーツの秋！あなたの体力は？ | | | ご飯物 |
| 第57回 | 12月1日(火) | 年末年始は危険がいっぱい ～冬の療養注意ポイント～ | | | 麺料理 |
| 第58回 | 2月2日(火) | 血糖自己測定 ～偽高値を体験してみよう～ | | 足首の運動 | 肉料理 |
| 第59回 | 3月2日(火) | フットケアってなあに | 歯周病にご用心 | 応用歩行② | 豆腐料理 |

☆今年度は新型コロナウイルス感染症対応のため、市民公開講座は中止します。

☆なお今後の教室が変更される場合は、ホームページ及び外来でご案内します。