糖尿病教室を開催しました

11 月 14 日(土)に第 4 回糖尿病教室を開催しました。11 月 14 日は世界糖尿病デーでもあり、市民の方々と共に糖尿病について学ぶいい機会となりました。10 名の方が参加され、大変充実した教室となりました。講演の前半は管理栄養士による食事療法の講話、後半は理学療法士による運動療法の講話と実際にゴムチューブを使った実践的な運動を学びました。治療中の方、家族が糖尿病の方、糖尿病予防に興味がある方など、状況は様々でしたが、参加者の方からは「とても勉強になった」「生活の中で取り入れてみたい」などのお言葉を頂きました。今後ともよりよい教室づくりができるよう、取り組んでいきたいと思います。

world diabetes day
14 November

栄養科　管理栄養士　竹下七海

【講話の内容】
①糖尿病と上手に付き合うための食事の工夫　（管理栄養士　安﨑姫花）
②糖尿病について～運動療法～　（理学療法士　福嶋悟・田中凌）










ご参加いただきありがとうございました！