

# 糖尿病三二講座

新潟市糖尿病対策推進会議では  
専門医、眼科医、歯科医、看護師、  
運動トレーナー、管理栄養士を講師として  
糖尿病三二講座を開催しております。

## のご案内



- 専門医による糖尿病についてのお話
  - 眼科医による糖尿病眼合併症のお話
  - 歯科医による歯周病のお話
  - 日本糖尿病療養指導士 看護師によるフットケア
  - 運動トレーナーによるストレッチ体操
  - 管理栄養士による糖尿病の食事面についてのお話
- ※詳しい内容については裏面をご覧ください。



平成30年	4月22日(日)	10月28日(日)
	5月27日(日)	11月25日(日)
	6月24日(日)	12月16日(日)
	7月22日(日)	平成31年 1月27日(日)
	8月26日(日)	2月24日(日)
	9月30日(日)	3月24日(日)

時間：13：30～15：15



**JOYiNT-BASE(ジョイントベース)**  
(西堀ローサ7番街)  
※駐車場は西堀地下駐車場をご利用ください。  
※会場への問合せはご遠慮ください。



**先着30名**  
※定員になり次第締切



市報掲載の申込開始日から前々日までに  
新潟市保健所 健康増進課まで  
☎025-212-8166

## 平成30年度 糖尿病ミニ講座 予定表

	糖尿病専門医による	眼科医、歯科医、看護師、 運動トレーナーによる	管理栄養士による
平成30年 4月22日	糖尿病とは	ストレッチ体操	「何をどれだけ食べたらいいの？ ～主食・主菜・副菜をそろえましょう～」
5月27日	合併症	歯周病	「嗜好品に要注意!! ～アルコール、お菓子、清涼飲料水について～」
6月24日	薬物療法	フットケア	「賢い外食の摂り方 ～減塩のすすめ～」
7月22日	運動療法	ストレッチ体操	「一人暮らしの方へ ～具体的な食事の工夫・コツについて～」
8月26日	糖尿病とは	フットケア	「何をどれだけ食べたらいいの？ ～主食・主菜・副菜をそろえましょう～」
9月30日	合併症	歯周病	「嗜好品に要注意!! ～アルコール、お菓子、清涼飲料水について～」
10月28日	薬物療法	ストレッチ体操	「賢い外食の摂り方 ～減塩のすすめ～」
11月25日	運動療法	糖尿病眼合併症	「何をどれだけ食べたらいいの？ ～主食・主菜・副菜をそろえましょう～」
12月16日	糖尿病とは	フットケア	「飲み過ぎ、食べ過ぎ、ご用心!! ～年末・年始の賢い食事の摂り方～」
平成31年 1月27日	合併症	歯周病	「賢い外食の摂り方 ～減塩のすすめ～」
2月24日	薬物療法	ストレッチ体操	「嗜好品に要注意!! ～アルコール、お菓子、清涼飲料水について～」
3月24日	運動療法	フットケア	「一人暮らしの方へ ～具体的な食事の工夫・コツについて～」

※上記の内容は都合により予告なく変更する場合があります。予めご了承ください。