

2023年度

糖尿病ミニ講座 のご案内



糖尿病専門医

眼科医、歯科医、薬剤師、糖尿病療養指導士(看護師)、健康運動指導士など

管理栄養士

の3名を講師として、毎月、**糖尿病ミニ講座**を開催しております。

対象

治療中の方

ご家族

予防目的

どなたでも
ご参加ください！

詳しい内容は裏面をご覧ください。

日程

毎月第4日曜日

13:30~15:15 (受付13:00~)

※月によって異なる場合があります。詳しい日程は裏面をご覧ください。

場所

クロスバルにいがた

所在地：新潟市中央区礎町通3-2086

・JR新潟駅万代口より徒歩20分程度

・バス停「礎町」または「本町」より徒歩3~5分

※クロスバルにいがたの駐車場は有料です。また、駐車台数に限りがございますので、周辺のコインパーキングをご利用いただくか、公共交通機関をご利用ください。

※会場への問合せはご遠慮ください。



定員

先着35名

申込
問合せ

新潟市保健所 健康増進課

☎025-212-8166

申込み開始日は裏面をご覧ください

2023年度 糖尿病ミニ講座 予定表

日 程	講師・内容			申込開始日
	糖尿病専門医	眼科医、歯科医、 薬剤師、看護師、 健康運動指導士など	管理栄養士	
2023年 4月23日 (日曜)	糖尿病とは	薬物療法	「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～」	2023年 4月5日 (水曜)
5月28日 (日曜)	合併症	歯周病	「嗜好品との上手な付き合い方 ～おやつとアルコール～」	5月10日 (水曜)
6月18日 (日曜)	薬物療法	フットケア	「賢い外食の摂り方 ～減塩のすすめ～」	6月7日 (水曜)
7月23日 (日曜)	運動療法	健康体操	「一人暮らしの方へ ～具体的な食事の工夫・コツについて～」	7月5日 (水曜)
8月27日 (日曜)	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～」	8月9日 (水曜)
9月24日 (日曜)	運動療法	健康体操	「嗜好品との上手な付き合い方 ～おやつとアルコール～」	9月6日 (水曜)
10月15日 (日曜)	薬物療法	歯周病	「賢い外食の摂り方 ～減塩のすすめ～」	10月4日 (水曜)
11月26日 (日曜)	合併症	糖尿病眼合併症	「一人暮らしの方へ ～具体的な食事の工夫・コツについて～」	11月8日 (水曜)
12月24日 (日曜)	糖尿病とは	薬物療法	「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6日 (水曜)
2024年 1月28日 (日曜)	合併症	歯周病	「嗜好品との上手な付き合い方 ～おやつとアルコール～」	2024年 1月10日 (水曜)
2月25日 (日曜)	薬物療法	フットケア	「賢い外食の摂り方 ～減塩のすすめ～」	2月7日 (水曜)
3月24日 (日曜)	運動療法	健康体操	「一人暮らしの方へ ～具体的な食事の工夫・コツについて～」	3月6日 (水曜)

※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。また、都合により講座を中止とさせていただく場合があります。予めご了承ください。