

平成29年10月27日(金)午後3時から5Fサロンで
当院糖尿病サポートチームによる「糖尿病教室」が
行われ、患者さんや家族のみなさん、興味をお持ち
の方どなたでも、自由に多数参加していただきました。

テーマ

○ 「糖尿病と言われたら… こんなことに気をつけよう」

講師 看護師 宮腰ゆかり

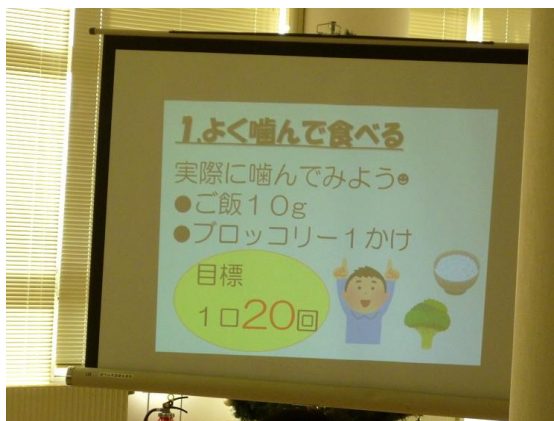
○ 「何をどれだけ食べたらいい？」

講師 管理栄養士 小松孝子



看護師から、糖尿病の食事治療についてのお話。

野菜を食べる、食事の時間はだいたい決まった時間にとる、よく
噛んで食べる、など食事の際に気を付ける項目が具体的に解説
され、それを続けられるコツもアドバイス。



管理栄養士は白ごはんと温野菜を参加者に配付。

1回、2回、3回 …… 20回！

「よく噛んで食べる」ことを体験していただきました。

