

糖尿病教室を開催しました

6月1日（金）に糖尿病教室を開催しました。

臨床検査技師からは「**糖尿病のいろいろな検査**」、管理栄養士からは、「**良いあぶら・悪いあぶら —油脂の上手な摂り方について—**」というテーマで説明が行われました。

今回は教室終了後に任意参加の運動教室もあり、インストラクターと一緒にストレッチを中心とした運動を行ないました。

病院の糖尿病教室担当スタッフも参加していましたが、なかなか思うように体が動かない者も多かったようです。

次回は7月6日（金）が定期的で開催している「**糖尿病の基本的なお話し**」、8月3日（金）は「**糖尿病と歯周病 上手な歯磨きの方法**」と「**糖尿病と薬について（飲み薬）**」のテーマでお送りします。

また、8月は運動教室もありますので、参加希望の方は動きやすい服装でお越しください。糖尿病教室開催スタッフ一同、みなさまのご参加をお待ちしております。

