

11月の生活習慣病予防教室

日 程	時 間	内 容	担 当 者	教室の様子
11/1 (火)	12:10~	食事会 ¥500	管理栄養士	
	12:40~	ロコモ体操	理学療法士	
	13:10~	食事と生活の質	管理栄養士	
	13:30~13:45	NT-proBNPについて	検査技師	
				- 運動のポイント -
11/8 (火)	12:10~	食事会 ¥500	管理栄養士	
	12:40~	食事のポイント ・チームに分かれて○×クイズ ・並べ替えをしてみよう ・食品交換パズル		
	13:30~14:00	肥満症について	外来看護師	
				- 昼食会 -
11/15 (火)	12:10~	食事会 ¥500	管理栄養士	
	12:40~	DVD鑑賞 糖尿病の基本	管理栄養士	
	13:00~	カンバセーションマップ		
				- カンバセーションマップ -
11/22 (火)	12:10~	食事会 ¥500	管理栄養士	
	12:40~	食べ物の匂を知ろう	管理栄養士	
	13:00~	運動の実践！健康体操		
	14:00~14:30	DVD鑑賞 糖尿病と運動	医師	
				- 運動の実践 -

◎次回は12月6日(火)です

- 12月6日 揚げ豆腐/ほうれん草の和え物/切り干し大根の炒め煮/パイナップル
- 12月8日 変わりさつま揚げ/ほうれん草のシラス和え/清汁/りんご
- 12月15日 赤魚の煮つけ/ごま酢和え/白和え/みかん
- 12月22日 豚肉のみそづけ焼き/煮なます/小松菜の磯和え/キウイフルーツ

問い合わせ先 (TEL 中部病院27-1111各科外来、 栄養科直通27-1276)

※当院で診察を受けられている患者様対象です