

12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
12/6 (火)	12:10~	食事会 ¥500	管理栄養士	
	12:40~	自宅でできるストレッチ	理学療法士	
	13:00~	野菜と野菜ジュース	管理栄養士	
	13:30~13:45	コレステロールと関係が深い病気	検査技師	
				- 運動のポイント -
12/13 (火)	12:10~	食事会 ¥500	管理栄養士	
	12:40 ~ 13:40	栄養指導 ・お正月太りを防ぐ ・主食として食べているもの		
				- 昼食会 -
12/20 (火)	12:10~	食事会 ¥500	管理栄養士	
	12:40~	糖尿病と運動療法		
	13:00~	インフルエンザとお薬	薬剤師	
	13:30 ~14:00	血液と血管年齢	看護師	
				- お薬の話 -
12/27 (火)	12:10~	食事会 ¥500	管理栄養士	
	12:40~	栄養かるた 作成		
	13:00~	運動の実践！健康体操	健康運動指導士	
	14:00~14:30	慢性腎臓病について	医師	
				- 医師講義 -

◎次回は1月10日(火)です

1月3日 ~ お 休 み ~

1月10日 鶏肉のから揚げ/切干大根の炒め煮/りんご

1月17日 とろろ蒸し/白和え/オレンジ

1月24日 赤魚のおろし煮/ピーナッツ和え/みかん

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