

2026年度 糖尿病教室

開催日:毎月第1水曜日 時間:13:30～14:30 場所:本館1階 講堂 神戸市立医療センター中央市民病院

開始時刻	13:30		13:45	14:00	14:15	
第1回	いまこそ知りたい合併症(医師)		薬の話あれこれ (薬剤師)	何をどのくらい食べたらいいの？ (管理栄養士)	自己血糖測定 (臨床検査技師)	6月3日 10月7日
			糖尿病の薬について知りましょう	あなたに必要な食事量と バランスを考えてみましょう	自分の血糖値を測ってみましょう	
第2回	糖尿病治療薬の種類と注意点 (医師)		日常生活の注意点 (看護師)	おやつとお酒の誘惑 (管理栄養士)	一緒に体を動かしましょう (理学療法士)	7月1日 12月2日
			糖尿病とうまくつきあうために	「いけない」とわかっている けどやめられない ～おやつとお酒の付き合い方～	手軽にできる運動で体を動かしてみましょう ～有酸素運動編～	
開始時刻	13:30	13:40	13:50	14:00	14:10	
第3回	糖尿病について知ろう (医師)	低血糖ってなに？ (薬剤師)	外食・中食も工夫しだい！ (管理栄養士)	楽しく知ろう検査項目 (臨床検査技師)	あなたのお口は大丈夫？ (歯科衛生士)	8月5日 2027年 2月3日
		薬と低血糖について 知りましょう	外食・コンビニ弁当・惣菜等 利用の仕方を考えてみましょう	検査結果はどう見るの？	糖尿病と歯周病の関係を 知りましょう	
開始時刻	13:30		13:45	14:00	14:15	
第4回	糖尿病の検査と治療 (医師)		血管を診よう (臨床検査技師)	最近自分の足を見ていますか？ (看護師)	一緒に体を動かしましょう (理学療法士)	9月2日 2027年 3月3日
			超音波検査で 動脈硬化を調べます	足のお手入れの仕方を 一緒にやってみましょう	手軽にできる運動で体を動かしてみましょう ～レジスタンス運動編～	
特別編	11月は糖尿病月間！イベント開催を予定しています。					11月4日

*4月・5月・1月はお休みです。 *講義の順番が一部変更となる場合があります。