



# たなべ健康教室



【参加費】 無料

【予 約】 不要（直接会場へお越しください）

【対 象】 健康に興味がある方や、生活習慣病で通院中の方

【内 容】 講義+質疑応答（14:30~15:30）※



※感染状況等に応じて、急遽内容を変更する場合がございます。あらかじめご了承ください。

第1回	2026年 4月16日(木)	メタボリックシンドロームについて ～2型糖尿病や心臓の病気への影響～	看護師
		振り返ってみよう、生活習慣	管理栄養士
第2回	5月21日(木)	一緒に学ぼう糖尿病の薬	薬剤師
		何をどのくらい食べたらいい？	管理栄養士
第3回	6月18日(木)	できる！が見つかる運動のススメ	理学療法士
		暑い季節にご用心～夏の療養注意ポイント～	管理栄養士
第4回	7月16日(木)	糖尿病と合併症について	臨床検査技師
		無理なく続ける体重管理のコツ	管理栄養士
第5回	8月20日(木)	お口の渇き感じていませんか？	歯科衛生士
		外食&間食、上手に選ぼう	管理栄養士
第6回	9月17日(木)	大切な足のセルフケア～自分の足をみてみましょう～ ※裸足になれる服装で、フェイスタオルをご持参ください	看護師
		適塩生活～目指せあなたも適塩マスター	管理栄養士

(場所)

京都田辺中央病院 西館  
5階 外来待合スペース



(お問い合わせ先)

京都田辺中央病院 臨床栄養部

0774-63-1111

(8:30~17:00 日祝をのぞく)