

糖尿病教室食事会のご案内

日時 : 平成28年11月19日(土)

11時30分~13時30分

場所 : 長崎病院ヘルスケアセンター1階
(当院隣り)

参加費 : 700円(食事代として)



(以前お出ししたお弁当です。)

内容 : お弁当形式です。

糖尿病と生活習慣病予防のための食事ですので、指示エネルギー量のある方はその量を、現在特に異常のない方も、ご自分にとっての適切な食事量を覚えましょう！具体的な献立の説明を聞きながら、食べていただきます。

生活習慣病について、疑問に思っていることを尋ねたり、健康に過ごすためのノウハウを話したり和気あいあいと過ごせれば良いと思います。

生活習慣病について、正しい知識を身につける機会にしてください。

●希望者は血糖測定もさせていただきます。

お申込みが必要です！

参加希望者は11月14日(月)までに長崎病院の受付までお申し込みください。

※参加費は当日いただきます。

尚 不明な点は (☎208-5801) 長崎病院 栄養管理室までお尋ねください。