

血糖、HbA1cの値がよくなかったわ。
どうしたらいいのかしら。

健診が終わって会社に戻る前に、
ちょっと聞いていこうかな。



今日からできる! 15分 糖尿病発症予防教室

糖尿病にならないように予防するために、日常の生活習慣にすぐに取り入れられる方法を説明します。

ドック・健診の検査結果がよくなかった方、ご家族の方、糖尿病に興味のある方、一緒に糖尿病について考えてみませんか。

テーマ 「今日から始める食事と運動」

時間 12:30 ~ 12:45 (**15分間**)

場所 東都クリニック内 特診6前

当日は、直接会場までお越しください。

事前申し込みは不要、参加費は無料です。

途中参加、途中退室は自由です。



糖尿病専門医 服部先生

日程

12月							1月							2月							3月						
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4							1			1	2	3	4	5			1	2	3	4	5
5	6	7	8	9	10	11	2	3	4	5	6	7	8	6	7	8	9	10	11	12	6	7	8	9	10	11	12
12	13	14	15	16	17	18	9	10	11	12	13	14	15	13	14	15	16	17	18	19	13	14	15	16	17	18	19
19	20	21	22	23	24	25	16	17	18	19	20	21	22	20	21	22	23	24	25	26	20	21	22	23	24	25	26
26	27	28	29	30	31	23	24	25	26	27	28	29	27	28	27	28	29	30	31								
							30	31																			

■ = 開催日

4月以降の日程は、決まり次第お知らせします。

【お問い合わせ先】 東都クリニック 栄養科 ☎03-3239-0301

糖尿病発症予防には・・・

早期発見には、定期的な検査が必要です。

ドック・健診は定期的に受けましょう。

再検査が必要な場合は、必ず受けましょう。

ご不明な点は、糖尿病発症予防教室まで

糖尿病専門医 服部先生が「今」知ってほしいことを発信しているブログは、こちらのURLからアクセスできます。

健康管理・生活習慣病予防・早期治療にぜひ役立ててください。



<https://doctor-shat.com>

糖尿病専門医が教える
「今」知りたいヘルスケア