

お誘い!



# 糖尿病患者さんのための 糖尿病教室 に、 参加してみませんか?

管理栄養士が糖尿病の食事について、わかりやすくお話します。

基礎クラス（食事会付）と 応用クラス（テーマは月替わり）があります。



- ◎ 食事の話って聞いたこと無いんだよね～
- ◎ 食事療法って面倒くさそうだな…
- ◎ バランスの良い食事ってどんな食事？
- ◎ 運動をしっかりやっているから  
食べたいものを食べてもいいんだよね～



日時

	曜日	食事会	講義
基礎クラス	水曜	13時～	14時～15時
応用クラス	木・金曜	—	14時～15時

※ 各曜日 月1回程度の実施です。実施日はお問い合わせください。

※ 基礎クラスは、食事会のみ・講義のみ の受付もできます。

※ 食事会参加の方は、教室の2週間前までにお申し込みください。

場所

健康増進センター 多目的室（高村内科クリニック2階）

人数

6名まで

持ち物

筆記用具

費用

1回 上限 基礎クラス 630円、応用クラス 240円  
（保険診療の負担額により異なります）

申込み

栄養士 または クリニックスタッフまで

※高村内科クリニックに定期通院されている方が対象です。