

さわやか健康教室

Dr.尾畑の「糖尿病のおはなし」 ～ホントにこわい糖尿病～

多数の皆さまにご参加いただき、ありがとうございました。

日時：令和8年5月13日(水) 14:30～15:00

会場：病院5階講義室

講師：健康管理部長 尾畑 昇悟 先生

健診の強い味方
Dr.尾畑

糖尿病の合併症は
こわい！！

食事療法のアドバイス！

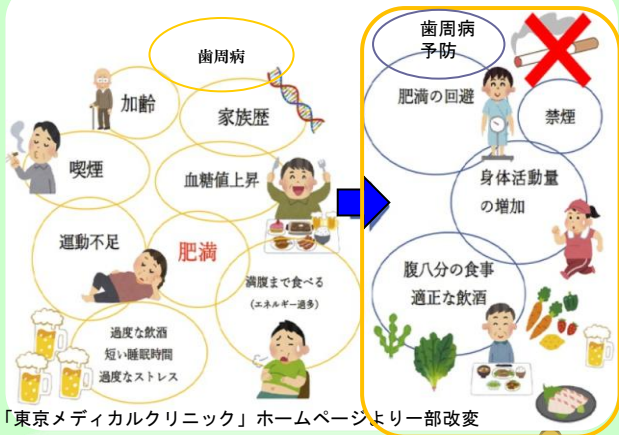
健康に関心のある、多くの皆さんに
ご参加いただきました！

糖尿病の合併症



糖尿病を防ぐためには、
生活習慣を見直し改善をしましょう。

糖尿病の発症危険因子と生活習慣の改善



食生活を見直したりスロージョギング
などの運動も大事です。

1年に1回の健康診断を受けることを
お勧めします！！

また元気で会いましょう！

ダイエットはわずかな運動でも
続ければ効果があります

