

専門医による糖尿病教室

無料 申込不要 月1回

糖尿病専門医による講義形式の糖尿病教室です。

糖尿病とはどんな病気か？糖尿病の合併症とは何か？
どのように治療するのか？について詳しくお話いたします。

| 表記 | 内容 | 時間 |
|------|---|-------------|
| 糖尿 | 糖尿病とは 講師：陣内 富男 先生 | 14:30～16:30 |
| 足病変 | 糖尿病でおこる足の病気 講師：陣内 富男 先生 | |
| 腎臓 | 糖尿病でおこる腎臓病 講師：梶原 敬三 先生 | 14:30～15:30 |
| 眼 | 糖尿病でおこる眼の病気 講師：宮本 文夫 先生 | 14:30～15:30 |
| 動脈硬化 | 動脈硬化を予防しよう ～脳梗塞、心筋梗塞～ 講師：陣内 秀昭 先生 | 14:30～15:30 |

会場：陣内病院 5F 指導室

日本糖尿病療養指導士による ショートプログラム

無料 申込不要 月1回

日本糖尿病療養指導士資格を持つ医療スタッフ
による体験型の糖尿病教室です。

実習を交え、楽しくおしゃべりしながら糖尿病を上手く
コントロールする方法を学んでいただけます。

| 表記 | 内容 | 時間 |
|-----|-------------|-------------|
| SP① | 糖尿病を正しく知ろう！ | 14:30～16:30 |
| SP② | 糖尿病の治療 | 14:30～16:30 |
| SP③ | 自己管理に向けて | 14:30～16:30 |

会場：陣内病院 5F 指導室

持ってくるもの：糖尿病手帳、筆記用具

日本糖尿病療養指導士って何？

糖尿病とその療養指導全般に関する正しい知識を有し、
熟練した療養指導を行うことができる医療従事者に
与えられる資格です。

陣内病院には、19名の日本糖尿病療養指導士が勤務しており、
有資格者はこのバッジをつけています。



糖尿病治療でわからない事があったら、
いつでもこのバッジをつけたスタッフにご相談ください。



陣内病院の 糖尿病教育プログラムのごあんない

まずは糖尿病のこと、アナタ自身の身体の今の状態をしっかりと理解しましょう。一病息災で豊かな人生を送るための第1歩です。陣内病院では、患者さんの健康管理をサポートするため、毎月これらの糖尿病教育プログラムを行っています。ぜひこの機会をご活用ください。患者さんはもちろん家族の方の参加もOKです。たくさんのご参加お待ちしております！

2016 (平成28) 年1月～6月のスケジュール

| 1月 | | 2月 | | 3月 | | 4月 | | 5月 | | 6月 | |
|------|---------|------|---------|------|---------|------|---------|------|---------|------|---------|
| 1 金 | | 1 月 | 糖尿 足病変 | 1 火 | | 1 金 | | 1 日 | | 1 水 | |
| 2 土 | | 2 火 | | 2 水 | | 2 土 | | 2 月 | 糖尿 足病変 | 2 木 | |
| 3 日 | | 3 水 | 食事 | 3 木 | | 3 日 | | 3 火 | | 3 金 | |
| 4 月 | 糖尿 足病変 | 4 木 | V 腎臓 腎食 | 4 金 | | 4 月 | 糖尿 足病変 | 4 水 | | 4 土 | |
| 5 火 | | 5 金 | 眼 | 5 土 | | 5 火 | | 5 木 | | 5 日 | |
| 6 水 | 食事 | 6 土 | | 6 日 | | 6 水 | 食事 | 6 金 | | 6 月 | 糖尿 足病変 |
| 7 木 | V 腎臓 腎食 | 7 日 | | 7 月 | 糖尿 足病変 | 7 木 | V 腎臓 腎食 | 7 土 | | 7 火 | |
| 8 金 | 眼 | 8 月 | | 8 火 | | 8 金 | 眼 | 8 日 | | 8 水 | 食事 |
| 9 土 | | 9 火 | | 9 水 | 食事 | 9 土 | | 9 月 | | 9 木 | V 腎臓 腎食 |
| 10 日 | | 10 水 | | 10 木 | V 腎臓 腎食 | 10 日 | | 10 火 | | 10 金 | 眼 |
| 11 月 | | 11 木 | | 11 金 | 眼 | 11 月 | | 11 水 | 食事 | 11 土 | |
| 12 火 | | 12 金 | | 12 土 | | 12 火 | | 12 木 | V 腎臓 腎食 | 12 日 | |
| 13 水 | | 13 土 | | 13 日 | | 13 水 | | 13 金 | 眼 | 13 月 | |
| 14 木 | | 14 日 | | 14 月 | くすり | 14 木 | | 14 土 | | 14 火 | |
| 15 金 | | 15 月 | | 15 火 | | 15 金 | | 15 日 | | 15 水 | |
| 16 土 | | 16 火 | | 16 水 | | 16 土 | | 16 月 | くすり | 16 木 | |
| 17 日 | | 17 水 | SP① 運動 | 17 木 | | 17 日 | | 17 火 | | 17 金 | |
| 18 月 | | 18 木 | SP② | 18 金 | | 18 月 | くすり | 18 水 | | 18 土 | |
| 19 火 | | 19 金 | SP③ | 19 土 | | 19 火 | | 19 木 | | 19 日 | |
| 20 水 | SP① 運動 | 20 土 | | 20 日 | | 20 水 | SP① 運動 | 20 金 | | 20 月 | くすり |
| 21 木 | SP② | 21 日 | | 21 月 | | 21 木 | SP② | 21 土 | | 21 火 | |
| 22 金 | SP③ | 22 月 | くすり | 22 火 | | 22 金 | SP③ | 22 日 | | 22 水 | SP① 運動 |
| 23 土 | | 23 火 | | 23 水 | SP① 運動 | 23 土 | | 23 月 | | 23 木 | SP② |
| 24 日 | | 24 水 | | 24 木 | SP② | 24 日 | | 24 火 | | 24 金 | SP③ |
| 25 月 | くすり | 25 木 | | 25 金 | SP③ | 25 月 | 動脈硬化 | 25 水 | SP① 運動 | 25 土 | |
| 26 火 | | 26 金 | | 26 土 | | 26 火 | | 26 木 | SP② | 26 日 | |
| 27 水 | | 27 土 | | 27 日 | | 27 水 | | 27 金 | SP③ | 27 月 | 動脈硬化 |
| 28 木 | | 28 日 | | 28 月 | 動脈硬化 | 28 木 | | 28 土 | | 28 火 | |
| 29 金 | | 29 月 | 動脈硬化 | 29 火 | | 29 金 | | 29 日 | | 29 水 | |
| 30 土 | | | | 30 水 | | 30 土 | | 30 月 | 動脈硬化 | 30 木 | |
| 31 日 | | | | 31 木 | | | | 31 火 | | | |

薬物療法 ～くすりとインスリンのはなし

無料 申込不要 月1回

「糖尿病のくすり」には、様々な働きや効果のあるおくすりがあり、
あなたの身体の状態にあわせて処方されます。
そんな糖尿病のくすりについて詳しく説明いたします。

表記：くすり

時間：14:30～16:30
会場：陣内病院 5F 指導室



運動療法 ～楽しく運動しよう！

無料 申込不要 月1回

「運動療法をしてください」と言われたものの、
具体的にはどうしたらいいの？と思っている方や、
運動の苦手な方におすすめです。
運動のできる服装・靴と、タオル持参で参加ください！

表記：運動

時間：9:00～10:00
会場：陣内病院 5F 口ア



食事療法集中プログラム

体験食のみ有料 申込不要 月1回

日本糖尿病療養指導士の資格を持つ管理栄養士
による実習を交えた教室です。

食事で健康を害してしまう飽食の時代を賢く健康に生き
抜くため、あなたの身体にあった「食事の極意」を
お教えします。

| 表記 | 内容 | 時間 |
|----|-----------------------|-------------|
| 食事 | ① 糖尿病の食事療法 ～健康食の実践 | 14:30～16:30 |
| V | ② バイキング ～外食のとり方 | 11:30～ |
| 腎食 | ③ 糖尿病性腎症の 食事療法 | 15:30～16:30 |

注※バイキング形式の体験食のみの参加は不可です。
原則として全プログラム通してご参加ください。

会場：陣内病院 5F 指導室

外来昼食会

有料 (800円)

要予約 (売店)

月1回



あなたの身体にあった摂取カロリーの食事を提供する
外来患者さんのための体験食事会です。
健康を保つためのバランスの良い食事を、実際に
「見ながら」「食べながら」学びましょう！

時間：12:30～13:30

参加費：800円 (食事代実費)

定員：予約申込先着 15名

*お申し込みは開催1ヶ月前から
陣内病院 売店にて受付けます。

表記：昼食

会場：陣内病院 2F 食堂