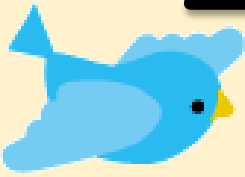


# 生活習慣病教室



**病気を知って、延ばそう健康寿命！！**

●開催日程：毎月 第3週目 土曜日

●会場：さいたま市民医療センター 大会議室

住所：さいたま市西区島根 299-1

●時間：午後3時～4時

●参加費：無料



## 2019年度（前半）開催内容

	開催日	テーマ	担当
第1回	4月20日	生活習慣病のウソ・ホント！？	医師
第2回	5月18日	共に見直そう、毎日の食事 ～生活習慣病の予防と進行を防ぐ食事とは？～	管理栄養士
第3回	6月29日	これであなたもお薬マスター！	薬剤師
6月は第5土曜日になります			
第4回	7月20日	見直そう！足のケアとお口のケア (あし体操と嚥下体操)	看護師
第5回	8月17日	<u>イベント企画中！近日発表！お楽しみに…</u>	理学療法士
第6回	9月21日	身に付けよう！メタボ検査のいろは	臨床検査技師

生活習慣病（糖尿病・高血圧・脳梗塞・心筋梗塞・メタボ・脂質異常症など）は病気を正しく理解し、治療していくことが大事です。患者様自身が正しい知識を持ち自己管理が出来ますよう支援するための教室です。  
ご本人だけでなくご家族の方や生活習慣病予防に興味がある方もお気軽にお越しください。

お問い合わせは：さいたま市民医療センター 患者支援 まで  
(日、祝祭日除く9時～17時) TEL 048-626-0011  
**お気軽にご参加ください**

