

糖尿病患者さんと糖尿病予備群の方のための

糖尿病1日教室



糖尿病について正しく学び、食事・運動・治療のポイントを
専門家からわかりやすく学べる教室です。

ご本人はもちろん、ご家族の方もぜひご参加ください。



 日 時：2026年 **11**月**14**日(土) 14:00～16:00

 会 場：公立阿伎留医療センター 地下1階講堂
あきる野市引田78-1 (受付：13時半より)

 費 用：無 料  定 員：30名【要申込】

 対 象：糖尿病の患者さんとその家族の方、糖尿病予備群と言われた方、
血糖値が高めと言われた方、糖尿病治療に興味のある方

～ 感染予防対策のためマスク着用の御協力をお願い致します ～

(司会：樋口クリニック 院長 樋口 正憲 先生)

14:00 【40分で理解する糖尿病】

医師 樋口クリニック 院長(糖尿病専門医) **樋口 正憲** 先生



14:40

【食事療法の基本】

～継続可能な食べ方を見つけて実践～

管理栄養士 公立阿伎留医療センター

舞木 文子 先生



15:20

【運動療法の基本】

～生活の中で行える！簡単・手軽な運動方法～

トレーナー 高村内科クリニック

寺本由美子 先生



15:50

質 疑 応 答



お申込み・お問い合わせ

西多摩医師会

☎0428-23-2171

受付時間

月～金曜日

午前10:00～午後4:00

お申込みはこちら。

スマートフォンで
QRコードを読み取り
お申込み下さい。



主催

一般社団法人 西多摩医師会
西多摩地域糖尿病医療連携検討会

後援

一般社団法人 東京都西多摩歯科医師会
一般社団法人 西多摩薬剤師会

