

# 生活習慣病教室予約表

エンボスカード又は手書きでID,名前を左側に記入してください  
受講希望の曜日の欄に○印をつけてください。

日時：毎週木曜日 午後13時から14時まで

場所：4階病棟ダイルーム

| 予約欄 | 日時     | 内容                         | 担当     |
|-----|--------|----------------------------|--------|
| ( ) | 10月4日  | 今、気になる健康の話～コレステロール～        | 内科医師   |
| ( ) | 10月11日 | 無理なく、楽しく♪3B体操              | 外部講師   |
| ( ) | 10月18日 | これで安心!糖尿病と薬                | 薬剤師    |
| ( ) | 10月25日 | 分かりやすい!生活習慣病の検査            | 臨床検査技師 |
| ( ) | 11月1日  | 基本が大事!出来ていますか?<br>食事の意識!   | 管理栄養士  |
| ( ) | 11月8日  | 運動を長く続けるには?                | 作業療法士  |
| ( ) | 11月15日 | 普段聞けない高血圧の疑問<br>先生に聞いてみよう! | 内科医師   |
| ( ) | 11月22日 | 血圧と薬と私                     | 薬剤師    |
| ( ) | 11月29日 | 分かりやすい!生活習慣病の検査            | 臨床検査技師 |
| ( ) | 12月6日  | 気をつけたい!年末年始のお食事            | 管理栄養士  |
| ( ) | 12月13日 | 笑いヨガ 心も身体も健康に♪             | 外部講師   |
| ( ) | 12月20日 | 運動教室<br>簡単な運動を一緒にしてみましよう   | 理学療法士  |
| ( ) | 12月27日 | 体験型健康チェック                  | 看護師    |