



糖質が多い飲み物では、  
一息つけなくなります。



健康マイレージが貯まる! 市民公開講座

## 看護師が教える! 糖尿病予防のお話

参加費  
無料

2/3

[土]

場 所 / 小倉記念病院 4F講堂(北九州市小倉北区浅野3丁目2-1)

時 間 / 10:30-12:30(開場9:30)

講師 / 小倉記念病院 糖尿病看護認定看護師 砂山裕子 対象 / 北九州市民および近隣の方々約200名

お問い合わせ / 一般財団法人 平成紫川会 TEL.093-511-2058 主催 / 一般財団法人 平成紫川会 共催 / 北九州市 ※1階正面玄関よりご来場ください。時間外出入口からは入館できませんのでご注意ください。



砂山看護師からの  
メッセージ動画  
配信中!

## TVの健康番組が 全て正しいとは 限りません。

血糖値の高い状態が続くと、①尿の量が多くなる②のどが渇き、水分をたくさん飲む③体重が減る④疲れやすくなる⑤合併症などさまざまな症状が起きます。健康ブームの中、TV番組の対処法を、全てうのみにせず、病気の基本知識、正しい食事のとりかたなど糖尿病について、現場の看護師がしっかりとお教えいたします。

小倉記念病院 糖尿病看護認定看護師 砂山裕子



健康マイレージが貯まる!市民公開講座

## 看護師が教える! 糖尿病予防のお話

参加費  
無料

◎2月3日(土) 10:30~12:30(開場9:30)

◎小倉記念病院 4F講堂(北九州市小倉北区浅野3丁目2-1)

※1階正面玄関よりご来場ください。時間外出入口からは入館できませんのでご注意ください。  
対象:北九州市民および近隣の方々約200名 主催/一般財団法人 平成紫川会 共催/北九州市  
お問い合わせ:一般財団法人 平成紫川会 TEL.093-511-2058



参加  
方法

往復ハガキに①糖尿病講座 ②氏名(フリガナ) ③住所 ④年齢 ⑤電話番号をご明記し下記までご郵送ください。

往復ハガキ1枚につき2名様までお申込みいただけます。その場合、お二方とも①~⑤の内容をご明記ください。  
応募多数の場合は、抽選とさせていただきますのでご了承ください。

1月24日(水)必着

〒802-0001 北九州市小倉北区浅野3丁目2-1 「一般財団法人 平成紫川会 事務局」宛

## 次回は3月3日[土]「おくすりと上手につきあう方法」

場所/小倉記念病院 4F講堂 時間/10:30~12:30  
講師/小倉記念病院 薬剤部長 入江利行

ホームページで年間スケジュール公開中!

小倉記念病院

検索