

# 糖尿病について知っていますか？

<旭川医療センター市民公開講座>

## 糖尿病健康セミナー

**参加無料**

とき 平成27年 **8月22日(土)**  
14:30 ~ 16:30

場所 **大雪クリスタルホール 旭川国際会議場 1階**  
大会議室 <住所：旭川市神楽3条7丁目>



### 内容

司会：旭川医療センター糖尿病リウマチセンター長  
**平野 史倫 先生**

お越しの際は・・・

- バスの方 「神楽4条7丁目」下車
- お車の方 駐車場400台有

1. 知って得する糖尿病の足ケア 15:30～  
旭川医療センター 看護師

**滝沢 亜由美 さん**

2. 今日からできる高血圧の運動療法 15:50～  
旭川医療センター 理学療法士 日本糖尿病療養指導士

**加藤 大悟 さん**

3. 糖尿病と動脈硬化 ～心臓が危険～ 16:10～  
旭川医療センター糖尿病リウマチ副センター長

**柏谷 朋 先生**

**参加無料**

☆申込み不要☆

会場に直接  
お越し下さい



**無料試食コーナー (14:30～15:30)**

低カロリーおやつを食べてみよう！

**無料体験コーナー (14:30～15:30)**

自己血糖測定体験！あなたの血糖値は大丈夫？

血圧測定体験！血圧が高いって言われたけどどうしたらいいの？

運動療法、運動で消費するカロリーってどれくらい？

栄養相談、糖尿病の食事のコツ聞いてみませんか？

薬剤相談、今飲んでいる薬は大丈夫！？



**お問い合わせ先**

旭川医療センター地域医療連携室

TEL 0166-51-3161 FAX 0166-53-9184

主催：独立行政法人国立病院機構 旭川医療センター  
共催：旭川市医師会、北海道栄養士会、北海道看護協会上川南支部  
後援：旭川薬剤師会、北海道病院薬剤師会旭川支部