

2024年度

# 糖尿病ミニ講座 のご案内



糖尿病専門医

眼科医、歯科医、薬剤師、糖尿病療養指導士(看護師)、健康運動指導士など

管理栄養士

の3名を講師として、毎月、**糖尿病ミニ講座**を開催しております。

対象

治療中の方

ご家族

予防したい方

どなたでも  
ご参加ください！

日程

毎月第4日曜日

※月によって異なる場合がありますので  
ご注意ください

13:30~15:15 (受付13:00~)

場所

クロスバルにいがた

所在地：新潟市中央区礎町通3-2086  
・JR新潟駅万代口より徒歩20分程度  
・バス停「礎町」または「本町」より徒歩3~5分

※クロスバルにいがたの駐車場は有料です。また、  
駐車台数に限りがございますので、周辺のコイン  
パーキングをご利用いただくか、公共交通機関  
をご利用ください。

※会場への問合せはご遠慮ください。

8~11月の4回は、秋葉区新  
津健康センター（秋葉区程島  
1979-4）を会場に生中継を  
行います。



定員

先着35名

詳しい日程や内容は裏面をご覧ください。

※秋葉会場の申し込みは市報をご覧ください。

申込  
問合せ

新潟市保健所 健康増進課  
☎025-212-8166

ブルーサークルは  
世界糖尿病デーのシンボルマークです。

11月14日  
世界糖尿病  
デー

主催：新潟市糖尿病対策推進会議

# 2024年度 糖尿病ミニ講座 予定表

日 程	ライブ配信（秋葉区 新津健康センター）	講師・内容			申込開始日
		糖尿病専門医	眼科医、歯科医、 薬剤師、看護師、 健康運動指導士など	管理栄養士	
2024年 4月28日 (日曜)		糖尿病とは	薬物療法	「何をどれだけ食べたらいいの？ ～主食・主菜・副菜をそろえましょう～」	2024年 4月10日 (水曜)
5月26日 (日曜)		合併症	歯周病	「嗜好品との上手な付き合い方 ～おやつとアルコール～」	5月8日 (水曜)
6月23日 (日曜)		薬物療法	フットケア	「賢い外食の摂り方 ～減塩のすすめ～」	6月5日 (水曜)
7月28日 (日曜)		運動療法	健康体操	「一人暮らしの方へ ～具体的な食事の工夫・コツについて～」	7月10日 (水曜)
8月25日 (日曜)	●	糖尿病とは	糖尿病眼合併症	「何をどれだけ食べたらいいの？ ～主食・主菜・副菜をそろえましょう～」	8月7日 (水曜)
9月22日 (日曜)	●	合併症	歯周病	「嗜好品との上手な付き合い方 ～おやつとアルコール～」	9月4日 (水曜)
10月20日 (日曜)	●	薬物療法	フットケア	「賢い外食の摂り方 ～減塩のすすめ～」	10月9日 (水曜)
11月24日 (日曜)	●	運動療法	健康体操	「一人暮らしの方へ ～具体的な食事の工夫・コツについて～」	11月6日 (水曜)
12月22日 (日曜)		糖尿病とは	薬物療法	「何をどれだけ食べたらいいの？ ～主食・主菜・副菜をそろえましょう～」	12月4日 (水曜)
2025年 1月26日 (日曜)		合併症	歯周病	「嗜好品との上手な付き合い方 ～おやつとアルコール～」	2025年 1月8日 (水曜)
2月23日 (日曜)		薬物療法	フットケア	「賢い外食の摂り方 ～減塩のすすめ～」	2月5日 (水曜)
3月23日 (日曜)		運動療法	健康体操	「一人暮らしの方へ ～具体的な食事の工夫・コツについて～」	3月5日 (水曜)

※上記の内容は都合により予告なく変更する場合があります。また、都合により講座を中止とさせていただく場合があります。予めご了承ください。