

## 糖尿病教室のご案内

めざせ -2Kg!!

「糖質オフダイエット」、一度は聞いたことがありますか？

実はダイエットと血糖値には大きな関わりがあるのです。

「便秘解消！」 「肌ツヤがよくなる！」 「疲れにくくなる！」

わかりやすく簡単にお話しします。さあ、今日から一緒に気軽に始めましょう。

ご多忙かと存じますが、多数ご参加くださいますようご案内申し上げます。

### 記

日時 平成28年11月26日（土） 午後2時より

受付 午後1時45分より 名和内科の玄関にてお待ちしております。

場所 名和内科2階 多目的ホール

内容 ①合併症について・・・・・・・・・・・・・・・・千田医師

②血糖値を上げない工夫 糖質オフダイエットについて・・看護師

③カロリーを減らすアイデア料理・・・・・・・・管理栄養士

※参加費用はかかりません。

資料等の準備のため、お手数ですがご出席いただける方は下記にご記入の上ご提出いただきますようお願い申し上げます。

----- キリトリ -----

ご出席

お名前 \_\_\_\_\_ 様

お名前 \_\_\_\_\_ 様