

# 健康教室

- ◇ロコモと糖尿病について
  - ◇血糖値を測定してみよう
  - ◇糖尿病の食事～簡単メニュー実演～
  - ◇簡単エクササイズ
- 医師  
看護師  
管理栄養士  
健康運動指導士

日時：2024年5月22日（水）

時間：14：00～15：15

場所：名嘉村クリニック3階（受付は2階です）

参加費：80円～240円

定員：15名（完全予約制）

ご希望の方は、スタッフまでお気軽にお声掛けください