

～ 軽症糖尿病のための ～

糖尿病教室

聞いて納得 食べて実感

講義では、**間食**がなぜ良くないか、**隠れ糖尿病**と言われる血糖値スパイクなどについて解説します。
また、りくカフェの健康ランチでバランスのとれた食事を体験します。

講師： 鵜浦 章（鵜浦医院院長）

菅野 香澄（りくカフェ 管理栄養士）

場所： りくカフェ

対象： インスリン治療を受けていない
軽症糖尿病の方

日時： 令和7年4月8日(火)

11：30～12：30 講義

12：30 昼食会

会費： 昼食代込みで1,200円

（健康ランチ体験チケット持参にて800円）

御希望の方は受付(55-2125)までお申し込み下さい。