

【未来の自分へ贈る、健康へのステップ】 第30回「糖尿病週間」行事

日時：2026年11月14日（土） 14時～16時

📍 **場所：横須賀共済病院 講堂（外来棟5階）**

● **参加費 無料 予約不要 どなたでも参加OK**

● **対象：糖尿病治療に興味のある方なら誰でも**

13:30～ 受付開始 ご希望の方には血糖・血圧を測定します

14:05～14:45

● **「糖尿病ともの忘れ」**

脳神経内科 医長 金 亮秀

14:45～15:00

**「筋肉が落ちると姿勢が崩れる。
まずは姿勢を整えてみませんか？」**

● **糖尿病療養指導士・理学療法士 権上 和彦**

15:00～15:15 休憩

15:15～15:35

● **「糖尿病と上手につきあうために」
～10年後も20年後も自分らしく～**

糖尿病認定看護師 渡邊 真結

15:35～15:50

みんなで歌って踊ろう♪ 糖尿病療養指導チーム

閉会后～ 糖尿病に関する相談を承ります

【ブルーライトアップ】
11/14は世界糖尿病デー

