

ブルーライトデー

# 世界糖尿病デー

～笑って健康大作戦～

『糖尿病』の患者さんが世界中で増え続け、日本でも早急な対策が迫られています。国連は、これ以上糖尿病の患者さんを増やさないために11月14日を『世界糖尿病デー』と指定し、全世界で糖尿病抑制キャンペーンを推進！

## 糖尿病 ガン 脳卒中 ワースト1の北日本!!

“なんとか さねばね～～～!!!”

秋田県で唯一、明日実病院では11月いっぱい正面玄関をブルーライトアップ！ご自分やご家族、大切な人と一緒に糖尿病について考えるきっかけに。あらゆる病気の予防に向けて日々の生活習慣を見直し、健康の秘訣を実践していつまでも元気で長生きを！



### 11月13日(金)

10:00 受付

10:10 『食事改善!糖尿病』

10:40 健康相談 栄養相談

13:30 「5分でわかる糖尿病」

糖尿病体験者のインタビュー-1



明日実病院 伊藤 実喜 院長

実践! 『栄養成分チェック法』

健康相談 栄養相談

HbA1cチェック (無料)

糖尿病かがすぐわかる!



### 11月14日(土)

10:00 受付

10:10 『超簡単!糖尿病チェック大作戦』

糖尿病体験者のインタビュー-2

明日実病院 伊藤 実喜 院長

11:00 「ながら体操」～自分の足で歩き続けるために～  
高谷幸子 インストラクター



11:30 「歯周病と糖尿病」

明日実病院 歯科医師 水上 和博 先生



12:00 HbA1cチェック (無料)

糖尿病かがすぐわかる!

13:30 健康"ドクターマジックショー"(伊藤院長)

14:00 鼻笛演奏会

14:30 「胃・大腸カメラの進歩—どこまで

“見える”のか



明日実病院 非常勤医師  
慶應義塾大学病院 内視鏡センター長  
緒方 晴彦 教授

会場：いとく大館ショッピングセンター 1F イートインスペース

主催

明日実病院 「明日実ろう会」(患者・家族の会)

「しらふし会」(糖尿病友の会)

日本糖尿病協会友の会に登録済み

協賛

いとく大館ショッピングセンター

詳細については 明日実病院 0186-42-2305 (荒井) までお問い合わせいただくか、  
病院ホームページ <http://www.keneikai.jp> をご覧ください。