



# 生活習慣病管理部たより



第68号：発行平成26年11月

## 秋の野外実習会報告

9月28日(日)に糖尿病教室秋の野外実習会を実施しました。

今年は福井～恐竜博物館・永平寺・日本海おさかな街～へ行ってきました！



～恐竜博物館にて～  
大きな恐竜のモニュメントや化石の展示はとても迫力がありました。



～日本海おさかな街にて～  
魚や蟹などの海産物のお土産を買いました！  
スタッフも合わせ総勢47名で行きました。



～永平寺にて～  
お寺の中はとても階段が多かったですが、最上部まで拝観された方もいらっしゃいました。



## 秋の入門コース報告



参加者アンケートからの感想

- ・食事・運動に気をつけて血糖コントロールを心がけることが本当に重要であることが分かりました。
- ・糖尿病教室に出席するたびに生活習慣の自己管理が大切だと思うため、教室に参加することに意義があると思いました。

## 今後の教室予定



- 11月15日：秋の特別講演
- 11月5・12・26日と12月3日：秋の基礎コース  
いずれも14時から16時まで、総合病院南館1階講堂(予定)にて開催します。