



糖尿病も上手にコントロール

おいしく減塩食！ゼロ塩レシピにチャレンジしましょう

糖尿病食や減塩食はなかなか難しいとの声をよく耳にしますが、糖尿病合併症予防のためには減塩は重要です。いつものメニューの1品を食塩無添加メニューに置き換えることで減塩してみませんか？

旬の食材や香りも上手に取り入れ手軽でおいしく減塩、血糖値もコントロールできるメニューにチャレンジしましょう。

日 時：2019年 3月24日 (日)

場 所：鹿児島県民交流センター 5F 調理室

受付開始時間：9:30～10:00

講座・調理実習：10:00～13:00

参加対象：糖尿病治療中の患者さんとそのご家族、糖尿病予備軍（境界型）の方

募集人数：24名

参加費：無料

準備するもの：エプロン・三角巾・筆記用具 等

(動きやすい服装でおいでください。)

参加申し込み方法：はがき又はFAXにて次の内容を記入し、お申し込みください。

氏名・年齢・性別・住所・電話番号・アレルギー食品
昼食時に内服薬がある方、インスリンをお使いの方は
必ずお持ちください。

(*尚、ご質問・ご要望等がございましたらご記入ください。)

参加申し込み先：鹿児島県糖尿病協会 栄養部会

〒890-0056 鹿児島市下荒田1丁目36-1

(鹿児島栄養会館内)

TEL 099-256-1216

FAX 099-256-1217

