

## 生活習慣病教室のご案内

当院では、皆様に健康で楽しい生活を送っていただくために、年に4回、糖尿病や生活習慣病教室を行っています。

今回のテーマは『便秘と排便障害について』です。

「排便」は毎日習慣づけたいことですし、便秘、下痢等のトラブルなくスムーズにあるというのが理想です。

しかし、排便に関して悩みを持たれている方もいらっしゃるかと思います。教室を通じて「排便」について一緒に理解を深めてみませんか？

ご本人はもちろん、ご家族、お友達の方のご出席もお待ちしております。ご多忙かと存じますが、多数ご参加くださいますようご案内申し上げます。

### 記

日時 令和2年2月22日（土） 午後2時より

受付 午後1時45分より（名和内科にてお待ちしております）

場所 名和内科2階 多目的ホール

内容	①便秘と排便障害について	医師	横山仁美
	②便秘になりにくい生活習慣と体操	看護師	安藤真弓
	③快便のための食習慣	管理栄養士	宮田理恵子

※参加無料です。

資料等の準備のため、お手数ですがご出席いただける方は下記にご記入の上、ご提出いただきますようお願いいたします。

以上

----- キリトリ -----

ご出席

お名前 \_\_\_\_\_ 様

お名前 \_\_\_\_\_ 様