

# 第37回健康セミナー

**糖尿病と言われたら！**

**放っておいてはいけません！！**

**～その日から始める対処法～**

- 日時：7月20日（土）15:00～
- 場所：玉谷クリニック 待合室
- 講師：玉谷クリニック 院長 玉谷 実智夫

病院や健診で「糖尿病・糖尿病予備軍」と言われてしまった。あなたならどうしますか？

糖尿病は予備軍の段階から血管を傷つけていきます。症状はなくても、**すぐに対応しなければいけない病気です。発見が早いほど、薬に頼らずに生活習慣の改善だけで治療できるのです。**

今回のセミナーでは健診による早期発見の重要性と糖尿病と言われたその日から**食事・運動はどうすべきか**を具体的に紹介します。糖尿病になって時間がたっている方や重度の糖尿病の方にも有用な情報です。是非ご参加ください。