

11月号

病院がつくった健康情報サイト

みんなの健康塾ちゃんねる ポケット版

神奈川地区



皆様の健康維持と増進、病気の早期発見と治療に役立てて頂けるよう、「みんなの健康塾ちゃんねる」を開設しました！ポケット版では、ポケット版でしか読めない健康情報や豆知識などをご紹介します！

川崎幸病院

みんなの健康塾ちゃんねる



#新型コロナウイルス感染症を予防しましょう

主催:川崎幸クリニック 発行:2021年11月1日

WEB開催!



(監修) 川崎幸クリニック 糖尿病チーム
さいわい鶴見病院 糖尿病チーム
川崎幸病院 栄養科

さいわい糖尿病デー2021

11月14日は世界糖尿病デーです。

この日は世界各地で糖尿病の予防や治療、療養を喚起する啓発イベントが行われます。川崎幸クリニックとさいわい鶴見病院の糖尿病チームでは、世界糖尿病デーをきっかけとし、皆さんに糖尿病について知ってもらおうと、今年もさまざまなコンテンツをご用意しました。これをきっかけに、少しでも糖尿病について学んでみませんか？

1 動画



川崎幸クリニック 糖尿病専門医 森上医師解説、5分で分かる糖尿病のお薬についてのお話です。「糖尿病のお薬が増える＝悪化なのか？」など、みなさんからの疑問にもお答えしています。

2 ブック



昨年大人気だった、川崎幸クリニック・さいわい鶴見病院 糖尿病チーム監修、「糖尿病クイズ」本第2弾です。今年の問題は去年よりも難しくなっています！ぜひ満点目指してチャレンジしてみてくださいね！

3 レシピ



川崎幸病院 栄養科監修、糖尿病の方へのおすすめ、「中華豆腐の旨煮と拌三絲(中華春雨)と根菜のカレーきんぴら」のレシピを公開。1食あたりのカロリーは536kcal(ご飯150g)！夕飯にいかがでしょうか？

4 お役立ちコンテンツ



川崎幸クリニック 看護師監修「今日からはじめるフットケア」。
皆さん、普段から足のケアをしていますか？
足のチェックや靴の選び方から、これからの季節気になる乾燥を防ぐ保湿ケアもご紹介しています。

5 ブルーライトアップ

11月1日～11月14日まで川崎幸クリニックのブルーライトアップを行います。
近くを通られた際にはぜひ見てくださいね！

さいわい糖尿病デー2021の
各コンテンツは

11月12日公開!
お楽しみに!

みんなの健康塾ちゃんねる プレゼントキャンペーン

いつも応援して下さっている皆さまへ感謝の気持ちを込めて、応募頂いた方全員にみんなの健康塾ちゃんねる作成の本を特別セットにしてプレゼント！今回は2種類ご用意しました！一度のご応募で2種類申し込んで頂いてもOKです！たくさんのご応募、お待ちしております！

No.1 『子育て応援』セット



臨床心理士監修

『子どもの上手な
ほめかた・しかりかた』

子どもとのコミュニケーション、特に「褒める・叱る」ことについてポイントをまとめました。



小児科医師・薬剤師監修
『おくすり手帳』

子どもへの薬の上手な飲ませ方をまとめています。お薬手帳としても使えて便利！

No.2 『さいわい糖尿病デー』セット



糖尿病チーム監修

『糖尿病ドリル2』

大人気クイズ本の第2弾！糖尿病について、楽しみながら学べるドリル、全16問です！



看護師監修

『今日からはじめる
フットケア』

足のチェックや靴の選び方、保湿ケアの方法まで分かりやすくまとめました。

応募要項

- 応募期間：2021年11月1日(月)～11月30日(火)
- 応募方法：ハガキまたは、みんなの健康塾ちゃんねる公式LINEよりご応募下さい。

<ハガキでの応募方法> ※当日消印有効

以下項目をご記載の上、応募期間内に投函下さい。

- ①希望するプレゼント（両方でもOK）
- ②氏名
- ③住所
- ④電話番号
- ⑤年齢
- ⑥「みんなの健康塾ちゃんねる」へのご意見・ご要望・メッセージなど

【宛先】〒212-0014 川崎市幸区大宮町23-5 コーラルビル4階
「みんなの健康塾ちゃんねる事務局」宛

<公式LINEからの応募方法>

右記QRコードより公式LINEにアクセスの上、ご応募下さい。

- 商品発送：順次発送させていただきます。

公式LINE



ポケット版は郵便でお届けします！

ポケット版のお申込み
☎ 044-542-7007 (みんなの健康塾ちゃんねる事務局)



LINE・インスタもフォローしてね！