



家から気軽に
参加できます！



(イメージ)

オンライン

2020年9月5日(土) まもりんぐ料理教室

～はじめてみよう！カーボカウント～

カーボカウントとは、食事に含まれる糖質量を把握して、食後血糖値を調整する方法です。まもりんぐ料理教室【オンライン】では、カーボカウントセミナーと料理レッスンを組み合わせて、ご自宅からオンラインで楽しく学ぶことができます。カーボカウントを上手に利用して、もっと自由に食べられる生活を。1型糖尿病患者さんの暮らしをもっと自由に・・・私たちはいつでも1型糖尿病患者さんを見守り、応援します。

参加対象

1型糖尿病の小・中学生やご家族、カーボカウントを学びたい患者さん

プログラム (めやす：60分)

1. ご挨拶 (3分)

2. カーボカウントセミナー (15分)

大阪市立大学大学院医学研究科 発達小児医学 川村 智行先生

内容：カーボカウントの基礎と実践を、わかりやすく説明します。

3. 料理デモレッスン (30分)

レッスン担当：ABC クッキングスタジオ講師

レッスンメニュー：

- ◇ 手まりずし3種 (スモークサーモンとオクラ・ひよこ (うす焼きたまご)・かに風味かまぼことオクラ)
- ◇ ほうれん草のごま和え
- ◇ のりと麩 (ふ) のお吸いもの
- ◇ フルーツ (いちご)

【アレルギー情報】

メニューには、下記が含まれます。
たまご、かに、小麦 (麩)、ごま、大豆 (しょうゆ)

4. 質疑応答 (10分)

5. ご挨拶 (2分)

お申し込み・お問い合わせ：認定 NPO 法人 IDDM ネットワーク

申込フォーム https://japan-iddm.net/mamoring_cooking/

TEL: 0952-20-2062 E-mail: info@japan-iddm.net

DIB2007-16 ©2020 Medtronic.



患者さん、ご家族、医療チームが一つになって1型糖尿病を見守り、連携して低血糖などを予防・軽減する象徴が「まもりんぐ」です。

みんなが見守る。安心がつながる。

まもりんぐ

検索

【日時】
2020年9月5日(土)
14:00～15:00

*ビデオ会議システム Zoom を使用するオンライン料理教室です。ご視聴いただくには、インターネットを利用できるパソコンやタブレット、カメラ・マイクが必要です。(カメラとマイクはパソコンに内蔵されているもので可)

*参加用 URL を事前にお送りしますのでリンク先からご参加ください。

【参加料】 無料

【定員】30組 (抽選)

*1 型糖尿病の小・中学生やご家族、カーボカウントを学びたい患者さん

*小学生以下のお子様は保護者と一緒に申し込みください。

【応募締め切り】

2020年8月25日(火) 9:00

【抽選結果のお知らせ】

2020年8月26日(水)

【資料送付 (メール)】

2020年8月27日(木)

【その他注意事項】

*セミナーおよび料理レッスンは録画し、後日「かくれ血糖.jp」にて公開します。

<https://www.medtronic-dm.jp/>

*当イベントの録画や画像を、報告として各種媒体に使用・掲載させていただく場合がございます。顔や名前が映る可能性があります。参加時のユーザー名は、実名を避け仮名やイニシャルにさせていただくことをお勧めします。

*通信にかかる費用は参加者負担となります。

*イベント中の録音・録画・撮影はお控えください。

【共催】

認定 NPO 法人日本 IDDM ネットワーク

日本メドトロニック株式会社

(イベント運営：おいしい健康クッキングプログラム / 株式会社 ABC Cooking Studio・株式会社おいしい健康)