

自己管理のための「7つのツール」



食べものの計り

血压計

体重計

卷尺

食品交換表

血糖測定器

尿糖測定紙

糖尿病健康手帳・

糖尿病眼手帳

万歩計

船山秀昭：糖尿病クリニック、総合医学社

(2003)