

# 健

# 康

# 新

# 聞

2013年6月号  
新聞係発行

## 特集 2013年 熊本宣言！

今年度の糖尿病学会が5月16日から18日までの3日間、「糖尿病学の進歩と絆」をメインテーマに、熊本市で開催されました。糖尿病治療の目標を簡単な指標に直して、熊本宣言として満場一致で採択しました。ヘモグロビンエーワンシー(HbA1c)を是非7%未満にしましょう！というのがその内容です。これまで糖尿病を研究して来た先生方や、指導していただいた先生方との絆、全国から駆けつけた糖尿病の治療に携わるコメディカルとの絆、患者さんとの絆、、、など、いろいろな繋がりに感動が溢れていました。皆頑張っています。

さて、先月のキンザー前健康教室は参加者2人でした。糖尿病についてDVDを見て、栄養士の先生を交えて勉強しました。給食は院長も一緒でした。個人栄養相談は複数回の受講者がほとんどで、結果もみるみるよくなっていました。指導内容と感想を下記にまとめましたので参考にして下さい。結果は必ず出ます。

健康教室と栄養相談の受講希望者は受付、もしくは院長に申し出て下さい。

### 5月23日（石川先生による健康教室：集団栄養指導）

- ・50代男性：知らず知らずのうちに悪化して行くのが、自分と重なり怖かった。やはり食事がいけない。
- ・50代女性：自分のこともそうだが、家族に同じ食事を作っているのだから、夫のことも考えなければ、お姑さんに「あんたがいながら、どうしてこんなことに…」と、怒られているような気がした。

### 5月25日（岡田先生による個人栄養指導）

40代、60代、40代の女性に指導。バランスの良い食事を勉強して、回を追って改善していました。間食はなかなか減らせず、果物は間食に入らないと思っていた方もいるようです。週1回でも良いので、間食をしない日を設けましょう。

### 時間割表

6月20日（木） 栄養指導  
健康教室  
2時間目給食あり

6月22日（土） 栄養指導のみ

### 栄養指導担当講師

石川絹子先生

古川高子先生

### <編集後記>

梅雨が明けると、もう若夏です。そろそろ汗をかいて、循環血液量を増やし、夏バテを防ぎましょう！