

平成 27 年 10 月 31 日 (土)

第一回 糖尿病教室を開催しました！

開催のご報告

2015 年 10 月 31 日 14 時～15 時、6 階コンファレンスホールにて第 1 回糖尿病教室を開催しました。

参加者は当院で糖尿病の治療を受けている患者様 6 名（男性 2 名、女性 4 名）でした。

教室の内容は、お話①では糖尿病外来 佐中眞由実先生が「糖尿病ってどんな病気？」と題して、膵臓とインスリン、食事とインスリンの関係、糖尿病の症状、尿糖、一日の血糖値の変動、合併症、コントロール目標などをわかりやすく説明されました。また、糖尿病週間（11 月 9 日～11 月 15 日）、世界糖尿病デー（11 月 14 日）の紹介もありました。

次に、お話②では栄養科 櫻庭由美子管理栄養士が「炭水化物を知ろう！」という題で、炭水化物を構成する糖質・食物繊維を多く含む食品、血糖値を急激に上げない炭水化物の食べ方等をクイズ形式で具体的に説明しました。

教室風景



配布資料



教室終了時の参加者のアンケートでは、半数以上の方が理解できた、時間は 1 時間が丁度良いと回答され、今後の内容の希望は薬物療法について知りたい、糖尿病食の試食会、室内運動などがあげられました。これらの意見を参考にし、糖尿病教室を定期的に開催していくことになりました。

教室終了時の参加者のアンケートでは、半数以上の方が理解できた、時間は 1 時間が丁度良いと回答され、今後の内容の希望は薬物療法について知りたい、糖尿病食の試食会、室内運動などがあげられました。これらの意見を参考にし、糖尿病教室を定期的に開催していくことになりました。

1 糖尿病ってどんな病気？

日本糖尿病学会
認定専門医
佐中 眞由実 先生

今回の内容

Healthy food

炭水化物を知ろう！

管理栄養士
日本糖尿病療養指導士
櫻庭 由美子 先生

お問い合わせ 医療法人弘仁会 板倉病院 Tel.047-431-2662

平日 9:00 ~ 17:00 (栄養科：増子まで)

次回開催予定：2016 年 3 月 12 日 (土) 14 時～15 時 開催場所：6 階コンファレンスホール