

平成 28 年 6 月 18 日 (土)

第三回 糖尿病教室を開催しました!

開催のご報告

2016 年 6 月 18 日 13 時～ 15 時、6 階コンファレンスホールにて第 3 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) とそのご家族 1 名でした。

教室の内容は、まず、昼食の時間に合わせて参加者の方々と宅配食の試食をし、意見交換をしました。

お話①では糖尿病外来 佐中眞由実先生が「糖尿病の状態を知るための検査」と題して、糖尿病診断の検査、血糖コントロールの状態を知る検査、血糖コントロール目標、今年度の糖尿病学会から取り入れられた高齢者糖尿病の血糖コントロール目標、合併症の検査などについて具体的にわかりやすく説明されました。

お話②では栄養科 管理栄養士 櫻庭が「マスコミで噂の食品やダイエット法は血糖コントロールに効果あり?」と題し、テレビで紹介された血糖が下がる食事法を検証し、特定保健用食品の考え方と使い方、清涼飲料水の栄養成分表示の注意点と選び方について説明しました。

最後に、リハビリテーション科 理学療法士 里見科長・美尾さんが室内エクササイズを紹介し、参加者の皆様と楽しく汗をかきました。

教室終了時の参加者のアンケートでは、「糖尿病の状態を知るための検査」は 7 割以上の方が理解でき、「マスコミで噂の食品やダイエット法は血糖コントロールに効果あり?」「運動療法の紹介」はそれぞれ

教室風景



れ 6 割以上の方が理解できたと回答されました。「大変勉強になった」、「テレビの情報を用ひにしがちなので参考になった」「みんなで身体を動かすのが楽しかった」との感想がありました。

今回の内容

1 糖尿病の状態を知るための検査



日本糖尿病学会
認定専門医
佐中 眞由実 先生

2 マスコミで噂の食品やダイエット法は血糖コントロールに効果あり?



管理栄養士
日本糖尿病療養指導士
櫻庭 由美子 先生

3 運動療法の紹介 みんなで楽しく身体を動かしてみよう!



簡単な室内
エクササイズ

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 (栄養科まで)

次回開催予定: 2016 年 10 月 22 日 (土) 14 時～ 15 時

開催場所: 6 階コンファレンスホール