



ほたるのセントラル内科

ほたるのニュース

ホームページ <http://www.hotarunonaika.com>

第17号

発行日
2017年10月11日

住所：千葉県木更津市
ほたる野3-30-3
電話：0438 (97) 8855



千葉ウォークラリーが開催

10月1日の日曜日は「2017年歩いて学ぶ糖尿病 千葉ウォークラリー」が青葉の森で開催されました。

ほたるのセントラル内科の患者会：ほたるの友の会でも3チームが参加しました。

当日はとても良い天気、ウォークラリー日和でした。

運動の大切さについての講演を聞いた後、皆でお弁当を食べて準備体操をします。それから約1時間、2kmの散歩を千葉市の青葉の森公園で行いました。

途中ではクイズあり、ゲームありで楽しい散歩を楽しみました。

運動は糖尿病の治療の基本ですが、糖尿病のためだけでなく、健康で幸せに生きるためにもとても大切なことだと思います。来年はより多くの患者さんと参加したいです。

普段の運動不足を反省し、明日からより活動的に生きようと思う1日でした。(院長)

「市民のための糖尿病教室 in 市原」開催予定！

「市民のための糖尿病教室 in 市原」は、**平成29年11月12日(日)12:30~16:30**に**市原市市民会館**で開催されます。この度、私が実行委員長を務めさせていただくことになりました。今回のサブテーマは「これからの社会 みんなで支える糖尿病」です。

高齢者糖尿病においては、長い糖尿病歴から様々な合併症を伴うことが多くなります。また、加齢に伴って腎臓・肝臓・心臓などの臓器の機能も低下していきます。筋肉量が減少したり、骨・関節などの病気を合併したりすると、糖尿病治療で大切な運動療法も行いにくくなってきます。高齢者糖尿病は若い世代の糖尿病とは違った特徴を持ち、患者さんや家族などの負担をできるだけ軽減した個別化した対策や治療法を考える必要があります。

今回の糖尿病教室では、みんなで糖尿病患者さんを支えあうことについて考えていきたいと思います。

私は基調講演を行い、その後「これからの社会、みんなで支える糖尿病」のテーマのもと、医師・看護師・薬剤師・患者代表・患者家族代表の参加による活発なディスカッションを計画しております。

また、会の進行途中には、東海大学市原望洋高校 吹奏楽部の皆様による吹奏楽演奏も企画されておりますので、お楽しみいただければと思います。

今回の「市民のための糖尿病教室 in 市原」が多くの高齢者糖尿病患者さんおよびご家族にとって有意義なものとなることを祈念しております。ぜひ、多くの皆様のご参加をお待ち申し上げます。(院長)

