

# 南風通信<5月号>



発行元  
南昌江内科クリニック  
TEL 092-534-1000  
FAX 092-534-1001  
www.minami-cl.jp

## 《クリニックの行事案内》

### 【5月】

- \*11日・お話し会
- \*13日・DMウォーク
- \*27日・中食の勉強会

### 【6月】

- \*8日・お話し会
- \*18.19日・調理実習
- \*30日・歩の会BBQ



## 《4月のお花》



## 《バスハイク2018》

4月4日(水)南クリニック恒例のバスハイク!!

秋月散策とキューピー工場見学に行ってきました。

参加者は、患者さんとその家族28名、薬局さん2名、スタッフ14名の計44名でした。

今回は秋月散策と和紙すき体験のグループに分かれて行動しました。桜並木の桜は開花が早かったようで、満開の桜を満喫することは出来ませんでしたが、散っていく桜も風情がありいいものですね。秋月へ久しぶりに行かれる方や初めて行かれる方も多く、各々散策を楽しんでいました。

皆さん、カレーパンで有名な「月の峠」というパン屋さんや、葛の「廣久」での買い物をされていました。お昼は清流庵の「秋月小町」で「花かご膳」を頂きました。お魚、天ぷら、豚肉の一人鍋、数種類の小鉢とボリュームがあり、管理栄養士からは「700キロカロリー程ありそうなのでお腹と相談しながら、食べ過ぎたなと思ったら夜ご飯で調整しましょう」と話がありました。昼食後はキューピー工場へ向かい、マヨネーズ作りの見学です。マヨネーズに使用する卵は、1分間に600個割られる事、マヨネーズの種類も豊富で、キャップの色で分けられているそうです。患者さんからも「卵不使用タイプもあるんだ〜。知らなかったなあ。」と驚きの声がありました。

クリニックへ帰る道中で雨が降り出しましたが、秋月での散策中は汗ばむほどの陽気に恵まれたバスハイクとなりました。今後もバスハイクを開催していく予定ですので、興味のある方はぜひ参加してください。皆さんの参加をお待ちしております。

(文責：受付 吉村)



## 《インスリンポンプとCGM最新情報》

2015年2月からSAP（リアルタイム皮下グルコース値が分かるCGM付のインスリンポンプ：ミニメド620G）を使用していますが、このたびさらに新しい機能がついた640Gが使用できるようになりました。これは、Low glucose Suspendという、低血糖、もしくは低血糖を予測した時点でインスリン注入が中止される機能です。私は、「低グルコース前一時設定」を60mg/dlに設定していますが、血糖値が下がってくるスピードを予測してポンプが自動的に注入停止されます。早いスピードで下がる時は120位でも中止になり、ゆっくり下がってくる時は80台くらいで中止になります。この機能を使うと低血糖になる頻度がかなり少なくなり、補食の回数も減ります。残存インスリンが0の場合は、補食しなくても血糖は自然と上がりますが、残存インスリンがある場合は補食が少量必要です。（院長：南昌江）



(ミニメド640G)  
低血糖になる前にインスリン注入停止になり低血糖を回避

640Gつけています♪



## 《調理実習の報告》

平成30年4月23日（月）、24日（火）に第154回調理実習を開催し、2日間で8名の参加でした。

<メニュー>

菜の花どんぶり、ごぼうぎょうざ、トマトとアボカドのハニーマスタード和え、ミックスベリーゼリー、雑穀米ごはん（おかず・デザートのみ309kcal・塩分2.1g、炭水化物32.2g）



☆次回は5月27日（日）に中食（なかしょく）の勉強会を行います。  
普段食べているコンビニやスーパーの弁当などを持参してもらい、どうすれば良い食事になるのか検討していただきます。  
参加希望の方はクリニックにお申し込みください！