



《クリニックの行事案内》

【11月】

- * 9日・お話し会
- * 10日・1型DMセミナー
- * 17日・お散歩会
- * 26、27日・調理実習

【12月】

- * 1日・クリスマス会
- * 7日・お散歩会
- * 14日・お話し会



《10月のお花》



《10月の行事報告》

《地方会に参加しました》

10月12、13日に福岡国際会議場で開催された日本糖尿病学会九州地方会に、医療スタッフとともに参加しました。

九州一円からおよそ2000名が集まり、聴講だけでなく、質問や議論も盛んに行われ、大変盛り上がりました。南院長と前田先生は座長(回会)と発表を、4名のスタッフ(私も含め)が発表を行いました。

参加者はインスリンポンプ療法やフラッシュグルコースモニタリング(持続型グルコースモニタリング)、新しい内服薬といった最新の治療に関心が高かったようでした。

学会は最新の情報や知識を得ること、他施設の研究や取り組みを知ること、そして自分の研究成果を院外の方々にも知ってもらい、意見を頂戴することが目的です。そして新たに得た知識やアドバイスを、今後の診療や研究に活かすことが大切だと思っています。私個人的にはサルコペニア(筋力低下による身体機能低下)やフットケアの演題が参考になったので、皆さんに還元したいと思っています。

(文責：二村育実)



《ポンプサロン》

10月27日クリニックで第2回ポンプサロンが行われました。講義の前にはポンプの器械を実際に触る時間を設け、約10名の参加者があり、前田先生から実際にメディセーフウィズ(パッチポンプ式インスリンポンプ)の説明や640G(低血糖予測機能付きインスリンポンプ)の操作を体験していただきました。講義は12名の参加がありました。

講師の京都の愛生会山科病院の神内兼至先生から「インスリン療法と運動」というテーマでご自身のマラソン大会に参加した経験を通して残存インスリンやスポーツを始める前の注意点、血中ケトン体についての講義がありました。ポンプの経験談は1型糖尿病歴29年・ポンプ歴3年の患者さんと南先生の対談方式で行われました。話の中では、糖尿病を発症した時の思い、就職活動での経験、重症低血糖の話、お酒での失敗談、ポンプにした理由、ポンプのメリットなどさまざまな話をうかがうことができました。後半は、グループにわかれ、神内先生、南先生、二村先生、前田先生を交えてのグループディスカッションが行われました。引き続き重症低血糖の話などの話があり、患者さん同士の情報交換に役立てていただけたと思います。今後も患者さんの治療に役立つイベントを企画していきたいと思っています。(文責：金納 典子)



《お散歩会》

10月26日(金)お散歩会を開催しました。参加者は患者さん4名と看護師1名。女性のみでの参加で、女子会気分での散歩会でした。今回の目的地は福岡市動植物園ということで、最近リニューアルされたとの情報もあり、新しい発見を楽しみながら向かいました。また、今回は出発前に血糖を測定し、散歩前後での血糖の変動をみてみるという試みも行いました。抜き打ちでの血糖測定に緊張感を覚えながら(笑)各自血糖を確認してのスタート。歩きながら道沿いに咲いたキンモクセイの花の良い香りを感じたり、今まさに実っている柿の木などを見つけたりしながら歩くこと約20分、目的地到着。噂の通りエントランス部が一新されており、整備された大広場に、まずソウを模った門がお出迎え。門をくぐり抜けて大きな階段を上るとガラス張りの現代的な雰囲気建物の総合案内所があり、そこには新しく“動物情報館”が整備され、ソウやキリン、オランウータンなどの骨の実物の展示や、子供も大人も楽しめるコーナーもあり、その他売店やレストラン等も整備されていました。その後は本題の動植物園散策へ。大人のみなさんは動物よりも植物に興味があるようで、少しだけ動物も拝見しながら、現在開催中のバラ園へ。バラ園も終盤を迎え、散りかけていたのが残念でしたが、コスモスなどきれいな花々を見て楽しむことができました。最後に、散歩後の血糖を再度確認し、みなさんきちんと下がっていてホッと一安心。お散歩の効果を実感して解散となりました。(文責：今畠 百美)



《調理実習》



平成30年10月1日(月)、2日(火)に第157回調理実習を開催し、2日間で9名の方に参加していただきました。

<メニュー>

鮭のちゃんちゃん焼き風、きのこのごま酢和え、和風トマトスープ、きんとんのハロウィン風、雑穀米ごはん(おかず・デザートのみ293kcal・塩分2.4g)

<献立のポイント>

- 秋らしい食材を使い、秋を感じられる料理を選んだ。
- バターを少量使う事でコクやうま味を引き出した。油を上手く使う工夫をした。
- かぼちゃのきんとんはかぼちゃの皮を使って、ハロウィン風に仕上げた。手間はかかるが見た目の楽しさを加えた。また揚げが良いとTVで放映されたため、品薄で「きのこのごま酢和え」は急遽しめじを加えて3種類のきのこで作りました。毎日「OOが良い」という話があちこちで聞こえてきますが、何に良いのか、自分に必要なのか、確認して食べるようにしましょう。情報に振り回されないようにしたいものです。

(文責：田村 あゆみ)

