



◆SAKURAウォーキング

今年も桜の季節がやってきましたね。桜はどんな時でもきれいに咲いてくれます。私の生活圏にもきれいな桜が咲いていました。お手持ちのPCやスマートフォンで楽しむお花見も今年ならではのかもしれません。今年は皆さんのお近くの桜を探して歩く『SAKURAウォーキング』をしてみてください！

(運動指導士 守田)



＼産休に入ります／

私事ですが、この度第二子出産に伴い3月半ばよりお休みを頂くことになりました。私自身、1型糖尿病ですが、血糖コントロールはもちろん、新型コロナウイルス感染拡大で不安も募りましたが、2人目ということもあり、あっという間の妊娠期間でした。

また、元気な赤ちゃんを産んで戻って参りたいと思いますので、よろしくお願い致します。

(受付 本高)



血糖トレンドセミナー online 開催のご案内

日時 | 2021年5月15日(土) 19:00~20:00

内容 | 19:00~19:30 講演 前田泰孝先生
19:30~20:00 質疑応答

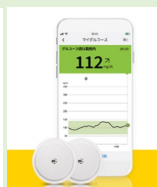
申込方法 | 事前申込制です！

<https://forms.gle/KJg7h755raHxxtVq7>

上記または下のQRコードからご登録ください。

申込期限 | 5月10日(月)

対象 | 当院通院中でリブレを使用している方、
使用を検討されている方



webなので
気軽にご参加
ください★

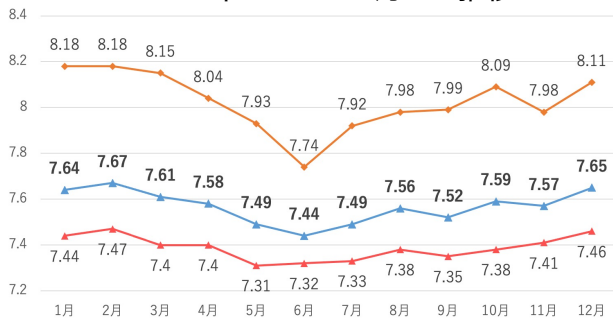
2020年 南昌江内科クリニック 通院患者の状況

当院では毎年通院患者さんのデータを簡単にまとめていますが、①HbA1cは夏場に下がり冬場に上がりがちである ②BMIは基準の22より少し高めで推移している ことがわかります。季節ごとにHbA1cが上下する理由とはよく解っていませんが、BMIは基準を大幅に超えている人は気を付けてみましょう。糖尿病の治療にもよい影響がありますよ。(情報企画室 関口)



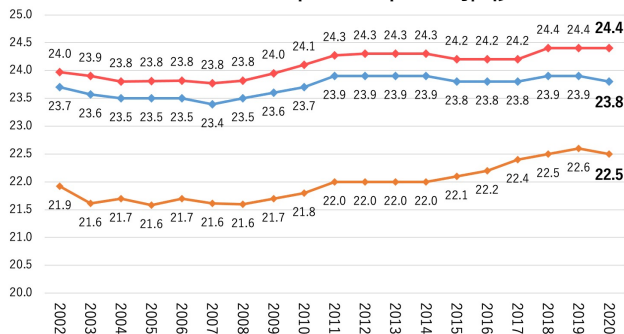
BMI = 体重[kg] ÷ 身長[m] ÷ 身長[m]です。詳しくはコチラ (CASIOのページが開きます)👉

2020年 HbA1cの月ごと推移



●全体 ●1型糖尿病 ●2型糖尿病

2002~2020年 BMI年ごと推移



編集後記

今月担当の原田です！ 今年から当院の女子駅伝部(?)にはいり、たまに大濠公園に走りに行っています！ 暖かくなってきたので、そろそろ身体を動かしてみませんか◎