

# 第12回糖尿病地域連携友の会を開催!!

● 栄養科管理栄養士・糖尿病療養指導士 森 美和子

3月7日（土）11時半から約3時間、上記の会を開催しました。患者さんご家族43名、スタッフとして中塔糖尿病センター長、初期研修医の角南医師をはじめ、薬剤師、臨床検査技師、管理栄養士、調理師と中国学園大学の多田教授と学生、ノートルダム清心大学の学生、栄養ケアステーション管理栄養士の24名が参加しました。今回のテーマは“おいしく楽しく、心豊かに”とし、「少し工夫して、おいしく楽しいお食事を！」を合言葉に



次の献立を考えました。今話題の『おにぎらず』、ビーフロールのヨーグルトタルタルソース添え、キャベツと菜の花のさっと煮、デザートのごんにやくコンポートです。味付けはもちろん減塩で食塩は1.9gです。前回の減塩の勉強が役立っているのか、みなさん「薄味でおいしい」と言われ、減塩を継続されている方が多かったです。ミニレクチャーでは、中塔センター長が「ヨーロッパ糖尿病学会報告～ウィーンにて～」の講演を行いました。その後は、角南医師によるバイオリンとチェロの調べです。1曲目はチェロによる「花は咲く」、2曲目はバイオリンによる「春よ来い」の演奏でした。とても素敵な音色に心が癒され、感動のあまり涙される方もおられました。続いては栄養士会推奨の野菜ダンスを、学生が中心になって楽しいリズムに合わせて踊りました。体を動かした後に食後血糖測定を行いました。

交流会では、日頃の療養生活を振り返っていただきましたが、回を重ねるごとに参加者同士の会話が弾んでいるため、終わりの時間をお知らせするのが心苦しいくらいでした。アンケートでは、「非常に楽しく、役に立つ情報が聞けた」「心が和みました」「また、このような演奏会を聴いたら嬉しい」「すごく感動した」などの感想をとても多くいただきました。今日の会で聴いたメロディーをどこかで耳にされた時、友の会を思い出し、「みんなと一緒に頑張ろう」という気持ちが湧いてこれると信じています。次回は、8月下旬頃を予定しております。



次回は、8月下旬頃を予定しております。