

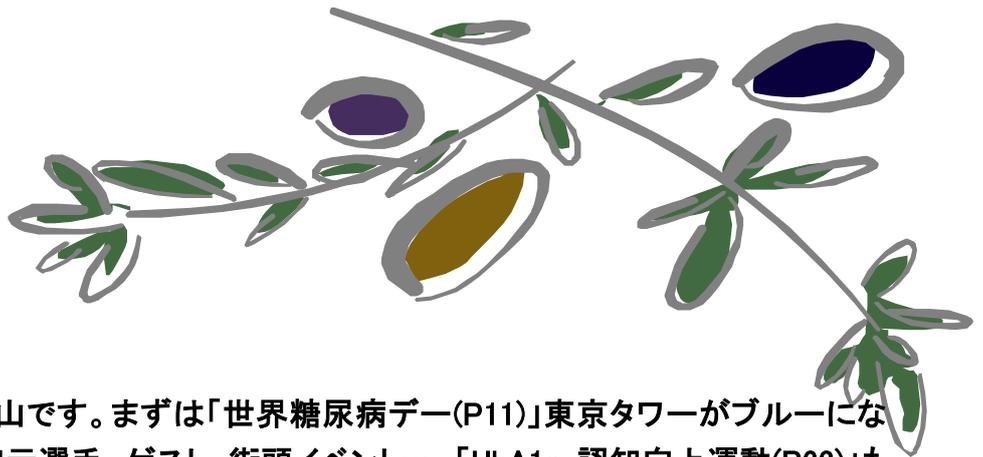
# つかさ会 会報

Vol. 18  
2007. 10月発行  
つかさ会事務局

つかさ会会員の皆様こんにちは。

今月は、再度ウォークラリーの案内を同封します（すでに参加の連絡をいただいた方には案内状を同封します）。秋空の下で、グループでクイズもしながら歩くのはいいですよー。私（川地）はもちろん参加。病棟・外来スタッフ合わせて10名ぐらいも参加します。是非きてくださーい。

11月3日の秋のセミナーの案内と申込書も同封いたしました。前回よりも工夫を凝らしています。ご期待ください。大学病院糖尿病科の教授も毎回参加です。



今月の《さかえ》は盛り沢山です。まずは「世界糖尿病デー(P11)」東京タワーがブルーになり、記者会見、司会はその四元選手、ゲスト、街頭イベント…。「HbA1c 認知向上運動(P63)」もあります。このような運動のおかげで、最近では糖尿病を知らない人が珍しくなりました。これはいいことなんですよ、知らないから恐ろしい・知っていれば仲良く付き合える！と思います。特集は「動脈硬化(P12)」誰だって脳梗塞で寝たきりになりたくありません。動脈硬化は予防の手段を講じることのできる疾患と明記してあります。「おいしい心(P22)」の塩分の減らしかたはぜひ読んでください。「おいしさの科学(P38)」では食事制限に75%の人がストレスを感じている…、そうかもしれませんね。「糖尿病週間の標語(P34)」は、「百千のくすりに勝る自己管理」おみごと！「糖尿病ライフ(P30)」には年間3000kmの歩行、僕にはとても無理かな。

「食の歳時記(P7)」はサンマでした。どうでもいいことなんですけど、骨抜き秋刀魚って販売しているらしいですね。病院の食事でも出ました。どうやって骨を抜くのでしょうか？ 今月号は読むのにとっても時間がかかりました。皆さん無理のないように。



来月もつかさ会会報をお楽しみに！ 文責 川地