

つかさ会 会報

Vol. 29
2008. 9 月発行
つかさ会事務局

つかさ会会員の皆様こんにちは。

今朝、赤とんぼを観ました。そろそろ秋の訪れですね。

今月は、『つかさ会秋の講演会』のご案内を同封します。現在、われわれスタッフ一同が着々と準備をすすめております。今年はまだ違った企画を予定しております。昼食目当てもよし、他の会員との交流目的でもよし、講演(出し物)目当てでも…。皆様のご参加、お待ち申し上げます。

先月に報告した『つかさ会ホームページ』ですが、Google の検索でかかるようになりました。一度といわず何度かチェックしてくださいね。

11 月 16 日の『岐阜県支部主催のウォークラリー』、申し込み受付中です。

今月号の『さかえ』では、特集「低血糖徹底研究 (P10)」をぜひ読んでみてください。どんな時に低血糖が起こりやすいのか？ 知っておくことはとても重要です。でも“低血糖が気になって、つい食べすぎてしまう”これは問題です。低血糖をよくわかっている方は 2.5g のブドウ糖のみで対処する場合もあるそうです。低血糖について正しい知識を身につけることがとても大切です。

「新・糖尿病レッスン(P28)」では、糖尿病治療の極意とはというテーマで掲載されています。他人の体験談なども考慮して、経験から“わたしの糖尿病”を学び役立てる。糖尿病といっても一人一人生活スタイルも違えば、好きな食べ物も違います。医療スタッフともしっかりコミュニケーションをとりながら、“僕のわたしの糖尿病”の治療を行っていくことが、糖尿病と上手に付き合う鍵なのかもしれません。ウサギよりもカメ！でいいそうです。

「情報を見る眼力(P54)」そう言えばアガリスクって聞かなくなりましたね。健康食品の効果に関しては、みんなで気をつけましょう。

「読者のひろば(P58)」「奏でる日々(P51)」体験談を読むのは難しくありません。このページから読みはじめられる方もおられるとか。1冊の『さかえ』すべてを読破する必要はないと思います。無理はせずに……。