

つかさ会 会報

Vol. 37
2009. 5 月発行
つかさ会事務局



つかさ会会員の皆様、こんにちは。

私(川地)が、つかさ会の事務局を担当して早くも3年間が経ちました。

会員の皆様にご意見ご指導いただきながら、他のスタッフともども頑張って活動しております。毎月20日頃に、東京の本部から『さかえ』が約500冊ダンボール5箱で運ばれてきます。最初に手にとるのは私の特権でしょうか…。それから2～3日間でさかえを全部読んで、この会報を書いて、必要な案内などを印刷して、封筒詰めして送り、27日頃には皆様のお手元に届いていると思います。ときどき遅れることがありますが許してくださいね。

つかさ会の経費の問題もあり、最近はクロネコメール便に変えました。郵便物ではありませんので引越された際は、事務局に連絡をお願いします。

さて、今回も5月10日の《つかさ会総会・春の講演会》のご案内を同封いたしました。すでに70名の参加予定をいただいておりますが、まだ会場には余裕があります。迷っている方、無料ですよ～～。



今月号の「さかえ」では、“禁煙のコツ(P7)” この特集は、まったく無関係な人もいれば、聞きたくない人もいますよね。事実としてタバコは“老ける！癌になりやすい！ボケ易い！”といったこともあります。 “糖尿病になり易い！悪化させやすい！合併症を進行させやすい！”のも確かなことです。ここだけの話…医療関係者にも喫煙者は多く、昔の医局はモヤモヤってしていたものですが、時代が変わって病院敷地内全面禁煙になりました。その移転の時には愛煙者は{仕事を取るか、辞めてでも吸い続けるか}の選択に迫られて…、ほとんどの職員が禁煙しました。やれば出来るものだと、実感しましたよ。皆様自身や家族、友人などに喫煙されている方がみえましたら、上手に禁煙のアドバイスしていただけるといいですね。余談ですが、P9～11の記事を『禁煙』→『食事療法』って置き換えて読んでみると…面白いかもしれませんね。何事も準備、開始、継続ですよ。

糖尿病って遺伝するんですよ。特に2型糖尿病は遺伝し易いです(1型はそれほどしないです)。1型とか2型ってなんだ？って方は、“1型と2型って?(P43)” 見てくださいね。子供だって糖尿病になります。今は甘くて油も多いお菓子やファーストフードが氾濫していますが、皆様のお子様・お孫様は大丈夫ですよ。自分の血筋だ！って諦めないで、若いうちから小さいうちから、『正しい食生活』を楽しみましょうよ。



来月もつかさ会会報をお楽しみに！ 文責 川地