

つかさ会会員の皆様、こんにちは。

今年は桜が早かったですね。そして少し長い間咲いている気がします。皆様、お花見はされましたか。日々忙しい方も居られると思いますが、3分だけ桜の木の近くで足を止めてみるのは如何でしょうか。

さて今月は、いろいろな案内を同封しなくてはならず、発送が遅くなり、すみませんでした。

まずは、私たちの所属する「日本糖尿病協会」が4月に公益社団法人に移行し、それに合わせて「日糖協岐阜県支部」が「岐阜県糖尿病協会」に名称が変わり、会則なども改訂されました。例年の総会は6月9日に郡上にて行われます。少し遠いですが『郡上踊り』の余興も準備中と聞いています。是非御出席をお願いします。

次に、我々のつかさ会の総会は5月12日です。詳細は同封の案内を参照していただき、是非にも「出欠席の葉書」でご返事ください。もちろん総会後には、(たぶん役に立つ)企画がありますよ。現在スタッフで準備を進めているところです。沢山の方に来て頂けるととても嬉しいです。

今月号の『さかえ』では、“糖尿病うそ!?!ほんと!?(P54)”で「毎日のストレスや緊張は糖尿病に影響する!?!」は如何でしょうか。ストレスは『仕事や職務だけではなく、家の中にもあつたりします…』そうですね…よく判ります。ストレスのせいだけにしていけません、ストレスが糖尿病に影響する事を知っておくのは大切ではないでしょうか。

お酒を嗜まれる方は、“食事療法サポート術(P22)”の「お酒と糖尿病のウソ・ホント」をチェックしてみてください。本文には、アルコールのデメリット、特に『アルコール性低血糖』や『ノンアルコール飲料のカロリー』など情報が満載です。

1型糖尿病またはヤングの方は、“第11回全国ヤングDMカンファレンス in 大阪(P38)”の報告は如何でしょうか。内潟先生の「自己管理とは自分を縛ることはありません。血糖コントロールをしなければと考える前に、自分は何が好きで何をやりたいのかということを探索してください」との言葉には感銘を受けました。「ぼちぼちいこか」ってテーマもいいですね。今年は10月につくば市での開催との事、近くなればこの『さかえ』に案内が出ます。少し遠いですが、旅行がてら行かれるのは如何でしょうか。特集の“リリーインスリン50年賞表彰式(P8)”も読んでみてください。長年糖尿病と共に生きてこられた方々の話を伺う事で、もしかしたら何らかの役に立つかもしれません。

