

つかさ会会員の皆様、こんにちは。

窓を開けると涼風と共に鈴虫やコオロギの音が聞こえます、秋ですね。秋と言えば、実り、食欲、運動、読書…ですが糖尿病週間も秋です。今月号のさかえに今年の全国糖尿病週間のテーマと標語が掲載されています(P7)。11月11日～17日にはブルーライトアップされた岐阜城を眺めたいものです。こちらの関連セミナーの案内は来月号でいたします。さて今年のウォークラリーとつかさ会秋の行事は例年より早い時期での開催です(下記)。まだ定員には余裕がありますので、会員の方のみならず、家族友人など誘われては如何でしょうか？

我々、準備も頑張っておりますので、多くの方の御参加を是非にも宜しくお願い致します。

まだ間に合う！  
うかいミュージアム無料入  
館特典あり

“歩いて学ぶ糖尿病ウォークラリー”

参加者まだまだ大募集!!

開催日時：平成 25 年 10 月 13 日 (日)  
9:30～15:30 (予定)  
開催場所：岐阜公園 ～ うかいミュージアム  
～ 岐阜メモリアルセンター  
参加費：200 円 (保険加入のため)

乗船料とお弁当と  
スタッフからの糖尿病クイズ  
などもついてお得です！

“長良川鵜飼を観ながら  
楽しく学びましょう”

参加者まだまだ大募集!!

開催日時：平成 25 年 10 月 13 日 (日)  
17:30～20:30 (予定)  
集合場所：鵜飼観覧線待合所前の広場  
参加費：会員 2,000 円・非会員 3,000 円  
(乗船料・お弁当代含む)



今月号の『さかえ』では、“藤原道長と糖尿病(P33)”です、秋の夜長にゆっくりと読書されては如何でしょうか。日本史の知識は要りませんが、有れば尚良いかもしれません。平安時代の貴族って中学校の日本史で習った蹴鞠ぐらいしか覚えていませんが、藤原一族が糖尿病だった(だろう)という記録が残っているのですね。

特集の“癌と糖尿病(P9)”も重要な記事なので読んでいただければと思いますが、「糖尿病でない人に比べて 1.2 倍癌になりやすい」って聞くと皆さんはどう思われますか？「1.2 倍も」？「たった 1.2 倍」？ 予防には生活の適正化が大切なようです、やっぱり…食欲の秋を諦めて運動の秋にしましょうか。

“読者のひろば(P42)”では、21 年目のインスリン治療の方の体験談で、「(テレビを見)ながらインスリン注射で、種類を間違えて低血糖」という記事が載っていました。皆さんのなかで「会報はチラッと見るけれど『さかえ』は読む暇がないのよ」って方がいらっしゃると思います。毎月この“読者のひろば”だけでも眺められては如何でしょうか。10 分程度で読めちゃいますよ。

※ ウォークラリーと、秋の研修会を「申込んだのに案内が入ってない」という方は必ず事務局まで連絡ください。