

会員のみなさん、こんにちは。先日の WORLD BASEBALL CLASSIC での侍ジャパンの活躍は、ご覧になられましたか。14年ぶりの世界一奪還には胸が熱くありませんでした。選手たちの努力のすえの活躍に、勇気をもらえた1か月間でした。さて、コロナを取り巻く環境は、マスク規制緩和、感染症法上の「5類」移行の予定など、目まぐるしく変化しています。今年度のつかさ会総会・春の講演会は、4月29日に岐阜大学記念会館で開催します。オンライン配信はありません。別紙案内を同封しますので、ご確認いただき、奮ってご参加ください。また、4月の糖尿病公開教室はお休みになります。5月からは毎月開催を予定しておりますので、順次お知らせいたします。

さて今回は、岐阜大学医学部附属病院 免疫・内分泌内科の鷹尾賢先生に「さかえ」の読みどころを紹介してもらいます。

つかさ会のみなさん、こんにちは。3月号の紹介を担当します、岐阜大学医学部附属病院 免疫・内分泌内科/糖尿病代謝内科の鷹尾です。暖かくなり、菜の花や桜が咲き、一気に春がやってきましたね。暖かくなって、そろそろ冬の間の蓄えを減らすべく運動を始めよう！と思いつつも花粉が…と行動に移せていない方も多いのではないのでしょうか。僕自身も電池がきれてしまってから体重計に乗れておらず…みなさんと一緒に頑張りたいと思っている今日この頃です。

さて、今月号の「さかえ」ですが、特集1「認知症の予防と治療 UPDATE(P.6)」、特集2「糖尿病のある人の寿命って延ばしていますか？(P.18)」となっています。特集1では、誰でも患う可能性がある認知症について、最新の情報を含めてわかりやすく解説されています。また、糖尿病を有すると認知症のリスクが高まることが報告され、重症低血糖・ビタミンや緑黄色野菜の摂取不足が認知機能の低下と関連すること、運動習慣によりリスクが減少することなど、危険因子や予防策がデータに基づき記載されています。認知症を防ぐための生活や食事パターン、糖尿病治療については是非 P.10-11 をご覧ください。特集2では、糖尿病のある人の寿命や死因が以前と比べてどのように変化してきたのか、また「健康寿命」を延ばせるといふ今後の課題について記載されており、糖尿病を治療する意義を見直せると思います。その他、特別企画として末梢神経障害による神経痛についての「糖尿病と痛み(P.28)」、近年様々な疾患と関連しているとされ注目されている腸内細菌についての「腸内細菌と肥満・糖尿病(P.33)」、イベント報告として昨年の世界糖尿病デーにブルーにライトアップされた全国各地の施設の写真(P.14)も掲載されています。

今月号の『さかえ』、お楽しみいただけただけでしょうか。新型コロナウイルス感染症の規制も緩和されてきておりますが、新年度を迎えて生活が変わる方や、急な寒暖差に体調を崩される方もあるかと思えます。お体に気をつけてお過ごしください。