つかさ会　会報

2024.6 月

つかさ会の皆さま、こんにちは。6 月 16 日(日)に令和 6 年度の岐阜県糖尿病協会総会が長良川国際会議場にて開催されました。当日は、周辺施設でのイベントが重なったことで駐車スペースが不足し、多くの皆様にご不便をおかけしましたこと、心よりお詫び申し上げます。せっかくのご来場にもかかわらず、ご迷惑をおかけし、大変申し訳ございませんでした。

特別講演では、朝日大学病院 糖尿病・内分泌内科 教授 佐々木 昭彦 先生から「主食とおかずの組み合わせ」として、継続可能な食事療法のポイントについて、分かりやすくお話しいただきました。また、交流会ではフルート奏者の方々による心地よい音楽とトークを、理学療法士の方々による体操ではコグニサイズの実践により、会員の皆様と楽しい時間を過ごすことができました。140 名以上と非常に多くの方にご参加いただき、実りの多い会となりました。来年度もまた皆様とお会いできればうれしく思います。

また 10 月 20 日（日）には、毎年恒例のウォークラリー in 岐阜を開催する予定です。今年度は岐阜市：岐阜公園で開催予定です。詳細が決定し次第、ご案内申し上げます。

さて、今月は、4 月から当科へ入職した山田先生にさかえの読みどころを紹介していただきます。

６月号を担当します、岐阜大学医学部附属病院 糖尿病・内分泌内科の山田 真久です。夏が近づき，暑い日が続くかと思えば，しとしとと雨の降る梅雨の時期なりましたね。朝、家を出る際には暖かくても、急な天気の変化のため上着や傘を手放せない日々を過ごしております。

暑さが厳しい時期を迎えるにあたり、特に注意を払わなければいけないのが食中毒です。調理した食べ物をついつい常温で置きっ放しにしてしまうことや、生肉の過熱が不十分であることが原因になり得ます。食中毒の予防に関する啓蒙活動が重ねて行われていますが、飲食店や集合寮などでの集団食中毒の報道は毎年散見されます。今月号の「さかえ」特集 1 では「食中毒について(P.5)」というタイトルで、食中毒の原因となる細菌及びウイルスの特徴や各々に対する予防策について詳細に記載されております。

また、十分な感染予防策を講じたにも関わらず、病原体への感染を避けられない場合もあります。糖尿病のある方で，感染症が原因となり発熱・嘔吐・下痢などの症状によって食事が摂れなくなることがあります。このような状態をシックデイと呼びます。食中毒発生の予防のため、特に留意すべき食材や習慣について、加えてシックデイに際して適切な対応についても、是非ご一読いただけたら幸いです。

梅雨が明けると暑い日の続く時節となります。お身体に無理のないよう、お過ごしいただけることをお祈り申し上げます。