



会員の皆さん、こんにちは。東海地方では 1 月半ば過ぎに梅雨明けとなりました。今年は梅雨入りが遅かっただけに、あっという間に梅雨が終わったような気がしますね。梅雨明け以降、猛烈な暑さが続いていますが、適切に冷房を使用するなどして熱中症には十分気を付けていきましょう。また全国で台風や大雨による災害も発生しています。日常から、しっかりともしもの時の備えをしておきたいものです。非常食や飲料水、日用品の備えだけでなく、避難所情報や服用中のお薬に関する備えもしっかりしておきましょう。8 月 27 日には大学病院 1 階のイベントホールにて、災害時の準備や心構えについての糖尿病公開教室も予定しておりますので、病院受診の際などに是非お立ち寄りください。

さて今月は、4 月から当科に入職した吉野先生に、「さかえ」の読みどころを紹介させていただきます。

こんにちは。今年 4 月から岐阜大学医学部附属病院 糖尿病代謝内科へ赴任しました、吉野有美子です。会員の皆さまとは、内科外来や入院で顔を合わせることが多くなるかと思います。どうぞよろしくお願い致します。暑い日が続いていますね。自宅から大学病院へ出勤するだけで暑さにやられてしまいそうになります。昨今は自動車内での熱中症の報道もときどき見かけますよね。皆さまも注意してくださいね。

さて、7 月号の「さかえ」も見どころいっぱいです。特集 1 は「糖尿病と皮膚のトラブル (P.5)」です。糖尿病をもつ方に起こりやすい皮膚トラブルが写真とともにわかりやすく紹介されています。また、普段からご自身のからだをチェックすることも非常に大切です。是非ご一読ください。

特集 2 は「交替勤務で働く人の糖尿病の食事管理 (P.17)」です。交替勤務で働く方のお食事の 3 つのポイントなど、お食事のコツが紹介されています。交替勤務の方はもちろん、交替勤務でない方も参考にし、ご自身のライフスタイルにあわせて実践してみましょう。

特別企画 1 は「気を付けよう！夏の低血糖 (P.28)」です。低血糖とは何か、低血糖の症状、また、低血糖を起こしやすいお薬の注意点などが詳しく説明されています。特に、シックデイ（体調不良時）の注意点に関しては、いま一度、勉強しましょう。

最後に、特別企画 2 「膵移植の現状と課題 (P.33)」です。インスリンが分泌されない 1 型糖尿病の治療法である膵移植について詳しく解説されています。移植を受けられる基準や手術の方法、手術後、どれくらい膵臓の機能が保たれるかなどが学べる内容になっています。

また、「こまぎれ運動の勧め (P.24)」、「コンビニ食材でイキイキ健康ごはん (P.44)」など、今すぐ、生活で実践できる内容も盛りだくさんです。

厳しい暑さが続いています。が、「さかえ」を読んで一緒に夏を乗り切りましょう。それでは、体調に気を付けてお過ごしくださいね。

