

# ▶ さいわい糖尿病デー2020報告 ◀

11月14日は「世界糖尿病デー」、世界各地で糖尿病の予防、治療、療養を喚起する啓発運動が行われる日で、各地で様々なイベントが開催されます。

世界糖尿病デーに合わせ、「さいわい糖尿病デー」WEB開催しました。

川崎幸クリニック糖尿病チームとさいわい鶴見病院糖尿病チームが一緒になり、皆さんに糖尿病について知っていただきたいと、様々なコンテンツを作成いたしました。

## ■動画コンテンツ

### 『【糖尿病専門医】Dr.森上の5分で分かる糖尿病基礎講座』

川崎幸クリニック 糖尿病専門医 森上医師に糖尿病について伺いました。糖尿病の基礎知識から治療の種類まで、わかりやすく解説。合併症のことや治療を受けるにあたって気になる質問にも答えていただきました！



## ■ブックコンテンツ

### 『糖尿病ドリル』

川崎幸クリニック糖尿病チームとさいわい鶴見病院糖尿病チームからの挑戦状！医師・看護師・理学療法士・管理栄養士が難易度別に問題を作成しました。全部で18問、あなたは何問正解できるか、ぜひチャレンジしてみてください。丁寧な解説付きです！



## ■レシピコンテンツ

### 『血糖値が気になる人のバランスレシピ』

食後血糖値の急激な上昇を抑える食物繊維が豊富なレシピと血液中のブドウ糖の吸収を促す「水溶性ペプチド」が含まれる大豆たんぱく質レシピをご紹介します。いつもの食事に1品プラスしたり、おやつを置き換えたりして、普段の食事に取り入れてみてくださいね！



## ■お役立ちコンテンツ

### 『いざという時のための情報シート』

病院を受診するときや災害時などに役立つ情報シートです。医師・看護師目線から「書いてあると安心！」という項目をピックアップしました。



## ■ブルーライトアップ実施

11/1～11/15まで 川崎幸クリニックのブルーライトアップを行いました。

協力施設:川崎幸クリニック/さいわい鶴見病院

監修:川崎幸クリニック 糖尿病専門医 安島 美保/川崎幸クリニック 糖尿病専門医 森上 善史/川崎幸クリニック 糖尿病専門医 和田 美輝

さいわい鶴見病院 糖尿病専門医 久間 里紗/さいわい鶴見病院 糖尿病専門医 瀬上 瑛子/さいわい鶴見病院 糖尿病専門医 阿久井 めぐみ

川崎幸クリニック 看護師・糖尿病療養指導士 大川 佳津美/川崎幸クリニック 看護師・糖尿病療養指導士 和田 真知子

川崎幸クリニック 看護師 萩尾 優菜/川崎幸クリニック 理学療法士 赤坂 裕計/川崎幸クリニック 管理栄養士 宮崎 恵美子