

## 横浜市立大学内分泌・糖尿病内科 ～楽しく学ぶ糖尿病教室～

2018年3月17日、横浜市立大学附属病院において糖尿病教室を開催しました。

現在当院で糖尿病診療に関わるスタッフで行う糖尿病教室は今回が初めてでした。多くの方に参加頂いたので、写真とともに報告させていただきます。



←スタッフが集まる毎月のミーティングで今回のイベントの企画を練りました。

↓病院4階の会議室で糖尿病教室を開きました↓



↓25名程の患者さんが参加してくださいました♪



最初に、糖尿病劇場をやりました。  
糖尿病を指摘された患者さんと二人の医師のやりとりを見て、どちらが良かったかを患者さんに聞きました。

意外にも意見はきれいに  
二つに分かれました。





←続いて、秘書の片山さんによる体操教室を行いました。今回は気軽に出来るヨガを学びました。

最初はイスに座った状態で、次に立ってヨガを行いました。20分程度の運動でしたが、心地よい疲労感が得られました。

ラジオ体操も予定していましたが、時間の関係で出来ませんでした。また次回以降楽しみにしています。

→最後はQ and A コーナーです。

各職種に分かれて、個別に日頃の悩みを相談して頂きました。

やはり皆さんの悩みは食事なのでしょうか。栄養士さんのブースが一番人気でした!!



←最後に一部のスタッフで写真を撮りました♪総勢 20 名程度のスタッフが協力してくれました。

患者さんも、スタッフもお疲れ様でした!!

当院では 2017 年 12 月に糖尿病友の会（名称：よこいちみらいの会）を設立しました。今回は医療スタッフの企画による糖尿病教室でしたが、今後は患者さん自身も企画の発案に関わることが出来れば、と考えています。糖尿病治療の大切さを一緒に考え、この横浜から発信していきましょう。患者会に興味のある方は外来主治医や内分泌・糖尿病内科の井上 (rinoue@bird.ocn.ne.jp) までお問い合わせください。

文責：井上 亮太