



糖尿病新聞 No32

公益財団法人星総合病院

中央検査科

平成 30 年 8 月 発行

朝夕はめっきり涼しく、過ごしやすくなりましたが、皆様いかがお過ごしでしょうか？糖尿病患者会「スターふれあいの会」があるのをご存知でしょうか？今月は、糖尿病患者会や活動内容についてお話したいと思います。

糖尿病患者会「スターふれあいの会」とは？

スターふれあいの会は、糖尿病治療を受けている患者様とその御家族、糖尿病に関心のある方々が自主的に運営する会として平成 15 年設立しました。

この会は、糖尿病とつきあっていく方々へ、糖尿病についてもっとよく知り、より充実した生活を過ごして頂くためよりよい生活の一助となることを目指しています。会の中では、会員の皆様が、互いに励ましあい、体験談を話し、情報交換をすることで、親睦をはかっています。また、患者様同士のみならず、医療スタッフとも交流を深める場となっています。

年間活動内容について？

調理実習、運動（歩く会等）親睦会、体験談等の交流会、講演会などが主な活動内容となっています。その他、会員 1 人 1 人がやってみたいことや勉強してみたいことを、会の中で実施していくようにしております。一回目の交流会として、6 月 30 日（土）に大町キッズベースで調理実習「発酵食品を旬の野菜で食べよう」「麴を手作りしてみよう」を実施しました。

メニューは、豚肉の新生姜のこうじ焼き、トマトの新玉こうじ醤油ドレッシング、手作りがんもどき、雑穀ごはん、甘酒ゼリーでした。

今回は、栄養が豊富で腸内環境を整えてくれる酵素が多く含まれているほか、免疫力アップ、美容、疲労回復などにも大きな効果が期待できると言われている麴を使った料理でした。



みんなで作った料理は、いつもより美味しく出来上がり、特に甘酒ゼリーは、凍らせると冷たいシャーベットになり美味しいと大好評でした。



年会費について？

年会費は、3,500 円です。この会費は、日本糖尿病協会発行の月刊誌である「さかえ」の購読料が含まれています。また、会の活動内容によって、その都度参加費を集めています。



毎月、治療の最新情報や食事、運動、健康な生活を送るためのアドバイスや患者さんの体験コーナーがあり読み応えがある雑誌です。

入会希望の方、お問い合わせは下記までお願い致します。スターふれあいの会事務局 (024-983-5518 健診室直通)

