

# 世界糖尿病デー 記念イベント

2021

～インスリン100年を記念して、  
健康を見直そう～

今年はインスリン発見 100 周年の節目の年。

11 月 14 日は インスリン発見者であるバンティング博士の誕生日を記念して、ブルー・サークルをテーマシンボルとした「世界糖尿病デー」に制定されています。そこで今年は、11/13(土)にとうめい厚木クリニック内でイベント開催する事になりました。

コロナ禍も長引き、皆さん、気持ちが草臥れておられると思います。しかし、その頑張りは、きっと未来に繋がります。

バンティング博士は、生粋の研究者ではありませんでしたが、信念だけを味方に頑張って研究を続け、最後にはノーベル賞まで獲りました。勿論、その名誉だけではなく、彼が若くして亡くなってからもインスリンは連綿と人々を助け続け、何百万人もの糖尿病患者を救って来たのです。

「コロナは苦しいけれど、今の我慢が誰かを助け、未来を拓くのだ。」このイベントが、そんな風に思っただけの一助となれば、と願っています。勿論、皆さんの健康維持は、直接的に感染症の予防にもなりますので、この日の勉強は無駄になりません。

参加費や事前予約は必要ございません。

飾り付けやスタッフからの応援メッセージも展示致します。

当日、もし厚木のコロナ状況が落ち着いていたら…是非、振るって御参加下さい。



<イベント>

パート 1:簡易血糖測定を体験してみませんか？

パート 2:糖尿病に向いているラクラク・フレイル防止運動

パート 3:苦難は実を結び、誰かを助ける

～インスリン、発見！バンティング博士ものがたり～

参加資格:とうめい厚木クリニック通院中の皆様

(糖尿病の有無は問いません。)

持参するもの:受診カード(会場整理と運動可否の確認の為)、

お薬手帳(出来れば)、

運動し易い服装、靴(ズボン、スニーカーやフラット靴)

会場:とうめい厚木クリニック5階会議室(当日は案内が立ちます。)

時間:2021 年11月13日 9時30分～12時(凡そ)

予約:不要(但し、「密」を避ける必要があるので、

会場のキャパシティを超える場合は、先着順となります。)

会費:無料





<当日の流れ>



①9時半受付開始(クリニック1階リハビリテーション科横の予定)



②血圧、体温測定(参加出来る体調かの確認)



③血糖測定(希望者のみ)



④運動や体調(フレイル)に関するアンケート記入



⑤新しい糖尿手帳(参加者だけの先行プレゼント!)配布と説明



⑥リハビリテーション科による体操指導



⑦体操後の血糖測定(希望者のみ)



⑧野口医師による講演



⑨質疑応答



⑩フレイルお楽しみアンケート結果発表



※当日は、食事や運動など、糖尿病に関する様々なパンフレット



(Take Free)や、推奨図書、



手帳類やお出かけ時のインスリン等の、



100均を利用した収納アイデアの見本等も展示する予定です。



2021年 10月



文責 野口匡子 とうめい厚木クリニック糖尿科代表