

「万葉友の会」会員交流ウォーキング 参加者募集



日時 9月22日(祝) 午前 10:30 より(雨天決行)
(午前 10:00 病院ロビーに集合)

コース 自家用車乗合せ ウォーキング 2.8km
病院前 ⇒ 松太枝浜駐車場 ⇒ 氷見市海浜植物園
植物園鑑賞 散策・昼食 逆コース
氷見市海浜植物園 ⇒ アロマガーデン ⇒ 帰路

参加費 500円(弁当・入園料含む)
参加希望者は、9月12日まで内科外来看護師「加藤」までTEL(0766)44-1181

歩きやすい服装で水分・タオル等持参して下さい



楽しく歩いて血糖コントロール

主催 糖尿病患者会【万葉友の会】

協力 社会保険 高岡病院 糖尿病療養支援チーム

《編集後記》

暑い日が続いていますが、皆さん熟睡できているでしょうか？今回は、睡眠について一言。睡眠のゴールデンタイムがあるのをご存知でしょうか？22～2時までの約4時間は成長ホルモンがたくさん分泌され、体の回復を行う大切な時間と言われています。この時間にしっかりと熟睡し、体をケアしてみるのもいいかもしれませんよ。(坂井)

答え
Q1:①
Q2:①
Q3:②

万葉友の会

発行日 平成24年9月3日
発行所 万葉友の会
社会保険高岡病院
高岡市伏木古府元町8-5

『万葉友の会 会長 あいさつ』 土居 満春



平成20年7月に発足した「万葉友の会」も、もう5年目に入りました。この度、5月の総会で初代会長姫野憲治さん、二代会長中出護さんのあとを引き継いで、会長を務めることになりました。

私が糖尿病と診断されて7年ほどになります。この会に入会しているお陰で、通院のたびに検査される血糖値やHbA1cの値を意識し、上昇していかないように心掛けることができていると思います。

(社)日本糖尿病協会の機関紙「さかえ」の本年4月号に、『インスリン生活50年』と題して、50年以上糖尿病の治療を続けてこられた、7名の方の表彰記事が載っていました。その中に「糖尿病は、日々の生活の管理が非常に重要であり、その重責はひとえに患者本人とその家族にかかっている。」と書いてありました。

幸い私たちの患者会には、日糖協富山県支部を立ち上げられた小林正先生や、県支部の副会長を務めておられる加藤弘己病院長をはじめ、強力な支援チームの方々がおられ、私たちの治療生活を支えていただいております。

自分でもこの病気と少しでも長く付き合っていけるよう、また、この病気の方でこの会の存在をご存知でない方々への入会呼びかけのために、理事のみなさん、病院支援チームの方々とともに、努めていきたいと思っています。

患者会支援チーム紹介

3階 看護師
栗本 弘美



3階病棟に勤務している栗本です。よろしくお願いします。

3階病棟 看護師
本川 則子



3階病棟に勤務している本川です。よろしくお願いします。

5階病棟 看護師
中川 美知代



5階病棟に勤務しています。わからないことの方が多いと思いますが、よろしくお願いします。

新しく支援チームに加わって下さった3名の方を紹介しました。第1～6号を通じて全てのスタッフを紹介しました。皆さん今後ともよろしくお願いします。