

世界糖尿病デー 無料で血糖測定

安曇野日赤

「世界糖尿病デー」
の14日、安曇野市の安
曇野赤十字病院で無料
血糖測定や生活相談が
行われた。市内では糖
尿病患者とその予備軍

が増加していることか
ら、バランスの取れた
食事や運動を紹介する
コーナーも設け、意識
啓発を呼び掛けた。
糖尿病看護認定看護
師の猿田順子さんが
担当した。血糖測定は
指先から採取した血液
で簡単にできることか

ら、患者やそ
の家族が大勢
訪れた。血糖
値は空腹時1
10以下、食
後140以下
なら正常値
で、空腹時126以
上、食後200以上が
糖尿病型となる。正常
軍と呼び、昨年度の市



看護師による血糖測定

特定健診では15年度と
比べて男性が3.5倍
女性が4倍に増えた。
猿田さんは「予備軍
の人たちは、食事や運
動に気を付ければ糖尿
病を予防できる。普段
の生活を振り返ってみ
てほしい」と話してい
た。(浅川寛子)