

糖尿病予防講演で学ぶ

成相地区
会食会

安曇野市豊科の成相地区社会福祉協議会(丸山孝子会長)は、糖尿病予防の講演のほど、成相コミュニティセンターで、地域に住む65歳以上の人たちを対象に会食会を開いた。約60人が参加し、糖尿病予防の講演を聴いたり、社協会員の手作りのお昼食を味わったりした。

認定看護師の猿田順子さんが講演した。糖尿病になりやすい生活習慣を説明し「糖尿病と診断される人は缶コーヒー、甘酒など甘いものやナッツ類が好きな人が多い」と指摘した。食事は全て手作りで用意された。地元の人たちによるフルートの演奏やマジックなどもあり、楽しいひとときを過ごした。

年間18回計画している「お楽しみ会」の一回で企画した。丸山会長は「みなさんの協力で成り立っている。日ごろの近所の付き合いによる絆は、防災などに生かされる」と話していた。(小坂 功)



糖尿病予防に効果がある運動を試す参加者