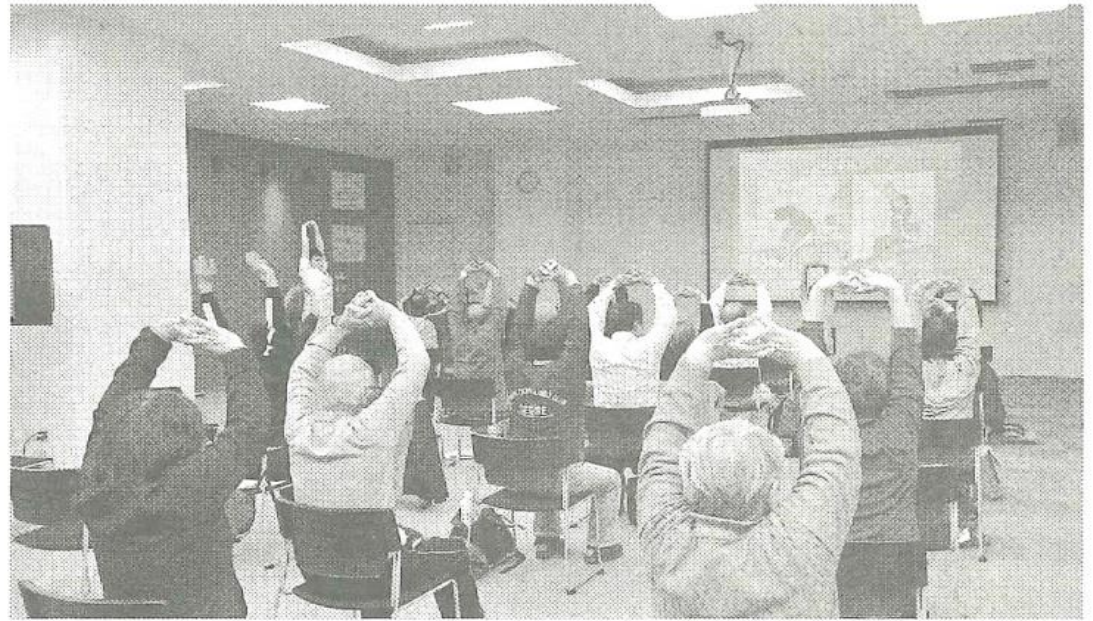


糖尿病予防、運動大切

製鉄記念室蘭病院で教室



製鉄記念室蘭病院（前田征洋病院長）の「糖尿病教室」が、室蘭市知利別町の同病院がん診療センターで開かれ、運動が及ぼす効果について理解を深めた。

同病院は、今年4月に「糖尿病内科」を新設。さまざまな合併症を抱える糖尿病患者への専門的な治療の強化や合併症の予防、病診連携などを図

エクササイズの実践などを通して糖尿病に対する運動の効果を学ぶ参加者ら

るため、在籍する糖尿病専門医の専門性をさらに生かせる態勢にした。

併せて、今年8月から「糖尿病教室」も開き、今回で2回目。市民ら約30人が参加し、リハビリテーション科理学療法士

の青木伸さんが「自宅でできる！イスを利用した運動」をテーマに解説した。

青木さんは運動で血糖値を下げることによる「短期的な効果と長期的な効果」を解説。参加者は椅子を用いた屈伸やスクワットなど運動を実践した。青木さんは「運動をやめると3日以内に効果は低下する」と継続的な運動の大切さも訴えた。

同病院循環器内科・糖尿病内科の飛澤利之医長が「糖尿病」をテーマに解説した。（松岡秀宜）