

川西さくら会だより 第83号

日時:平成30年 3月23日(金)
場所:市立川西病院 講義室

講演:血糖コントロールに効果的な油選びのポイント



栄養科 松本香先生

160kcalのおやつ



栄養科 実習生

劇:北風と太陽



看護科 奥田真理先生 桐谷やよい先生

3月23日に糖尿病患者会「さくら会」主催の茶話会&勉強会が開催されました。今回は、会員だけでなく会員外参加も可能なオープン講座で2時間ほど行いました。「血糖コントロールに効果的な油選びのポイント」では、講演の後に脂肪酸の中でオメガ3の含有率の高いアマニ油を実際に試食しました。「160kcalのおやつ」は、普段食べるおやつや甘味料のカロリーを確認しました。「北風と太陽」の劇では、食事療法を続けるために、患者様が自分の思いを話し、病院スタッフが一緒になって健康になれる方法を探ることが大切だと再確認できました。



川西さくら会 会員募集中!!

糖尿病の正しい知識をもち、会員相互の親睦を深めることを目的に、茶話会や料理教室などを開催しています。皆様の入会をお待ちしています。詳しくは病院スタッフまで!