

# 川西さくら会だより

## 第91号

コロナ渦の中、第22回総会議事を書面にて開催し、会員の皆様に議決行使書をお願いしました。令和元年度の活動報告・決算報告・監査報告、令和2年度活動計画・予算について過半数の賛成をいただき成立いたしましたことを報告いたします。(事務局:栄養科)

### 令和2年度 活動計画

- 6月 総会
- 9月 茶話会&勉強会①
- 10月 日帰り旅行
- 12月 糖尿病イベントポスター展示
- 2月 茶話会&勉強会②

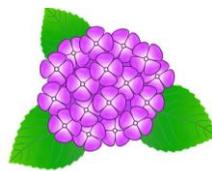
### ★川西さくら会 会員募集中★

糖尿病の正しい知識を持ち、相互の親睦を深めることを目的に、茶話会など開催しています。  
皆様の入会お待ちしております！！



### 糖尿病診療ガイドライン改訂 体重管理のポイント

従来の標準体重の代わりに「**目標体重**」という概念が取り入れられ、より個々の症例に対応可能な柔軟に示された。目標とする体重は、年齢や病態、身体活動量などによって異なり、「個別化」が必要とされた。



### 【目標体重 (kg) の目安】

65歳未満	[身長 (m)] <sup>2</sup> ×22
65歳から74歳	[身長 (m)] <sup>2</sup> ×22~25
75歳以上	[身長 (m)] <sup>2</sup> ×22~25※

※75歳以上の後期高齢者では現体重に基づき、フレイル、ADL低下、併発性、体組成、身長短縮、摂食状況や代謝状態の評価を踏まえ、適宜判断する。

★糖尿病療養は、食事療法を中心とする生活習慣の是正が有効である。

★食事療法の実践にあたって、管理栄養士による指導が有効である。

日本糖尿病学会「糖尿病診療ガイドライン2019」より



令和元年度日帰り旅行の写真

