

**地域市民公開講座**  
**糖尿病教室**  
**参加者募集**

**日時** 9月8日(木)  
**場所** 15:00~16:00(受付14:30~)  
当院1階 多目的ルーム  
(新御堂筋側玄関入って右側)

**講師** 吉内 和喜(糖尿病内分泌内科 部長)  
東山 学史(理学療法士)

**【入場無料】先着50席**  
参加ご希望の方は講習会当日、直接会場へ  
お越し下さいませ。(先着順・申し込み不要)  
不明な点は、お気軽にお問い合わせ下さい。  
06-6393-8264(担当者:岡野)



はじめに

平成 28 年 9 月 8 日 (木) に地域住民の方を対象として、地域市民公開講座「糖尿病に対する運動療法」を開催しました。



**・吉内医師による講義風景**

皆さんメモを取るなど積極的な姿勢で講義に参加されていました。

## 講座内容

当院の糖尿病内分泌内科 部長である吉内 和富医師が「糖尿病に対する運動療法」という内容で糖尿病の基礎知識や症状についての講義を行いました。次に理学療法士 東山 学史が糖尿病に対する運動療法とその効果を説明しました。その後、実際に椅子に座ってできる運動を紹介し、参加者の皆様と一緒に行いました。



### ・東山氏による運動指導風景

皆さん熱心に取り組まれておりました。

## 今回のまとめ

研修会を通して、糖尿病に対する関心の高さをうかがう事が出来ました。糖尿病は、進行すると網膜症・腎症・神経障害などの合併症を引き起こします。また、脳卒中、虚血性心疾患などの心血管疾患の発症・進展を促進するといわれています。

世界保健機関(WHO)は、成人の糖尿病有病者数が2014年までに4億2,200万人に達し、1980年の1億800万人から4倍近くに増えたと発表しています。また2025年までに世界の糖尿病人口は7億人以上に増えると予測されています。

今回の講義で糖尿病になる前の運動の大切さや糖尿病になった後の運動の重要性を再確認しました。

文責 岡野