

# 市民病院だより

## 糖尿病カンバセーション・マップによる糖尿病教室

日本糖尿病療養指導士

江頭 早苗

当院は佐賀県内の9か所ある糖尿病基幹病院の一つとして糖尿病医療に注力しています。糖尿病専門外来は毎週火・金曜日の午前中に行っています。また、糖尿病教室は毎月第2・4木曜日15時より当院3階研修室で行っています。

### 糖尿病カンバセーション・マップとは

糖尿病教室のプログラムの一つで、「糖尿病カンバセーション・マップ」を取り入れていきます。糖尿病カンバセーション・マップとは、世界105か国以上で使用されている糖尿病を学ぶ学習方法です。日本語に直訳すると「会話のための地図」といい、すぐろくのように進めな

から参加者と楽しく会話をしたり、カードを使って皆で考えるクイズをしながら糖尿病について学んでいきます。

糖尿病教室というと今まで講義形式だったら参加したことがある人が多いと思います。この教室では、皆さんが糖尿病をどのように感じて、工夫・理解をどのように取り入れているかをみんなで話し合っただけでいく取り組みを行っています。診察室や糖尿病教室、インターネット、テレビ、本などからの一方的な情報だけでなく、自分の知りたいことが正しい情報なのかどうかを確認し合える場も大切だと思います。

糖尿病は自己管理が必要です。同じ思いをしている仲間だからこそ分かり合えることも

多々あります。糖尿病教室は1時間と限られた時間ではありませんが、糖尿病を支援するスタッフと多くの人との出会いの場になり、糖尿病の自己管理へのきっかけ作りの場になれるよう、支援できればと思います。

### 糖尿病教室

場所 市民病院 3階研修室  
(リハビリ室手前)

時間 15時～16時

### 内容

10月27日(木)  
・糖尿病カンバセーション・マップ「糖尿病とともに歩む」

11月24日(木)

・糖尿病と循環器  
・食事について

12月8日(木)

・糖尿病について  
・健診と糖尿病

### 糖尿病食事会

糖尿病食を実際に食べながら、食事の時に注意をする点を指導します。

場所 市民病院 3階研修室  
(リハビリ室手前)

日時 11月10日(木)  
11時～12時30分

### 内容

・糖尿病について(講話)  
・糖尿病食試食会

### 対象者

糖尿病の人、その家族、糖尿病に関心のある人

費用 500円(食事代)

※要予約(電話も可)  
先着20人



## お知らせ

### 4月より婦人科診療が拡充しました。

毎週月～金曜日の午前・午後に診療を行っています。

【問合せ】小城市民病院 ☎ 73・2161 ホームページ・アドレス <http://www.city.ogi.lg.jp/hospital/>