

徳島県糖尿病協会友の会 交流会 報告書

日時:平成30年6月2日(土) 10時30分~14時10分

場所:とくぎんトモニプラザ3F 大会議室・地下1階 徳島市徳島町城内2-1

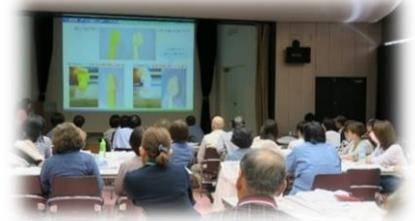
テーマ:『健康寿命をのばす歯周病予防と運動』

参加者:88名(患者45名、医療者43名)



徳島県糖尿病協会友の会 交流会を開催しました。梅雨入りしたにもかかわらず、青空で夏日でした。

今年度のテーマは、「健康寿命をのばす歯周病予防と運動」です。徳島県歯科医師会川島友一郎先生(歯科医師)から、「糖尿病患者における歯周病予防の意義」と題して、歯周病は歯周病菌による感染症で、歯磨き習慣が要因になる生活習慣病である、日頃から歯科医院への受診の必要性等をお聞きした。また、橋本千奈美先生(歯科衛生士)から、「からだの健康はお口の健康から」と題して、口の中の環境改善等について聴講した。歯周病の簡易検査を行い、試験紙に浮き出る赤紫のラインの有無で、陽性反応が出た場合は歯肉炎・歯周炎が疑われると説明された。午後は、徳島大学大学開放実践センターの田中俊夫先生から指導の下、阿波踊り体操やスロージョギングについて体験し、皆様心地よい汗と笑顔で終わりました。



さわランチ

エネルギー密度の高い満足ランチ(580kcal 塩分2.2g)



昼食とスイーツ



カフェ・ケストナー

希少糖を使用した低カロリーデザート(10~22kcal)

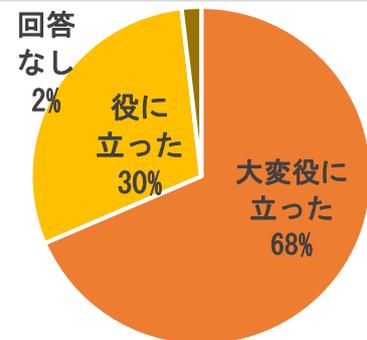


【交流会アンケート結果より】

- ・「歯周病予防と運動」は毎日の事なので今日から実行したい、非常に聞かせる話術であり分かり易かった
- ・色々な方と話しができ、いろいろなお話を聞かせていただき大変良かったです
- ・毎年、新しい知識を教えてくださいありがとうございます
- ・病気との関連で歯周病のことがわかり良かった
- ・正しい口腔ケアの仕方や歯ブラシの交換時期などがよく理解できてとても良かった
- ・改めて日々の生活の大切さを教えてもらいました、大変良かったです
- ・コーヒーやお菓子のおかげで会話がはずんだように思った

アンケート結果 n=54

「今回のテーマはいかがでしたか」



皆様、ご協力いただき
ありがとうございました。

