

JADEC 徳島友の会 交流会 報告書



日時:2025 年 6 月 15 日(日) 10 時 30 分~14 時
場所:徳島大学病院日亜ホール White 徳島市蔵本町 2-50-1
テーマ:『糖尿病と骨粗しょう症の関係』
参加者:57 名(患者 25 名、医療者 32 名)

今回のテーマは、『糖尿病と骨粗しょう症の関係』です。“骨粗しょう症の怖さを知っていますか！”骨を強くする食事や運動学びませんか？として、医師、理学療法士、管理栄養士に講演をしていただき学びました。

特別講演は徳島大学生体機能解析学分野 遠藤逸朗先生から「糖尿病と骨粗鬆症の連関」と題して、骨粗鬆症は高齢女性に多く大腿骨近位部骨折は増加している。治療としての食事療法、運動療法、薬物療法について具体的に教えていただきました。昼食のお弁当とスイーツの後、講演 1 は徳島赤十字病院 栄原純子先生から「骨を強くする食事って？～筋肉を落とさないことも大切～」と題して、骨粗しょう症予防に必要な3大栄養素について学びました。講演 2 は、川島病院 玉谷高広先生から「転倒予防のためのバランスや筋力アップ」と題して、転倒予防のためのバランスや筋トレを実技と共に学びました。最後はクイズで盛り上がりました。



お弁当:株式会社さわ
エネルギー 565kcal
蛋白質 22.9g
食塩相当量 2.3g

スイーツ:カフェ・ケストナー

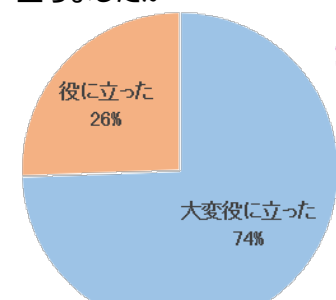


抹茶寒天 ヨーグルトティラミス ココアシフォンケーキ カスタードプリン いちごのクラッシュゼリー

【交流会アンケート結果より n=43 】

- ・他の施設の患者さんと話ができ楽しかった。また施設の活動が聞けて良かった
- ・カフェケストナーさんのスイーツ・コーヒーはとてもおいしかったです
- ・糖尿病と骨の関連がこれほどあるとは普段から考えてなかったので良い機会になりました
- ・参加しやすい雰囲気でもあり、高齢の方にもわかりやすい講演でした
- ・クイズは盛り上がりつつ楽しめました

糖尿病と骨粗しょう症の関係』は役に立ちましたか



皆様、ご参加いただきありがとうございました！

