

【見出し】

平成29年5月26日（金）13:30～15:30 イオン鳥取店にて、「鳥取市糖尿病予防啓発キャンペーン」に参加しました。

【内容】

・平成29年5月26日（金）13:30～15:30 イオン鳥取店にて、「鳥取市糖尿病予防啓発キャンペーン」に参加しました。

・当会は、血糖検査後の保健指導を実施しました。食べ方の順番、間食の仕方など、自身の生活習慣とは全く逆であった、今日は来てよかったと、笑顔で帰られる方もおられました。41名の実施となりました。

NHKスペシャルで
“血糖値スパイク”が危ない
が放送されました。

「血糖値スパイク」と呼んで、食後の高血糖に著目した特異な急激な血糖値の上昇が、昨年10月にNHKで放送されました。番組の中では、健康な人は食事をした後でも血糖値が140mg/dL以上になることがほとんどないが、「血糖値スパイクの人」は、その数値が基準値を超え、それが慢性的な状態となることで血管を傷つけ、糖尿病や心臓病等を発症するリスクが高くなるということが切実に訴えられていました。

無料 血糖値測定
血糖値測定で現在の健康状態をチェックしてみましょう！

【内容】簡易血糖値測定 及び 健康相談

- ※1) 測定時間は1分程度です。健康相談では、医師（鳥取市立病院）、保健師、看護師、管理栄養士の各専門スタッフが対応します。お気軽にご相談ください。
- ※2) 測定結果は、健康状況の「参考」としていただくためのものです。
- ※3) 食後の状態もぜひチェックしてみてください。

血糖値スパイクか... あんなに息が上りながら血管に負担がかかるよな... 食のため、俺も死んでもらっておうか...

【主催】鳥取市、鳥取市立病院 【協力】(一社)鳥取県臨床検査技師会
【事務局】鳥取市役所保険年金課医療費適正化推進室 (☎ 0857-20-3441)

