

鳥取市 世界糖尿病デー COPD デー に参加しました

日時 令和元年 11 月 14 日 (木)

場所 鳥取市役所新本庁舎

主催 鳥取市生活習慣病対策プロジェクトチーム、鳥取市立病院

当会は血糖値測定後の保健指導を実施しました。「普段の生活習慣が良くないと自覚しており、血糖値が心配」などの動機で来場され、「食後血糖値が高めでショックを受けた」などの感想をいただきました。ご自身の習慣が高血糖の原因だとわかっておられながら、なかなか改善できないと言われる方が多く見受けられました。それらの方々に、ご自身で出来そうなことを確認し、出来そうなことから始めていただくことで生活行動が変わることに気付いていただけました。この指導で現状の生活習慣の確認や改善のきっかけになれたように感じました。81 名の実施となりました。

