

## 第39回愛媛ブルーランドサマーキャンプを 開催しました！ (平成30年8月9日～12日)

愛媛ブルーランドサマーキャンプファミリーの会  
会長 山本真吾



例年以上に多くの支援を賜りながら無事に愛媛ブルーランドサマーキャンプを開催させていただきました。今年は8月9日～12日までの3泊4日、国立大洲青少年交流の家で準備を進めていましたが、愛媛を襲った豪雨の爪痕の残る大洲市であったため開催を心配する声をいただきました。状況確認などを行った後、予定通り開催させていただきました。

今年は「チームノボノルディスク」の元プロサイクリストで現在はアンバサダーを務めるジャスティン・モリス選手が訪問して下さり、キャンパーと約1時間に及ぶ交流の時間を持つことが出来ました。「チームノボノルディスク」とは100人以上のメンバー全員が糖尿病患者で構成されている世界初のスポーツチームです。

愛媛県糖尿病協会からは今年も変わらぬ支援をいただき、またその他多くの個人、団体からの支援を得て、安全で、楽しく、教育的で、チャレンジのできる、地域にオープンなサマーキャンプを開催でき深く御礼申し上げます。来年は第40回となりますので今年以上に充実したキャンプを目指して準備に取り組んでいきたいと思っております。引き続き変わらぬ支援をいただきますようお願いいたします。

## えひめ1型糖尿病を持つ患者と家族の会 “愛DM+ (たす) の会” を開催 (平成30年9月9日)

### 愛DM+ (たす) の会に参加して学んだこと・感じたこと

県内の1型糖尿病の患者と家族・医療関係者がたくさん集まり、それぞれの視点から様々な意見を聞くことが出来ました。去年も参加したのですが、去年と比べるとリブレの使用者がこの1年間で急増していると感じました。医療関係者からはリブレやSAPのデータを解析し、きちんと活用していく旨のコメントもありました。

今年は7月に西日本豪雨があり、県内でも多くの被害が出ました。グループトークの時間には、災害への備えはどうするかとの話題もあり、血糖測定器の電池や充電切れについては自分では思いつきませんでした。

血糖コントロールが良好な状態を保つのが望ましいですが、中には気にしすぎてストレスで高血糖になってしまう方もいました。趣味や運動で解消する方法の他に、土日に「気を抜く日」を作るという例も出て、こちらも参考になりました。

今後もこのような会が続いてほしいです。(参加者)



## 2018年11月12日(月)～18日(日) 第54回全国糖尿病週間

テーマ：『サルコペニア』

標語：『筋肉量、保つてのばそう、健康寿命』

サルコペニアとは？加齢や疾患などにより筋肉量が減少し、筋力低下や身体機能の低下が起こること

県内の施設や友の会で糖尿病週間行事が計画されています。行事の詳細な内容については、各施設に直接お問い合わせください。



### 第23回 愛媛県糖尿病協会

#### 歩いて学ぶ糖尿病ウォークラリー

日時：平成30年10月21日(日) 13:00～16:00 (受付：12:00)

場所：松山道後公園内

申込み方法・問い合わせ先：同封しているチラシをご覧ください。チラシの裏が申込用紙となっています。

糖尿病患者さんだけでなく、糖尿病に関心のある方なら誰でも参加可能です。糖尿病に関するクイズに挑戦したり道後の歴史を学んだりしながら、みんなで楽しく歩きましょう！

## 2018年11月11日(日) 大街道イベント

### 『みんなでブルーサークル 糖尿病予防 in えひめ』

今年も松山大街道2丁目商店街で10時～16時まで世界糖尿病デー予防イベントを開催します。血糖や血圧などの各種測定、医療スタッフによる健康相談がすべて無料で行われます。ブルータオル体操は10時、13時、16時頃に行います。

ご家族やお知り合いの方をお誘いいただき、お気軽にご参加下さい。お待ちしております。

2018年11月14日(水)は世界糖尿病デー  
松山城、くるりん、大洲城、今治国際ホテルなどが  
ブルーにライトアップされます!!



### 事務局からのお知らせとお願い

- ◆来月は「愛糖協ニュース」を休刊します。
- ◆住所変更や所属変更等、登録内容に変更があった場合は必ず事務局までご連絡下さい。(メール便での送付のため転送されず届かなくなります) その際には会員番号、氏名(フルネーム)等も必ずお伝え下さい。

<連絡先> FAX: 089-960-5400 メール: aitoukyou@gmail.com

なお、事務局は常駐ではないため返答にお時間を頂くことをご了承下さい。