



# 糖尿病友の会 「三ツ矢会」新聞

マツダ(株)マツダ病院内  
三ツ矢会事務局

第31号  
発行日:令和 7年 7月 30日



2025年2月9日、ホテルグランヴィア広島で2024年度の外出会を開催しました。外出会はコロナ禍の間は開催できませんでしたので、今回は5年ぶりの開催となります。会場である曙光の間はホテル最上階の21階にあり、また当日はお天気にも恵まれ、広島の間が広く遠くまで見渡せ気持ちが大変良かったです。患者会員14名、スタッフ会員6名が参加しました。



前座で私が最近のトピックである「膵島移植」

の話をしていただきました。現在、インスリンを要するような1型糖尿病や膵性糖尿病のような患者さんも、少し先の将来にはインスリンをやめられたり、注射回数を減らしたりできるようになる可能性があるという話をしました。



講義のあとは和洋折衷会席のお昼ごはんです。牛フィレ肉のグリル和風グレイビーソース、鯛のポシェ プロバンス風をメインディッシュとして、和風の前菜盛り合わせ、寒鰯、鯛の御造り、そしてデザートを頂きました。味もボリュームも充分で、久々の外出会に一同大満足でした。

今年度も年明けの2月に食事会を開催予定です。これまで参加されなかった方も次回は遠慮なく気軽に参加いただければと思います。  
( 糖尿病内科 辻 英之 )





## スタッフ紹介



内科外来で勤務しております、看護師の瀬尾です。

今年の4月に、広島県糖尿病療養指導士の資格を取得しました。

学生時代から糖尿病は苦手分野でしたが、内科外来で勤務する中で糖尿病患者さんに関わる機会が増えたことをきっかけに、「もっと学びたい」という気持ちが芽生えました。

また、糖尿病に関する知識を深め、患者さん一人ひとりにより適した療養指導が行えるようになりたいという思いから、資格取得を目指しました。

今後は、糖尿病と共に生きる患者さんに寄り添いながら、少しでも力になれるよう努めていきたいと思っております。どうぞよろしく願いいたします。

( 看護師 瀬尾 優美子 )

**今秋にウォークラリーが  
開催されます。**

**ぜひ、ご参加ください！**





## 総会・講演会



6月7日（土曜日）、マツダ病院の食堂で、2025年度三ツ矢会総会・講演会、食事会を開催いたしました。今回は急遽場所が変更になり、参加された方にはご迷惑をおかけし、申し訳ありませんでした。今年も昨年に続き食事会も開催することができました。当日は22名（内スタッフ6名）の方にご参加いただきました。

総会では、2024年度行事実施状況報告・決算報告、2025年度の行事計画案・予算案が報告され、無事承認されました。昨年度はホテルグランヴィアで外食会を開催することができました。今年度も引き続き行事を計画していきますので、皆様ぜひご参加ください。

役員は昨年度に引き続き会長原田さん、副会長宇佐さん、会計監査山本さんに引き受けて頂けることになりました。ご快諾いただき心より感謝申し上げます。

総会に続いては、糖尿病内科・辻先生による「糖尿病と腎臓」についての講演が行われました。糖尿病腎症は糖尿病3大合併症の一つです。腎臓の役割として老廃物の排泄、水やイオンの量を調整すること、造血ホルモンを生成すること、骨に重要なビタミンD3を活性化することがわかりました。腎臓が悪くなることで血圧が高くなること、貧血が起こることがわかりました。腎症が悪化すると透析が必要になりますが、腎臓を悪くしないために、血糖をよくすること、減塩を行うことが重要であることがわかりました。皆様、熱心に講義を聴かれました。





勉強をした後は、みなさんお待ちかねの食事の時間です。今年は「タニタカフェ」さんのお弁当を皆さんにご用意させていただきました。また、おかずもハンバーグと焼き鯖の二種類から選択することができました。今年は食堂での開催であったこともあり、机を囲んで食事会を行うことができ、皆さんが楽しそうに過ごされている様子が伝わってきました。

メニューは、ハンバーグまたは焼き鯖に加え、もっちり麦ごはん、ひじきと枝豆サラダ、カボチャのごま和え、きゅうりのカルパッチョ、紫キャベツのコールスロー、人参とくるみのラペでした。また、本日提供されている食事の栄養素についても栄養士の藤原さんから丁寧に解説いただきました。一日の半分の野菜が入った野菜たっぷりのお弁当でとってもおいしかったです。食事の後は意見交換や談笑したりすることができ、とても有意義な時間を過ごすことができました。



これからも三ツ矢会がさらに発展していくよう、皆様一緒に頑張っていきましょう。  
( 糖尿病内科 岸本 瑠衣 )

