

「糖尿病を知るつどい」展示報告

- 1 日 時 平成28年10月1日(土)
12時30分~16時30分
- 2 会 場 長岡リリックホール
- 3 来場者数 158名(糖尿病に関心がある方々、
患者様やその家族、一般者等)



4 内 容

特別講演

『糖尿病治療の目指すところ』

講師：熊本大学大学院生命科学研究部代謝内科学分野教授
荒木 栄一 先生

座談会

『糖尿病お役立ち情報』

パネリスト：長岡医師会、長岡歯科医師会、長岡市薬剤師会、
新潟県看護協会長岡支部、患者会代表

ストレッチ体操

各団体展示コーナー

【栄養士会担当展示】

① 1日 1,500Kcal 献立の展示、献立表配布



- 朝昼夕の献立の主食をパン、麺、ご飯で紹介できてよかった。
- 盛り付けがきれいで、さらにランチョンマットや箸置きを使ったため、見栄えがよかった。

② 1日分の野菜量と1皿70g程度の野菜料理の現物展示



- 350gの野菜の現物展示と、その野菜を実際に使った野菜料理を1皿70gで5つ分展示したため、わかりやすかった。
- 気を付ける野菜(交換表で表1になる野菜やイモ類)について初めて知ったという方が多く、今までの食生活を見直す方もいた。



③ 嗜好食品の現物展示



- 日頃食べているものを展示し、特にコッペパンの砂糖量のインパクトがあった。
- アルコールは我慢、あるいはやめた方が多くいたが、間食は食べる方が多く見られた。
- 糖質量を砂糖で表したが、砂糖の置いてある意味が分からないという声もあった。

④ 栄養相談コーナー

- 「低血糖予防にコーラ 500ml を半日かけて小分けにして飲んでいるがどうなのか?」「糖質制限ダイエットは血糖コントロールに有効か?」という質問があった。
- 主治医に「ごぼうなど根菜はだめだ」と言われた方がおり、ごぼうは野菜であると伝えた。
- 男性で家では料理を作れないと言われた方がいたが、電子レンジでも簡単に作ることができることを伝えた。

5 展示効果

食事への関心が高く、展示物や配布媒体の活用や、来場者と直接話をする
ことで、普段の食生活を見直すきっかけや今後の食生活に生かす情報を知
ることができたのではないかと思う。

6 振り返り及び反省

- 呼び込みしながら行ったため、全体的ににぎわっていた。
- 展示ブースで来場者に説明しながら話ができ、相談をきいたりできたので、よかった。
- 相談コーナーはあまり目立たず、わかりにくかった。各ブースでそれぞれ話ができただけでなくてもいいのでは?という意見があった。

