



市民病院

八十ちゃん通信

問合せ
市民病院管理課
☎(48)5050

糖尿病に糖質制限食？



市民病院では、世界糖尿病デーに合わせたイベントを毎年行っています。今年は11月10日に血糖測定や口コモーションチェック、歯周病チェックなど行い、138人が参加しました。国民の5人に1人、40歳以上では3人に1人が糖尿病または糖尿病予備群であると言われています。糖尿病は、ほとんど症状のないことが特徴ですが、命に関わる合併症を引き起こすことが分かっています。そのため糖尿病にならないように予防すること、なってしまった場合は合併症を引き起こさないことが大切です。

近年、糖質制限食の本など多く出回っています。血糖値を上げるのは糖質です。そのため、糖質制限をすると血糖コントロールが良くなり、減量に成功する人もいます。しかし、脳や筋肉を維持するために糖質は不可欠です。また、腎症など合併症のある人が糖質制限をしてタンパク質摂取量が増えることで害を及ぼすことも考えられます。糖質制限は正しいのか、間違っているのか。日本では、まだ十分な医学的な根拠がないのが現状です。

現在は、テレビやインターネットなどでさまざまな情報を入手することができます。しかし、身体の状態は人それぞれ違います。情報をうのみにせず、主治医に相談しながら取り入れることが大切です。糖尿病は、毎日の食事や運動が大切な病気です。当院では糖尿病看護外来も行っています。1人で悩まずご相談ください。



碧南の歴史へのいざない

No.20 碧南市と由仁町をつないだ、 加藤平五郎

三川駅、三川郵便局、三川国道。「三川」というのは、「三河」を意識して付けられた地名なのですが、これらはどこにあるかわかりますか。

三川は明治28年（1895年）、35歳で北海道に渡った棚尾出身の加藤平五郎が、開拓を行った北海道夕張郡由仁町にあります。

平五郎は20歳のころ、大浜村役場の職員でした。その優秀な働きぶりが、当時の豪商・岡本八右衛門の目にとまり、岡本の経営する商店の番頭として迎え入れられました。その後、安城の荒地を開墾することに成功し（岡本第一農場）、平五郎は更に広大な土地を求めて商店の貿易先だった北海道で、開拓に適した由仁の土地を見つけ、小作人らを連れて北海道へ渡りました。

問合せ 文化財課内市史資料調査室 ☎(41)4566

広い原野、度重なる災害や極寒という厳しい環境のなかを、平五郎が中心となって地道に土地を切り拓きました。ほかにも駅や学校、寺院、道路、郵便局をつくることにも尽力し、ときには私費を投じてこの地域をつくり上げていきました。

加藤平五郎の開拓が縁で、昭和63年（1988年）に、碧南市と由仁町は青年友好都市として提携することとなり、現在も交流が続いています。



△晩年の加藤平五郎
（市所蔵）



△現在の三川の田園風景
（平五郎が最初に作った田んぼ）