

健康通信 第3号を発行しました

2023年3月、健康通信 第3号が完成し、発行されました。今号のテーマは「食後高血糖」です。食後に上昇した血糖値がなかなか下がらない状態である**食後高血糖**は、放置すると徐々に空腹時血糖値も上がっていき、やがて深刻な糖尿病へとつながっていきます。健康通信 第3号では、食後高血糖の問題点や、食後血糖値の急上昇を防ぐために効果的な食事の摂り方などをわかりやすくまとめています。



健康通信 第3号

内臓脂肪型肥満およびメタボリックシンドロームをテーマとした第1号(2021年10月発行)、**脂質異常症と動脈硬化**をテーマとした第2号(2022年3月発行)と同様、第3号も本学の人間生活科学部管理栄養学科の学生たちが主体となって作成しました。第1号と第2号は、本学の学生および教職員をはじめ、本学の地域連携センターから犬山市、小牧市、春日井市、大口町、扶桑町の市役所・町役場や商工会議所を介して地域の皆様にも配布させていただきました。健康通信 第3号も学内および大学近隣市町村を中心とする地域の皆様へと広く配布する予定です。多くの方々の健康づくりにお役立ていただけましたら幸いです。



健康通信 第1号



第1号と第2号を作成した管理栄養学科学生(当時3年生)



健康通信 第2号

◆健康通信に関するお問合せ : kenkou@nagoya-ku.ac.jp