

## 研修委員会レポート ～ 知って得するメタボリック症候群 ～

<p>七月二十九日 蝉の鳴き声 で目覚める。 連日の暑さが 厳しい。 今会は医療法人社団 恵心会京都武田病院、 院長武田敏也先生によ り「知って得するメタ ボリック症候群」と題 してお話をして頂く。 そもそもメタボリック シンドロームとは、何 か。肥満や高脂血症な ど動脈硬化の危険因 子をいくつももってい る状態の事です。我々 高齢者は日常生活に 気を配り、食事運動等 規則正しく毎日を通 して行く事が病気に 対しての予防となる と思います。お話を 聞いていると会場の あちらこちらで私 なんセンチある、少 しオーバーしてる、 と声がする。メタボ にならないように先 生のお話をしっかり 頭に入れて各自が精 進して、次年度再開 するときは全員が元 気な顔を揃えられる よう頑張りましょう。 休後会会場を愛と想 い話の話をや がてからオケタイム を楽しむ。 出発の時間きりき り、閉会の挨拶も そこそこに済ませ に別れを……。</p>	<p>七月二十九日 蝉の鳴き声 で目覚める。 連日の暑さが 厳しい。 今会は医療法人社団 恵心会京都武田病院、 院長武田敏也先生によ り「知って得するメタ ボリック症候群」と題 してお話をして頂く。 そもそもメタボリック シンドロームとは、何 か。肥満や高脂血症な ど動脈硬化の危険因 子をいくつももってい る状態の事です。我々 高齢者は日常生活に 気を配り、食事運動等 規則正しく毎日を通 して行く事が病気に 対しての予防となる と思います。お話を 聞いていると会場の あちらこちらで私 なんセンチある、少 しオーバーしてる、 と声がする。メタボ にならないように先 生のお話をしっかり 頭に入れて各自が精 進して、次年度再開 するときは全員が元 気な顔を揃えられる よう頑張りましょう。 休後会会場を愛と想 い話の話をや がてからオケタイム を楽しむ。 出発の時間きりき り、閉会の挨拶も そこそこに済ませ に別れを……。</p>	<p>七月二十九日 蝉の鳴き声 で目覚める。 連日の暑さが 厳しい。 今会は医療法人社団 恵心会京都武田病院、 院長武田敏也先生によ り「知って得するメタ ボリック症候群」と題 してお話をして頂く。 そもそもメタボリック シンドロームとは、何 か。肥満や高脂血症な ど動脈硬化の危険因 子をいくつももってい る状態の事です。我々 高齢者は日常生活に 気を配り、食事運動等 規則正しく毎日を通 して行く事が病気に 対しての予防となる と思います。お話を 聞いていると会場の あちらこちらで私 なんセンチある、少 しオーバーしてる、 と声がする。メタボ にならないように先 生のお話をしっかり 頭に入れて各自が精 進して、次年度再開 するときは全員が元 気な顔を揃えられる よう頑張りましょう。 休後会会場を愛と想 い話の話をや がてからオケタイム を楽しむ。 出発の時間きりき り、閉会の挨拶も そこそこに済ませ に別れを……。</p>
	<p>七月二十九日 蝉の鳴き声 で目覚める。 連日の暑さが 厳しい。 今会は医療法人社団 恵心会京都武田病院、 院長武田敏也先生によ り「知って得するメタ ボリック症候群」と題 してお話をして頂く。 そもそもメタボリック シンドロームとは、何 か。肥満や高脂血症な ど動脈硬化の危険因 子をいくつももってい る状態の事です。我々 高齢者は日常生活に 気を配り、食事運動等 規則正しく毎日を通 して行く事が病気に 対しての予防となる と思います。お話を 聞いていると会場の あちらこちらで私 なんセンチある、少 しオーバーしてる、 と声がする。メタボ にならないように先 生のお話をしっかり 頭に入れて各自が精 進して、次年度再開 するときは全員が元 気な顔を揃えられる よう頑張りましょう。 休後会会場を愛と想 い話の話をや がてからオケタイム を楽しむ。 出発の時間きりき り、閉会の挨拶も そこそこに済ませ に別れを……。</p>	

### 記事内容

七月二十九日

蝉の鳴き声で目覚める。

連日の暑さが厳しい。

今会は医療法人社団恵心会京都武田病院、院長武田敏也先生により「知って得するメタボリック症候群」と題してお話をして頂く。そもそもメタボリックシンドロームとは、何か。肥満や高脂血症など動脈硬化の危険因子をいくつももっている状態の事です。我々高齢者は日常生活に気を配り、食事運動等規則正しく毎日を通して行く事が病気に対しての予防となると思います。お話を聞いていると会場のあちらこちらで私なんセンチある、少しオーバーしてる、と声がする。メタボにならないように先生のお話をしっかり頭に入れて各自が精進して、次年度再開するときは全員が元気な顔を揃えられるよう頑張りましょう。