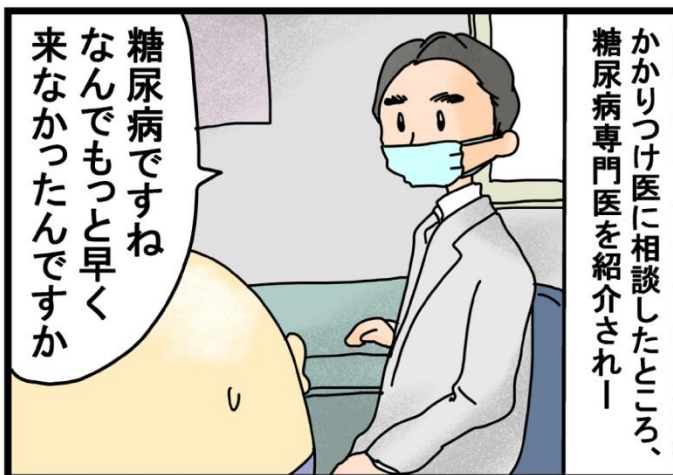
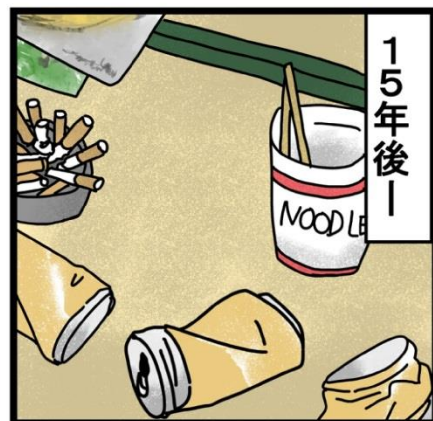
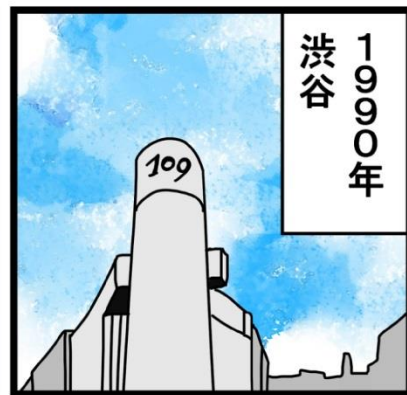


『サトウさんとお付き合い始めました。』

第2話 ～ 気が付けば…～

しばうら はるみ

画：芝浦 晴海



山さんの歴史

1990年	スリムな20代、人生の絶頂期！ おしゃれな洋服を着て、好きな音楽に囲まれて過ごす。 友達からは 大江千里 似と言われていた！
2005年	ストレス社会の30代 転職が思うようにいかず、ストレスをビールで解消する生活へ。 昼間から飲み始め、 1日2リットル なんて日も。 気付けば、健康診断でいろいろ引っ掛かるように…。
2011年	かかりつけ医に相談 →糖尿病専門医を紹介され、糖尿病と診断される。

5
月
1
日
(火)

日直
AY
さん

山さんの場合、
かかりつけ医に相談したことで、
重症化する前に糖尿病の治療を開始できたと言えますね！

運動で汗をかいたり、アロマでいい香りを楽しんだり、
ストレス解消の手段が他にもあったら、スリムなままだったかも？！
欲を言えば、もっと早く生活習慣を見直せば、糖尿病予備軍で
ストップできたかもしれませんね！

みなさんも健康診断で早期発見！早期対応しましょう！

…ちなみに私は、歌ってストレス解消派です★

