第5回 糖尿病川柳

二〇一七年七月、「**糖尿病とうまくつきあう**」サイトでは毎年恒例の人気企画 第五回「**糖尿病川柳**」を実施しました。

糖尿病とつきあう日々の中で、また、糖尿病の方を支える方が気づく、あるあるや、とほほ…と思うこと、感じることを**オリジナルの川柳**で表現していただきました。

入賞者プレゼント

みごと **優秀賞・入賞** に選ばれた方には、選べるサンスター商品プレゼントをご用意！

GUM PLAY

健康道場　青汁バラエティセット

ガム・電動ハブラシ TS-45

バトラー エフペーストα + エフブラシ

プロズチョイス ハンドクリーム

G・U・M　詰め合わせセット

玄米ごはん（15食）+ 糖健茶料（20包）

ピュアイズム寝具用

ホワイトロジートライアルキット

※写真はイメージです

＜セット内容＞
クレンジングオイル(20ml)
フェイシャルフォーム(16g)
ローション(20ml)
エッセンス W(7g)
クリーム(5g)
ヴィタルーセント(6粒×3包)

入賞作品発表！

サンスター「糖尿病とうまくつきあう」運営スタッフによる厳正な審査の結果、以下の方々の作品が入賞しました！

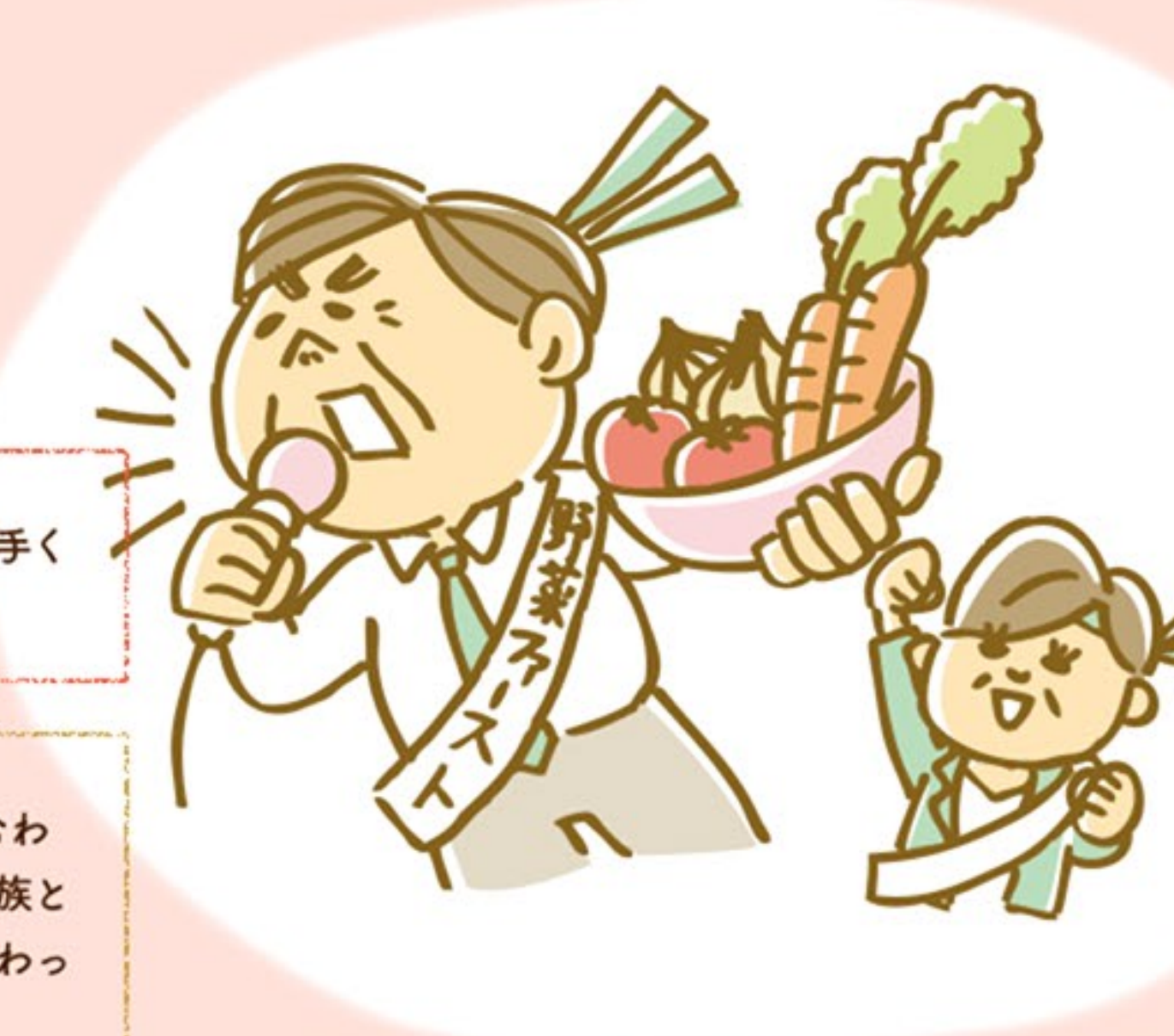
優秀賞

優秀賞に選ばれた作品はコチラ！

- PON5 さん
- うさぎドロップ さん
- だいすけ。 さん
- らくちゃん さん
- 鹿おとこ さん

PON5さん

我が家での
公約野菜
ファーストに



PON5さんより

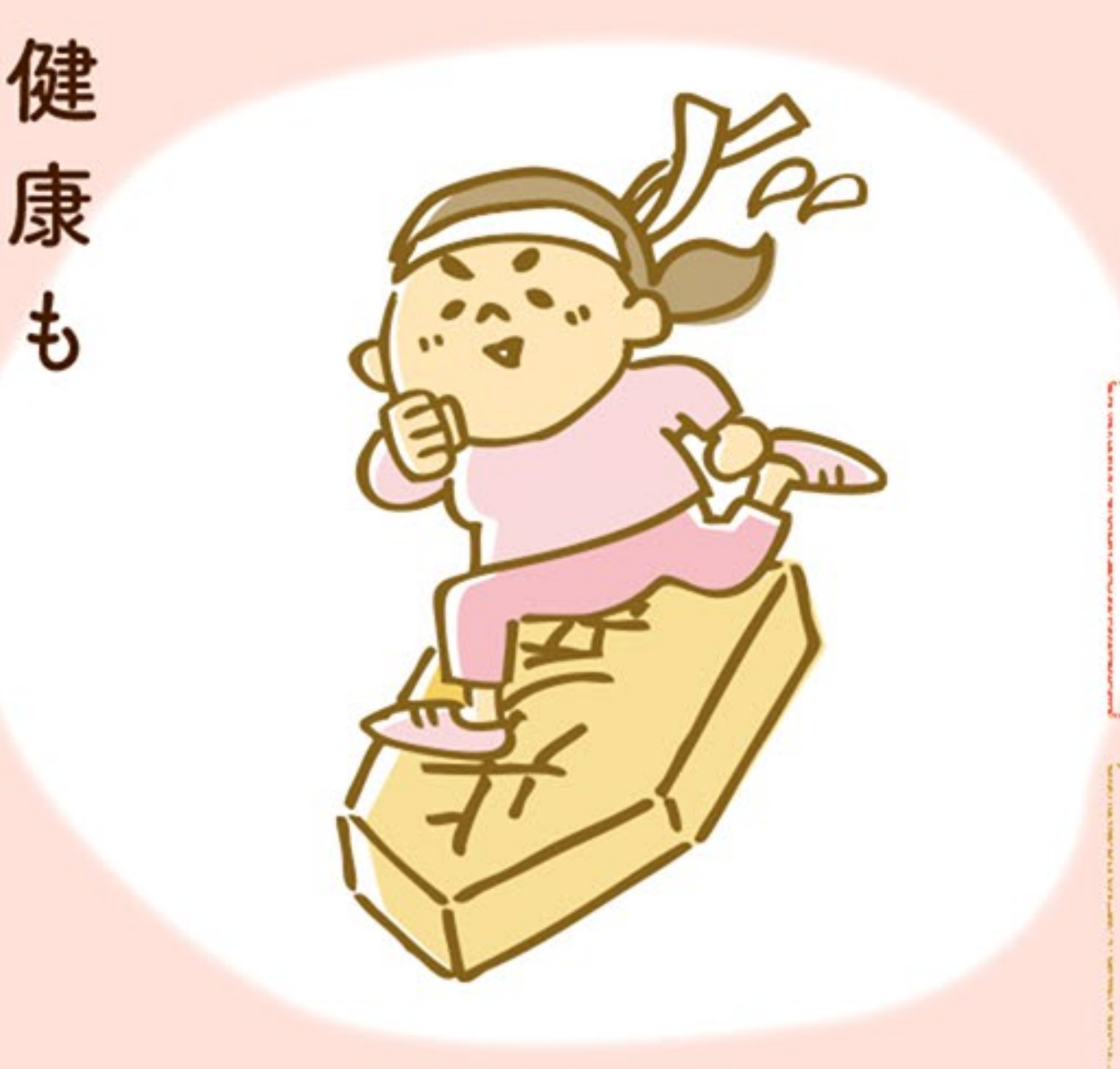
ありがとうございます。糖尿病と上手く付き合いたいと思います。

運営スタッフより

食事のコツが、今年の時事ネタと合わせてうまく表現されていますね！家族と一緒に取り組まれている様子が伝わってきます。

うさぎドロップさん

健康も
将棋もまずは
一歩から



うさぎドロップさんより

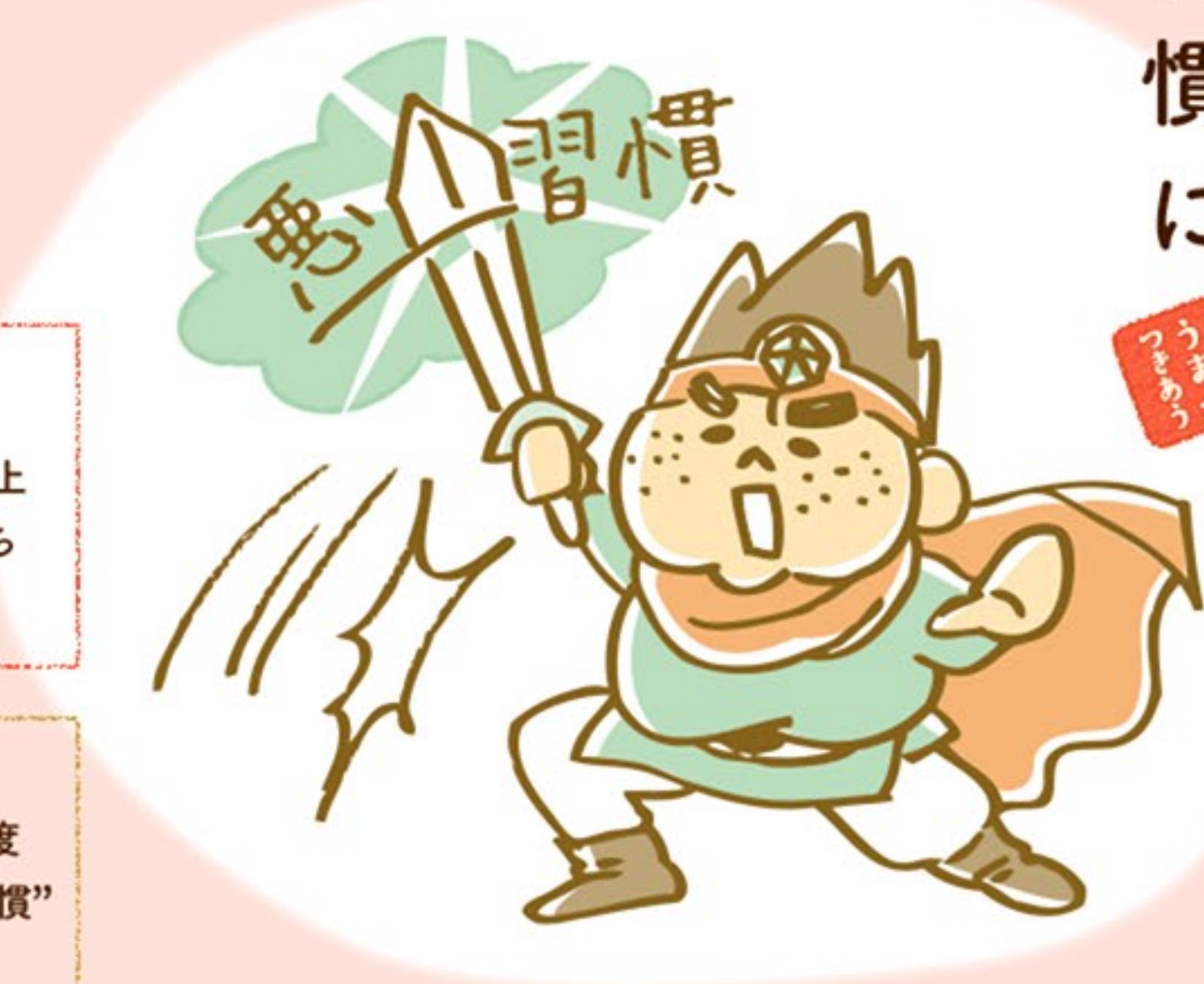
健康に活躍されていた、将棋の加藤一二三元九段から発想しました。健康も日々の積み重ねが大事だと思います。

運営スタッフより

何事も一歩を踏み出すことが大切ですよね。継続するといつか、“金将”に成る、“金賞”がもらえるハズ！

だいすけ。さん

“断ち”向かえ！
血糖上げてた
習慣に



だいすけ。さんより

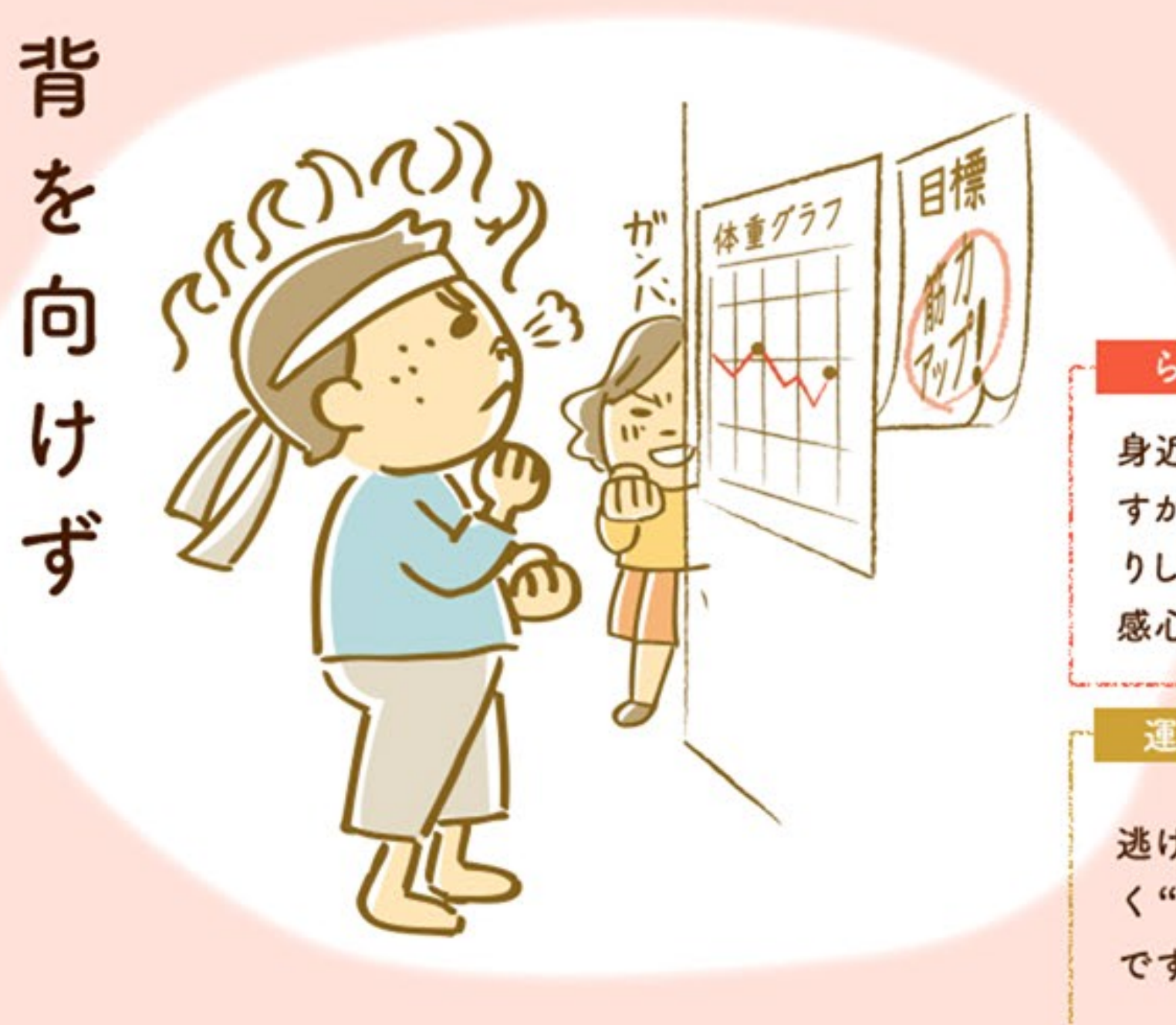
近縁に糖尿を患っている人がいますが、私自身もメタボで予備軍。血糖を上げない生活習慣にしなければと気持ちを新たにしました。

運営スタッフより

日々たくさんの誘惑がありますが、一度習慣化すればコッチのもの！“健康習慣”は一生モノですね。

らくちゃんさん

背を向けず
向き合ってこそ
前がある


ガンバ
体重グラフ
目標
筋力アップ!

らくちゃんさんより

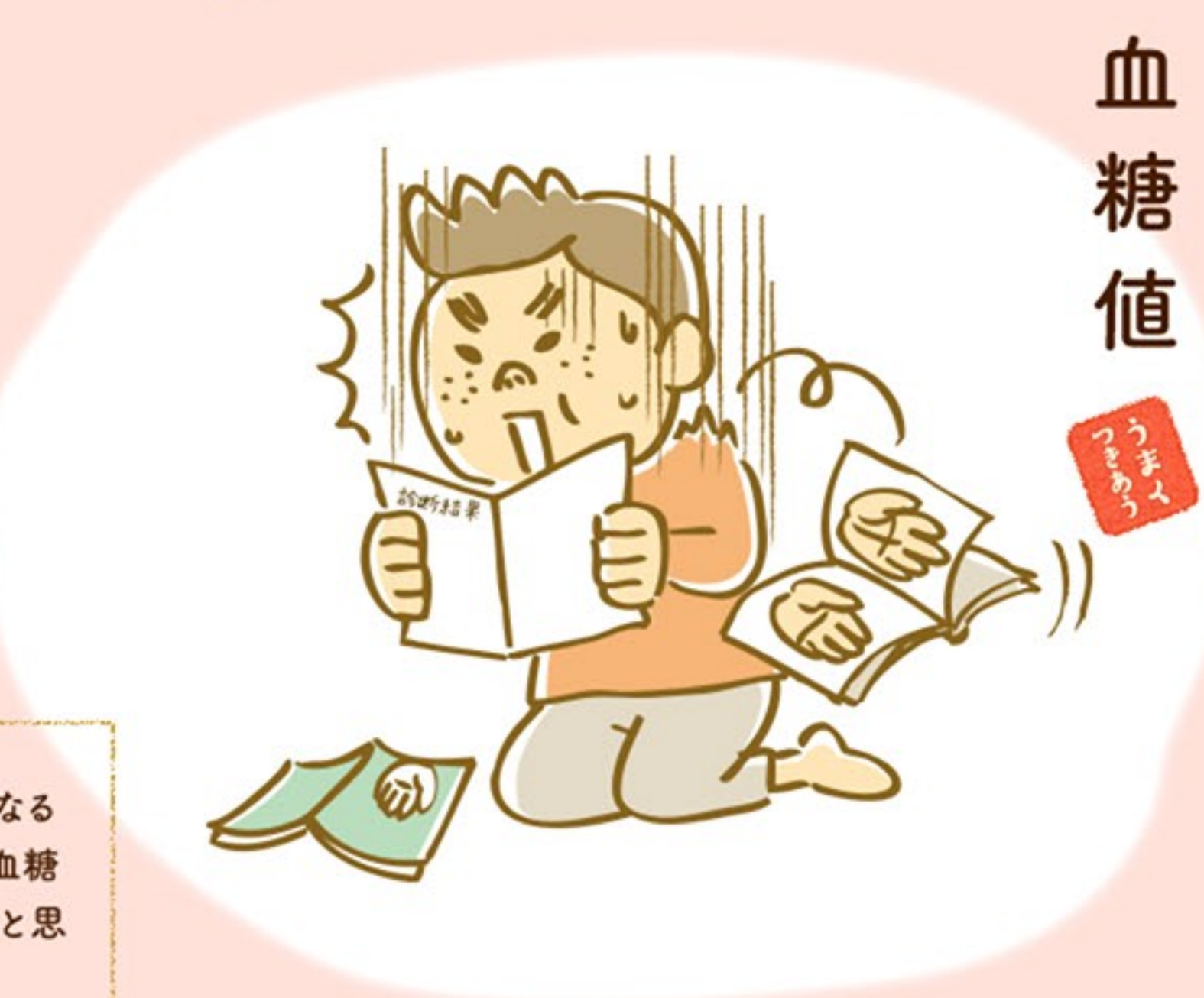
身近な人が、糖尿病を患っているのですが、いつも明るく周囲の人を笑わせたりしながら、病にも前向きなその態度に感心させられています。

運営スタッフより

逃げたり見なかったことにするのではなく“向き合う”。まさに、「うまくつきあう」ですね。先はきっと明るい！

鹿おとこさん

手相より
人生変える
血糖値



運営スタッフより

TVや雑誌で見ると、ついつい気になる手相^^;。手相に頼るのではなく、血糖コントロールをして人生を変えようと思える1句ですね。

入賞

入賞に選ばれた作品はコチラ！

- batayan さん
- おほ さん
- オリーブ香川 さん
- かる太 さん
- さぼ さん
- ハナビン さん
- みどりん さん
- 花キャベツ さん
- 宮のふみ さん
- 八十日目 さん

batayanさん

糖尿が
あるゆえ喜寿を
迎えられ

日頃の思いを川柳にしました。願わくば、糖尿病と仲良く付き合い、傘寿、米寿、卒寿、白寿、茶寿、皇寿まで頑張れたら最高ですね。

おほさん

お中元
貰ったアイスは
見てるだけ

大変光栄に嬉しいです。サンスター様の役立つ情報や楽しい企画のおかげで、前向きに糖尿病と付き合えます。感謝申し上げます。

オリーブ香川さん

分かれ道!?
どっちに向かう??
あなたしだい

できる事に取り組む姿勢があれば後悔しない。いや、後悔する結末にならないと思います。自分を信じ、家族や周囲を巻き込んで過ごしたいです。

かる太さん

誕生日
ケーキにロウソク
点けるのみ

孫たちが毎年、お祝いをしてくれてケーキを楽しみにしています。仕方がないので、購入だけして私はローソクを消すだけです。それでも楽しいです。

さぼさん

年とともに
減る髪・筋肉
増える糖

加齢と共に要らないものだけは増えていく…ままならないものですね。血糖値も下げていけるよう、日々の生活を見直していきます。

ハナビンさん

病院で
値切ってみたい
血糖値

運営スタッフより

「もう一息！」「そこを何とか！」と値切れるものなら値切ってみたい！そんな思いが伝わる、多くの人が共感する1句ですね。

みどりんさん

本を読み
実行したかの
ような気に

本当に嬉しいです。これからも「読んだ気に」なるだけでなく本当に読み込んで理解をして糖尿病と予備軍の対策を徹底していく覚悟です。

花キャベツさん

甘い物
夫にあげない
これも愛

境界型糖尿病の私に妻は甘い物を全く食べさせてくれない。これも妻の「愛情」だと思い、句にして投稿したところ「入賞」とは嬉しいね。

宮のふみさん

忖度し
出してた醤油
しまう母

忖度にもいろいろありますが、家族の糖尿病を治すために私がやるべき前向きな忖度は、これからもしていこうと思います。

八十日目さん

プレ金で
羽目を外すと
プレ糖に

妻が糖尿病で、私も食事や運動に注意しています。飲み会等の、好きな日本酒も適量に徹し、糖質の割り増しを拒否しています。

佳作

akiakiakimiさん
我慢より
食べたら散歩
習慣に

nobuさん
自己管理
二人で長く
いたいから

nosmileさん
戻りたい
もう戻れない
あの頃に

saoriさん
増やしたい
夫婦の会話と
インスリン

あかこっこさん
腹八分
お酒そこそこ
ウォーキング

あかこっこさん
バランスが
大事、食事も
運動も

あひとさん
生活を
繋いでくれる
インスリン

かべどんさん
髪減れど
噛みの多さは
負け知らず

つぶ焼きイモーさん
血糖値
下がって嬉しい
通信簿

ハヤさん
歯磨きが
糖尿ケアの
第一歩

ふーみんさん
無理はせず
甘さ控え目
ちょうどよい

まさちゃんさん
糖尿病
うまくつきあえ
妻同様

まろろんさん
妻が言う
あなたの健康
守ります

ゆいとじいさん
燃やすのだ
仕事の意欲
体脂肪

ラベンダーさん
低金利
糖座預金も
マイナスに

ろんろんさん
値段より
カロリー気にして
買い控え

わさびさん
食習慣
見直すチャンス
高血糖

一病息災さん
血糖値
歩数グラフ化
妻と競う

等々力先生さん
嫁さんに
内緒でベルトの
穴をあけ

虹の星さん
折り合いを
つけて楽しむ
食・運動