

Dr.ヒラヤマのキャン・安心 低カロリー満腹ダイエット(著者：平山良克)



曙クリニック 玉井 修

特定健診が3年目を迎え、特定健診後の患者指導に何か良い指南書はないだろうかと物色しているときに偶然見つけたのがこの本でした。この本はもともと産業医の保健活動に生かせるように意図して書かれたものであると思われま。挿絵や文章表現は親しみやすさを感じられ、医師の書いた指南書にありがちな敷居の高さが皆無です。このまま保健指導の現場で、患者本人に購入させて書き込みながらの指導を実践していくのも可能です。しかしそれだけにとどまらず、実践書でありながら読み物としても非常に面白く、つい吹き出してしまいそうなユーモアのあるところがご愛嬌です。また、私の

ような実際に臨床の現場にいる医師が読んでも得るところが大きいのがこの本のよいところで、特定健診後の保健指導にそのまま生かせるネタ本として非常に重宝します。コンテンツは食事療法から運動療法までしかも無理なく続けられそうな著者独特の工夫がちりばめてあり、感心するところしきりです。保健指導のたたき台として患者購入を勧めるという方法もあり、また、ご自分の臨床に新たな新風を吹き込むネタ本として利用するのも一興だと思います。最寄りの書店または平山先生にご確認いただければ入手可能だそうです。

