

# 国保かごしま

特集

トップインタビュー 十島村長 肥後 正司

## 住むと元気になる島

## 日本一の健康アイランド 十島村

●教えて健康法 メンタルヘルス編

食生活とメンタルヘルス ～小腹が空いたらタンパク質を～

文／鹿児島県民総合保健センター

所長 桶谷 薫

●よくわかる 糖尿病～合併症・併存症とそのリスク

糖尿病性腎症について

文／鹿児島大学大学院 医歯学総合研究科

糖尿病・内分泌内科学 教授 西尾 善彦

