

超高齢社会をみすえた

糖尿病予防健康出前講座

参加者募集

- 主催 公益社団法人岩手県栄養士会
- 協賛 岩手県腎臓病の会
- 事業助成 公益財団法人いきいき岩手支援財団
- ★ 期日 平成29年10月26日(木) 10:30~13:30
- ★ 場所 ホテルルイズ(盛岡駅前通り7-14) TEL 019-625-2611
- ★ 募集人数 申込み先着順に100名様
- ★ 講座内容
 - ・講演「高齢者の糖尿病と重症化予防」
盛岡市立病院 糖尿病代謝内科 梶原 隆 先生
 - ・講話「糖尿病にならない食事」
岩手県立大船渡病院
管理栄養士・糖尿病療養指導士 山崎 久美子 先生
 - ・試食体験「糖尿病予防モデル献立の試食」
皆さんで糖尿病予防に配慮したお食事をしていただきます。
 - ・健康運動「毎日できる運動」
南昌病院
管理栄養士・健康運動指導士 伊藤 理江 先生
- ★ 参加申込等 岩手県栄養士会あてにファックスまたは電話でお申込みください。
参加費は無料です。
- ★ 申込・問合せ先 公益社団法人岩手県栄養士会
〒020-0033 盛岡市盛岡駅前北通6-50 井上ビル
Tel:019-625-3706 Fax:019-625-3707
- ★ 申込締切 10月13日(金)まで

糖尿病予防健康出前講座申込書

(公社) 岩手県栄養士会 あて
(Fax 019-625-3707)

お名前	電話連絡先 ()
住所	食品アレルギーの有無 有 ・ 無 有の場合、原因食品 ()

※ご記入いただいた個人情報は、この事業の運営管理の目的のみに使用します。

「超高齢社会をみすえた糖尿病予防 健康出前講座」参考データ

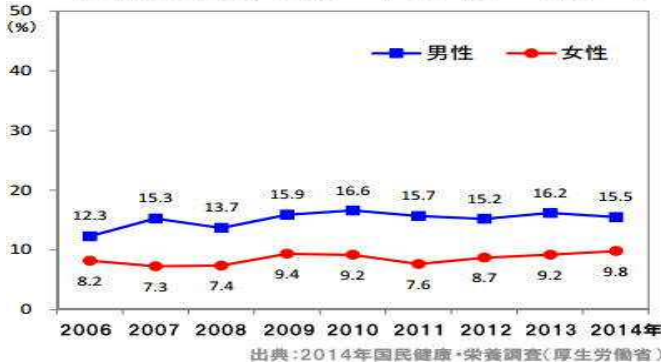
データ1

男性の15.5%、女性の9.8%が糖尿病有病者

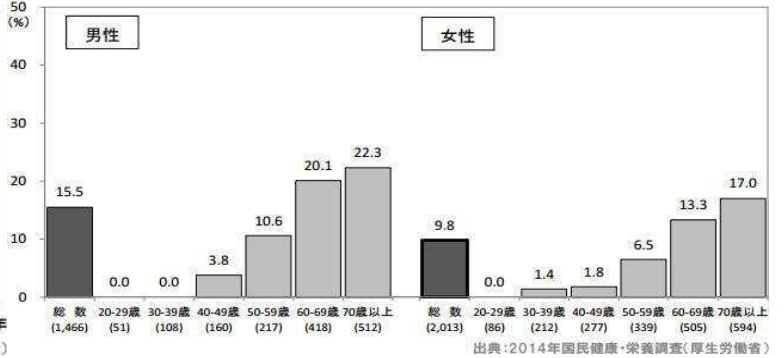
厚生労働省「患者調査」の平成26年調査によると、糖尿病の継続的な治療を受けていると推測される患者数は、316万6,000人で、前回の調査よりも46万人以上増加しています。

また、糖尿病が強く疑われる人の割合は、男性で15.5%、女性で9.8%。50歳を超えると増えはじめ、70歳以上では男性の4人に1人(22.3%)、女性の6人に1人(17.0%)が糖尿病とみられます。

糖尿病有病者の割合の年次推移(20歳以上)



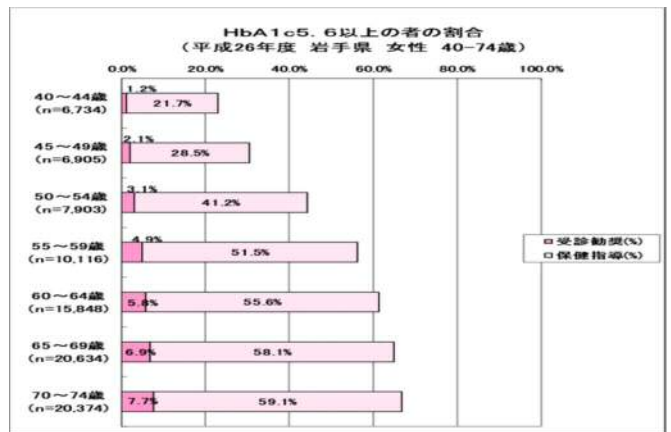
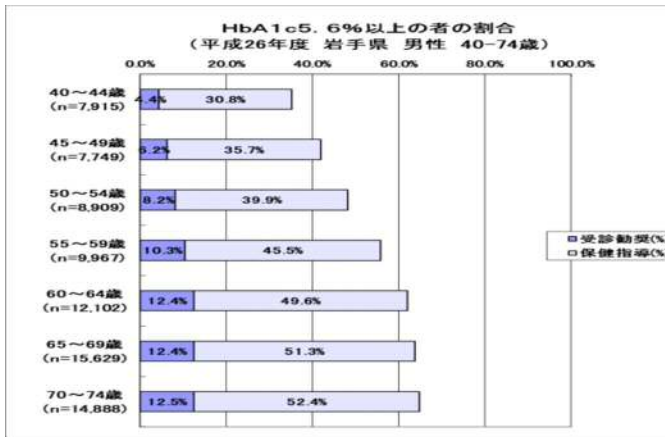
糖尿病有病者の割合(20歳以上、性・年齢階級別)



データ2

岩手県内も年齢が上がることに糖尿病が増加

平成26年度いわて健康データハウス(特定健診・特定保健指導データ)によると、40歳から74歳の合計を男女別にみると男性は「受診勧奨判定値」が10.2%、「保健指導対象値」が45.5%、女性は「受診勧奨判定値」が5.6%、「保健指導対象値」が50.4%でした。年齢階級別では男女ともに年齢が上がるごとに割合が増えています。



データ3

糖尿病が引き起こす合併症

- 眼**: 網膜症、白内障、緑内障
- 呼吸器**: 感染症、肺炎、肺結核
- 腎臓**: 腎症
- 泌尿器**: ED(勃起障害)、尿路感染症、膀胱炎、排尿障害
- 脳**: 動脈硬化、脳梗塞
- 心臓**: 動脈硬化、心筋梗塞
- 皮膚**: 皮膚症、感染症
- 神経**: 末梢神経障害
- 足**: タコ、白癬菌症(水虫)、足潰瘍、足壊疽

※赤字は3大合併症

糖尿病の主な発症原因

- 肥満
- 喫煙
- 過食・高脂肪食
- ストレス
- 運動不足