

# ▶ さいわい糖尿病デー2022報告 ◀

「世界糖尿病デー」である2022年11月14日(月)、さいわい糖尿病デー2022をオンライン開催しました。

『糖尿病と向き合う時間 ～5人に1人が糖尿病？今日から始める予防生活～』と題し、さいわい糖尿病デー初となる、YouTubeによるオンライン講演を実施。医師による講演と、糖尿病療養指導士による予防運動をご紹介します。

## 01 YouTubeオンライン講演 『糖尿病と向き合う時間

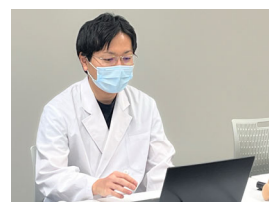
### ～5人に1人が糖尿病？今日から始める予防生活～』

<講演① これって糖尿病のサイン？「隠れ糖尿病」の見つけ方>

川崎幸クリニック 糖尿病外来 森上 善史医師に、糖尿病の原因や気を付けるべき生活習慣・合併症、また糖尿病予備軍についてや、健診での注意すべき項目、結果の見方、治療方法など、糖尿病という病気をきちんと理解し予防・治療するため、詳しく分かりやすい講演を実施していただきました。

<講演② 一緒にやってみよう！糖尿病予防運動>

さいわい鶴見病院 理学療法士/糖尿病療養指導士 室内 直樹さんに、糖尿病予防や改善における運動の重要性や効果、具体的な実施目安などを解説いただき、その場で簡単に取り組める運動を3種類ご紹介頂きました。



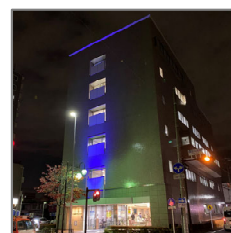
## 02 ブックコンテンツ 『糖尿病ガイドブック～糖尿病が心配な方・はじめて糖尿病と言われた方へ～』改訂版の公開

川崎幸クリニック 糖尿病チームとさいわい鶴見病院 糖尿病チームが一緒になって作成した電子書籍です。

糖尿病の検査から食事療法、運動療法、お薬、合併症や教育入院まで、糖尿病のことが良くわかる1冊で大変好評だったため、今回内容を最新情報に改訂の上、再公開しました。



## 03 川崎幸クリニックブルーライトアップ 川崎幸クリニックでは11/1～11/14まで、ブルーライトアップを実施しました。



協力施設：川崎幸クリニック/さいわい鶴見病院

協力・監修：川崎幸クリニック 糖尿病専門医 安島 美保/川崎幸クリニック 糖尿病専門医 森上 善史/川崎幸クリニック 糖尿病専門医 和田 美輝

さいわい鶴見病院 糖尿病専門医 久間 里紗/さいわい鶴見病院 糖尿病専門医 阿久井 めぐみ/さいわい鶴見病院 糖尿病専門医 瀬上 瑛子

川崎幸クリニック 看護師・糖尿病療養指導士 大川 佳津美/川崎幸クリニック 看護師・糖尿病療養指導士 和田 真知子

川崎幸クリニック 看護師・フットケア指導士 沓拔 由紀/川崎幸クリニック 看護師 森島 梨央/川崎幸クリニック 看護師 萩尾 優菜

川崎幸クリニック 理学療法士 川村 咲子/川崎幸クリニック 管理栄養士 宮崎 恵美子/さいわい鶴見病院 理学療法士・糖尿病療養指導士 室内 直樹