

# 「なぜ減らない！ 糖尿病の実態と予防対策」

「健康診断で血糖値が高かったけど、症状はほとんどないので何もしていない」「糖尿病と言われたけど、通院が面倒だ」…そんな方はいませんか？

現在、およそ国民の5人に1人は糖尿病もしくはその予備軍と言われています。糖尿病は自覚症状がないため、そのまま放置して症状が進行し、合併症を併発したり、人工透析が必要な状態になるなど、深刻な事態に陥る方も少なくありません。

今回のセミナーでは、糖尿病の予防や早期治療の重要性、進行を防ぐにはどうしたらよいか、わかりやすくご紹介します。

参加費  
無料

◎日時 平成23年**11月2日**(水) 18:30~20:30 (開場18:00)

◎会場 **女性就業支援センター** ◎定員 **250名** ◆お申込みは、裏面をご覧ください。  
(旧 女性と仕事の未来館)

## 「なぜ減らない！ 糖尿病の実態と予防対策」



基調講演：**岩本 安彦 先生**

東京女子医科大学 常務理事 名誉教授

司会 **高築 勝義** ころもからの元気プラザ 名誉所長  
**及川 孝光** ころもからの元気プラザ 統括所長

◎主催 医療法人社団 **ころもからの元気プラザ** / 財団法人 **東京顕微鏡院**



◎後援 厚生労働省、東京都、**健康日本21**推進全国連絡協議会、日本栄養士会、東京都栄養士会、日本糖尿病学会、日本成人病(生活習慣病)学会  
(予定)

### ◎シリーズ『働きざかりから始める、人生80年時代の健康づくり』

戦後、わが国の平均寿命は、生活環境の改善や、医学の進歩により急速に伸び、厚生労働省の平成22年簡易生命表によると、男性の平均寿命は79.64年、女性の平均寿命は86.39年です。しかしその一方で、現代の食生活、運動習慣などを原因とする生活習慣病が増え、その結果、寝たきりなどの要介護状態になってしまう人々が増加しています。

このシリーズは、特に働きざかりからの健康づくりの重要性に着目し、「健康寿命(寝たきりにならない状態で自立して生活できる期間)の延伸」や「生活の質の向上」に役立つ講演を企画しています。

第12回

12月9日(金)

**働き世代の心臓病・脳卒中対策！ ～コレステロールとどう付き合うか**  
寺本 民生(帝京大学医学部 学部長)

心臓病・脳卒中を引き起こす動脈硬化の危険因子として、血中の悪玉コレステロールの増加や高血圧が挙げられます。これらの“血管疾患”を予防するにはどのような生活習慣を送ればいいのか、コレステロール対策を中心にご紹介します。

