

平成29年5月30日（火）

津島市民病院地域医療センター（勅使川原、岡田）

電話番号0567-28-5151（内線2113）

津島市健康福祉部健康推進課成人保健G（橋本、伊藤）

電話番号0567-23-1551

糖尿病の予防や改善について ～津島市では、糖尿病の予防にも取り組んでいます～

津島市民の70歳代男性のうち4人に1人、70歳代女性のうち5人に1人が糖尿病と診断されており年々増加傾向にあります。また人工透析患者の人口1万人対比は平成27年に27.6人（愛知県内ワースト7位）であり、愛知県平均の23.4人を上回っています。

津島市民病院ではこうした状況を改善するため、当院に通院中の患者さんだけでなく幅広く地域の皆さんに対し、糖尿病の改善や予防、ご家族のできるケアなどの知識を学んでいただくことを目的に、下記のとおり糖尿病教室を開催しています。

また、保健センターでも、糖尿病予防の講座を開講するなど、津島市では地域住民の糖尿病の予防や同病の重症化予防に取り組んでいます。

1 市民病院糖尿病教室

(1) 内容

毎回、理学・作業療法士による「簡単にできる運動療法」管理栄養士・薬剤師による「食事・薬物療法」、内分泌科医師による「糖尿病の基本について」に加え、月別にテーマ（下表のとおり）を定め、糖尿病についてわかりやすくお話しします

(2) 対象者及び定員

どなたでも参加できます。定員約50人。

(3) 受講料

無料（ただし、初回時にテキスト代500円が必要）

(4) 申込み

不要

(5) 開催日時

下表のとおり。午後2時～午後3時20分

(6) 場所

市民病院2階講義室

(7) 問合

市民病院地域医療センター（電話28-5151）

日付	月別テーマ	
6月16日(金)	糖尿病と運動	理学療法士 川本
7月14日(金)	糖尿病と皮膚疾患	皮膚科医師 竹内
8月25日(金)	歯周病と糖尿病	歯科衛生士 (未定)
9月8日(金)	心臓の話	循環器科医師 大野
10月13日(金)	シックデイ、災害時及び旅行での糖尿病	内分泌科医師 (村岡・梅村・浅野)
11月10日(金)	フットケア	糖尿病療養指導士(看護師) 田中
12月8日(金)	年末年始の食事	管理栄養士 村井
1月12日(金)	糖尿病と認知症	神経内科医師 副院長 山名
2月9日(金)	医療費について	医療相談員 濱口
3月9日(金)	腎臓病について	腎臓内科医師 山本

2 その他の糖尿病予防講座（健康推進課）

(1) 知ってナットク！糖尿病予防の楽ちん生活術

① 内容

糖尿病予備群にある方を対象とし、個人の生活習慣等を把握したうえで、継続的に保健師や管理栄養士、歯科衛生士等が健康教育を行うことにより、自分に合った生活習慣病の予防法を見つける講座です。（自己血糖測定、講話、運動実習など）

② 対象者及び定員

64歳以下の市内在住の方で、血糖値やヘモグロビンA1cが高めの方 定員25人

③ 実施時期

6月から10月まで 全8回

④ 場所

津島市総合保健福祉センター

⑤ 受講料

無料

(2) 糖尿病予防し隊養成講座（旧：津島市糖尿病大学）

① 内容

糖尿病発症予防・重症化予防等について、津島市民病院の医師等による糖尿病に関する講座等を受講することで、糖尿病に関する市民意識の向上と将来的に糖尿病予防について積極的に働きかけるボランティア「糖尿病予防し隊」を養成します。

② 対象者及び定員

市内在住の方 定員30人

③ 開催時期

6月から8月まで 全6回

講座終了後は、ボランティア「糖尿病予防し隊」の一員として活動していただきます。

④ 場所

津島市総合保健福祉センター 他

⑤ 受講料

あいち健康プラザでの研修費2,000円

(3) 糖尿病予防のための栄養講座「これで安心糖尿病予防の食事」

① 内容

管理栄養士等による、“手”を使ってちょうど良い食事量を知る「手ばかり栄養法」のお話と調理実習を行う講座です。

② 対象者及び定員

市内在住の方 定員30人

③ 開催時期

9月5日（火）午前10時から午後1時まで

④ 場所

津島市総合保健福祉センター

⑤ 受講料

無料