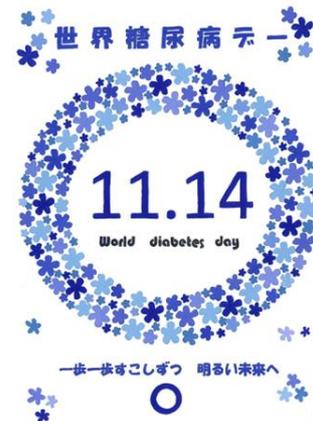


11月14日は、「世界糖尿病デー」です !!

2006年（平成18年）に国連総会において制定。国際デーの一つ。
英語表記は「World Diabetes Day : WDD」。



この日は、インスリンを発見したカナダのフレデリック・バンティング医師（1891～1941年）の誕生日でもあります。もともと国際糖尿病連合（IDF）と世界保健機関（WHO）が1991年（平成3年）に制定した記念日でしたが、2006年12月20日、国連総会で「糖尿病の全世界的脅威を認知する決議」が採択され、合わせて「世界糖尿病デー」が国連の記念日として認定されました。

世界で6秒に1人の命を奪うという糖尿病の全世界的脅威を認知することが目的です。シンボルマークは、青い丸をモチーフにした「ブルーサークル」で、国連やどこまでも続く空を表す「ブルー」と、団結を表す「輪」をデザインしています。

糖尿病は、インスリンが十分に働かないために、血液中を流れるブドウ糖（血糖）が増えてしまい、さまざまな障害を引き起こす慢性疾患です。

糖尿病には、主に「1型糖尿病」と「2型糖尿病」の2つのタイプがあり、いずれも血糖値を適切に管理することで、糖尿病のない人と同じように健康に生きられ、社会で活躍できると考えられています。

【糖尿病を改善するための4つの生活スタイル】

- (1) 糖質の多い甘い食べ物や飲みものを避ける
- (2) 食後に運動を行う
- (3) 食事では体に悪い飽和脂肪酸や加工食品を減らす
- (4) 夜遅くに食べない 食事はなるべく早い時間帯に



「糖尿病」から、世界共通語の “Diabetes” 「ダイアベティス」へ

今、糖尿病医療の世界は、変わりつつあります。治療の進歩とともに、糖尿病のある人一人ひとりが、病気があっても人生を充実させるためのお手伝いをする、アドボカシーの考え方に基づく医療を提供するという考え方が生まれています。

糖尿病の治療でよく耳にする血糖管理。血糖の自己管理は大切ですが、それが人生のすべてではありません。医療者とともに、二人三脚で病をコントロールできる時代がきているのです。

糖尿病があっても、なにひとつやりたいことを阻害されず、自分の夢を実現できる社会。一病息災で、生き生きと暮らすことができる社会。

そんな社会を実現するのは、私やあなたの、糖尿病に対するほんの少しの関心です。

正しく知ることは、あなたの健康に役立ち、糖尿病のある人へのやさしい理解につながります。

私たちは、皆さんに協力いただきながら、少しずつ糖尿病の新しいイメージを形づくっていきたいと考えます。

「糖尿病から、世界の共通語である ”Diabetes” 「ダイアベティス」へ

あなたも、少しだけ、ダイアベティスに関心をもってみませんか？

一般社団法人日本糖尿病学会
JADEC（公益社団法人日本糖尿病協会）

2024年11月14日

福岡ワンヘルス協議会・事務局