

## あなたらしく健やかに～糖尿病とウェルビーイング～

### 筑波大学附属病院「2025年度世界糖尿病デー」イベントのお知らせ

11月14日の「世界糖尿病デー」に合わせて、筑波大学附属病院でも糖尿病に関する正しい知識を持ってもらい、予防や治療継続の重要性について知ってもらおうというイベントを企画しました。イベントでは、**糖尿病の指標であるHbA1cや血糖値の測定、脂肪や筋肉量がわかる体組成測定のほか、糖尿病の専門医や看護師、薬剤師に無料で相談することもできます。**また、運動機能が低下し要介護状態につながりうるロコモティブシンドロームをチェックするコーナーや転倒リスクを調べるバランステスト、栄養士によるレシピ作成・栄養相談、歯科衛生士による口腔ケアの紹介、インスリン注射体験、糖尿病の診断から治療、そして合併症に至るまでを幅広く学ぶことができるコンテンツを用意しています。IDF（国際糖尿病連合）によると、世界の成人（20-79歳）の糖尿病人口は5億3700万人、日本でも、**糖尿病患者および予備群を合わせると約2,000万人になると推定**されています。**糖尿病の重症化予防には早期発見・早期治療が重要**です。このイベントで、ご自分やご家族、大切な人と糖尿病について正しく知ることが、よりよい糖尿病ケアやウェルビーイングのための支援につながります。糖尿病をもつすべての人が健康で充実した生活を送るための一歩として是非今回のイベントに参加してみてください。

【日時】2025年11月12日（水）9:00-15:00

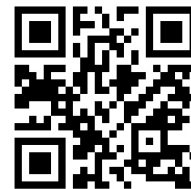
【場所】筑波大学附属病院 A棟（外来棟）3階特別第3  
〒305-8576 茨城県つくば市天久保2丁目1番地1

【内容】\*全て無料です

- ・HbA1cや血糖の測定
- ・体組成（脂肪や筋肉量）測定
- ・レシピ作成、栄養相談
- ・インスリン注射体験
- ・医師、看護師、薬剤師などによる無料相談
- ・運動コーナー（ロコモチェックなど）
- ・口腔ケア（歯科衛生士）

\*世界糖尿病デー（11月14日）は、世界に広がる糖尿病の脅威に対応するために1991年にIDF（国際糖尿病連合）とWHO（世界保健機関）が制定したものです。

[https://www.wddj.jp/01\\_howto.htm](https://www.wddj.jp/01_howto.htm) →



昨年の様子 →

<https://www.hosp.tsukuba.ac.jp/2024/29937/>

問い合わせ先

筑波大学附属病院  
内分泌代謝・糖尿病内科  
病院講師 菅野洋子  
電話番号 (029) 853-3053  
(内線 3053)

# 筑波大学附属病院 世界糖尿病デー

World Diabetes Day (ワールドダイアベティスデイ)

あなたらしく健やかに  
～糖尿病とウェルビーイング～

参加無料  
事前申込不要

世界糖尿病デーにあわせて院内イベントを開催します

日時：11月12日（水）9:00～15:00

場所：筑波大学附属病院 A棟3階 特別会議室

- ・測定コーナー（HbA1cや血糖測定）
- ・体組成（体脂肪量・筋肉量）測定
- ・献立紹介、栄養相談
- ・医師・看護師・薬剤師による相談コーナー
- ・インスリン注射の模擬体験コーナー
- ・運動コーナー（ロコモ度テストなど）
- ・口腔ケア（歯科衛生士）

など多彩な企画を準備しております。

※当日までに一部内容変更の可能性があります



**お問い合わせ** 筑波大学附属病院 2025年 糖尿病デー実行委員会一同  
〒305-8576 茨城県つくば市天久保2-1-1

TEL：029-853-7668 平日9時～17時（祝祭日除く）

多くの皆さまのご参加をお待ちしております

