

# 糖尿病

## 現 状

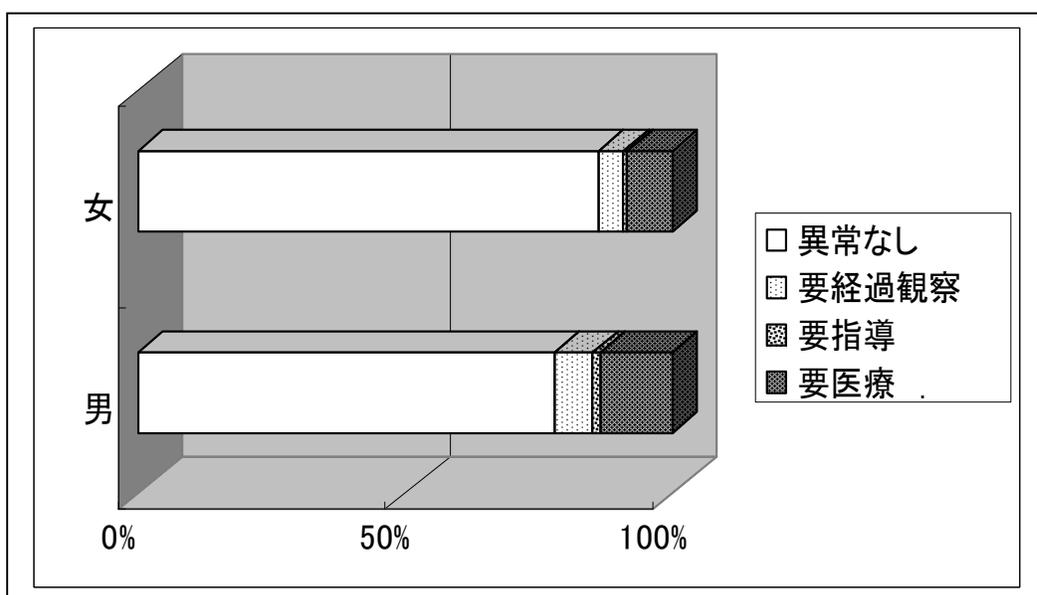
### 糖尿病は恐ろしい病気です

糖尿病は、ひとたび発症すると、治癒することはないといわれています。さらに、糖尿病を放置すると、網膜症・腎症・神経障害などの合併症を引き起こし、失明したり透析治療が必要となることがある、非常に恐ろしい病気です。

福生市における糖尿病については、平成17年度の基本健康診査（40才以上を対象に実施）の結果を見ると、要経過観察・要指導・要医療の割合が女性より男性が高く、年齢が上がるにつれて多くなっています。

#### 平成17年度実施 基本健康診査結果

##### ○糖尿病



## 課 題

### 正しい知識と健診

#### 正しい知識が不足している

- ・正しい知識の不足から健診で指摘があっても放置してしまう人がいます。

#### 健診を受けていない人がいる

- ・受診するのが面倒くさい、あるいは怖いようです。
- ・自分は糖尿病にならないと思って、安易に構えているようです。

## 目 標

知識を活かして自己管理の  
できるまちを目指しましょう

### ストップ・ザ・糖尿病

- ◆糖尿病について正しく知り、生活習慣を改善し発症を予防しましょう。
- ◆健診の重要性を認識し、自発的に健診を受けましょう。

## 取り組み

啓発と自己管理の強化！



### ひとりひとりの取り組み

- 日頃から食事のバランスを心がけましょう。
- 1日15分以上の運動をしましょう。
- 体重のコントロールを心がけましょう。
- 予防のために健診を定期的に受けましょう。
- 知識の吸収に心がけ、患者や予備軍にならないようにしましょう。
- もしなってしまったら、しっかり治療を受けましょう。



### 地域での取り組み

- 地域・町会等で勉強会を開き、知識の啓発に努めましょう。
- 誘い合って健診を受けましょう。



### 行政での取り組み

- 広報等により知識の普及をします。
- 医師・保健師・管理栄養士等による健康教育等の事業の強化をします。
- 糖尿病予備軍（要指導者）に対する健康教育の強化をします。

# 指標

## 糖尿病のバロメーター

指標	現状	目標
基本健康診査における要医療の人	10.2%	↓ 減らす

