

令和5年度 秋田大学公開講座

知って得する糖尿病のいい話 ～腎臓と糖尿病の深い関係～

糖尿病患者は年々増加し、世界では成人の10人に1人が糖尿病に罹患しており、2021年の調査では、日本は世界で第9位の糖尿病大国です。糖尿病は初期には自覚症状が少ないため、気付かなければ神経や眼、腎臓などの合併症が進行しますが、早期から正しい知識を身につけ、良い生活習慣や進んだ治療を実践することで、糖尿病でない人と変わらない健康な生活を過ごせます。今回これからもどんどん増え続ける糖尿病のことを知り、今日からできる予防法をお伝えします。

第1回

糖尿病性腎症を知っていますか？

秋田大学医学部附属病院 糖尿病・内分泌内科 医師 脇 裕典

第2回

糖尿病予防のための食事 ～知って得する豆知識を伝授～

秋田大学医学部附属病院 管理栄養士 齊藤 美保子

第3回

糖尿病の方にできる！運動とは？

秋田大学医学部附属病院 理学療法士 高橋 裕介
理学療法士 菊池 耀

第4回

糖尿病とうまく付き合うための過ごし方とは？

秋田大学医学部保健学科 看護学講座 看護師 利 緑
秋田大学医学部附属病院 看護師 富永 幸恵
看護師 渋谷 桂

日時

10月14日(土) 14:00～16:00

会場

秋田大学医学部 本道40周年記念会館

対象

どなたでも **受講料** 無 料 **定員** 20名 (要申込)

申込方法

本学ホームページ内「公開講座お申し込み」フォームにて受付

申込締切日

10月5日(木)



※個人情報の取扱いについて
この「公開講座お申し込み」フォームに記入された個人情報につきまして、本学が責任をもって管理し、公開講座に関する連絡以外には使用いたしません。



お申込み・お問い合わせ

秋田大学 地方創生・研究推進課

TEL: 018-889-2270

秋田大学 HP: <https://www.akita-u.ac.jp/honbu/>

知って得する糖尿病のいい話 ～腎臓と糖尿病の深い関係～

10月14日(土)	第1回 14:00～14:30 秋田大学医学部附属病院 糖尿病・内分泌内科 医師 脇 裕典	糖尿病性腎症を知っていますか？
		糖尿病とはどのような病気なのか？患者さんからみた糖尿病の病状や合併症、治療について一緒に学びます。また、秋田県による糖尿病性腎症に対する取り組みもご紹介します。
	第2回 14:30～15:00 秋田大学医学部附属病院 管理栄養士 齊藤 美保子	糖尿病予防のための食事～知って得する豆知識を伝授～
		糖尿病を予防するためには、バランスの良い食事をとることが重要です。いつもの食事（補食や飲み物も）を見直して、健康な体作りを心がけてみましょう！外食時に気を付けることや、ちょっと気にすることで体にやさしい食事になる豆知識をお話しします。
	第3回 15:00～15:30 秋田大学医学部附属病院 理学療法士 高橋 裕介 理学療法士 菊池 耀	糖尿病の方にできる！運動とは？
		糖尿病の方にできる運動療法や、運動のコツを伝授します。実際に、運動してみましょう！
	第4回 15:30～16:00 秋田大学医学部保健学科 看護学講座 看護師 利 緑 秋田大学医学部附属病院 看護師 富永 幸恵 看護師 渋谷 桂	糖尿病とうまく付き合うための過ごし方とは？
		糖尿病とこれからもうまく付き合っていくための秘訣をお話します。糖尿病予備軍の方にも役立ついい話です。ご近所の方を誘って、聞きにいらしてください！

申込方法	<ul style="list-style-type: none"> ● 本学ホームページ内の「公開講座お申し込み」フォームに必要事項を入力してください。 ● 申込締切後、受講に関する案内メールを（shakoken@jim-u.akita-u.ac.jp）からお送りします。迷惑メール設定等の受信環境のご確認をお願いします。 <p>※ 個人情報の取扱いについて この「公開講座お申し込み」フォームに記入された個人情報につきましては、本学が責任をもって管理し、公開講座に関する連絡以外には使用いたしません。</p>	「公開講座のお申し込み」 フォームはこちら
		