



2017年9月11日

報道関係各位

糖尿病とおいしく生きようプロジェクト ～いきいきライフクッキング～ 糖尿病専門医/管理栄養士の講演と料理教室が融合

公益社団法人日本糖尿病協会（所在地：東京都千代田区 理事長 清野裕（せいのおゆたか／関西電力病院 総長）は、MSD 株式会社および株式会社ホームメイドクッキングとの共催で、糖尿病と食事療法の正しい理解の促進を目指す取組みとして、「糖尿病とおいしく生きようプロジェクト～いきいきライフクッキング～」と銘打った料理教室を10月中旬から年末まで全国20か所で開催します。

■「いきいきライフクッキング」のコンセプト

この料理教室は、糖尿病の食事療法を身近に感じてもらう目的で、2016年からスタートしました。糖尿病患者さんを対象に、調理実習に加えて、糖尿病専門医と管理栄養士によるミニレクチャー（20分×2）を実施し、糖尿病の疾病概念と食事療法の重要性を理解していただくことを目指しています。

■「いきいきライフクッキング」のプログラム

料理教室は、主にホームメイドクッキングの教室を使い、20名前後の少人数で実施します。使用レシピは、日本糖尿病協会が学生対象に実施する「チャレンジ！糖尿病いきいきレシピコンテスト」の最優秀作品から朝食メニュー2種類です。実施時間は、10:00-12:30。お昼までにミニレクチャーと調理を終え、出来上がった料理を昼食時間に参加者全員で試食します。栄養バランスに配慮した朝食メニューを調理することで、「朝食の大切さ」と「決まった時間に食事を摂ることの大切さ」に気付いてもらうことが狙いです。

■対象とする参加者

糖尿病患者さん、予備群、そのご家族など、糖尿病に関心のある方なら年齢・性別を問わず参加可能です。8月28日から参加募集を開始しましたが、すでに満席になる教室も出る人気ぶりとなっています。

Japan Association for Diabetes Education and Care

■プロジェクトの背景

糖尿病治療において食事療法は重要な役割を果たしますが、患者さんはそれまでの食生活から糖尿病食への転換に苦労することが多く、また、社会においても「糖尿病になるとおいしいものが食べられなくなる」というイメージが先行し、食事療法の実践には困難が伴いがちです。しかし、糖尿病の食事療法は食材やメニューの過度な制限はなく、適切な量をバランスよく食べることを指導するもので、糖尿病患者さんはもちろん、健康な方にも健康長寿を目指す上で有効な考え方です。

そこで、日本糖尿病協会、MSD 株式会社、および株式会社ホームメイドクッキングは、患者さんやご家族を対象に料理教室を開催し、糖尿病食を体感してもらうことにより、食事療法の実践と継続のきっかけを提供したいと考えました。

今回の企画について、理事長の清野 裕は、次のように述べています。「糖尿病は、放置すると網膜症や腎症、神経障害による足切断など重篤な合併症を引き起こす疾患ですが、適切な自己管理を行えば、一病息災が可能な病気でもあります。糖尿病療養の基本は食事と運動。中でも生きる楽しみに直結する食事は重要です。今回の料理教室が、糖尿病食事療法と糖尿病食に対するイメージの転換につながることを期待しています」。

■開催日程とメニュー

NO	開催地区	開催日	NO	開催地区	開催日
1	札幌	10/21(土)	11	津	11/18(土)
2	秋田	10/14(土)	12	金沢	11/18(土)
3	仙台	10/29(日)	13	京都	11/21(火)
4	松本	10/15(日)	14	梅田	11/5(日)
5	宇都宮	11/9(木)	15	堺	11/3(金・祝)
6	所沢	10/19(木)	16	岡山	11/19(日)
7	有楽町	10/11(水)	17	広島	11/12(日)
8	調布	11/12(日)	18	松山	11/2(木)
9	藤沢	11/26(日)	19	福岡	11/5(日)
10	名古屋	12/3(日)	20	鹿児島	11/23(木・祝)

※実施時間は10:00~12:30

しっかり噛もう！元気になる朝ごはん！



食欲がない時でも！あっさりしっかり朝ごはん



※使用レシピは会場によって異なります。

Japan Association for Diabetes Education and Care

■公益社団法人 日本糖尿病協会について

日本糖尿病協会は、糖尿病に関する正しい知識の普及啓発、患者及びその家族への療養指導、国民の糖尿病予防、健康増進への調査研究を行うことを目的に、1961年（昭和36年）に結成されました。現在の会員数は、110,000人。糖尿病患者とその家族、医師、看護師・栄養士・糖尿病療養指導士などの医療スタッフおよび糖尿病に関心のある一般市民で構成されています。47都道府県支部の下に約1,600の糖尿病「友の会」を置き、患者間の交流や、地域社会への糖尿病啓発活動を通じて、日本の糖尿病の抑制を目指しています。1987年（昭和62年）に社団法人となり、2005年（平成17年）に特定公益増進法人、2013年4月（平成25年）からは公益社団法人になりました。

（HP：www.nittokyo.or.jp / facebook：www.facebook.com/nittokyo）

■MSD 株式会社について

MSDは1世紀以上にわたり、バイオ医薬品のグローバルリーダー企業として人々の生命を救い、生活を改善するために、世界で最も治療が困難な病気のための革新的な医薬品やワクチンの製造に取り組んできました。MSDはMerck & Co., Inc., Kenilworth, N.J., U.S.A.が各国（米国とカナダ以外）で事業を行う際に使用している名称です。医療用医薬品、ワクチン、バイオ医薬品およびアニマルヘルス製品の提供を通じてお客様と協力し、世界140カ国以上で事業を展開して革新的なヘルスケア・ソリューションを提供しています。また、さまざまなプログラムやパートナーシップを通じて、医療へのアクセスを推進する活動に積極的に取り組んでいます。MSDは今も、がん、生活習慣病、新種の動物病、アルツハイマー病、HIVやエボラなどの感染症をはじめとして、世界中で人々の命やコミュニティを脅かしている病気の治療や予防のために、研究開発の最前線に立ち続けています。MSDの詳細については、弊社ウェブサイト（www.msd.co.jp）やFacebook、YouTubeをご参照ください。

■株式会社ホームメイドクッキングについて

ホームメイドクッキングは、全国に81箇所の教室を展開しているクッキングスクールです。1973年に創立。パン教室からスタートし、独自のパン製法を開発、多数の特許を保有しています。運営しているコースは全13コースあり、基礎から応用まで無理なく学べるカリキュラムを採用。また、マイスターを取得すると自宅で教室を開ける「免許状コース」や、マジパン細工など珍しい分野を学べる「認定証コース」も用意し、さまざまな方のニーズに対応しています。現在、月間のべ2万5千人の方に ご受講いただいております。

（HP：<http://www.homemade.co.jp/>）

◇本件ならびに取材に関するお問い合わせ◇

公益社団法人日本糖尿病協会 担当：堀田
〒102-0083 東京都千代田区麹町2-2-4 8F
TEL：03-3514-1721 FAX：03-3514-1725
E-mail：hotta@nittokyo.or.jp