



2019年8月吉日

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」開催のお知らせ ～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（せいのみゆたか/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月初旬から12月中旬まで全国20か所で開催します。

■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、食事療法の実践には困難が伴います。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ている状況があります。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、患者さんやご家族など一般の方を対象に料理教室を開催し、おいしい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。

■「いきいきライフクッキング」の概要

本イベントは、2016年からスタートし、本年で4年目となります。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。実施時間は、10:00-12:30（※一部会場は時間が異なります）。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。使用レシピは、栄養士・管理栄養士を目指している学生を対象に実施した「チャレンジ！糖尿病いきいきレシピコンテスト」（日本糖尿病協会主催）のファイナリスト作品

Japan Association for Diabetes Education and Care

の中から 3 つのレシピを使用します。栄養バランスに配慮したメニューを調理することで、「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。

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。「糖尿病治療の根本は食事療法です。食事療法と言うと【嫌いな物を食べないといけない・制限が伴う】というマイナスなイメージを持たれることがあります。適切なエネルギー・栄養バランスを知ることで基本的に何でも食べることができます。糖尿病食とは健康食であり、身体の代謝を良くするのに相応しい食事ですので、患者さんだけでなく、誰にも有効です。美味しく食べることが出来る調理を学んで健康長寿につなげていただきたいと思います。」

■対象とする参加者

糖尿病患者さん・ご家族はもちろん、糖尿病予備群の方や、健康診断で血糖値を指摘された方など、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（※医療従事者の方のご参加はご遠慮ください）。

■参加申込について

・受講料：無料

・申込期間：8月26日(月)より受付開始

(岐阜会場は9月17日(火)より、弘前会場は9月26日(木)より受付開始)

*先着順です。各会場の定員に達し次第締め切らせていただきます。

*お申し込みや詳細につきましては、

下記 URL の日本糖尿病協会のホームページをご覧ください。

https://www.nittokyo.or.jp/modules/patient/index.php?content_id=85

■会場・日程：全国 20 ヶ所

開催地区	開催日	開催地区	開催日
北海道（札幌）	10月6日（日）	岐阜（岐阜）	11月14日（木）
青森（弘前）	近日決定	京都（京都）	10月11日（金）
宮城（仙台）	10月26日（土）	大阪（梅田）	11月29日（金）
栃木（宇都宮）	10月28日（月）	奈良（西大寺）	12月11日（水）
東京（有楽町①）	12月2日（月）	兵庫（三宮）	10月3日（木）
東京（有楽町②）	10月26日（土）	岡山（岡山）	11月15日（金）
神奈川（橋本）	10月12日（土）	広島（広島）	11月16日（土）
千葉（柏）	10月6日（日）	島根（松江）	10月27日（日）
静岡（三島）	11月7日（木）	福岡（福岡）	10月16日（水）
愛知（名古屋）	10月23日（水）	大分（大分）	11月15日（金）

実施時間は 10：00～12：30（岐阜会場は 10：00～12：40）

Japan Association for Diabetes Education and Care

■メニュー

ヘルシーフードを用いた彩り満点の朝食



特別な日のイタリアンディナー



食材を生かしたボリューム満点レシピ



※使用レシピは会場によって異なります。

■糖尿病について

糖尿病患者数は、世界的に見ても特にアジア地域を中心に増加しており、2006年には国連が毎年11月14日を「世界糖尿病デー」と公式に認定し、世界が一致団結して糖尿病の予防と克服に向けて闘うことを呼びかけています。

日本でも増加の一途をたどっており、糖尿病患者とその予備群は、およそ2,000万人※にまで達しています。中高年で発症率が高くなりますが、初期には自覚症状が乏しく、健康診断などで定期的に血液検査や尿検査を受けなければ気付かない例もみられます。高血糖状態を放置すると、様々な合併症を引き起こすため、糖尿病は早期診断、早期治療、そして治療の継続が大切です。

※厚生労働省：平成28年国民健康・栄養調査

■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、歯科医師、看護師、栄養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。全国に約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)

Japan Association for Diabetes Education and Care

■MSD 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、人生を健やかにするために、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発見、開発、提供に挑みつづけてきました。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](#)、[Twitter](#)、[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 79 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、年間のべ 30 万人の方に ご受講いただいております。

(HP : <http://www.homemade.co.jp/>)

◇取材に関するお問い合わせ◇

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