



報道機関各位

**コロナ禍でも適切な運動と食事の継続を！  
「世界糖尿病デー特設サイト」を期間限定で開設しました**



2020年10月15日

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、世界糖尿病デー実行委員会（所在地：同 代表 堀田 饒（ほったにぎし／中部ろうさい病院 名誉院長）、武田薬品工業株式会社（本社：大阪市中央区 代表取締役社長 CEO クリストフ ウェバー）と共催で、世界糖尿病デー特設サイトを10月15日（木）～11月30日（月）の期間限定で開設しました。

11月14日の世界糖尿病デーに向け、糖尿病治療の基本である運動と食事、そして近年増加傾向にある小児2型糖尿病に焦点を当て、楽しみながら糖尿病を学ぶウェブサイトとなっています。

世界糖尿病デー特設サイト URL : <https://www.world-diabetes-day.jp/>



**■世界糖尿病デー（World Diabetes Day / WDD）特設サイトの概要**

**【スロージョギング®パート】**

スロージョギング®は、話ができる程度の運動強度で行うジョギングで、子どもから高齢者まで、世代を問わずに楽しめる運動です。このパートでは、スロージョギングの走り方を紹介し、自分が走った距離をサイトに投稿すると、居住地の都道府県が色づき、最終的に日本列島がWDDのシンボルカラーである青色に染まります。

**【小児2型糖尿病の啓発パート】**

小児肥満による2型糖尿病の発症を予防するには、子どもだけでなく、家族全体で食事をはじめとする生活習慣を見直す必要があります。

このパートでは、保護者と子ども双方に向けて動画やクイズ、親子で作るデザートレシピなどを用意し、家族ぐるみの糖尿病予防を呼び掛けています。

**【栄養バランスのよい食事パート】**

糖尿病だからと言って食べられないものはありません。栄養バランスのよい適切な量の食事は、糖尿病患者さんだけでなく、すべての人の健康維持に適しています。このパートでは、株式会社おいしい健康の協力を得て、美味しくヘルシーなレシピを週替わりで掲載しています。

### 【その他】

糖尿病の解説動画、WDD シンボルカラーの青色を含む画像の投稿、日本糖尿病協会のマスコットキャラクター「マールくん」のぬり絵の投稿など。

### ■サイト開設の背景

日本糖尿病協会は、2018 年から、世界糖尿病デー実行委員会、武田薬品工業株式会社とともに、糖尿病の予防と治療における運動の重要性を周知するスロージョギング®イベントと、小児 2 型糖尿病の啓発活動を実施していました。しかし、新型コロナウイルス感染症（COVID-19）の拡大で集客型のイベント開催が不可能となったことから、今年初めて、ウェブサイトにて啓発の場を移しました。

### ■注目コンテンツの目指すもの

#### 「はじめようスロージョギング®」

糖尿病を持つ人は COVID-19 に感染すると重症化しやすいことから、特に高齢患者さんを中心に、通院や外出を控える傾向がみられます。こうした自粛生活が長引くと、筋力が低下しフレイルやサルコペニアの状態に陥りやすいため、日本糖尿病協会は、感染症予防対策をとった上で、適度な運動を継続することを呼び掛けています。

この特設サイトは、高齢者にもなじみやすいスロージョギングをフックにして、運動の成果の投稿と共有という仕掛けにより、運動継続の動機づけを目指します。

#### 「小児肥満 2 型糖尿病とは／とうにょうびょうを学ぼう」

小児・思春期発症の糖尿病では、自己免疫異常により膵臓からのインスリン分泌が停止する 1 型糖尿病の周知は進んでいましたが、近年は社会環境の変化とともに、成人と同じ要因で発症する 2 型糖尿病患児の増加が注目され始めています(※1)。

小児期に 2 型糖尿病を発症すると、治療期間の長期化により合併症発症リスクも高まることから(※2)、子どもとその家族に対する的確な情報提供が必要です。

この特設サイトでは、糖尿病専門医による解説、元 J リーガー杉山新（すぎやまあらた）氏による運動など、充実した動画で家族全体での知識の定着を目指します。

(※1) 小川洋平 他、「Diabetes Care」2007;30 (5) : e30

(※2) 岡田泰助 他、「糖尿病」2000 ; 43 (2) : 131~137

■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。

(URL : [www.nittokyo.or.jp](http://www.nittokyo.or.jp) / facebook : [www.facebook.com/nittokyo](https://www.facebook.com/nittokyo))

■世界糖尿病デー実行委員会について

2006年の国連決議を受けて、日本国内の糖尿病啓発を促進するために日本糖尿病協会と日本糖尿病学会により設立された任意団体です。世界糖尿病デーに関する国内の啓発活動を統括し、各地のブルーライトアップや地域密着型イベントに補助金を支出するほか、多様なメディアを利用して糖尿病啓発を行っています。

(URL: <http://www.wddj.or.jp/>)

\*\*\*\*\*

◇本件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](mailto:hotta@nittokyo.or.jp)