

生活習慣病予防専門委員会 糖尿病予防対策部会

目 次

糖 尿 病 予 防 対 策 部 会 報 告

- I. は じ め に
- II. 平成17年度の糖尿病予防対策部会の
活動を基にした本年度の活動
- III. 研 修 会 の 実 施
- IV. パンフレットの作成
- V. 考 察
- VI. ま と め

生活習慣病予防専門委員会 糖尿病予防対策部会

(平成 18 年度)

糖尿病予防対策部会報告

広島県地域保健対策協議会生活習慣病予防専門委員会糖尿病予防対策部会

部会長 伊藤千賀子

I. はじめに

世界中で著しい増加がみられる糖尿病に対して、国連は 2006 年 12 月 21 日に生活習慣病である糖尿病を取り上げ、単一疾病として初めて「糖尿病に対する決議」が行われた。このように世界中で糖尿病対策が叫ばれているにもかかわらず、糖尿病の増加は歯止めが効かない。日本も例外ではなく、国を挙げて取り組まなければならない状況にある。厚生労働省は 2002 年「糖尿病が強く疑われる人」740 万人、「可能性が否定できない人」880 万人と推定して公表した¹⁾。広島市の原爆被爆者の糖尿病頻度の推移をみると糖尿病頻度は 1971 年から 2003 年までに男女とも 4.1 倍に増加している²⁾。糖尿病患者の増加は糖尿病による合併症をも増加させ、患者の Quality of life の低下や医療費の著しい増加をもたらす。このような状況にあって日本糖尿病学会は日本医師会に働きかけて日本糖尿病協会と共に 2005 年 2 月に日本糖尿病対策推進会議を立ち上げ、糖尿病対策を講じようとしている。広島においても 2005 年から 2 年間にわたり広島県地域保健対策協議会に糖尿病予防部会を設置して活動を開始した。その後この部会が終了した 2007 年からは「広島県糖尿病対策推進会議」が立ち上がり、糖尿病対策を継続することになった。

II. 平成 17 年度の糖尿病予防対策部会の活動を基にした本年度の活動

生活習慣改善プログラム作成のための調査として、患者・事業所（事業主）・市町に対して調査が行われた。昨年度の報告に詳細を記載したので省略する。結果をまとめると、1) 糖尿病患者アンケート結果から、行動変容を起こすためには「糖尿病合併症への罹患性」の理解が重要であることが示唆された。2) 事業所（事業主）へのアンケートでは「事業主や従

業員が過去 1 年間に健康診断や人間ドックを受ける機会があった」と回答した事業主は 75.2% と高くなっていた。3) 市町へのアンケートから約半数は健康増進計画策定済みか予定であり、その中で糖尿病一次予防・二次予防に関する目標は全て盛り込まれていた。アンケート調査からみると検診は行われているが、その後の指導や管理が十分でないように見受けられる。従って、これらの知識を如何にして地域に普及させ、本来の目的である糖尿病一次予防や糖尿病の管理の徹底につながるかが問題である。そこで、本年度は知識の普及啓発のために研修会を開催した。また、市・町で活用できる糖尿病対策のパンフレットを作成した。

III. 研修会の実施

研修会は平成 18 年 8 月 10 日(木)18~20 時にエソール広島で開催した。医師やコメディカル、患者やその家族を中心に 66 名が参加した。本題は「糖尿病予防対策の現状と課題について」で基調講演と「これからの糖尿病予防を考える」と題したシンポジウムが行われ、医師、栄養士、心理学者や理学療法研究者からどうあるべきかについて講演があり、全体で討議された。もう少し多くの参加者を期待したが、PR 不足もあったことに加え、木曜日の夕方から夜にかけての開催であったために集まりが悪かったと反省している。

IV. パンフレットの作成

昨年度の調査から企業、市や町においても着実に糖尿病対策をいかに行うかが検討されつつある状況がつかめた。次に問題となるのは、住人や企業の従業員をどのようにして糖尿病の管理と予防に関する教育を浸透させるかである。これには目的に沿った媒体があれば効果的な指導が可能になる。そこで各

分野の専門家からなる糖尿病予防部会委員が運動や栄養の面から検討して作成したパンフレットの表紙を図1に示した。7ページにわたり自己判断できる仕組みを考えて作り、タイトルも「糖尿病 チェックポイント」として内容は糖尿病の危険度を自分でチェックすることができるようにしており、これは日本糖尿病対策推進会議で作成したパンフレットを若干モディファイしている。危険度の高い人に対しては運動や生活習慣の是正への取り組みを本人に評価させている。最後には1カ月分の体重変化も記載できる表がついている。このパンフレットは非常に簡単で理解され易いと思われるので、一線の指導の場で是非活用してほしい。

V. 考 察

厚生労働省は平成20年度から「特定健診と特定保健指導」を行うことを決定し、各地でこれに関する研修が行われている。このシステムはこれまでの検

診とは違って、保険者がすべての責任を負うこととなる。肥満者や腹囲の大きい人を対象にした指導であり、糖尿病予備軍であるメタボリックシンドロームの早期発見と介入を目的にして、生活習慣病の一次予防であり、これは正に糖尿病対策としてこの部会が推進してきたことに符合している。

本予防部会でパンフレット「糖尿病 チェックポイント」を作成し、指導現場でのスールは出来上がった。昨年度の患者へのアンケートをみると、恐怖を感じていないと自分の行動を変えにくい、運動のできる時間と場所を身近に確保し、食生活指導も身近なところで受けたいとしている。食事療法にしても糖尿病食は特別なものがあるように感じている場合が多く、これらの意識改革は地道に行う他ない。そのためにはこの「糖尿病 チェックポイント」は有意義と思われる。指導者側と患者の認識には少しずれがみられ、例えば糖尿病になって大変だと感じていることの1位が食事のことであり、78.8%の人



図1 糖尿病予防対策部会で作成したパンフレット

がそのように考えている。バランスのよい食事で十分だと思うが、患者が負担に感じているなど、これからどのように取り組むかを考えながら、地道に糖尿病対策に取り組む必要がある。

Ⅵ. ま と め

昨年の糖尿病患者、事業所、市町を対象とした現況調査結果から、広島県における糖尿病を取り巻く問題が示された。今年度は問題点の一つである自己管理に目覚めてもらうことと、本人がどの程度の段階にあるかをチェックする糖尿病危険度のシートも中に取り込んで、食事・運動の重要性を理解しても

らうために、どこでも似たような指導が行える方法を模索した。その結果、指導の媒体として分かりやすい糖尿病予防や肥満予防のパンフレットを作成した。今後このパンフレットが指導現場で活用されることを望む。

文 献

- 1) 厚生労働省健康局総務課生活習慣病対策室：平成14年 糖尿病実態調査 厚生省，2003.
- 2) 伊藤千賀子：環境改善と体質医学の将来像。日本体質医学会雑誌 67: 10-15, 2005.

広島県地域保健対策協議会生活習慣病予防専門委員会

糖尿病予防対策部会

部会長	伊藤千賀子	グランドタワーメディカルコートライフケアクリニック
委員	有田 健一	広島県医師会
	小川潤一郎	小川内科
	吉川 克子	安芸太田町保健医療福祉統括センター
	高杉 敬久	広島県医師会
	辻下 守弘	県立広島大学三原キャンパス
	富田 哲治	広島大学原爆放射線医科学研究所
	中谷 隆	県立広島大学保健福祉学部人間福祉学科
	馬場 年之	広島県福祉保健部総務管理局健康増進・歯科保健室
	濱崎 雄司	広島県福祉保健部総務管理局健康増進・歯科保健室
	原 均	NTT 西日本中国健康管理センター
	梶田 猛司	広島市社会局保健部保健医療課
	三森 倫	広島市中区厚生部
	村上 文代	安田女子大学家政学部
	山根 公則	広島大学大学院医歯薬学総合研究科