

<2020年 世界糖尿病デー（11月14日）>

世界糖尿病デーは、糖尿病が健康を脅かす脅威になっていることを受け、世界保健機構（WHO）と国際糖尿病（IDF）によって11月14日に制定されました。

11月14日はインスリンを発見したフレデリック・バンティングの誕生日にあたります。

活動のシンボルであるブルーサークルは、国連がどこまでも続く空を表す「ブルー」と団結を示す「輪」をデザインし、糖尿病に団結して取り組んでいこうという意思を表しています。



例年では、全国各地で一般向けの講演会や健康相談、街頭での広報活動など地域単位で啓発活動を行っていましたが、昨年はコロナ禍において、第56回全国糖尿病週間行事特別講演会の開催は中止となり、ブルーライトアップのみの開催となりました。

コロナ禍の影響で、外出の自粛や友人・家族との交流が長期間制限されたことで、サルコペニア（筋肉がやせ衰えた状態）・フレイル（虚弱状態）

が進み認知症が進行するケースが報告されています。そのため、今回のテーマの『サルコペニア・フレイル』だけではなく、さらに糖尿病と深い関連性のある認知症について1階ロビーに提示しました。検査・診察の合間に、認知症のセルフチェックをしている姿やサルコペニア・フレイル予防の体操をしている姿、バランスの良い簡単クッキングメニューをお持ち帰り頂いている姿など見受けられ、参考にして頂けたのではないのでしょうか。

日頃から「サルコペニア・フレイル」予防に努めることで健康寿命を伸ばし、コロナに負けない、また、認知症を発症・進行させない体づくりを目指しましょう！

