



10月8日

糖をはかる日

TM

糖(10)をは(8)かるの語呂合わせから制定されました。高血糖、低血糖を防ぎながら適切な血糖値の変動を目指していただけるよう、上昇しすぎても下降しすぎても安全に飛行できない「熱気球」がシンボルです。

「糖をはかる日」は、糖尿病治療研究会のトレードマークです。

血糖は体のエネルギー源として重要な役割を果たしています。

しかしながら、その値が高くなりすぎても、低すぎても問題が生じます。

この機会に、血糖の働きを正しく理解し、コントロールし、健康的な生活づくりに役立てましょう。

体のエネルギー源として重要な役割を果たしている血糖。近年は、糖に注目した食品の増加、低糖質ダイエットブームなどで、一般の方の間でも「糖」に関する関心が高まっています。一方で、「糖」や「血糖」に関する誤った知識を持つ人の増加も危惧されます。

「糖をはかる日」は、「血糖」について、糖尿病患者さんはもちろん、病気ではないけれど「糖」が気になる方、糖尿病予備群の方々にも、血糖の働きを正しく理解し、コントロールして、健康的な生活づくりに役立てるきっかけにさせていただきたいという思いを込めて、2016年に制定されました。

後援団体 ※順不同

一般社団法人 日本生活習慣病予防協会／公益社団法人 日本糖尿病協会／一般社団法人 日本臨床内科医会／検体測定室連携協議会／一般社団法人 日本糖尿病・妊娠学会／一般社団法人 糖尿病データマネジメント研究会／一般社団法人 日本くすりと糖尿病学会／一般社団法人 日本くすり教育研究所／一般社団法人 スローカロリー研究会／一般社団法人 Act Against Amputation／糖尿病と女性のライフサポートネットワーク／国際糖尿病支援基金／一般社団法人 日本産業保健師会／日本保健師活動研究会／認定NPO法人 セルフメディケーション推進協議会／日本健康運動研究所

血糖を知る、はかる、コントロールする。

10月8日は、「糖をはかる日」™

2016年は、血糖自己測定(SMBG)が提言されて40年、健康保険適用から30年。

主催：糖尿病治療研究会

「糖をはかる日」 <http://www.dm-net.co.jp/10-8/>

10月8日 糖をはかる日

上げすぎない

下げすぎない

血糖を知る、はかる、コントロールする。

血糖は体のエネルギー源として重要な役割を果たしています。しかしながら、その値が高くなりすぎても、低すぎても問題が生じます。この機会に、血糖の働きを正しく理解し、コントロールし、健康的な生活づくりに役立てましょう。主催／糖尿病治療研究会

<p><b>血糖について</b> 学ぼう</p> <p>血液中の糖の役割やその仕組み、糖尿病とのかわりを十分に理解し、血糖値を上手にコントロールするためのコツや、重要すべき点について紹介します。</p>	一般の方	糖尿病患者さん	医療・保健指導関係者向け
<p><b>血糖値</b> アップ・ダウン クイズ</p> <p>日常生活でよくある目標のうち、血糖値を上げるもの、下げるものについて確認してみましょう。</p>	一般の方	糖尿病患者さん	医療・保健指導関係者向け

糖をはかる日 記念講演会

10月8日(土) 14:00~16:00

フクラシア東京ステーション

参加者募集中!【先着順】

詳細・お申し込みはこちら▶

血糖値アップ・ダウン  
100文字コンテスト

優秀作品には、

最高5万円とDVDをプレゼント!

詳細・応募はこちら▶

10月8日、糖をはかる日とは?      お知らせ

お問い合わせ／「糖をはかる日」事務局

〒105-0003 東京都港区西新橋2-8-11 糖尿病治療研究会(株)創新社

電話：03-5521-2881 FAX：03-5521-2883 E-mail：dm-contact@dm-net.co.jp