



- HOME
- はじめての方へ
- 患者さんへ
- 医療スタッフの方へ
- 友の会情報
- イベント情報
- 日糖協について

活動

日本糖尿病協会とは

糖尿病の正しい知識の普及啓発

1. 糖尿病の発症や重症化を予防する知識を皆さんに提供し、糖尿病をもつ人が糖尿病のない人と変わらない生活ができるよう支援します。
2. 糖尿病医療の質の向上を目指し、医療者の皆さんのスキルアップをお手伝いします

- 糖尿病専門雑誌の発行
- 治療に役立つグッズの制作
- 糖尿病の子どものキャンプ
- 友の会での交流 など

- 年次学術集会の開催
- 医療者向けe-learning
- 医療現場で活用できる資料の開発 など



調査研究

よりよい医療を提供するための基礎づくりを行います。

- 研究助成
- 糖尿病治療薬の市販後調査
- 患者さんや医療関係者へのアンケート調査 など

国際交流

日本だけにとどまらず、世界規模で糖尿病対策に取り組みます。

- 世界各国の学・協会との協調
- 国際糖尿病連合の一員としての活動
- アジア地域の若手研究者育成 など

特典 日本糖尿病協会会員は**無料で購読**できます！

月刊 糖尿病ライフ



あなたのさがしていた情報がきっと見つかる「糖尿病専門雑誌」です！

雑誌

DM Ensembleのご案内

DM Ensembleは電子版になります



DM Ensemble 電子版

DM アンサンブル



糖尿病診療に携わるすべての医療スタッフのための雑誌です！

日本糖尿病協会ご入会で割引価格でお読みいただけます

DM アンサンブルの主な内容 (予定)

- 特集1** 今知りたい糖尿病医療の最新情報を、わかりやすく解説します。
- 特集2** 「さかえ」連携企画掲載記事にプラスαの情報をお届けします。
- 連載1** 地域発！各地のCDEL活動の新たな取り組みをレポートします。

新しい生活様式に対応

★★ サイバー糖尿病教室 ★★ NEW!

マールくんの **OXクイズ**

- 【目次】**
- ・糖尿病基本編
 - ・食事療法編
 - ・運動療法編
 - ・生活編
 - ・合併症編

【2】食事療法編

問題2-①「食事療法」

糖尿病の食事療法はご飯の量だけを考えれば良い。

答えを見る

問題2-②「アルコール」

日本酒より蒸留酒の焼酎のほうが体によい。

答えを見る

CLICK

クリックで正解がオープン

答えは

食事の基本は、主食・主菜・副菜です
*主食の量は毎食一定にします

女性：女茶碗1杯位 男性：男茶碗1杯位
(身体活動レベルが普通の場合)

2品は食べる

主食 (米、小麦、大豆、雑穀の食品)

1品+違う種類を少量

副菜 (野菜、海藻、キノコ)

主菜 (肉、魚、卵、大豆、豆腐)

問題のポイント

ご飯(主食)の量だけでなく、おかず(主菜・副菜)についても、気を配りましょう。



CHECK! Hw To 日糖協HPに使い方など詳細を掲載

★★ 腎機能チェックツール ★★ NEW!

腎機能チェックツール
~あなたの腎機能の推移を見ましょう~

eGFR(糸球体濾過量)を測定している場合、「日付」と「eGFR」を入力します。

性別: 生年月日:

回数	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
日付	2018-01-10	2018-04-11	2018-07-12	2018-10-11	2019-01-09							
血清Cr												
eGFR	52.3	51.7	48.5	47.1	47.6							
尿Alb/Cr比												
蛋白尿(Cre)比												
蛋白尿(定性)												

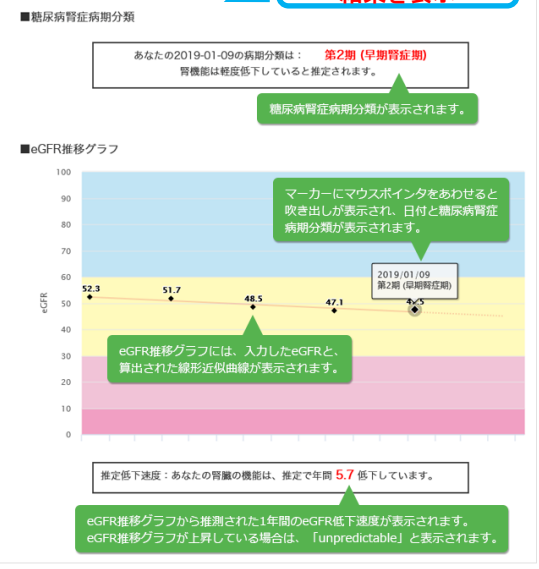
検査値は3つ以上入力してください。eGFR推移グラフと年間低下速度は、表示することができますが、年間低下入力することが望ましく、入力値の

*治療効果を評価する場合は、治療前・後で別に入力してください

グラフを作成する

※eGFRが不明で血清クレアチンを測定している場合は「性別」「生年月日」「血清Cr」から推算eGFRを算出できます。

必要事項の入力で結果を表示





すぐに利用できる ②

- HOME
- はじめての方へ
- 患者さんへ
- 医療スタッフの方へ
- 友の会情報
- イベント情報
- 日糖協について

DVDシリーズ

— 糖尿病学習支援DVD —



チームで考える! 糖尿病療養指導・支援のポイント

- Vol.1 支援・面談の基本編
- Vol.2 食事運動のアドバイス編
- Vol.3 薬物療法の支援編
- Vol.4 合併症編
- Vol.5 実践編



初級者編

ロールプレイをキャラクターが解説、現場の声も収録されています。

これから糖尿病患者さんへの指導・支援を始める、あるいは始めたばかりの医療従事者を対象としています。

同僚と一緒にロールプレイを視聴して、悪い点を指摘し合い、より良い方法について討論する、あるいは先輩と一緒に視聴して、体験談や支援のコツを聞いてみるなど、いろいろな視聴方法でご利用できます。

※お一人でも学習できるような構成になっています。

中上級者編

ディスカッションしやすいよう、3択形式の対応例が収録されています。

糖尿病患者さんへの指導・支援の経験があるスタッフを対象としています。

チームで学習できるような構成になっています。ロールプレイの後、ご自身だったら、患者さんにどのように対応するかを、視聴しているみなさんでディスカッションしてください。

※医師がコメンテーター、ベテランCDEがファシリテーターとなってディスカッションを促していただくことをお勧めします。

CHECK! 日糖協HPで全編視聴可能

DVDシリーズ

患者さん参加型DVD

糖尿病啓発人形劇DVD

- 糖尿病患者さんのための「食事を考える」
- 運動療法のすすめ
- フットケアのすすめ

- ・ハッピーハッピーロード～糖尿病を正しく理解し、前向きな治療を～
- ・スマイルスマイルライフ～できることから始める食事・運動療法～
- ・スイートスイートホーム～もしも糖尿病と診断されたら～



CHECK! 日糖協HPで全編視聴可能

糖尿病への正しい知識があなたの未来を明るくする



公益社団法人 **日本糖尿病協会**
Japan Association for Diabetes Education and Care



- HOME
- はじめての方へ
- 患者さんへ
- 医療スタッフの方へ
- 友の会情報
- イベント情報
- 日糖協について

おいしく、楽しく!!糖尿病食事療法の あいうえお



発行: 公益社団法人日本糖尿病協会
考案: 清野 裕 (関西電力病院)
 木村 美枝子 (京都府糖尿病協会)
監修: 公益社団法人日本糖尿病協会企画啓発委員会

サイズ
 A5サイズ (4色・カラー) / 全26ページ

内容
 身の回りにある食材や食品を上手に使って、糖尿病の食事療法を日常生活に取り入れることができる実践的なリーフレット

食後の血糖値をゆるやかにするには

食事の「食べる順番」

若い方におすすめ
 野菜を先に食べることが食後の急な血糖上昇を抑えることにつながります

高齢の方におすすめ
 ごはんより先に肉(魚)を食べると、「インクレチン」というホルモンの分泌を促します
 胃運動をゆるやかにし、血糖の上昇を抑えることにつながります

まず、食物繊維の多い生野菜を先に食べる

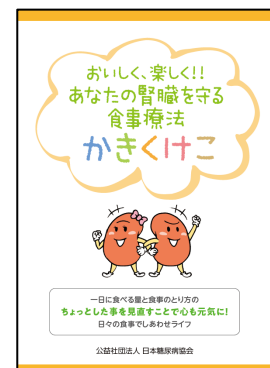
まず、肉や魚のたんぱく質を先に食べる **又は**

食物繊維により糖質や脂質の吸収がおそくなります。

CHECK! 入手方法は日糖協事務局までお問い合わせください

Contact

おいしく、楽しく!!あなたの腎臓を守る 食事療法 かきくけこ



発行: 公益社団法人日本糖尿病協会
考案: 清野 裕 (関西電力病院)
 木村 美枝子 (京都府糖尿病協会)
監修: 公益社団法人日本糖尿病協会企画啓発委員会

サイズ
 A5サイズ (4色・カラー) / 全30ページ

内容
 糖尿病性腎症の食事の量やとり方の工夫を紹介、患者さんの腎臓を守り「幸せライフ」につながることをサポートするリーフレット

あなたの腎臓を守るために、まず自分の腎臓の状態を知りましょう

◎医師の治療や指導に基づいて、療養に取り組みましょう

あなたの病期は?

腎機能「糸球体濾過率 (GFR)」

- 腎症1期 腎症前期
自覚症状がほとんどない
- 腎症2期 早期腎症期
アルブミン尿出現し始める
- 腎症3期 顕性腎症期
たんぱく尿が増加し腎機能が低下していく
- 腎症4期 腎不全期
腎機能が顕著に低下していく

高血圧併存では **塩分制限**

塩分制限 必要に応じて **たんぱく制限**

塩分制限 **たんぱく制限**

適切な治療(食事・運動療法)で腎機能低下を防ぐ

CHECK! 入手方法は日糖協事務局までお問い合わせください

Contact



- HOME
- はじめての方へ
- 患者さんへ
- 医療スタッフの方へ
- 友の会情報
- イベント情報
- 日糖協について

(1) 糖尿病連携手帳 **第4版**

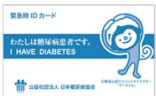


(2) 自己管理ノート



※自己管理ノートについては、施設で導入されている血糖自己測定器メーカーのご担当者にご依頼ください。

(3) 糖尿病患者用IDカード (緊急連絡用カード)



(4) 英文カード (Diabetic Data Book)



★糖尿病連携手帳活用ツール

1) 提出促進立て札



2) 自己管理応援シール

治療目標や薬物療法の状況が一目で分かるシールです。糖尿病連携手帳の表紙に貼ることで、患者さんの療養の意識付けにつながります。



糖尿病連携手帳挟み込み型 防災リーフレット



日糖協eラーニング

日糖協eラーニングは、患者さんへの良質な医療の提供を目指し、糖尿病診療に携わる医療者のスキルアップに活用いただくことを目的に運用しています。疾患概念、治療、併存疾患、療養指導等、糖尿病にかかる幅広い分野を効率よく学習できるコンテンツが揃っています。

① ログイン



③ 学習



④ テスト



CHECK! 入手方法は日糖協事務局
Contact までお問い合わせください

CHECK! **How To** 日糖協HPにアカウント登録方法など詳細を掲載



トレーニング・研修会を 修了すると利用できる

- HOME
- はじめての方へ
- 患者さんへ
- 医療スタッフの方へ
- 友の会情報
- イベント情報
- 日糖協について

カンパセーション・マップ

6種類のマップ

1. 「糖尿病とともに歩む」
2. 「糖尿病とはどんな病気ですか？」
3. 「食事療法と運動療法」
4. 「インスリン注射」
5. 「フットケア」
6. 「糖尿病合併症」





DIABETES CONVERSATIONS HealthyD Lilly

マップを使った様子



糖尿病カードシステム

カードシステムは、ひとりひとり異なる糖尿病患者さんの特徴を考えながら約100種類のカードを使用して項目を組み合わせ、最も適した治療支援のプランを作ることができる新しいツールです。





- カード (約100枚) 名刺サイズ
- リーフレット A4サイズ
- チェックシート

CHECK! 日糖協HPに設置された動画の視聴で研修会「基本編」修了とみなし、基本項目の38枚のカードを導入可能



詳細は日本糖尿病協会HP
「医療スタッフの方へ」をご覧ください



公益社団法人日本糖尿病協会
nittokyo.or.jp

糖尿病への正しい知識があなたの未来を明るくする
公益社団法人 日本糖尿病協会
Japan Association for Diabetes Education and Care

HOME はじめての方へ 患者さんへ 医療スタッフの方へ 友の会情報 イベント情報 日誌について

糖尿病をもつ人は、
あなたと同じ社会で活躍できる人です。
糖尿病には、あなたの正しい理解が必要です。
公益社団法人 日本糖尿病協会 一般社団法人 日本糖尿病学会

11月14日 世界糖尿病デー

最新のお知らせ

- 2020年11月14日 開催 2020小児糖尿病キャンプ スケッチ&作文コンクール 入選作品発表
- 2020年11月9日 開催 2020年世界糖尿病デーオンライン企画 Web市民公開講座を開催しました！
- 2020年11月9日 開催 糖尿病の方向けのレシピ投稿・共有サイト 開設
- 2020年10月20日 開催スタッフ 日本糖尿病協会研究助成 募集開始
- 2020年5月16日 開催スタッフ 日誌読&ラーニングをご利用ください！

患者さん・医療スタッフの方
入会募集中

さまざまな特典があり、どなたでも入会いただけます。

- 患者さん、一般の方向け入会案内
- 医療スタッフの方向け入会案内

講習会スケジュール・各種イベント
イベントカレンダー

※注目のイベントをピックアップ！

- 患者さん、一般の方
- 医療スタッフの方

- 療養指導医試験委員会
- 南和医師会

講習会開催申請
**オンライン申請はこちら

第10回
日本糖尿病療養指導学術集会
2021年7月24日(土)・25日(日)
会場：国立京都国際会館

行政機関のみならず
糖尿病療養指導の
おうえん
糖尿病連携手帳のご注文

あなたの街の友の会

地図をクリックして
各都道府県へジャンプ

都道府県から選択

災害にあったときには