

| | | | | |
|------|---------|----|------|--------------------|
| 整理番号 | HT27047 | 分野 | 医歯薬学 | キーワード: 糖尿病、予防、生活習慣 |
|------|---------|----|------|--------------------|

秋田看護福祉大学

糖尿病って怖い病気？予防について考えてみよう！

| | | | | | |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|--------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|------|
| 先生(代表者) | 氏名 佐藤純子(さとうじゅんこ)・秋田看護福祉大学・准教授 | | |  | |
| 自己紹介 | 看護師という仕事に誇りを持ち、「いつも元気に笑顔で！」をモットーに毎日を過ごしています。趣味はイラストを書くこと(下手の横好き)で、似顔絵を描いたりしています。(顔写真もイラストにしたかったというのが本音です) | | | | |
| 開催日時・ 主な募集対象 | 平成 27 年 8 月 9 日(日) | (対象) | 高校生 | (人数) | 25 名 |
| | 平成 27 年 11 月 14 日(土) | | 小学 5・6 年生 | | 25 名 |
| 集合場所・時間 | 秋田看護福祉大学 | (集合時間) | 9:30～受付開始 | | |
| 開催会場 (集合場所) | 秋田看護福祉大学(学生エントランス) 住所: 〒017-0046 秋田県大館市清水 2 丁目 3-4 アクセスマップ: http://www.well.ac.jp/ | | | | |
| 内 容 | | | | | |
| <p>〈目的〉日本国民の 5 人にひとりが糖尿病もしくはその可能性のある人とされています。2 型糖尿病は成人期や老年期に急激に増加する病気ですが、発症や進行には思春期・青年期の生活習慣が影響しています。そこで本プログラムは小学高学年と高校生を対象に糖尿病について知ってもらうこと、普段の生活習慣の改善点を見出すことを目的として実施します。</p> <p>〈講義〉糖尿病とその合併症、糖尿病と生活習慣の関連性についてわかりやすく講義します。</p> <p>〈実験〉開会式終了後、ライフコーダー(万歩計のようなもの)をつけてもらいキャンパスツアーを 30 分ほど行います。その後ライフコーダーから実際の運動量、歩数、消費量などを出したものをみて、実際の消費量に見合った砂糖の量を計算し、実際に砂糖の量を量ってもらいます。また普段よく食べると思われるお菓子、ジュース類の実際の砂糖の量、脂質の量をみて、運動量と食べる量のバランスを考えてみましょう。</p> | | | | | |
| スケジュール | | | 持 ち 物 | | |
| <p>小学 5・6 年生用プログラム</p> <p>9:30～10:00 受付(学生エントランス)</p> <p>10:00～10:30 開会式、あいさつ、オリエンテーション、科研費について</p> <p>10:30～11:15 実習①ライフコーダーをつけてキャンパスツアー</p> <p>11:15～11:30 休憩</p> <p>11:30～12:00 講義「糖尿病って怖い病気？」〈講師:佐藤純子〉</p> <p>12:00～13:15 昼食、談話会</p> <p>13:15～14:00 実習②運動量と同じ砂糖の量を量ってみよう！</p> <p>14:00～15:00 閉会式、あいさつ、未来博士号授与式、記念撮影 アンケート用紙記入 解散</p> | | | <p>筆記用具</p> | | |
| | | | 特 記 事 項 | | |
| | | | <p>☆参加者の昼食は準備します。</p> <p>☆保護者の方も自由にご覧ください。ただし保護者の方の昼食は準備できません。</p> | | |

