



2025年大阪・関西万博 開幕500日前
EXPO 500 Days to Go in Yao!

Monthly Topics



world diabetes day
11月14日は世界糖尿病デー

この機会に糖尿病予防に取り組みましょう！

健康寿命を延ばそう！糖尿病予防集中キャンペーン

問健康まちづくり科学センター TEL994-0665 FAX922-4965

健診データの分析※によって、八尾市では約3人に2人はHbA1c（ヘモグロビンエーワンシー、糖尿病の指標）が高いということがわかっています。（※八尾市国民健康保険加入者の令和元年度の健診結果）

糖尿病はさまざまな合併症を起こし、健康寿命を縮めます。糖尿病を発症する前に予防すること、糖尿病の人は合併症予防のために適切に治療・コントロールすることが大切です。本市では世界糖尿病デーにあわせて11月14日から12月末までを糖尿病予防集中キャンペーン期間として糖尿病対策を強化し、糖尿病予防を推進します。

血糖値・HbA1cが高いと何で怖いの？

まずはここから始めよう

血糖値（血液中のブドウ糖の濃度）が高い状態が続くと血液の流れが悪くなる

血管の動脈硬化が進む

脳梗塞
心筋梗塞
腎臓病

～自分の血糖値・HbA1cの値を知ろう！～
特定健診（40歳以上の人）や、職場での健診の結果などからご自身の数値を確認しましょう。



病気を発症しないために、糖尿病は予防が大切です。
下記の講座で詳しく学ぶことができます！

すべて参加無料！

あなたも糖尿病予備群かも!? 糖尿病を正しく知ろう！

八尾市立病院 市民公開講座

内容：●医師の講演「八尾市健康まちづくり計画について」「糖尿病とは」 ●保健師の講演 ●看護師・管理栄養士・薬剤師による健康相談 ●血糖測定 ●食品に含まれる砂糖量の展示など

日時：11月25日(土)14時～

場所：文化会館 定員：80人（申込順）

申11月1日～。電話・予約サイト。

市立病院市民公開講座係 TEL922-0881

問健康まちづくり科学センター TEL994-0665 FAX922-4965



基礎知識や生活改善方法などが学べます！

八尾スマートライフ塾

内容：●医師のお話「よく分かる！血糖値のしくみ」 ●管理栄養士・理学療法士のお話

日時：12月7日・14日・21日の
木曜日9時45分～（全3回）

場所：保健センター 定員：30人（申込順）

対象：市内在住の40歳以上

申問11月1日～。電子申請・電話。

保健センター TEL993-8600 FAX996-1598



大阪大学との協働事業！

上腕にセンサーを装着し、14日間の血糖値の変動をみます！

血糖変動モニタリング（FGM）検査 参加者募集

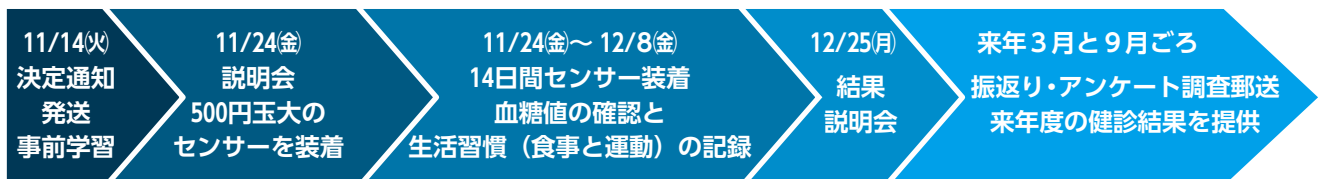
日時：説明会11月24日(金)（予備日25日(土)※予備日に医師は出席しません） 結果説明会12月25日(月)

場所：保健センター 定員：30人（抽選）

対象：市内在住の40～69歳で、今年度の特定健診（健康診断）結果よりHbA1cが5.6～6.4%で、

下記スケジュールで参加できる人（その他持病などの条件があります。詳細は市ホームページをご覧ください）

スケジュール



申問11月1日～12日（電話は10日まで）。電子申請・電話。保健センター TEL993-8600 FAX996-1598