

群馬県におけるCKD普及啓発活動



慢性腎臓病をご存知ですか？ (5)
【食生活編】 | 健康長寿社会づく...
1.8万回視聴・1年前



群馬県 代表 廣村 桂樹

2022年12月版

慢性腎臓病に関する県民公開講座

- ・平成24年より開催
- ・平成25年からは群馬県慢性腎臓病対策推進会議を中心に世界腎臓デーに合わせて3月に開催
- ・150～300人/回の参加者
- ・令和02年からは新型コロナウイルス感染症のため、対面開催中止

H25, H29, R01 高崎



H28 渋川



H24, H27 前橋



R05 前橋
ハイブリッド
開催予定

H30 桐生



H26 藤岡



R02 伊勢崎
新型コロナ
のため中止

プログラム例 R01 高崎プログラム

県民公開講座スケジュール

14:00～14:05	「開会の挨拶」	高崎市医師会 副会長/岡本内科クリニック 院長 岡本 克実 先生
14:05～14:25	「慢性腎臓病にご用心」	群馬大学医学部附属病院 腎臓・リウマチ内科 病院講師 池内 秀和 先生
14:25～14:45	「腎臓を守るために」	群馬大学医学部附属病院 腎臓・リウマチ内科 教授 廣村 桂樹 先生
14:45～15:10	「あなたにもできる、食事療法のコツ」	群馬大学医学部附属病院 栄養管理室 室長 齊賀 桐子 先生
15:10～15:20	休憩	
15:20～16:20	パネルディスカッション「腎臓病何でもQ&A」	司 会 群馬大学医学部附属病院 腎臓・リウマチ内科 教授 廣村 桂樹 先生 パネリスト 日高病院 腎臓病治療センター センター長 筒井 貴朗 先生 内科おかしようクリニック 院長 岡上 準 先生 群馬大学大学院保健学研究科 教授 岡 美智代 先生 群馬大学医学部附属病院 栄養管理室 室長 齊賀 桐子 先生

Withコロナ時代の世界腎臓デーに向けての取り組み

- 令和03、04年は群馬県公式YouTubeチャンネルTsulunosに公開したCKD関連動画チラシの配布を中心に、各種啓蒙
- 本スライドは令和04年3月の例
- 令和05年より対面(ハイブリッド形式)による開催を予定

慢性腎臓病 **CKD** シーケーディー

をご存知ですか？

慢性腎臓病の予防に役立つ情報を
群馬県公式YouTubeチャンネルtsulunosで公開中！

あなたの腎臓は大丈夫？
専門の先生方による慢性腎臓病(CKD)の説明や予防に役立つお話を動画で配信！
できることから実践してみませんか？

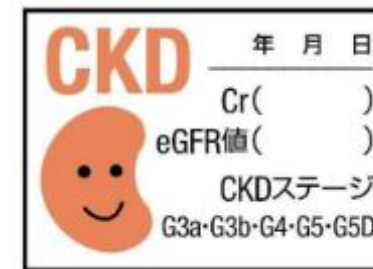
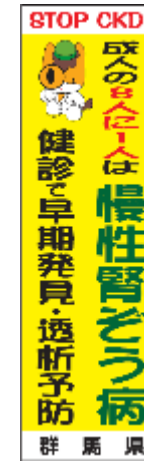
1 導入編	慢性腎臓病をご存知ですか？ ～腎臓を大切に!!!～	群馬大学医学部附属病院 腎臓・リウマチ内科
2 病態編	腎臓について・慢性腎臓病について	群馬大学医学部附属病院 腎臓・リウマチ内科
3 血圧編	高血圧は腎臓病につながります ～血圧測定のすすめ～	東日本腎不全研究会 (群馬大学大学院保健学研究所)
4 体重・BMI編	腎臓にやさしい体重とBMI	(医社)日高会日高病院 腎臓内科
5 食生活編	腎臓を守るための食生活	(公社)群馬県栄養士会 安中市
6 運動編	コロナ禍でもできる！腎臓にやさしい運動	(医社)日高会日高病院 腎臓内科
7 お薬編	患者さんが安心してお薬を服用するために ～お薬手帳CKDシールの活用～	(一社)群馬県薬剤師会

こちらからご覧ください

慢性腎臓病(CKD)とは、腎臓の働きが健康な人の60%未満に低下するか、あるいはたんぱく質が尿に出るといった腎臓の異常が続く状態をいいます。進行すると、腎不全や人工透析、心臓疾患、脳卒中などのリスクが高まります。

<https://www.tsulunos.com/playlist?list=PLFw1Mz2XRe8Vld7qH4jLL8GTD7U53g>

- **群馬県庁内**
のぼり旗、ロールアップバナー掲示
- **県内保健福祉事務所**
のぼり旗、ロールアップバナー掲示
動画啓発チラシ配布
啓発資材(ウェットティッシュ)配布
- **県内医師会・医療機関**
動画啓発チラシ配布(腎専門施設)
CKDシール配布
- **ラジオ**
3月 4日 FM高崎
3月 4日 FMいせさき
3月10日 FMOZE
3月14日 まえばしCITYエフエム
- **新聞広告**
上毛新聞 テレビ欄に広告
3月2日、9日、23日



毎年3月
第2木曜日は

世界腎臓デーです



日本人の8人に1人が**慢性腎臓病**と推定されています

予防のためにできること→
群馬県公式YouTubeチャンネル

tsulunos



群馬県健康長寿社会づくり推進課

TEL.027-226-2604

慢性腎臓病に関する健康フェスタ

- ・平成29年より、イオンモール高崎で年1回秋に健康フェスタを開始
- ・群馬県慢性腎臓病対策推進協議会の所属団体や県内の企業が13～15ブースを出展
- ・セントラルコートではミニクイズや健康運動などを実施
- ・新型コロナ前は、延べ参加者数2000～3000人程度



ほとんどないため、定期的に健康診断を、適切な予防・治療を行うことが大切です。

参加
無料

ブース内容

1階 セントラルコート

- 足指筋力測定 ● 血圧、血管年齢測定

2階 イオンホール

- 腎臓病に関するeラーニング
- 健康、栄養、お薬相談
- ロコモチェック、健骨度測定

※ 詳しくは裏面をご覧ください。



群馬県のマスコット
ぐんまちゃん

ミニステージ

- 腎臓病〇×クイズ
- ぐんまちゃんと写真撮影
- 認知症アンバサダーのあかぎ団と慢性腎臓病・認知症について考えよう
(午後1時から開始予定)

H31 チラシより



Withコロナ時代の健康フェスタ

- 令和02年、03年は新型コロナのため団体ブースの出展はなしで、群馬県慢性腎臓病対策推進協議会の所属団体が作成の動画の上映、CKD関連ポスター展示、CKD関連グッズを配布
- 令和04年は団体ブースの一部再開延べ参加者数約400人
- 群馬県の健康づくりサポートソフトであるG-WALK+の導入を促進するとともにG-WALK+を通して、健康フェスタを通知するとともに、来場者にG-WALK+のポイントが付与して集客に利用



11月10日 木 時間 **10:00-15:30**
 場所 **イオンモール高崎 1F セントラルコート**



G-WALK+の登録者 39,209人 (R.12.10時点)



ミニステージ：動画投影

- 慢性腎臓病をご存知ですか？
- 腎臓について、慢性腎臓病について
- 高血圧は腎臓病につながります ~血圧測定のすすめ~
- 腎臓に優しい体重とBMI
- 腎臓を守るための食生活
- 腎臓に優しい運動
- 患者さんが安心してお薬を服用するために ~お薬手帳CKDシールの活用~

フロア：団体ブース出展・啓発

- 群馬県慢性腎臓病対策推進協議会(※)によるブース出展
 ※群馬県医師会、群馬県薬剤師会、群馬県看護協会、医療法人社団三思会東邦病院、群馬県腎臓病患者連絡協議会
- 啓発資料の配布 (啓発リーフレット及びパンフレット各種)
- パネル展示
- 群馬県公式アプリ「G-WALK+」ポイントラリー



医療スタッフ向けの講習会

令和3年度 糖尿病・慢性腎臓病予防研修会

開催方法：オンライン（ZOOM）

第1回 慢性腎臓病（CKD）基礎編

日時 令和3年11月19日（金） 18:30～19:45

講演 「保健医療従事者のための慢性腎臓病（CKD）の基礎知識」

講師 群馬大学大学院医学系研究科

腎臓・リウマチ内科学 助教 中里見 征央 先生

第2回 慢性腎臓病（CKD）栄養指導編

日時 令和3年12月9日（木） 18:30～19:45

講演 「栄養ケアプロセスを用いた
慢性腎臓病の栄養食事指導の実践」

講師 金沢大学附属病院

栄養管理部 栄養管理室長 徳丸 季聡 先生

第3回 糖尿病基礎編 群馬県糖尿病予防指導プログラム推進研修

日時 令和3年12月14日（火） 18:30～20:00

①講演 「糖尿病の基礎知識と最近の話題」

講師 群馬大学大学院医学系研究科

内分泌代謝内科学 病院講師 堀口 和彦 先生

②行政説明 「群馬県糖尿病予防指導プログラムの推進について」

説明 健康長寿社会づくり推進課

➤ 受講料 無料。ただし、オンライン受講に係る通信費等は自己負担となります。
➤ 定員 各100名 ※定員を超え、参加いただけない場合は連絡します。

群馬県・群馬県糖尿病対策推進協議会・群馬県慢性腎臓病対策推進協議会

- 群馬県慢性腎臓病対策推進協議会では、医療スタッフ向けの講習会を開催（一部は、群馬県糖尿病対策推進協議会と合同開催）
- CKDに関しては、基礎編、栄養指導編、実践編に分けて年3回実施
- 新型コロナ感染前は群馬県庁で実施していたが、感染拡大後はオンラインで実施
- 対面・オンラインとも、毎回100人程度の医療スタッフ（医師、看護師、薬剤師、栄養士、事務担当者、行政担当者など）が参加



H29. 群馬県県庁

令和3年度 糖尿病・ 慢性腎臓病 予防研修会

「糖尿病性腎臓病（DKD） 重症化予防の取組」

県では、群馬県糖尿病性腎臓病重症化予防プログラムを策定し推進しています。本研修会では、糖尿病性腎臓病についてやプログラムの内容及び取組について学びます。

定員 **100名** 定員を超えた場合のみご連絡します

プログラム

講演1 「糖尿病治療のアップデート」
講師：群馬大学医学部附属病院 内分泌糖尿病内科 病院講師 堀口 和彦 先生

講演2 「糖尿病性腎臓病と重症化予防プログラム」
講師：群馬大学大学院医学系研究科 腎臓・リウマチ内科学 教授 廣村 桂樹 先生

事例発表 「生活習慣病重症化予防事業の取り組み」
発表者：高崎市保健医療部健康課 係長 太田 百合子 氏

対象 県内の自治体、健診・医療機関、保険組合等に勤務している保健医療従事者 等

方法 Web会議システムZOOMを用いて開催いたします。
※お申し込みいただいた方へ、参加用URL等をメールでお送りします。

主催：群馬県
後援：群馬県糖尿病対策推進協議会、群馬県慢性腎臓病対策推進協議会

令和4年

3/18 金

18:30-20:00

方法：オンライン
(ZOOM)

群馬県糖尿病性腎臓病
重症化予防プログラム

平成31年3月

群馬県糖尿病性腎臓病
重症化予防プログラム

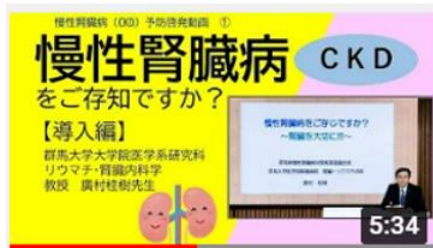
Withコロナ時代のオンライン情報発信

・群馬県慢性腎臓病対策協議会委員の所属団体などで、CKD 関連動画・eラーニング教材などを作成し、オンラインで公開



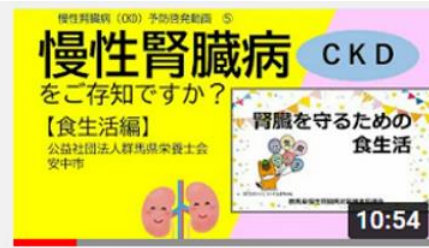
群馬県公式サイト: tsulunus

<https://www.youtube.com/c/tsulunus/videos>



慢性腎臓病をご存知ですか？
(1) 【導入編】 | 健康長...

<https://www.youtube.com/watch?v=LXOdY7GJT5k>



慢性腎臓病をご存知ですか？
(5) 【食生活編】 | 健康...

<https://www.youtube.com/watch?v=BP3iwpkusbk>

その他 【病態編】 【血圧編】 【体重・BMI】
【運動編】 【お薬編】 の計7本を作成

群馬県ホームページにリンクあり <https://www.pref.gunma.jp/02/d2900260.html>

令和3年3月公開 令和4年11月末 累計約3.1万ビュー

YouTubeで、「群馬 CKD」の検索でも表示

腎臓を守る方法やコツを確認してみよう!

腎臓ケア eラーニング講座 ver.6
登録不要・無料講座

▶ スタート

監修: 廣村桂樹、池内秀和 (群馬大学医学部附属病院腎臓・リウマチ内科) 齊賀朝子 (群馬大学医学部附属病院・保健管理課) 川島崇 (群馬県医師会) 高橋さつき、岡美智代 (群馬大学大学院保健学研究科)

《利用時の注意点》
本講座は、日本腎臓学会編纂の「エビデンスに基づくCKD診療ガイドライン2018」などの内容に基づいて作成してあります。しかし、本教材で示した内容は、患者さんの状態に応じた適切な治療ではありません。すでに慢性腎臓病と診断され治療を受けている人は、本教材の内容を基に主治医と相談しながら、治療を進めてください。

科研費
群馬県立県民健康科学大学共同研究費
群馬大学地域貢献事業費
リンク・著作権 ไซต์マップ

目次 ご覧になりたい項目をクリックしてください。

1 腎臓を守ろう!	著:高橋 さつき	8 飲酒量は適量ですか?	著:清水 美和子
2 行われる検査は?	著:高橋 さつき	9 さあ、禁煙しましょう!	著:上星 浩子
3 薬の作用や留意点	著:高橋 さつき	10 活動量や運動量は?	著:高橋 さつき
4 薬を"正しく"飲むコツ	著:高橋 さつき	11 透析・腎移植について	著:清水 美和子
5 血圧測定のすすめ	著:高橋 さつき	12 フットケアのすすめ	著:岡 美智代
6 食事の留意点とコツ	著:佐藤 正樹 高橋 さつき	13 セルフEASE(イース)プログラム®	著:岡 美智代
7 New! 糖尿病と腎臓病の関係	著:高橋 さつき		

講座の特長 Q&A 開発背景
サイトマップ TOPへ 終了

最初は「腎臓を守ろう!」から始めましょう。

PC, タブレット用

<http://plaza.umin.ac.jp/~jin/>

平成26年9月 Ver.1 公開, 令和4年8月末 約500ビュー/日

Googleで、「CKD eラーニング」で検索を

腎臓アプリ Ver. 2 ホーム

腎臓講座



腎臓病について、
いろいろ
ご説明します!

三択クイズ

簡単なクイズで
す。講座の後にや
ってみよう!



〇×クイズ

ちょっと難しいか
な。挑戦してみよ
う!

スマホ用

令和4年5月 より公開

App Storeより無料ダウンロード可