

糖尿病ってなに？体と健康について考えてみよう

糖尿病は「自分には関係ない」と思っている方が多いかもしれません。でも実は、私たちの生活のすぐそばにある病気です。糖尿病有病者の増加を抑制できれば、糖尿病自体だけでなく糖尿病の合併症を予防することにもつながります。

東浦町では、糖尿病を有する方の割合が愛知県全体の

割合に比べて高い傾向にあります。これを改善するには、一人ひとりが健康に関する意識を高め、地域全体で健康づくりに取り組んでいくことが重要です。

糖尿病有病者の割合	男性	女性
東浦町(2024年)	16.2%	8.6%
愛知県(2020年)	9.2%	4.8%

東浦町は
糖尿病有病者
が多い!?

引用：東浦町/第3期いきいき健康プラン21 愛知県/第3期健康日本21あいち計画

糖尿病ってどんな病気？

糖尿病とは、血液中の糖分(血糖値)が高い状態が続く病気です。大きく分けると次の2種類があります。

- **1型糖尿病**…自己免疫による原因が多く、子どもや若い世代にも発症することがある。
- **2型糖尿病**…生活習慣が影響することが多く、日本人に多い。

私たちの体は食べ物から得たエネルギーを効率よく使うために「インスリン」というホルモンを分泌しています。しかし、糖尿病になると、この「インスリン」が十分に働かない、または不足してしまい、血糖値が高い状態が続いてしまいます。その状態が長く続くと全身の血管が傷ついたり、詰まったりして合併症が起こることがあります。糖尿病の主な合併症には以下があります。

●細い血管が傷ついて起こる合併症

- ・神経の合併症(糖尿病性神経障害)
- ・眼の合併症(糖尿病網膜症)
- ・腎臓の合併症(糖尿病性腎症)

●太い血管が詰まって起こる合併症

- ・動脈硬化症
これが進行すると…
→心臓の血管が詰まる合併症(心筋梗塞)
→脳の血管が詰まる合併症(脳梗塞)
→足の血管が詰まる合併症(末梢動脈疾患)
などがあります。



糖尿病になっても初期の場合は自覚症状がないこともあります。早期発見のためには特定健康診査をはじめとする健診を定期的に受けることが大切です。

【糖尿病の診断に参考とする検査値】

- ・空腹時血糖値 126 mg/dl 以上
- ・HbA1c 値 6.5%以上



●糖尿病治療継続者および

血糖コントロール不良者の割合

本町の糖尿病有病者(HbA1cが6.5%以上)のうち、

▶糖尿病治療継続者 46.1%

血糖コントロール不良者 1.3%

治療を継続し、良好な血糖コントロール状態を維持することで、糖尿病による合併症の発症および重症化を抑制することができます。

ただし、糖尿病は適切な食事や運動、生活習慣の見直しによって予防・改善ができる病気です。自身の生活を振り返り、健康な未来を目指しましょう！また、糖尿病と診断された方は、医療機関で適切な治療を受け、健康管理をしていくことが大切です。治療を継続しながら合併症の予防にも取り組み、健康的な日常生活を維持しましょう。

地域の健康を守るために知っておきたい糖尿病の基礎知識や予防方法について学ぶことができる講座を開催します。血糖値が気になる方はもちろん、健康に興味がある方にもおすすめです。

あいち健康プラザ 健康公開講座 健康チェックは「体の通知表」～糖尿病リスクを見つけ出せ！～

ご自身の健康診断などの結果から糖尿病に関する最新知見をお伝えします。なお当日、会場では健診などの健康チェックは行いません。

- **と き** 8月29日(土) 午後2時～3時30分
・受付 午後1時30分～
- **と ころ** あいち健康プラザ

● **定 員** 200名

● **講 師**

あいち健康の森健康科学総合センター
医師 古川 万里子氏

● **参加費** 無料

● **申込み** 不要、直接会場へ

自己
ポイント
参加ポイント
2ポイント



ポイントマークがあるものを受診したり参加したりすると「東浦町いきいきマイレージ」のポイントが貯められます！

自己
ポイント
参加ポイント
2
健康
ポイント
必須ポイント
40

成人健康検査

予約制

無料

健康
ポイント
必須ポイント
40

●と き

- ★8月5日(水) 午前9時～11時
- ★8月21日(金) 午後1時30分～3時30分

●対 象 1987年4月1日～2008年3月31日生まれの方

●内 容 血圧測定、身体計測(身長、体重)、尿検査、血液検査(脂質・肝機能・腎機能・血糖・貧血)

※31～39歳(1987年4月1日～1996年3月31日生まれ)の方は糖尿病検査(ヘモグロビンA1c)も

実施

●その他

- ・託児(生後4か月から)が必要な場合は問い合わせ先へ
- ・過去に受診希望をした方へのみ、案内を送付
- ・職場で健診がお済みの方、妊娠中・治療中の方は受ける必要はありません。

●申込み 各開催日の2週間前までに町公式LINE 予約・申込メニューへ

★子宮頸がん検診あり(予約制・有料)

●対 象 20歳以上の女性

●料 金 1,500円(町国民健康保険加入者は無料)

●その他 出産後1年未満の方は受診不可

●申込み 各開催日の2週間前までに町公式LINE 予約・申込メニューへ

肝炎ウイルス検査

予約制

無料

健康
ポイント
必須ポイント
40

40歳以上になったら早めに検査を受けましょう。

●と き ※検査は15分ごとの完全予約制

- 8月5日(水) 午前9時～11時
- 8月21日(金) 午後1時30分～3時30分

●対 象

- ①2026年度中に40歳になる方(1986年4月1日～1987年3月31日生まれの方)
- ②41歳以上で、過去に肝炎ウイルス検査を受けたことがない方

●内 容

問診、血液検査(B型肝炎・C型肝炎ウイルス検査)

●その他

- ・①の方のみ案内を送付
- ・職場などで検診がお済みの方、妊娠中・治療中の方は受ける必要はありません。

●申込み 各開催日の2週間前までに町公式LINE 予約・申込メニューまたは問い合わせ先へ

愛知県夏期食中毒警戒期間が発表されました

6月1日～9月30日は

「愛知県夏期食中毒警戒期間」です

2026年度より食中毒警報の発令から愛知県夏期食中毒警戒期間の周知へと変わりました。この期間は食中

毒が発生しやすい期間です。食品関係業者だけでなく、一般家庭においても、「食中毒予防の3原則」を徹底してください。

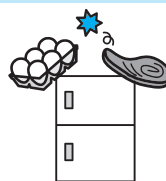
食中毒予防の
三原則

①菌をつけない



手や包丁・まな板を洗浄・消毒する、生肉などは容器に入れる

②菌を増やさない

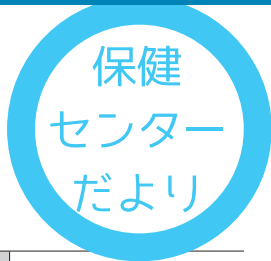


早めに食べる、冷蔵庫などで温度管理をするなど

③菌をやっつける



ハンバーグなどの食品は、内部まで十分に加熱するなど



8月の予定

保健センター ☎ 0562-83-9677

個別通知する案内は掲載していません。町ホームページをご覧ください。
「ところ」の表記がないものは「保健センター」で実施します。



母子健康手帳交付 (記帳あり 事前予約制)

とき 3日・17日(月) 9:15~9:30
内容 母子健康手帳の交付、妊娠中の話など
持ち物 妊娠届出書、マイナンバーが確認できるもの、顔写真付きの身分証明書、
振込先金融機関口座確認書類



当日、給付金の申請をしていただきます。
←詳細は町ホームページでご確認ください。

乳幼児健診・相談

名称	対象	日にち	内容(計測・個別相談は共通)
4か月児健診	R 8. 4月生	28日(金)	診察・産婦歯科健診
7か月児健診	R 8. 1月生	26日(水)	診察
1歳6か月児健診	R 7. 2月生	7日(金)	診察・歯科健診・ブラッシング・フッ素塗布 ☆
2歳2か月児歯科健診	R 6. 6月生	19日(水)	歯科健診・ブラッシング・フッ素塗布 ☆
3歳0か月児健診	R 5. 8月生	5日(水)	尿検査・屈折検査・診察・歯科健診・ブラッシング・フッ素塗布 ☆

- 受付時間 13:00~14:00
- 持ち物 母子健康手帳 ☆印:歯ブラシ、コップ、タオル
- ※体調不良などで来所できない場合は連絡してください。
- ※11:00の時点で暴風警報などが発令中の場合は中止

乳幼児予防接種 (町内医療機関で実施中)

予診票がない方、接種間隔など不明点は保健センターへ
※かかりつけ医が町外の場合など、県内協力医療機関でも接種可(接種1週間前までに手続きが必要)

赤ちゃんのホットスペース (予約不要)

※母乳相談(予約制)も随時行っています。ご希望の方は保健センターへ

とき	ところ	内容	対象	持ち物	
3日(月) 13:30~15:00	保健センター	赤ちゃんを連れて、悩みを相談したり、おしゃべりしに来てください。午後2時頃からふれあい遊びがあります。	入退室自由	生後7か月になるまでの赤ちゃんとその保護者	母子健康手帳、バスタオル、赤ちゃんに必要なもの
24日(月) 13:30~15:00					

赤ちゃんのホット広場 (予約制(先着6組))

問い合わせ みか助産院 ☎080-6970-1049

予約はこちらから

とき	ところ	内容	対象	持ち物	
4日(火) 10:00~11:30	みか助産院	赤ちゃんを連れて、おしゃべりしに来てください。赤ちゃんと一緒にホットと安らげる場所です。	入退室自由	生後6か月になるまでの赤ちゃんとその保護者1名	母子健康手帳、バスタオル、必要な育児用品
18日(火) 10:00~11:30					



がん検診 (完全予約制) ※個別バリウム胃がん検診…町内指定医療機関で実施(料金:5,200円)

検診名	日にち	ところ	受付時間	20歳以上		40歳以上		50歳以上	受診料…子宮頸1,500円、 乳腺1,400円、胃1,900円、大腸600円、 前立腺700円 受診料無料の方…東浦町国民健康保険加入者、満70歳以上の方、生活保護受給者、町民税非課税世帯者、65~69歳の後期高齢者医療加入者、がん検診無料クーポン券対象者
				子宮頸	乳腺	胃	大腸	前立腺	
女性検診	5日(水)	保健センター	9:00~11:00	●	●		●		
	18日(火)			●	●		●		
	21日(金)		13:30~15:30	●	●		●		
男性検診	24日(月)					●	●	●	
女性検診	31日(月)		9:00~11:00	●	●	●	●		



※定員に達している場合があるため、申込み前に問い合わせてください。 ※胃内視鏡検査(6月より開始)

8月の休日急病診療 受付時間 9:00~11:30 (診療時間9:00~12:00) ⚠️ 発熱などがある方は事前に連絡してください。

日にち	診療所名	電話番号
2日(日)	おがわ耳鼻咽喉科クリニック(耳鼻咽喉)	0562-82-5200
9日(日)	前田クリニック(内・胃・眼・皮)	0562-84-6618
11日(火・祝)	巽ヶ丘クリニック(内・循・小児)	0562-35-1111
16日(日)	藤沢医院(内・外・消・乳外・肛)	0562-83-8111
23日(日)	さとう内科クリニック(内・胃・小児・呼・循)	0562-83-5166
30日(日)	小林クリニック(泌)	0562-84-5858

- ### 急病で困ったときは…
- 愛知県救急医療情報センター(24時間) ☎0562-33-1133
 - 小児救急電話相談 平日 19:00~翌朝8:00
土・日・祝日・年末年始 8:00~翌朝8:00
☎[#8000] (短縮番号が使えない場合は ☎052-962-9900)
 - 半田歯科医療センター ☎0569-23-2636
診療時間/日・祝日・年末年始 9:00~13:00 (身体障がい者(児)などは毎週木曜日(要予約))
 - あいちこころほっとライン365(毎日9:00~20:30)
☎052-951-2881
 - 名古屋いのちの電話(24時間)
☎052-931-4343
 - 全国版救急受診アプリ[Q助]
 - あいち救急医療ガイド

Q助アプリ



あいち救急医療ガイド



こころの保健室(心の健康など)

職種	日にち	時間
臨床心理士	26日(水)	13:30~ (40分程度 完全予約制)
保健師	12日、19日(水)	

成人歯科健診・健康相談



日にち	受付時間	内容
25日(火)	13:30~14:00	歯科医師による歯科健診・相談、歯科衛生士によるブラッシング指導、保健師による健康相談(予約制)

※未就園児健康相談も実施(予約制)
…未就園児の身体測定や歯科健診