

令和3年度 糖尿病大血管障害検証報告会 宣言

—運動習慣の象徴としての五輪・パラ開催賛同・協賛によるコロナ重症化因子と想定される
インスリン不全症克服、食事生活習慣改善も含め、メタボ・生習病軽減・健康増進へ—

令和3年10月9日（土）9:00~12:00（第36回日本糖尿病合併症学会2日目）

会長：滋賀医科大学 糖尿病内分泌・腎臓内科 前川 聡 教授

令和3年度世話人：卯木 智（滋賀医科大学 糖尿病内分泌・腎臓内科 講師）良本 佳代子（大阪
労災病院 糖尿病内科・健康診断部 部長）委員長：古家 大祐（金沢医科大学 糖尿病・内分
泌内科学 教授）、検証報告会総括（アドバイザー）・引継ぎ事務局：原納 優（児成会 生活習慣
病センター所長；<https://harano-cl.jp/cookie18>、[072-700-11358](https://harano-cl.jp/column/1390)）、<https://harano-cl.jp/column/1390>

コロナ重症化基礎疾患共通因子は、メタボと同じ**インスリン善玉作用低下**と想定されます。その**最善策は、運動と活発活動**(8千歩以上/日)、**適性体型**(BMI:体重kg/身長m² 23未満、ウエスト男85, 女80cm未満)達成と**適正生活習慣**(禁煙・節酒・休養他)です。各自実践可能で、今こそ達成すれば、**医療費の6割**を占める**生活習慣病対策**にも**大変有意義**です。仕組みとして**内皮細胞障害**が想定され、その機能である**NO産生**と、**コロナ初期と獲得(弱い作用)免疫**にも**インスリン作用が必要**で、是も運動を含む上記適正習慣で活性化されます(**AMPキナーゼ活性化を介して**)。東京から世界へ**運動・スポーツに親しみ、適正生活習慣を発信**しましょう。選手は、上記の達成者・模範で、**重症化低率、過剰保護不要**です。生習センターでは、各自五輪・パラリンピックに**協賛**し、**運動食事生活習慣の理想化**を目指しています。**同じ因子が病因である、メタボ生活習慣病対策にも有効で、薬が減り、進展防止、健康長寿に直結**します。**重症化対策は、感染防止にも有効、各自が実施可能、ワクチン接種も増え、3密回避・感染対策強化で、五輪推進、人の能力限界への挑戦とその成果・祭典に接し、目視した感動を自ら、多くの方の実践へ、今こそ運動食生活習慣理想化でインスリン不全症解消、“災い転じて福”としましょう!!!**