

第14回 腎研究セミナー

令和4年11月21日（月）18:30-19:30

医療人育成センター 2階 セミナー室



Zoomでもご参加できます。下記のURLか右のQRコードからお申し込みください。

[https://zoom.us/meeting/register/tjwudOCvqD0vGd0NAy4euwiITDwFuzBeLaXq](https://zoom.us/join/zoom/register/tjwudOCvqD0vGd0NAy4euwiITDwFuzBeLaXq)

5つの健康習慣とCKD対策～特定健診の活用～

新潟大学大学院 医歯学総合研究科 臓器関連学寄附講座
特任准教授 若杉 三奈子 先生

5つの健康習慣（禁煙・適正な体重・活発な身体活動・健康的な食生活・節酒）の遵守数が多いほど、さまざまな疾患の発症リスクが低く、死亡リスクも低いことが、数多くの疫学研究から明らかになっています。

私共は、この5つの健康習慣を特定健診で計算可能な形に落とし込み、遵守数が多いほど、蛋白尿、高血圧症、糖尿病の発症リスクが低く、全死亡、癌死亡、心血管死亡リスクも低いことを、これまで報告しました。

蛋白尿・高血圧症・糖尿病を予防することは、慢性腎臓病（CKD）予防に繋がることから、5つの健康習慣は特定健診を活用したCKD対策の有効なツールとなりえます。さらに、5つの健康習慣の実践はCKD対策のみならず、さまざまな病気を防ぐことも期待できます。

本セミナー終了時には、参加された皆様が5つの健康習慣を今日から実践したくなるような、そんな発表をしたいと思っています。

基礎・臨床・トランスレーショナルの3部門からなる腎研究センターが主催するセミナーです。

腎臓分野の研究者、他分野の研究者、大学院生、学部学生、企業関係者をはじめ、多くの方々のご参加を歓迎いたします。

医歯学総合研究科

腎研究センター

Kidney Research Center

お問い合わせ先:

臨床部門

腎・膠原病内科学

俣田 亮平

ryoheik@med.niigata-u.ac.jp

電話 025-227-2200