



日本高血圧学会のイメージキャラクターの「良塩くん」と「うすあ人」。良塩くんの頭のキャップは塩の計量スプーン、腕にはいつも血圧計。友達のうちうすあ人は、良塩くんを応援するためにシオウスからやってきた宇宙人。しっぽは塩分チェッカーで塩の取り過ぎには特にうるさい

日本人の塩分摂取量(食塩摂取量)は年々減少してきています。2018年の国民栄養調査によれば、1日当たりの男性が11.0g、女性が9.3gです。厚生労働省の「日本人の食事摂取基準(2020年版)」によると、1日の塩分摂取量の基準は男性7.5g未満、女性6.5g未満です。また、日本高血圧学会では1日6g未満、WHO(世界保健機関)では1日5g未満としています。日

本人は、まだまだ、塩分を取り過ぎているのし、血圧は上がりま

◆毎週月曜連載 桐生大学・桐生大学短期大学部副学長の山科章さんは、同大学医療保健学部の学生などに講義も開講している。

90 CKDの進行を防ぐためには...

これまで、CKDと病の総称であり、さまざまな生活習慣病と関係していることを紹介した上で、腎臓の機能が低下していく腎臓Dの原因の多くが糖尿



【プロフィール】広島県生まれ。1976年広島大学医学部卒業後、聖路加国際病院内科勤務。99年東京医科大学循環器内科主任教授。2020年から現職。総合内科専門医、日本循環器学会専門医、元日本循環器病予防学会理事長。

病、高血圧、肥満症、脂質異常症などの生活習慣病であることから分かるように、その予防は生活習慣の改善と生活習慣病の治療になります。CKDは予防できなくても進行させなければそれほど怖くありません。

保健・福祉

Table with 5 columns: 疾病名, 3週間前報告数, 2週間前報告数, 1週間前報告数, 今週の報告数. Lists various diseases like インフルエンザ, RSウイルス感染症, etc.

群馬県の感染症サーベイランス(1月25日) この2年、県内でインフルエンザの流行はありませんでした

コロナと同時感染に注意を 年が明けて2週間、好天が続

はやってる病気は? が、今季は予想通り昨年12月から発生が報告されています。

Large advertisement for AED (Automated External Defibrillator) installation. Includes logos for ASKA, Kiryu Driving School, and other partners. Text: 「STOP! 突然死」... 桐生タイムス 心肺蘇生・AED事業 協賛各社