



健康面から多文化共生を



健康案内人・青野真奈美



この結果をどう考えますか？

- 平成19年国民栄養調査結果

糖尿病が強く疑われる人の割合

→8.6% (890万人)

糖尿病が否定できない人の割合

→**12.7%** (1320万人)

- 平成24年度外国人の無料健康相談と検診会

糖尿病 要観察者 **12.1%** (4名/33名)

2678万1千円/年

※このうち自己負担3割

=日本人の糖尿病有病率 (11.8%)

×在静フィリピン人数

×糖尿病にかかる年額 (1人) の概算 (① : ② : ③

=3 : 2 : 1)

	月額	年額
①投薬なし(運動+栄養療法のみ)	12,170円	146,040円
②経口薬療法(2種類)の場合	診察代13,890円 +薬代11,220円	301,320円
③インスリン療法(1日4回)+ 経口薬(1日1種類)+ 血糖自己測定(月60回)	診察代26,190円 +薬代10,390円	438,960円

※日本人の糖尿病患者数 (H22) 1070万人
在静フィリピン人 (H22) 936人
(在日外国人総数 約8000人)

糖尿病ネットワークの試算による

課題①

日本の栄養相談になじめない

課題②

健診結果がよく分からなくて放置

言語の問題、知識・認識不足etc

課題③

健診への意識が薄い

情報弱者非正規労働者が多いetc

提案①

各食文化に合わせた栄養資料や栄養
相談の仕組み

提案②

医療通訳の組織化、活用

提案③

ケアプロ外国人版＋栄養相談
(ワンコイン健診)

※ケアプロとは？「ちょっと立ち寄り、ちゃんと健康」をコンセプトとし、1項目500円、保険証なしで健診が受けられるシステムを運用するケアプロ株式会社のこと。

私はこれをやいとげます！

一か月の摂取カロリーを3500kcal減らす
まずはフィリピン人女性（30～50代）、
ブラジル人（30～50代）の5%

HPやSNS、国際交流協会冊子で低カロリー食
の紹介（1年後）

クリスマス前後の低カロリーの
アイデア紹介（50名を目標）

医療通訳勉強会と提携

栄養を意識した料理コンテストの開催
（フィリピン10月）

インターナショナルフェスティバル・外国人のため
の無料健康相談と検診会にて栄養相談（10、11月）

栄養資料の作成（フィリピン、ブラジル（9月））

フィリピン人向け、栄養資料

食べ物と身体の関係

適量を手ばかりで

なじみの料理で興味・信頼感を高めて

菓子、清涼飲料水の摂取を減らすために

これからも

在静外国人が、生活習慣病を予防し、安心・安定した生活が送れるよう、縁の下の力持ちになります！



ご清聴ありがとうございました！

