**「糖尿病との闘いに参加しよう – 今すぐ行動を！」糖尿病教育プレゼンテーション　スピーカー用ノート**

[スライド 1]

[スライド 2] *スピーカー用ノート*

グローバル奉仕フレームワークは、新しい奉仕の機会、奉仕の心を持つ世界中の男女を結び付ける新しい方法、次世紀の課題に対処する新しい方法を、ライオンズとレオに提供するものです。

[スライド 3] *スピーカー用ノート*

私たちは、糖尿病・視力保護・食料支援・環境保全・小児がんという5つの分野に重点的に取り組むことにより、奉仕を通して進んでいきます。

[スライド 4]

[スライド 5] *スピーカー用ノート*

ライオンズとレオは、糖尿病の世界的蔓延防止への取り組みと、糖尿病に苦しむ人々への支援を通して、私たちの目標を実現し始めることになります。私たちは世界最大の奉仕組織として、この病気と闘う力を高め合うことができるのです。

[スライド 6] *スピーカー用ノート*

ある家族が糖尿病とどのように向き合い、地元のライオンズクラブがどのように支えているか、これから短いビデオを見てみましょう。

[スライド 7]

[スライド 8]

[スライド 9]

[スライド 10] *スピーカー用ノート*

私たちが糖尿病との闘いに参加する中で、このプラットフォームは3つの基本的な取組み方法を中心に展開していくことになります。2型糖尿病はほとんどの場合、健康的な生活習慣によって予防できます。3つの型の糖尿病はいずれも、明確に定められた抑制方法と有効な管理計画によって抑えることができます。またリサーチは、私たちが革新的な支援モデルや治療法を、それらを最も必要としている人々に提供できるようにしてくれます。

[スライド 11]

[スライド 12] *スピーカー用ノート*

インスリンの不足や働きが悪いということは、ブドウ糖が血液中を循環し続けることを意味しています。これが神経、臓器、血管に損傷を引き起こし、最終的には失明、腎不全、心臓発作、脳卒中、下肢切断を招くことになるのです。

[スライド 13]

[スライド 14] *スピーカー用ノート*

糖尿病には3つの型があり、私たちはそのすべてと闘っています。

1型糖尿病は、免疫系がインスリン産生細胞を破壊するため、身体が必要なインスリンを産生できなくなる糖尿病です。通常は児童やティーンエイジャーに発症しますが、どんな年齢でも起こり得ます。

1型糖尿病の人々は、注射またはインスリンポンプのいずれかにより、定期的にインスリン投与を受ける必要があります。

2型糖尿病は、インスリンは産生されるものの、身体がうまく吸収できない場合に起こります。インスリン投与を必要とする患者もいれば、必要としない患者もいますが、別の投薬療法が必要になることもあります。2型糖尿病のリスク因子の一部は、一貫した健康的な行動によって抑えることができます。

妊娠糖尿病は妊婦に発症し、分娩前後の母子に合併症を引き起こすことがあります。妊娠糖尿病の女性は必ずしも、糖尿病を生涯抱えるとは限りません。しかし、妊娠すると、2型糖尿病を発症するリスクが高まるのです。妊娠糖尿病が妊娠期間を通じて適切に管理されないと、高出生体重、呼吸困難、または低血糖の赤ちゃんが生まれることがあります。

[スライド 15]

[スライド 16]

[スライド 17] *スピーカー用ノート*

糖尿病を予防するとともに、すでに罹患している人々の生活を改善するために、ライオンズとレオにできることは山ほどあります。

[スライド 18]

[スライド 19] *スピーカー用ノート*

このプレゼンテーションの後でいくつかの実習に取り組んでいただきますが、その目的は、糖尿病が私たちの生活に個人的に及ぼしている影響を理解し、糖尿病との闘いに参加するための奉仕活動を決定することです。

[スライド 20] *スピーカー用ノート*

私たちはクラブとして、例会で健康的な食べ物を出すなど、糖尿病の予防につながることを行えます。また、例えば1日に水を8杯飲む、食事の度に野菜を一皿食べる、携帯にフィットネス・アプリをダウンロードして歩数や消費カロリー、1週間に有酸素運動に使った時間を追跡するなど、クラブ会員に何らかのチャレンジを課してもよいでしょう。

[スライド 21] *スピーカー用ノート*

たとえ小さく簡単なことでも、特に140万人のライオンズとレオが一斉に同じ目標に取り組めば、大きな変化を生むことができます。大切なのは今すぐ何かを始めることです。そうすれば、私たちの地域社会に直接インパクトを及ぼし、命に関わるこの病気との闘いに一役買うことができるでしょう。

さあ、大きな輪に加わり、実行できることに取り組んでいきましょう。[スピーカーへの注意事項：会議のこの部分は、「実行できること」というタイトルの文書を使って進行する。]

[スライド 22]