

Chanto
C ちゃんと

Kakunin
K 確認が

Daiji
D 大事って

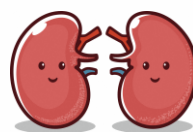
言ったでしょ

あなたの気づきが大切な人の腎臓を守るかもしれません

腎機能の低下は気づきにくく、自覚がないままCKD（慢性腎臓病）へ進行することがあります。放置すると、心筋梗塞や脳卒中などの心血管疾患のリスクが高まることが分かっています※。だからこそ、早めの対策が大切です。

※ Matsushita K, et al. Lancet. 2010 ; 375(9731) : 2073-81.

CKD（慢性腎臓病）に関する詳しい内容は裏面へ



© ちゃんと
K 確認が
D 大事!!





確認したら 次の一歩が大切です



検査結果を放っておくと
気づかないうちに健康に過ごせる大事な時間を
失っているかもしれません

① ② ③

慢性腎臓病
とは

腎臓の働きが健康な人の60%未満に低下する、または蛋白尿が出るなどの腎臓の異常が3ヵ月以上続く状態をいいます。一度進行すると回復が難しく、腎臓だけでなく心臓や血管にも大きな負担がかかり、心筋梗塞や脳卒中などの心血管疾患のリスクが高まることが知られています※1。日本では20歳以上のおよそ5人に1人がCKD患者とされ、“国民病”ともいわれています※2。

※1 Matsushita K, et al. Lancet. 2010 ; 375(9731) : 2073-81.

※2 研究代表者 岡田浩一. 厚生労働科学研究費補助金 腎疾患政策研究事業 腎疾患対策検討会報告書に基づく慢性腎臓病（CKD）対策の推進に資する研究. 令和5年度 総括・分担研究報告書（厚生労働科学研究成果データベース） https://mhlw-grants.niph.go.jp/system/files/report_pdf/202311001A-sokatsu.pdf（閲覧日：2025年2月12日）

腎臓を守るために、今日からできることは？

みんなでチャレンジ！「減塩・禁煙・脱肥満」

福島県では「健康長寿ふくしま」の実現に向け、「みんなでチャレンジ！減塩・禁煙・脱肥満」を重点スローガンに掲げています。

みんなでチャレンジ！
減塩・禁煙・脱肥満

2025年4月作成

