

報道関係者 各位

**10月29日は世界脳卒中デー（World Stroke Day：WSD）  
全国各地のモニュメント・建造物がブルーにライトアップ**

公益社団法人日本脳卒中協会

日本脳卒中協会は、10月の1ヶ月間を「脳卒中月間」として、様々な啓発活動を展開しています。特に、世界脳卒中機構（World Stroke Organization：WSO）が「世界脳卒中デー（World Stroke Day：WSD）」と定めた10月29日には、全国各地のモニュメント・建造物のライトアップが予定されています。

世界脳卒中デーでは、「Minutes can save lives：迅速な受診が人生救う！」というテーマで、世界各地で啓発イベントが計画されています。日本では、札幌テレビ塔（北海道）、松本城（長野県）、太陽の塔（大阪府）、熊本城（熊本県）など、全国49の建造物がシンボルカラーのインディゴ・ブルーにライトアップされる予定です。

今年のライトアップ予定は、下記URLで確認できます。

[http://www.jsa-web.org/citizen\\_event/5669.html](http://www.jsa-web.org/citizen_event/5669.html)

（※一部の施設では、インディゴ・ブルーに近い色やその他の色が使用されます）

昨年のライトアップのイメージ <http://www.jsa-web.org/citizen/4855.html>

また、日本脳卒中協会では、脳卒中患者の体験や気持ちを伝える「脳卒中体験者インタビュー」の動画を制作し、ウェブサイトで公開しています。今回、「脳卒中月間」に合わせて、テレビアニメシリーズ『忍たま乱太郎』の原作者である漫画家の尼子騒兵衛さんのご体験を紹介する動画の公開を開始しました。動画は尼子さんと脳神経外科医の瀧塚有さんとの対談形式で、脳卒中の実体験や専門家によるアドバイスが分かりやすく紹介されています。

脳卒中体験者インタビュー <http://www.jsa-web.org/citizen/3565.html>

**日本脳卒中協会と世界脳卒中機構からのメッセージ**

今年の「脳卒中月間」の標語は「脳卒中 予防に勝る 薬なし」です。そしてWSDのテーマは昨年と同じく「Minutes can save lives：迅速な受診が人生救う！」です。日本脳卒中協会では脳卒中月間の標語とWSDのテーマを合わせ、「脳卒中 予防に勝る 薬なし もし発症したら minutes can save lives、迅速な受診が人生救う！」を合言葉に、脳卒中の原因となる生活習慣や病気を知って予防すること、そして万が一のために脳卒中の症状を知り、脳卒中かな？と思った時はすぐ救急車を呼ぶことが、後遺症を軽くして人生を救うことに繋がることを普及させていきます。

脳卒中月間（10/1-31）に関する情報 <http://www.jsa-web.org/citizen/93.html>

世界脳卒中デー（10/29）に関する情報 <http://www.jsa-web.org/citizen/95.html>

**「脳卒中予防十か条」で  
脳卒中を予防しましょう！！**

1. 手始めに 高血圧から 治しましょう
2. 糖尿病 放っておいたら 悔い残る
3. 不整脈 見つかり次第 すぐ受診
4. 予防には たばこを止める 意志を持って
5. アルコール 控えめは薬 過ぎれば毒
6. 高すぎる コレステロールも 見逃すな
7. お食事の 塩分・脂肪 控えめに
8. 体力に 合った運動 続けよう
9. 万病の 引き金になる 太りすぎ
10. 脳卒中 起きたらすぐに 病院へ

**脳卒中克服十か条」で脳卒中の再発を防ぎ  
生き生きした人生を送りましょう！！**

1. 生活習慣 : 自己管理 防ぐあなたの 脳卒中
2. 学ぶ : 知る学ぶ 再発防ぐ 道しるべ
3. 服薬 : やめないで あなたを守る その薬
4. かかりつけ医 : 迷ったら すぐに相談 かかりつけ
5. 肺炎 : 侮るな 肺炎あなたの 命取り
6. リハビリテーション : リハビリの コツはコツコツ 根気よく
7. 社会参加 : 社会との 絆忘れず 外に出て
8. 後遺症 : 支えあい 克服しよう 後遺症
9. 社会福祉制度 : 一人じゃない 福祉制度の 活用を
10. 再発時対応 : 再発か? 迷わずすぐに 救急車

**本件に関するお問い合わせ先：**

(公社) 日本脳卒中協会事務局

担当：中山 (Tel:06 - 6629 - 7378, Fax: 06 - 6629 - 7377, Email : info@jsa-web.org)

**公益社団法人日本脳卒中協会について**

脳卒中に関する正しい知識の普及及び社会啓発による予防の推進ならびに脳卒中患者の自立と社会参加の促進を図り、国民の保健、福祉の向上に寄与することを目的とし、平成9年3月に任意団体として設立され、平成17年3月に社団法人として認可後、平成24年10月1日に公益社団法人に移行しました。令和4年10月現在、46都道府県に48の支部があり、脳卒中を発症した患者さんやご家族を始め、医療従事者、行政・福祉関係者、一般の方々への情報提供や調査研究活動などを行っています。日本脳卒中協会に関する詳細は、ホームページ (<http://jsa-web.org>) をご参照ください。

**世界脳卒中機構 (World Stroke Organization : WSO) について**

世界脳卒中機構 ([www.world-stroke.org](http://www.world-stroke.org)) は脳卒中との闘いを先導する世界的な組織です。2006年10月に、国際脳卒中学会 (International Stroke Society) と世界脳卒中連盟 (World Stroke Federation) が発展的に合併して設立されました。その使命は予防、治療、長期的ケアを通じて脳卒中の世界的な重荷を軽減することです。世界中の個人および支援団体を含む脳卒中関連団体が加盟する世界的な団体で、世界保健機構 (WHO) と公式な関係のある唯一の脳卒中に関する国際的非営利団体です。

以上