

糖尿病リテラシー向上ソング「No More 高血糖！～たいせつな My Body～」

★1

糖尿病に気をつけてますか 自分は平気さ きっと大丈夫
油断大敵 自覚症状ない 合併症が 出てから気がつく

糖尿病を防ぐため だいじなこと No More 高血糖
だいそれたことではないけれど ちょっとだけ がんばってみようかな

Ah あたりまえすぎて 忘れちゃうけど 今日までの健康に ありがとう
人生の旅路 とともに歩こう 明日からもよろしく たいせつなMy Body

★2

適度な運動 はじめてみようか まずは歩こう もう少し歩こう
野菜を多めに おいしく食べよう 食べる順番も野菜がファースト

糖尿病を防ぐには あきらめないこと No More 高血糖
今日さぼっても 明日またトライ ちょっとずつ がんばってみようかな

So 何気ないことで 気づかないけど 今日までの健康は 積み重ね
人生はつづく 気楽にいこう 明日からもよろしく たいせつなMy Body

★3

糖尿病は 早い治療が肝心 生活習慣 根気強く向き合おう
合併症にならないためにも 治療を勝手にやめてはダメダメ

重症化を防ぐには 続けていこう No More 高血糖
思い描く 大切な人 この先も がんばってみようかな

Ah あたりまえすぎて 忘れちゃうけど 今日までの健康に ありがとう
人生まだまだ 夢があるから

So 何気ないことで 気づかないけど 今日までの健康は 積み重ね
人生はつづく 気楽にいこう 明日からもよろしく たいせつなMy Body