



ブルーライトで支え合える社会を！

なんとなく、「糖尿病」のイメージは、「甘いものを食べすぎるとなる病気」、「高齢者になる病気」、「生活習慣病」などでした。私は肥満じゃないから大丈夫、私は若いから大丈夫、そう思っていました。

しかし、この前、初めて献血をして、血液成分分析表を見たとき、自分の血糖数値が基準値をこえていることを知りました。その日は想像もしていなかった結果で、衝撃と不安で眠れませんでした。少しずつ糖尿病について理解しながら、そんなに遠い病気ではないことに気づきました。

実際に、世界の成人の10人に1人は糖尿病を患っていると言われています。こんなにたくさんの方が糖尿病なのに、私たち、特に中高生は、知っている糖尿病についての正しい情報が足りないだけでなく、たくさん誤解と偏見を持っています。

私のポスターには、「支え合える社会を作ろう」という想いをこめました。もちろん、一人一人の糖尿病予防対策も大事ですが関心を持ち、理解し、誤解をなくしてお互い支え合うことが、世界のみんなが健康に過ごすためには必要不可欠なのではないかと思いました。

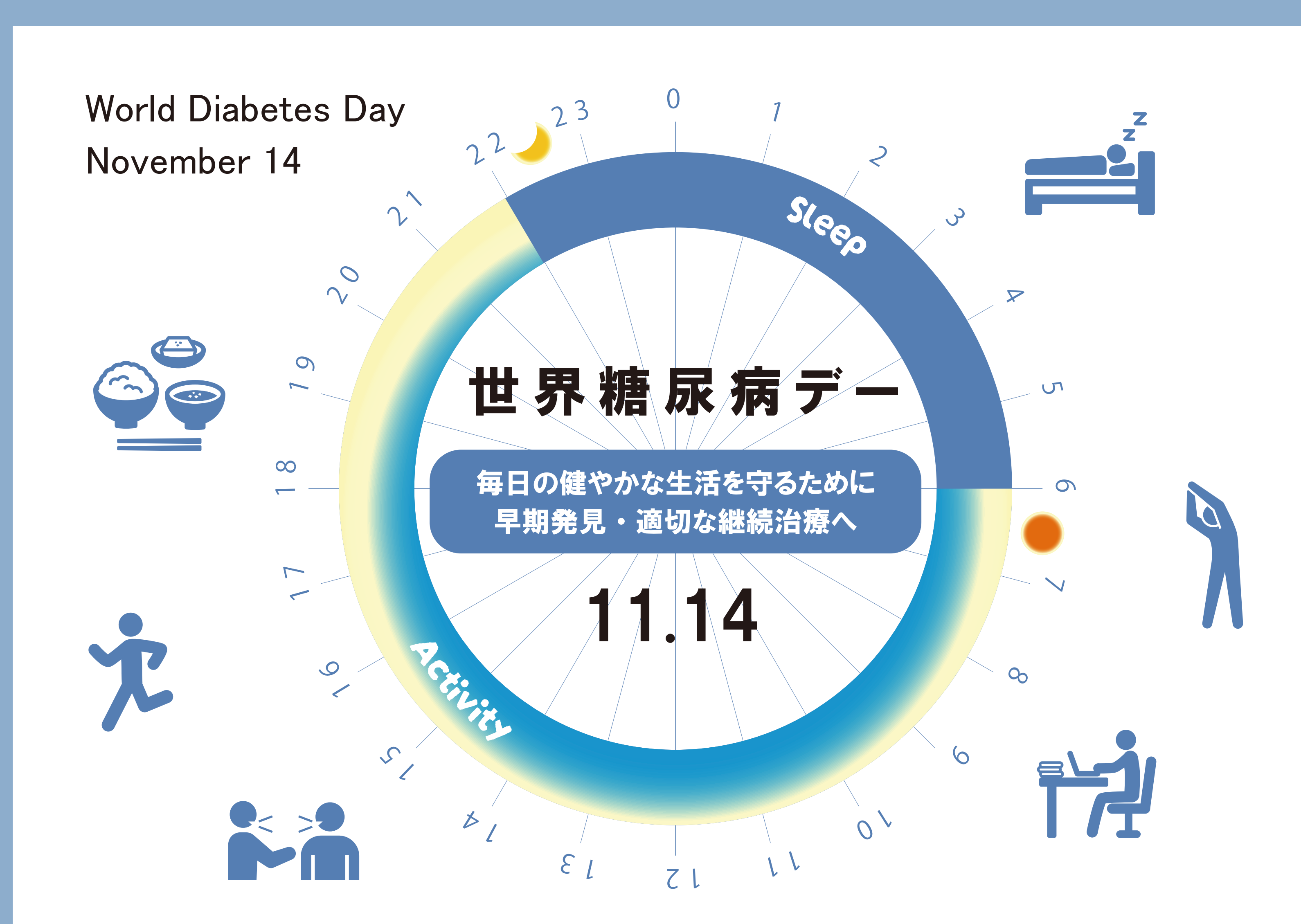


知ることから始まる

糖尿病について詳しく知らなかったので、調べてみると「誰でもなるかもしれない。とても身近な病気であること。」に、とてもおどろきました。若い人にも増えているとのこと、怖さを感じました。

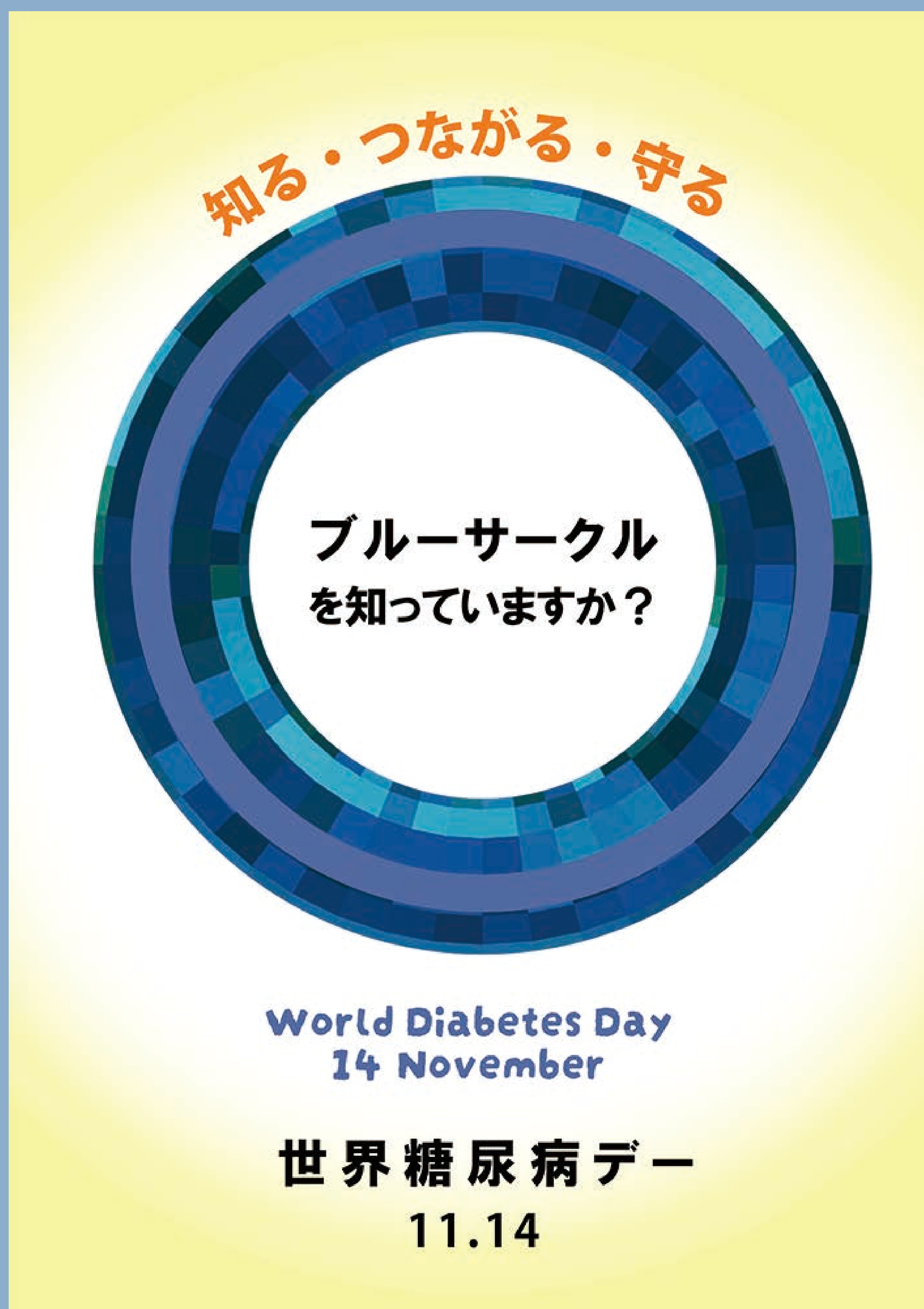
実際に、祖父は糖尿病です。今まであまり気にしていなかったけれど、すごく近く感じるようになりました。

作品のポイントは、ブルーサークルを連ねることで、団結力を強めているところです。そして身近な病気であることを知ってもらえるように、糖尿病になりやすい習慣を分かりやすい言葉で表現しました。



毎日の健やかな生活を守るために

シンボルマークのブルーサークルを、一日（24時間）の時計軸で例え、睡眠、運動、食事など、規則正しい生活習慣を目指して糖尿病への罹患リスクを減らそうというメッセージを伝えたいと思いました。



ブルーサークルを知っていますか？

まずはブルーサークルを多くの方に知ってもらうことが大切だと思い、3DCGを用いてシンボルマークのブルーサークルを創りました。ブルーサークルを知ることをきっかけに、様々な角度から糖尿病について考える機会をつくってもらいたいと思っています。



知ること、踏み出そう、未来への第一歩

糖尿病は単に血糖値が高くなるだけでなく、進行すれば失明、腎不全、神経障害、脳卒中などの合併症を引き起こす可能性があること知りました。ポスターでは、糖尿病の進行によって影響を受ける体の部位をシンボルカラーであるブルーで際立たせました。背景は糖尿病に対する知識不足をモヤで表現し、体は生活習慣や環境因子が健康に与える影響を黒で表現しました。私は学校の授業で糖尿病について学びましたが、今回調べていくなかで、病気の恐ろしさや合併症に改めて驚かされました。しかし、正しい知識があれば、糖尿病の予防や重症化を防ぐことができます。そこで、健康を守るために、一歩を踏み出すことの大切さを伝えたいと思い作品にしました。



バイバイ、スティグマ。

糖尿病に対する差別（スティグマ）を、差別を受けた人の悲しみの涙で洗い流して、少しでもスティグマが無くなればいいのという思いを込めて描きました。瞳をリアルに描いて、ブルーライトアップイベントの意味も込めて青みがかった色にしました。



青い架け橋

私達の世代が糖尿病についての正しい知識と理解を深め、偏見や差別の無い明るい未来になって欲しいという希望を込めて描きました。

今回、岡山で開催されるということで、岡山のシンボルである岡山城がブルーライトで夜の暗闇の中に浮かび上がっている姿を表現しました。

ブルーライトが人をつなぐきっかけになればと思います。温かみをだすために水彩画で描きました。



花 束

色鉛筆と絵具をつかいわけてかくことを工夫しました。

「世界糖尿病デー」のことを少しでも多くの人に知ってもらえるように、青色を中心に色を塗ったり、「11 月 14 日」の日づけも入れてかきました。

今も闘病している人に、応援の気持ちを伝えるために花束をわたすところをかきました。



「血糖をめぐる決闘」の図

グループ作品です。糖尿病の理解を促すポスターを昔話の登場のキャラクターを用いて、ポップに表現しました。

上昇しすぎた血糖値をインスリン注射やバランスの取れた食事、適度な運動の促進で回復へと導く体内での決闘の図を一寸法師たちに置き換えて分かりやすく描写しました。鮮やかな色彩を折り紙で表現することで人々が糖尿病へ持つ負の感情を少しでも緩和させられるようにしました。誰しもが親しみのある、身近な絵本や浮世絵のような描写で描くことで糖尿病は誰でもなりうる病気だという理解を広げたいという思いで作りました。



度々

「何度も」と「頻度」を 1 枚の絵で描けたらなと思って、鏡を合わせたら同じ光景が続くドロステ効果をモチーフにしました。→「何度も」を表現した
同じ光景が続いているけど時計の針は少しずつ進んでいる。→「頻度」を表現した
糖尿病の症状のうちの「排尿回数の増加」をコンセプトにしました。



迎えたくない未来

生活習慣病をイメージしてキャラクターを描きました。みんなにこういうふうにならないでほしいと思っています。



糖尿病の原因

糖尿病になる物や直す薬など周りに書いて分かりやすくしました。工夫は、女性の周りに糖尿病の原因になる物を簡単な感じに絵を書きました。若者や海外の方でも分かりやすいようにしました。リアルとアニメを混ぜた感じの絵にしました。



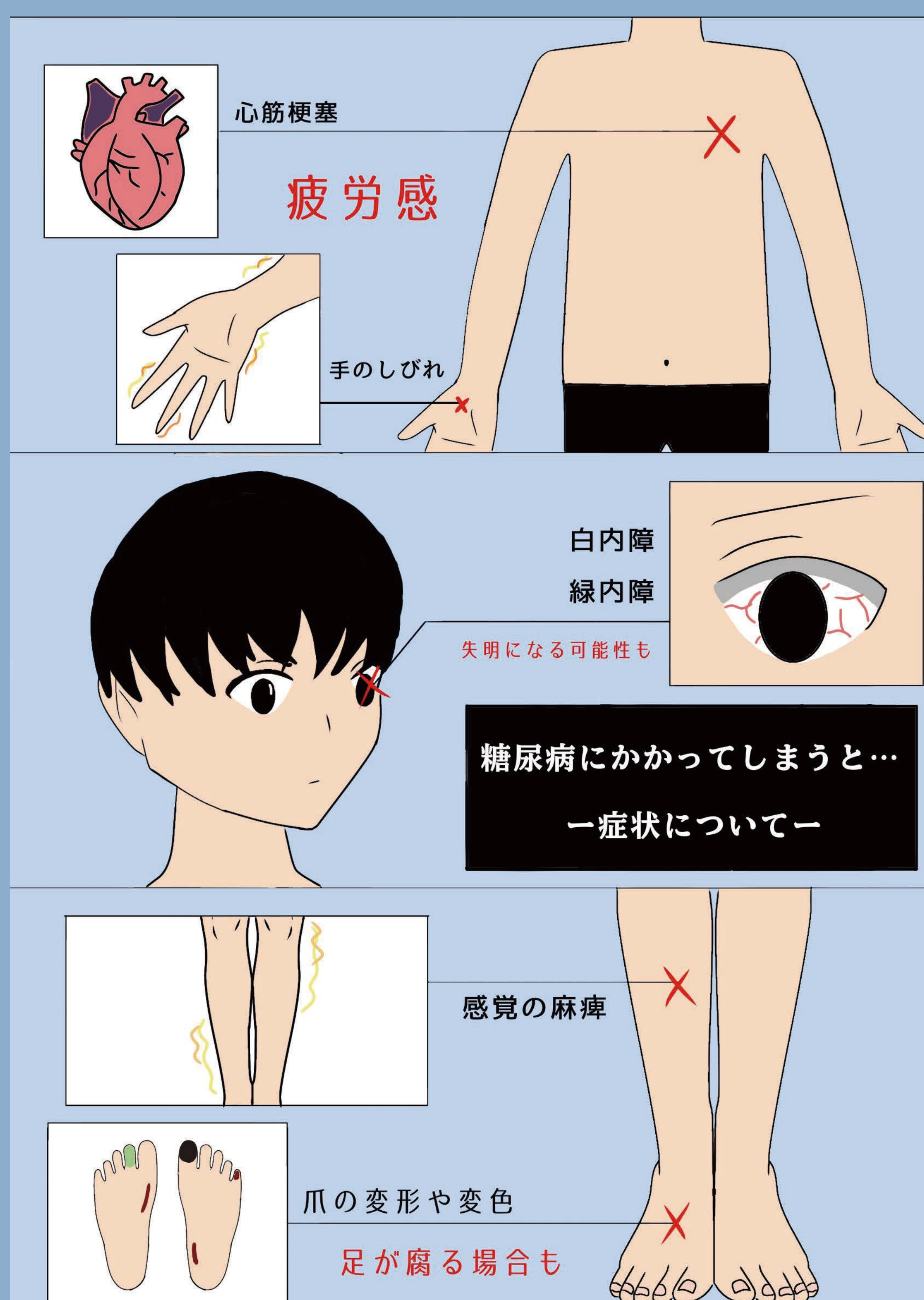
今、私たちかっていいぞ!!

糖尿病は見た目だけでは判断することは出来ないで、肥満体型でも痩せ体型でも糖尿病かもしれないので、一度病院に行ってみることを呼びかけることを元にした作品となっています。
糖尿病かどうかは内分泌科が内科に行く調べたら出てきたので書きました。よみがながかいてあるのは読み方が分からなくならないように書きました。
糖尿病かどうか病院に行ってみないと分からないし、見て見ぬ振りしないで戦おうとする人たちは「かっていい」と誰かが言っている記事を見てこの作品にしようと思いました。



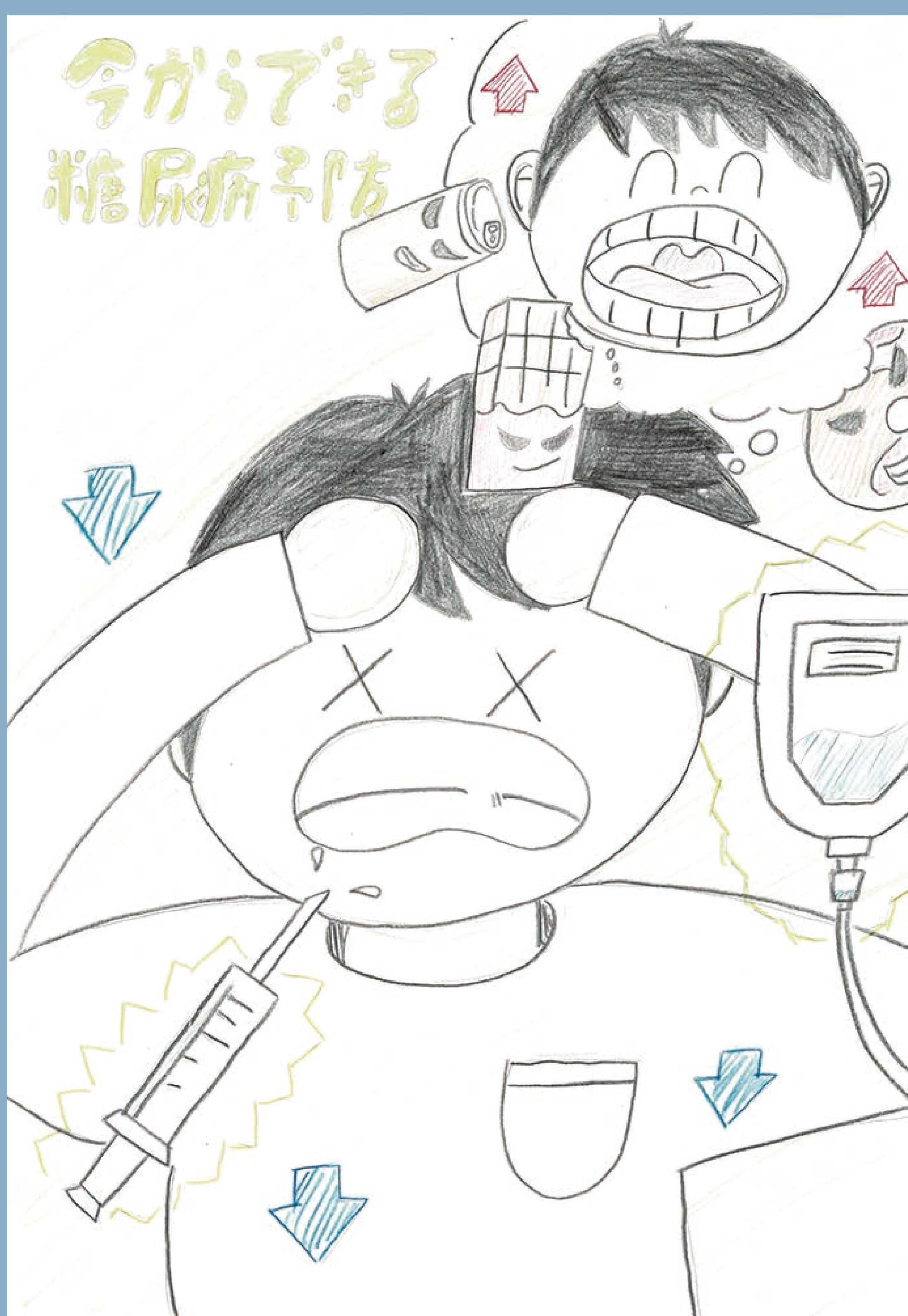
糖尿病について知ろう！

平成風な女の子たちに教えてもらって、少しでも人々の目に留まるように描きました。デコったり、こちゃついたり、なつかしい雰囲気を目指すように頑張りました。インスリンの動きを女の子たちが分かりやすく表現してくれるようにしました。



糖尿病にかかると...
一症状について

実際に糖尿病にかかってしまった症状が、どんなに大変になってしまっ、どんな苦痛があるのかを想像しながら描きました。こうならないために、予防しましょう！ という心がけになってほしいと思います。



糖尿病予防

糖尿病の予防について詳しく調べて書きました。



糖尿病の早期発見

特定検査での早期発見、早期治療を呼びかけるようなデザインにしました。かわいいパンダが体重計に乗って、焦っている感じにさせました。パンダは絵本作家のくさみなこさんのブルーパンダからの引用です。

病気の理解を深められる、親しみやすいかわいいデザインにしました。



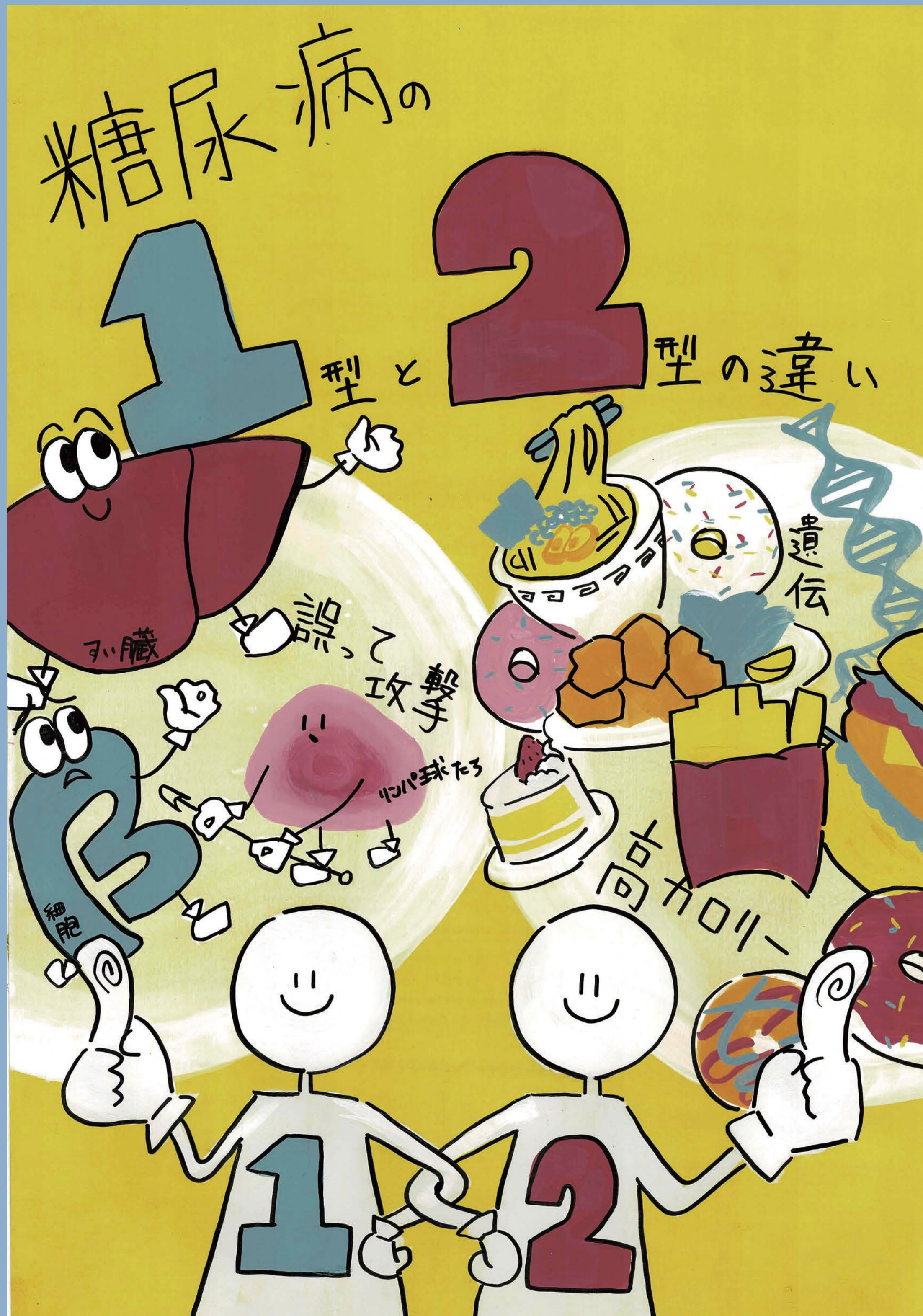
糖尿病どれくらい知ってますか？ — 1型・2型の初期症状について —

初期症状が起こる場所を写真で撮った感じに描いてみました。1型と2型の初期症状は共通している症状もありますが、若干違った症状もあるので、上と下で分かりやすいように分けて描きました。



Untitled

私がこの作品にこめたコンセプトは、健康そうな人や若い人でも糖尿病になる可能性を伝えることです。この作品のセールスポイントは、生き生きとしてキャラクターの中に、糖尿病の初期症状を組み込みことで、「ただ疲れているだけ」「痩せやすい体質なだけ」ではなく、糖尿病かもしれないと感じてもらえるように描いたところです。



糖尿病の 1 型と 2 型の違い

糖尿病には 1 型と 2 型があり、それぞれ違い特徴があるということを知り、それを知ってもらいたいと思い表現しました。糖尿病は、太っている人、食べ過ぎる人という偏見が多くなるので、それをなくすためにも、遺伝が関係しているというのを知らせたかったので、描きました。



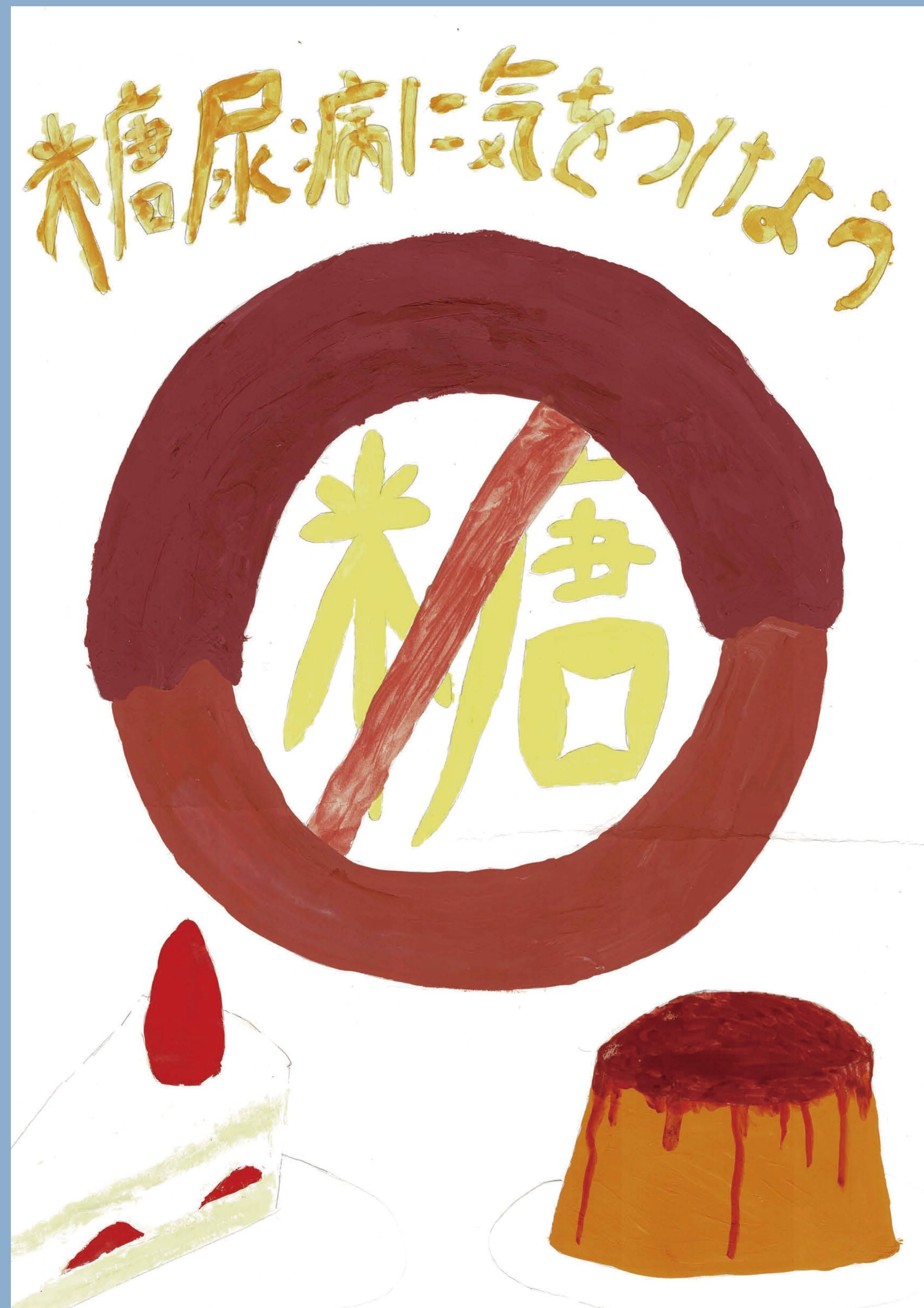
いつもあなたを見ているよ

自分が考えた糖尿病を擬人化させたものです。セールスポイントとしては、大きな見開かれた目です。糖尿病は誰でもなっておかしくないから、つねにこの糖尿病ちゃんがみんなを見ている状態、または糖尿病ちゃんが近くに来ているんだぞというかんじにしました。横にいるのは糖尿病ちゃんの仲間で、ポスターには 4 匹しかいませんが、発症している人の状態、悪化してたり治していなかったりする人のところになると、どんどん仲間が増えていくしくみです。

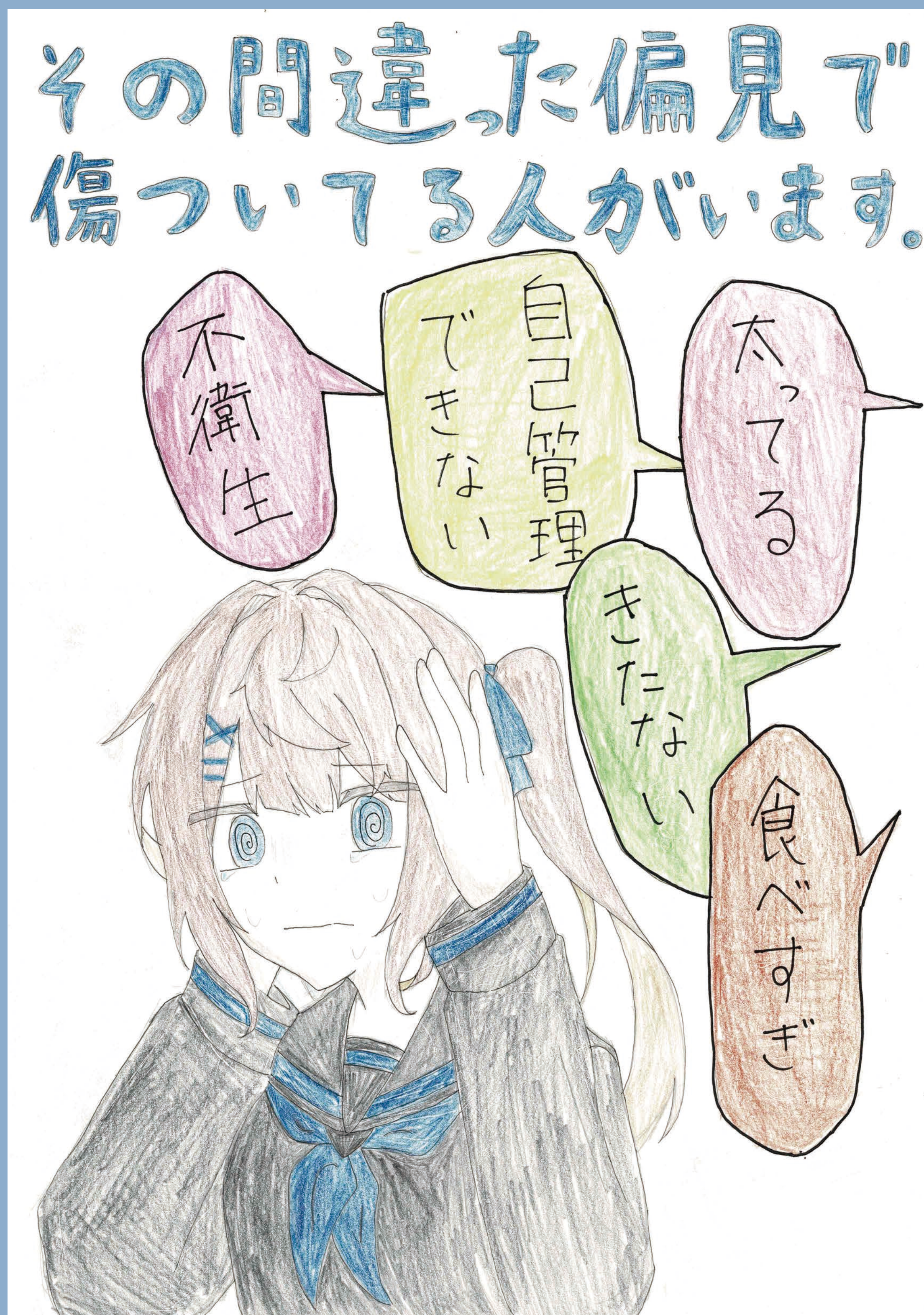


このままの生活でいいの？

自分の甘えで糖尿病になった人、体質で糖尿病になった人があるので、厳しく描くのではなく、優しい色合いで表現してみました。

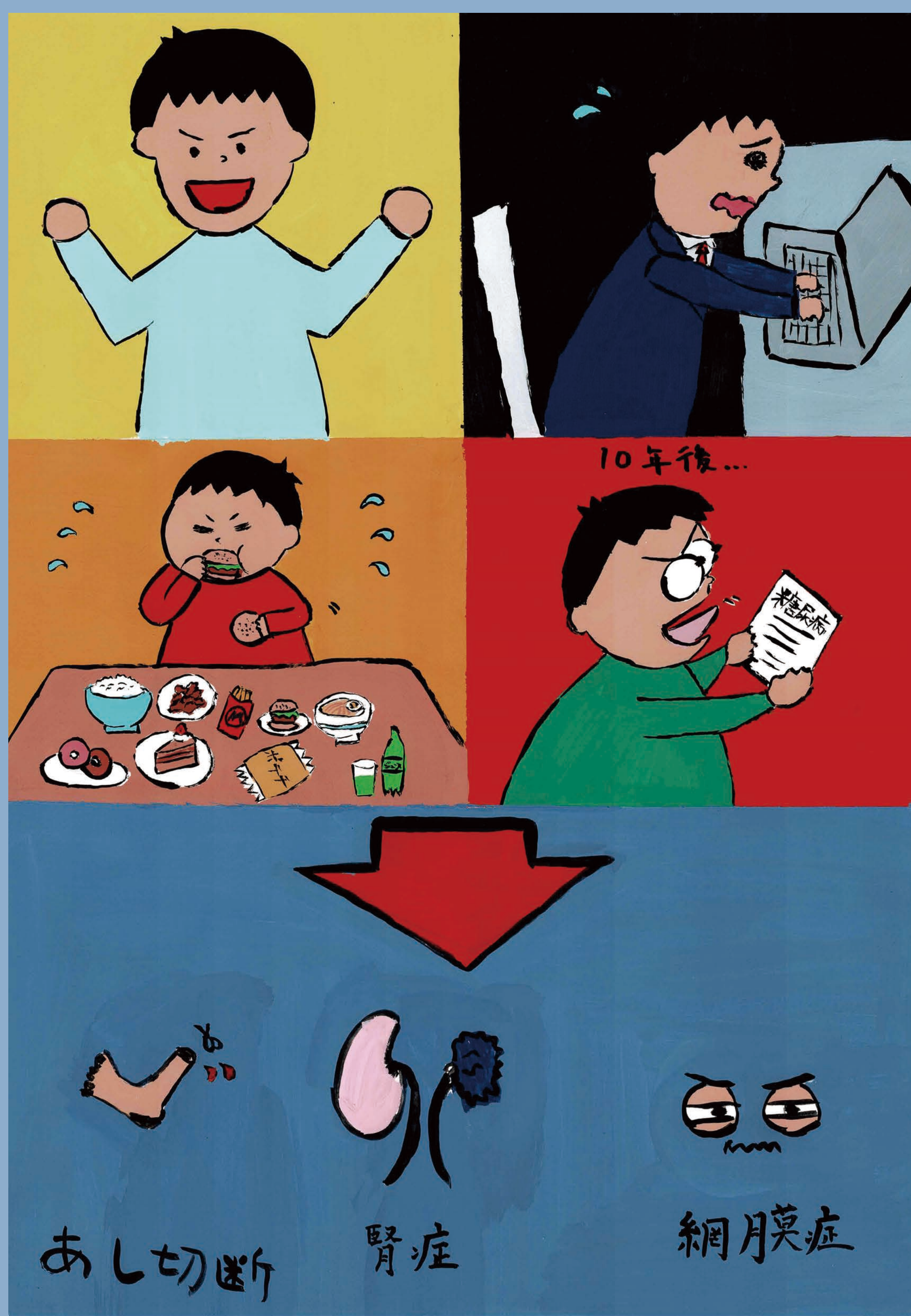


糖尿病に気をつけよう



偏見ダメ絶対！

間違った偏見のせいで傷ついてまわりに言い出せず耳をふさいでいる女の子を描きました。ふきだしの色がカラフルなのはいろんな人が言っているのをイメージしたからです。



糖尿病になるには

糖尿病になるには意外と簡単なので、なる過程を分かりやすく絵で描いて、同じ行動をしまっている人たちに、糖尿病にならないために意識を向けてもらえるようになればいいなと思って描きました。さらに糖尿病になると起きる最悪なものを入れることによって、一層気にかけてもらえるようになっていいると思います。



食べ過ぎだけが糖尿病じゃない

糖尿病は油っぽいもの、甘いものを食べたからなったんでしょ、つまり、せいたく病だろ、という糖尿病への偏見、差別があることを知り、私は糖尿病はそれだけが原因ではないんだ、いろんな人がいろんな理由でなっているんだという意味を込めて描きました。

なので、男の子が食べ物に背を向けて、目立たせるために、後景に暗く食欲がうせる言っぽい黒を使いました。



大事な月

糖尿病のシンボルマークを擬人化させました。天使が大切そうにシンボルマークを持っているのにしました。



甘くてこわい！ 糖尿病ちゃん

糖尿病をいろんなひとがうけいられるような、そんなかわいい見た目にしてみました。
漫画のようにして、糖尿病のことをわかりやすく表現しました。皆が糖尿病の事を理解できたらうれしいと思いました。



糖尿病について知ろう！

糖尿病になった時に起こること、糖尿病になった時の対策を描きました。良いことと悪いことが視覚でみて分かりやすいようにしました。



糖尿病って生活習慣が悪いとなるんでしょ？

それ勘違いです！

1型糖尿の偏見を無くそう！

1 型糖尿病の偏見を無くそう！

この作品を作成するにあたって糖尿病がどのような病気か調べました。私が思っていた糖尿病は、いわゆる 2 型糖尿病だということがわかりました。そして、2 型糖尿病とは別に 1 型糖尿病が存在することも知りました。私はこれまで糖尿病になる人は、生活習慣の乱れが随い人になるものだと思っていました。しかし、そうでない人もいることを知り、自分は糖尿病に対して少なからず偏見を持っていることに気がつきました。生活習慣の乱れだけが糖尿病の原因ではない、それをポスターを見ただけで伝えられるようにしました。



糖尿病と足

この作品はひと目見てわかる通り、糖尿病による足への影響をわかりやすく表しました。足を顔のように表現し、糖尿病性神経障害の怖さを強く伝えてみました。また、糖尿病のイメージカラーであるブルーを引用し、関連付け多所もポイントです。足の痛みや痺れを黄色の電気（イナズマ）で著してみました。



糖尿病の偏見をなくそう！

糖尿病は、生活習慣の悪いだらしない人になる病気だという偏見は一般人だけでなく、医療に關係している人も持っていることがあるけど、糖尿病という病気は、遺伝によってなる人や、1 型糖尿病の場合は、自己免疫によってかかる人や原因不明の人なども多くいることが分かっている、同じ糖尿病でも原因は人それぞれなので、糖尿病の偏見をなくしてほしいと思ふこのポスターをかきました。



積み重なる原因

糖尿病のテーマの色である青を背景として使用しました。また、女の子に「遺伝・脂・糖・タバコ・酒」などの原因が積み重なることで発病するということと、一見普通の女の子を使用し、糖尿病は誰にでも発病することがあるということを伝えられるように描きました。



糖尿病に気をつけなあかんのジャー

糖尿病は世界的に多い病気の1つで、子供にもしたしきやすいようにヒーローをだいでいにしました。小さいころから心がけられる、野菜を食べて、運動することを描きました。



知らない世界に飛び込め！

作品のコンセプトは、知ること繋がる健やかな世界です。糖尿病について知れば健やかな世界につながると思いこのコンセプトにしました。イルカが輪をくぐり水に飛び込んでゆく姿をコンセプトに重ね合わせて、このポスターを制作しました。



ブルーライトアップ

この作品は、ビル街を糖尿病啓発のブルーのリングが照らしています。ビル街がブルーに照らされたことで、糖尿病の予防や理解促進への思いが、青い光とともに煌めきながら伝わっていくことをイメージして作りました。すべてイラストレーターで制作しました。調整に調整を重ね、より良い青を探しながら制作したので、深みのある淡い青色が特徴です。



【末路】

糖尿病を知らずに放置すると…まずは知れ、糖尿病のリアル

目立つように Youtube でよく見るサムネイル風にデザインして、若者に刺さるように考えました。糖尿病について調べて、その中でも壊疽とか失明とか神経障害とかいろいろ恐ろしいと思ったことをデザインに入れました。ピクトグラムの方はちょっと太らせています。背景の集中線もお腹に集まるようになっています。下にはブルーライトの青色を入れて、「# まずは知れ、糖尿病のリアル」というハッシュタグにしました。



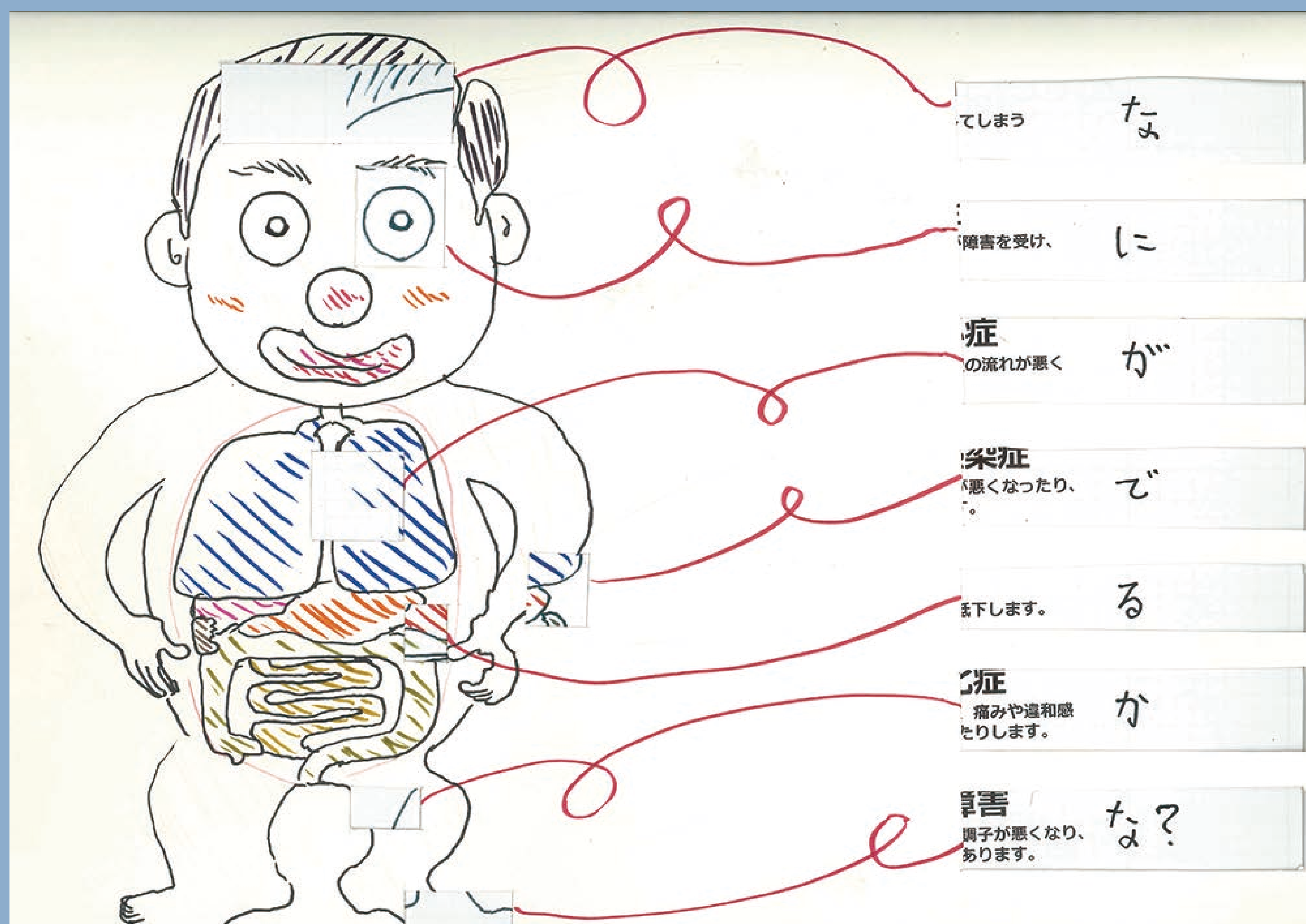
他人事ではない

糖尿病について調べた際、現代人の 5 人に 1 人が糖尿病あるということを知り、衝撃を受けました。また、そのことから糖尿病は誰にでも起こり得る病気であることに気がきました。そのことを伝えるために、「5 人に 1 人」という言葉を強調したり、老若男女のピクトグラムを描いたりしました。



文字お化けの糖尿病

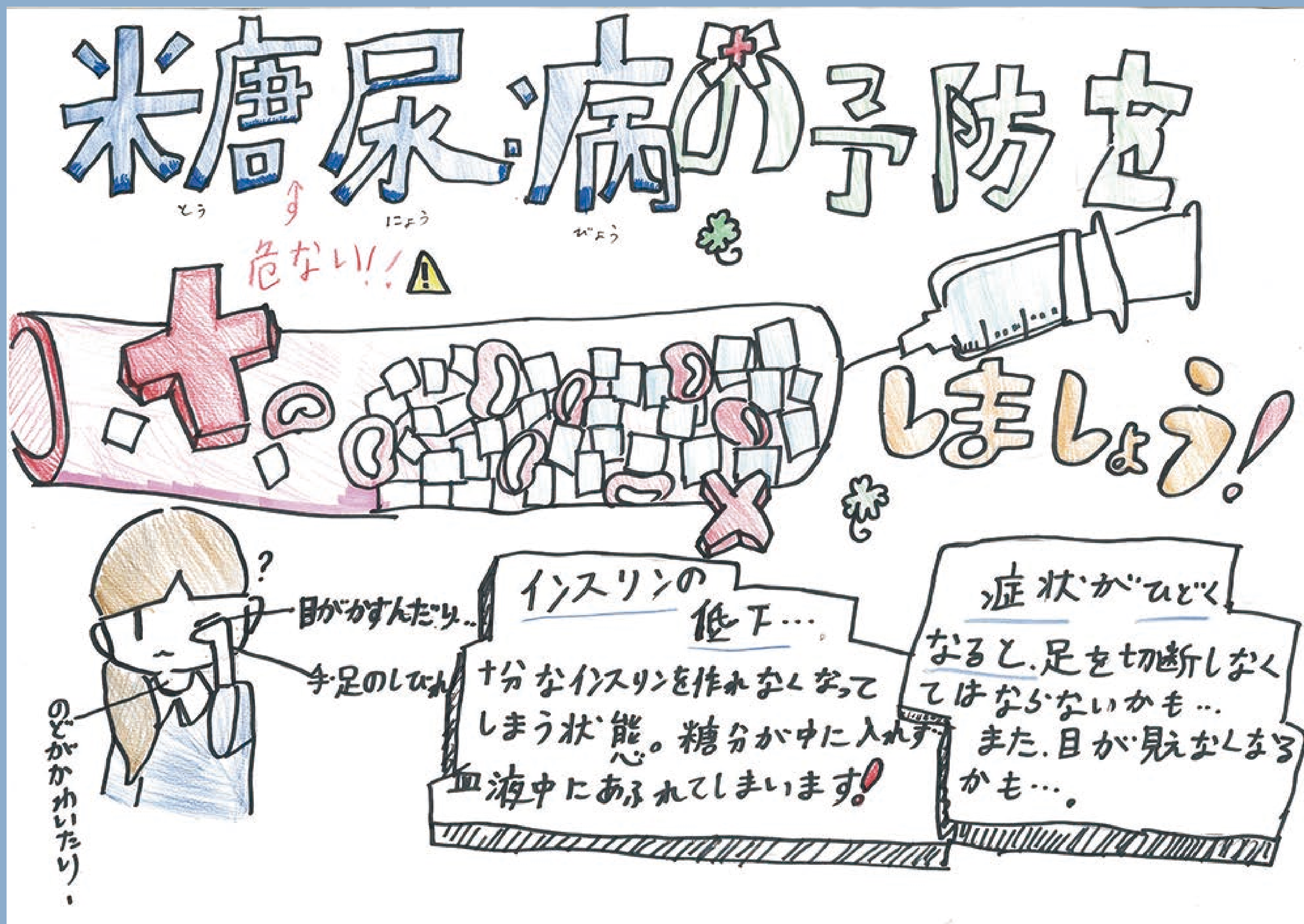
糖尿病は大変だというニュースを見ましたが、糖尿病という漢字から病気の内容がイメージできないなと思いました。だったら、漢字の部分に病気の内容を加えれば、どんな病気なのか分かりやすいのではないかと思いました。目や口、心臓や血管など、多くの部分にたくさんの変な症状が出ることを上手く伝えられたらいいなと考えました。



見て、観て、学ぶ糖尿病

糖尿病という名前だけ聞くと、どんな症状が出る病気なのかイメージしづらかったのですが、糖尿病は体のいろいろな部分に症状が出るということを見て、動かして、観察しながら楽しみながら学べる仕掛けができればよいと思いました。

本当は太っちょの男性を可愛く描きたかったのですが、必ずしも太っているとは限らないと、ネットにも書かれていたので、普通の男性しました。



糖尿病の予防をしよう！

糖尿病は血管の中でおこるので、大きめに血管を描き、メインのイラストとして描きました。分かりやすいように、血液や糖分のイラストも描きました。文章も描いているので、そこもポイントです！



糖尿病を予防しよう！ —若い人もなるよ！—

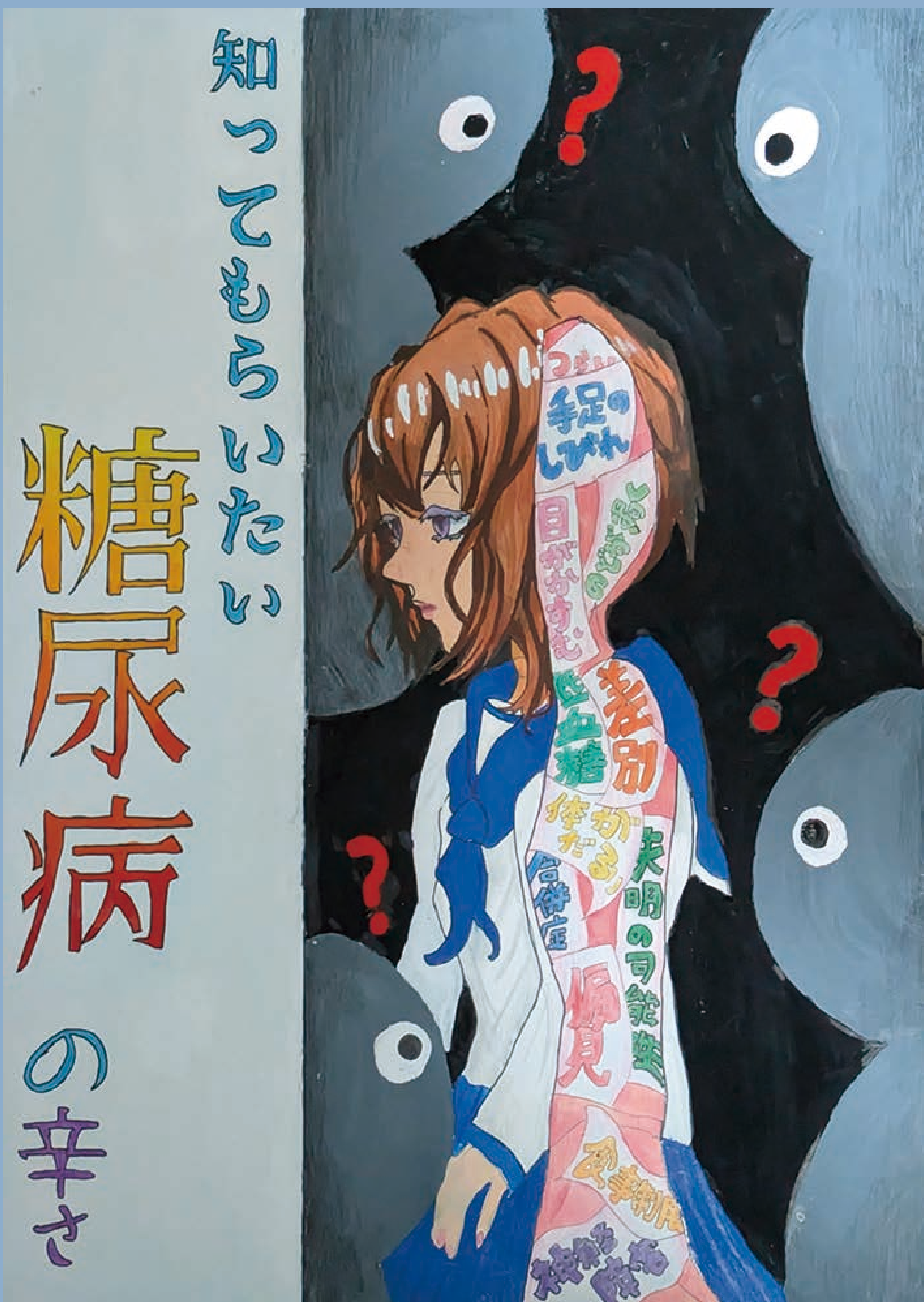
糖尿病の説明と症状をイラストを用いて、わかりやすく、見ただけで表現しました。



糖尿病のスティグマを考えよう

糖尿病について様々なことを考える上で、糖尿病患者の方を苦しめる偏見などあってはならないことだと思いました。中でも私が社会的スティグマについて知り、考えてもらいたいと思い、イラストを作成しました。

女子学生の周りにある吹き出しをスティグマに見立てています。このイラストを見てくださった方が糖尿病スティグマについて考えてくだされば幸いです。



知ってもらいたい糖尿病の辛さ

この作品は、他の人からはあまり知られていない糖尿病の辛さを描きました。女の子の体の中には、様々な糖尿病の辛さを文字で表現しました。中には「偏見」や「差別」などがあります。このような辛さを理解してほしい、知ってもらいたい、差別や偏見がなくなしてほしいという思いでこの作品を制作しました。また、左に文字をつけることで作品のコンセプトが一見で分かるようにしたり、女の子を強張らせるために周りの人を灰色にしたりするなどの工夫をしました。