

糖尿病

無料

重症化^{よぼう}予防プログラムののご案内

あなたは、診療状況・健康診断等の結果から糖尿病の重症化を予防する必要があります。保健師、管理栄養士などの専門職があなたにあった生活習慣改善策をアドバイスします。**糖尿病は改善できる病気ですので、ぜひ、ご利用ください。**

約6か月間、
あなたをしっかり
サポート!



利用者の声

早い段階で改善
に向けて行動が
出来て良かった。

糖尿病を放置しておく
とどうなるか、早めに
対策する必要性を知る
ことができ、自分の
生活に対する意識が
変わりました。

(50代男性)



適切な治療と
生活習慣の改善で、
これまでの生活が
維持できます。

どんなところを
見直したらよいか
わかりました。

食生活や運動習慣の日頃
からの疑問点について聞
くことができ、大変役に
立ちました。

(60代女性)



参加無料で特典も
ついて得た気分

参加は無料だし、セルフ
ケアアプリや健康管理
ノート進呈の特典までつ
いて、健康のために参加
したのに、なんだか
得た気分です。

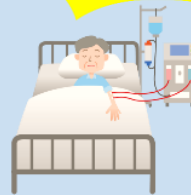
(40代女性)



糖尿病性腎症 が進行すると

人工透析 になる危険性が...

引き返すも悪化の道をたどるも、
あなた次第です



治療費は
家計に大きな
負担をかけます。

糖尿病を放置すると処理されない
ブドウ糖が血管や神経を傷つけ、
腎機能や視力・神経に障害がおき
重症化していきます。

だから

『糖尿病重症化予防プログラム』で
重症化を予防し、快適な生活をキープしましょう!

対象となる方

- 2型糖尿病診療歴があり、
2020年8月以降に受診歴のない方
- 令和2年度の健診等の結果が
HbA1c6.5%以上かつ
 - ・ eGFR60以下
 - ・ 尿蛋白(±)以上
 - ・ eGFR低下が1年で5ml/分/1.73m²
以上の方

※上記項目ひとつ以上あてはまると対象になります。

特定健康診査を毎年受けて検査値を確認!



ヘモグロビンエーワンシー

HbA1c

基準値 5.5%以下

血糖値の状態がわかります

過去1~2か月の血糖値の平均を示しています。
空腹時血糖値と合わせて、血糖コントロール
状態の目安となる検査です。

イージーエフアール

eGFR

基準値 60以上

腎臓の働きがわかります

老廃物を尿へ排泄する能力がどれくらい腎臓に
あるかを示しています。この値が低いほど腎臓
の働きが落ちてきている可能性があります。

プログラムの流れ

申し込む

<令和3年10月4日（月）締切（必着）>

- ①同封の「ご利用申込書（両面）」と「生活状況確認票」を記入してください。
- ②「返信用封筒」に①の2枚を入れ、返送してください。

初回面談日決定通知（ハガキ）が届く

ハガキには、日時・会場・持ち物等が記載されています。
10月11日（月）までに届かない場合は、下記お問合せ先までご連絡ください。

プログラム開始

令和3年10月
～令和4年3月の6ヵ月間

今の自分の体が
どんな状況か気になる方は、
ぜひお気軽に
ご参加ください。



1回目	10月中旬	初回面談
2回目	11月中旬	2回目面談
3回目	12月上旬 中旬	ニュースレター送付 電話支援
4回目	1月上旬 中旬	ニュースレター送付 電話支援
5回目	2月上旬 中旬	ニュースレター送付 電話支援
6回目	3月上旬 中旬	ニュースレター送付 電話支援
7回目	3月下旬	最終面談

生活習慣改善のプランを立てる

- ・専門職が食事・運動・生活習慣や通院の状況などをお伺いします。
- ・お一人お一人に合った改善プランを作成します。

実施状況聞きとり、プラン見直し

- ・実施状況からプランの見直しや具体的な助言をさせていただきます。

継続的なサポート

- ・毎月、改善等のポイントを記載したニュースレターをお届けします。
- ・専門職が電話で生活改善をサポートします。

結果を確認

- ・検査数値や生活習慣を確認し、プログラムをふり返り、終了後の目標をお話させていただきます。



※プログラムを申し込まれなかった方には、後日、医療機関受診のご案内を送らせていただきます。

〈お問合せ先〉

（業務委託機関）株式会社日本サポートサービス

電話：0120-315-556（受付時間：平日9：00～17：00 ※土日祝・年末年始休）
〒101-0062 東京都千代田区神田駿河台2-9 駿河台フジビュービル

（実施機関）八街市市民部国保年金課国保班

電話：043-443-1139（受付時間：平日8：30～17：15 ※土日祝・年末年始休）