

## プログラム開始までの流れ



### 参加同意書等のご返送

まずは参加同意書へのご記入をお願いいたします



### 面談日調整のご案内

担当管理栄養士からお電話いたします



### 初回面談の実施(プログラム開始)

書類のご返送から最短約3週間でプログラム開始！

## 参加者の声

自分の健康や生活習慣について、見直すきっかけになりました。

管理栄養士の視点で具体的なアドバイスをしてくれたので、取り組みやすく、勉強になりました。



### 新型コロナウイルス感染症(COVID-19)等の感染防止策について

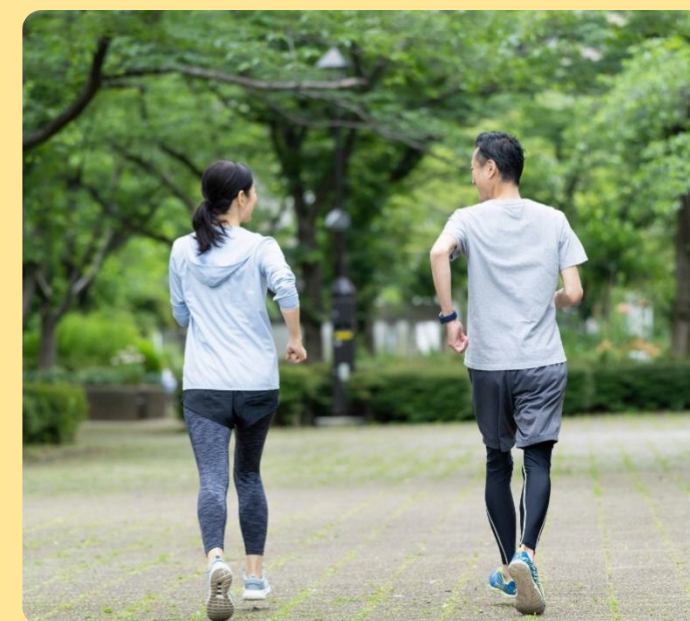
1. 面談を担当する管理栄養士は、日々の体調管理を行い、面談日に検温を実施いたします。また、当面の間はマスク着用での面談を実施いたしますのでご了解ください。
2. 面談の際は事前にお電話にて参加者様の健康状態について確認させていただきます。状況により、日程の変更または、電話での支援に変更させていただく場合があります。

お問い合わせ窓口

[保健指導委託機関] 株式会社フィッツプラス FitsPlus

0120-499-117

[通話無料]月曜～金曜(祝日を除く)/10:00～18:00



参加費無料

## 糖尿病性腎症 重症化予防プログラムのご案内



埼玉県マスコット  
「コバトン」「さいたまっち」

### 糖尿病性腎症重症化予防プログラムとは

この事業は、市町が国保被保険者の皆さまに提供し、生活習慣改善を行うことにより、糖尿病性腎症の重症化を予防するプログラムです。

かかりつけ医の指示のもと、受診・服薬状況を確認したうえで、日常の中で無理なく、あなた自身ができることを管理栄養士と一緒に考え、生活習慣改善に向けてアドバイスを行います。

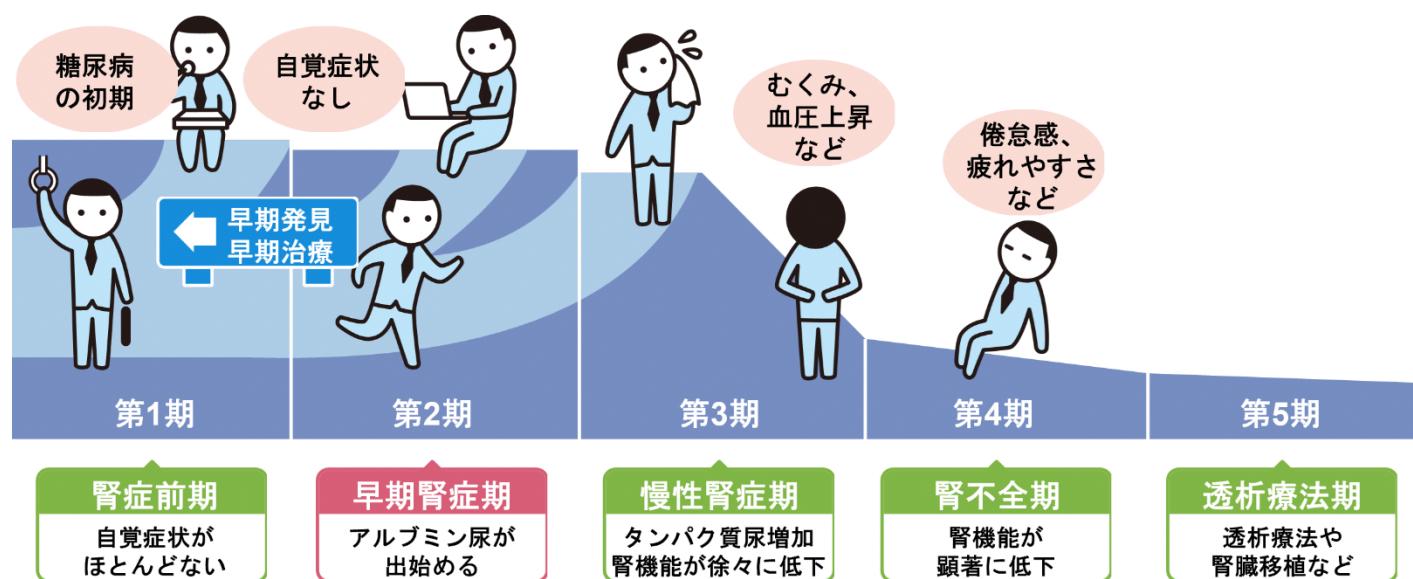


# 早めの治療が肝心！糖尿病性腎症

糖尿病性腎症は糖尿病の合併症ですが、初期はほとんど自覚症状がありません。進行すると高血圧や三大合併症（神経症・網膜症・腎症）などを伴い、段階を経て病気が進行し、人工透析が必要となります。

糖尿病性腎症が原因で人工透析治療を始めた人が、全透析患者のうち40.7%（2020年末現在、日本透析医学会調べ）と最も多い割合を占めています。

このため、生活習慣の見直し等を行い、糖尿病性腎症をできるだけ進行させないようにしていくことが重要です。



## 担当管理栄養士が、継続的にサポート

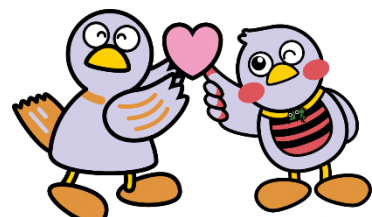
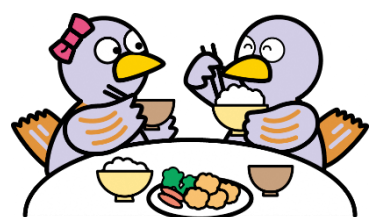


糖尿病性腎症についての専門研修を受けた管理栄養士（国家資格）が、かかりつけ医の指示にもとづきサポートします。

ご自身にあった計画で！

継続したサポート！

しかも無料！



# プログラムの内容

医師の指示にもとづき、病状にあわせたプログラムを進めます

## 対面面談

1ヶ月後

## 電話支援

2ヶ月後

## 取り組みをサポート！

分かりやすい  
ツール

日々の変化がわかる  
チェックシート



3ヶ月後

## 電話支援

4ヶ月後

## 電話支援

または

## 対面面談

※感染症リスクが心配な方は、面談をテレビ電話（ICT）に切り替えることも可能です。

## 重症化予防に向けた計画を立てる

- 現在の健康状態や通院状況などを確認いたします。
- 生活背景や食生活の内容をお伺いした上で、重症化予防に向けた計画を担当管理栄養士と一緒に考えます。

## 担当管理栄養士による継続したサポート

- 立案した計画の取り組み状況についてお伺いします。
- 取り組み状況に応じて、担当管理栄養士が実践のサポートをします。

## 取り組み成果チェック

- 検査値や生活習慣の改善とその成果を確認し、取り組みを振り返ります。