

よくあるご質問

Q 医療機関に通院していても参加する必要がありますか？

A 診察ではなかなか聞けない体調の波（シックデイ）や、あなたに合った食事や運動についてなど、かかりつけ医の指示に従い、糖尿病と上手につきあっていくためのコツを保健師等が共に考えることで、**より効果的に生活習慣の改善**が実現できます。

Q 参加するには費用がかかりますか？

A **参加費用は無料**ですので、ぜひお気軽にご参加ください。ただし、面談会場への交通費は、自己負担になります。また、支援プログラムの期間中に医療機関で検査を受けた場合は、通常の保険診療となります。

Q 面談場所はどこですか？

A ご自宅に保健師等が伺います。
ご自宅での面談が難しい方は、別途ご連絡する面談会場（市役所・町役場等）にて面談が可能です。（1対1の面談）
また、ICT（Zoom）を使用した面談も可能です。

参加者の声

検査の結果が良かったので、この先も決めた事を実行していこうと思えました。



出来る小さな努力を続けられるようになった。小さな努力を習慣化できるようになった事が自分にとっての財産です。



この年になって改めて健康管理の大切さを確認できてよかった。



事業実施に関するお問い合わせ先（委託先）



SOMPOヘルスサポート

0120-435-751

受付時間：9:00 ~17:00（土日・祝日除く）

（通話料無料）

個人情報の取り扱いについて
このプログラムは市町及び埼玉県国民健康保険団体連合会が事業主体となりますが、事業実施につきましては、業者委託により実施しております。
プログラム実施のための個人情報は埼玉県国民健康保険団体連合会から委託先に提供しますが、目的外に使用することは一切ありません。



国民健康保険加入者の皆様へ

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

糖尿病性腎症重症化予防プログラムとは

この事業は、お住まいの市町が糖尿病で通院している国保被保険者の皆さまに提供しているもので、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保健師・管理栄養士等と一緒に考え、生活習慣改善に向けてアドバイスをを行います。

プログラムの流れ（全4回）

1回目：初回面談

かかりつけ医の指示や普段の生活を踏まえ、生活習慣改善に向けて取組目標を設定します。



1ヵ月後

2回目：電話フォロー

電話で取組状況を確認し、必要に応じて目標の見直しを行います。



2ヵ月後

3回目：電話フォロー

継続的なセルフコントロールのためのアドバイスや、取組を継続するためのポイントを提案します。



3ヵ月後

4回目：面談または電話フォロー

取組の結果を振り返ります。セルフコントロールを継続するためにアドバイスをします。



※かかりつけ医の判断で、4回目の支援方法を決定します

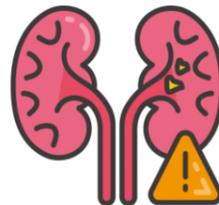
詳しくは中面をご覧ください。

早めの行動が 重症化予防のカギです。

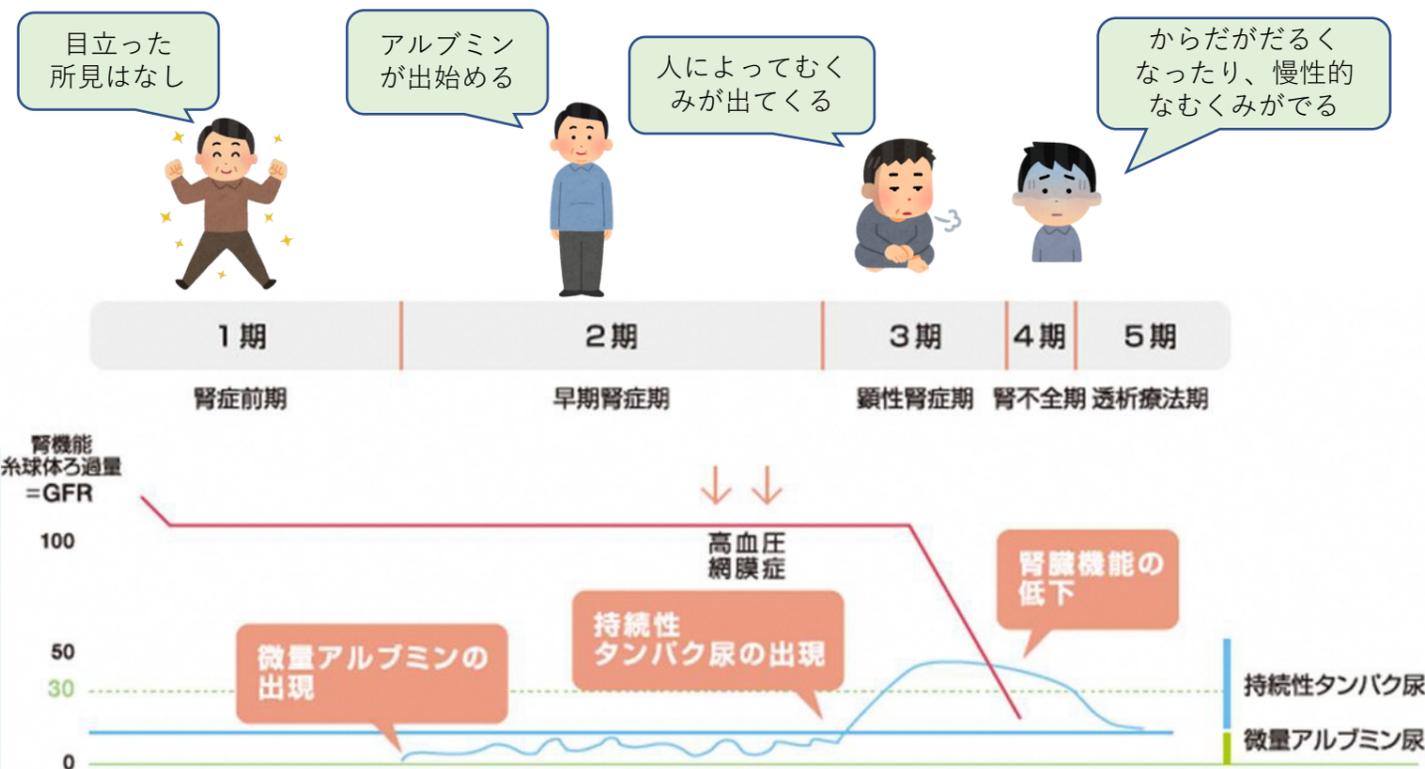
■ 糖尿病性腎症について

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38.7%（2022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。



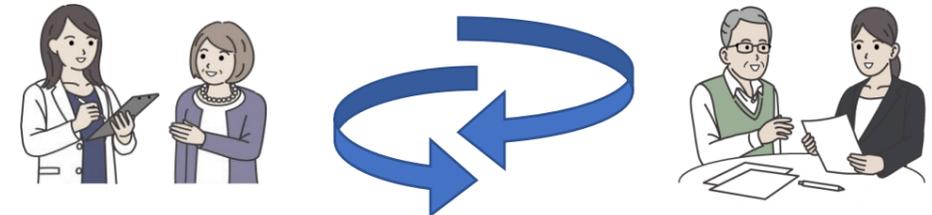
■ 糖尿病性腎症の病期について



■ プログラムの特徴について

かかりつけ医との連携

かかりつけ医の指示にもとづき、病状に合わせたプログラムを専門の研修を受けた保健師等が個別面談や電話で、進めていきます。その結果をかかりつけ医に報告します。



あなたにあった計画を立てられます

4回にわたる継続したサポートが受けられます

参加者のみが使用できるWebツールで記録ができます

プログラムは無料ですので、是非ご参加ください。

※医療機関で検査を受けた場合は、通常の保険診療となります。

■ 参加のながれ

申込

- 参加同意書のご提出
参加同意書へご記入いただきご提出ください
※提出方法は、同封の案内通知をご参照下さい。
提出締切日：7月31日

日程調整

- 面談日調整のご案内（申込から約1ヵ月後）
担当の相談員からお電話いたします

支援開始

- 初回面談の実施（プログラム開始）
選べる面談会場
①自宅 ②市役所等の公共施設 ③Zoom 土日でもOK
※表面のプログラムの流れをご確認ください