

# 糖尿病治療中 のあなたへ

糖尿病等重症化予防プログラムのご案内

鎌ヶ谷市

参加費  
無料!  
先着15名

一緒に  
頑張りましょう!



## ご利用要項

1 参加同意書をご記入ください

同封の参加同意書(様式1)(桃色)に、必要事項を記入の上、茶色の返信用封筒で、鎌ヶ谷市保険年金課にご返送ください。

2 鎌ヶ谷市がお電話します

鎌ヶ谷市保険年金課から、今後の流れについて、お電話でご説明いたします。

3 かかりつけ医に相談しましょう

同封の白色封筒一式をかかりつけ医に持参し、必要事項を記入してもらってください。

【同封の封筒中身】

ア)「糖尿病等重症化予防プログラムについてのご協力のお願い」(様式2-1)  
イ)「糖尿病等重症化予防プログラム 生活指導内容の確認書」及び請求書(様式2-2)

### かかりつけ医様

封筒をご確認いただき、ご協力いただける場合はイ)「糖尿病等重症化予防プログラム 生活指導内容の確認書」及び請求書にご記入の上、(株)ベネフィット・ワン宛にご返送ください。

4 担当専門職がお電話します

かかりつけ医より、イ)「糖尿病等重症化予防プログラム 生活指導内容の確認書」及び請求書の送付が確認でき次第、本プログラムの委託先である(株)ベネフィット・ワンの担当専門職がお電話で、皆さまのご都合に合わせて面談日を調整いたします。

5 担当専門職が訪問いたします

お約束した日時・場所に、担当専門職が、お伺いいたします。あなたの健康に関して、お悩みのことなどもご相談ください。

※お申し込みが集中した際は、ご希望に添えない場合があります。

申込締切日

令和7年8月29日(金)

※状況により募集人数が変更となる場合があります。

ご利用資格

面談日当日において、  
鎌ヶ谷市国民健康保険に加入の方

※資格喪失後はご利用できませんので、ご注意ください。  
※このご案内を受け取られたご本人以外の方はご利用いただけません。

### お問い合わせ先

- ◆申し込みに関すること  
鎌ヶ谷市 保険年金課 保健事業係  
TEL: 047-445-1418 (直通)
- ◆プログラムに関すること  
(株)ベネフィット・ワン (平日9:00~17:00)  
TEL: 0800-9190-225 (通話無料)

【主催】鎌ヶ谷市

【委託先】株式会社ベネフィット・ワン

# 糖尿病の重症化を食い止めましょう!

昨今の新型コロナウイルス感染症により、持病による不安を感じていませんか?  
 この度、糖尿病で通院中の方を対象に「糖尿病等重症化予防プログラム」をご用意しました。  
 専門職がお一人おひとりに最適な重症化予防プランをご提案します。  
 夜間・休日やオンラインでの面談も可能ですので、忙しい方もこの機会にぜひご利用ください。

## 「糖尿病等重症化予防プログラム」の3つのメリット



- 1 主治医と連携して、経験豊富な専門職がわかりやすい言葉で、より具体的にアドバイス
- 2 充実のプログラムが約4か月間無料面談や手紙、電話を通して手厚くサポート
- 3 みなさんの食生活の問題点や改善ポイントを明らかにする、画期的な食事診断システムを導入

## すべて無料! 「糖尿病等重症化予防プログラム」の流れ

開始時	1ヵ月	2~3ヵ月	4ヵ月
〈初回面談〉  ※今年度オンライン面談 (ICT面談) もご用意しました。(別紙参照) 食事内容や生活習慣、通院状況についてお聞かせください。	〈2回目面談〉  初回面談をもとに、具体的な実施プランをご提示します。	〈手紙支援〉  糖尿病に関するニュースレターをお送りします。 〈電話支援〉  実施状況をお伺いし、必要に応じてプランを見直します。	〈最終電話支援〉  これまでの成果を振り返り、今後のアドバイスをいたします。

# 血糖コントロールできていますか?

高血圧症、糖尿病、肥満、喫煙者などが、新型コロナウイルスに感染した場合、重症化しやすいとの報告があります。また、糖尿病の3大合併症といわれる「網膜症」や「腎症」、「神経障害」を予防するためのHbA1cの値は、7.0%未満が目標となります。  
 「糖尿病等重症化予防プログラム」は血糖コントロール目標達成への近道です。

## 血糖コントロール目標

目 標	コントロール目標値		
	血糖正常化を目指す際の目標	合併症予防のための目標	治療強化が困難な際の目標
HbA1c (%)	6.0未満	7.0未満	8.0未満

## 事例紹介

## 「糖尿病等重症化予防プログラム」で血糖コントロール目標を達成した方



50代男性  
Aさんの場合

	初回	中間	最終
HbA1c	7.4%	7.2%	6.3%
体重	90.0kg	90.1kg	84.6kg
BMI	30.6	30.6	28.8

働き盛りで外食の多いAさんには、メニュー選びのポイントと、毎日の体重測定を習慣化していただきました。日ごろの活動量を意識するようになり、減量にも成功しました。



60代女性  
Bさんの場合

	初回	中間	最終
HbA1c	8.0%	7.2%	6.9%
体重	42.7kg	43.5kg	43.5kg
BMI	18.0	18.3	18.3

自己流で糖質制限していたBさんには、食品交換表を用いて正しい食事をご理解いただきました。また、ご主人とのお散歩も開始。数値が改善していきました。



70代男性  
Cさんの場合

	初回	中間	最終
HbA1c	7.2%	6.5%	6.4%
体重	64.0kg	62.4kg	62.1kg
BMI	27.3	26.7	26.5

主治医から低血糖症状への注意があり、食事と運動の関係、症状と対策についてお話し、プランを決定。前向きに取り組んでいただきました。