

令和6年度 鎌倉市糖尿病重症化予防事業

事業の目的

糖尿病重症化及び透析への移行を防ぐとともに、対象者の QOL が維持され、医療費の増大を防ぐことを目的として実施します。

各保健指導コースの概要

- 1 鎌倉市国民健康保険加入者向け
 - (1) 早期予防型 (A 知ったくコース)
管理栄養士による保健指導(1回)
 - (2) 機器活用型 (B モニタリングコース)
管理栄養士による保健指導(1回)。グルコースモニタリングシステム(リブレ)を3か月間装着し、血糖のモニタリングを行う(2週間毎の受診を促す)。
 - (3) 腎症予防型 (C ウィズ糖尿病コース)
管理栄養士による保健指導(月1回を3か月間)
- 2 後期高齢者医療制度加入者向け
腎症予防型(ウィズ糖尿病コース)
管理栄養士による保健指導(月1回を3か月間)

～市民(対象となる方)には、次のとおりご案内しています～

“もしも”

特定健診の結果、血糖値(HbA1c)が高いと言われたら…

※後期高齢者健診の方も相談できます

早期予防のための よろず相談

お気軽に
市役所で

市役所の保健師・管理栄養士による
食事と生活習慣の相談

- ・糖尿病を予防して、なるべく↓
薬を使わないでいたい
- ・自身に合った減塩の方法が↓
知りたい
- ・コレステロールを抑える食事↓
内容

HbA1c 5.6%

6.5%

かかりつけ医と二人三脚の 糖尿病重症化予防事業

じっくり
医療機関で

お申込みはかかりつけ医へ

コツコツ
医療機関で

管理栄養士(医療機関)による食事
と生活習慣の相談

- ・インスリン治療をしていない
- ・合併症がない、または軽度

- ・服薬を増やしたくない
- ・血糖値やコレステロール値を↓
下げたい
- ・血糖が高くなる仕組みを知り
たい

管理栄養士(医療機関)による
食事と生活の相談。全3回

- ・腎機能が心配な方
〔 eGFR 60未満
(後期は eGFR 40 未満)
尿蛋白1+以上

- ・腎臓を守る減塩について知り↓
たい
- ・塩分を減らす外食選びのコツ

7.0%

適正体重管理と定期健診

血糖値をコントロールして合併症予防へ

適切な食事と生活習慣で透析予防へ

主治医の先生に行っていただきたいこと

- ①連携パスの記載 ②保健指導の予約 ③保健指導
利用中の診療 (Bコースは2週間毎) ④連携パスの確認 ⑤検査値の提供
(Cコースのみ)



※保健指導実施医療機関は別紙参照。

事業実績(人)

	コース	H30	R1	R2	R3	R4	R5
国保	A 早期予防型	—	—	1	4	2	2
	B 機器活用型	—	—	3	2	0	0
	C 腎症予防型	2	4	0	1	0	0
後期	腎症予防型	—	—	—	1	3	0

利用者の感想

<保健指導終了直後の感想>

食事や運動の説明が大変参考になった。
できるだけやってみようと思う。
毎日の実行は難しいですが・・・
(令和5年 早期予防利用者 70代)



良く理解できました。
(令和5年 早期予防利用者
60代)

<保健指導終了後の目標設定の例>

- ・野菜、きのこ、海藻のおかずを増やす。
- ・タンパク質の摂取量を増やす
(肉、卵、豆腐を摂る)
- ・運動する(7,000歩、ストレッチ)
(令和5年 早期予防利用者 70代)



- ・歩数を 10,000 歩まで増やす
- ・筋力トレーニング(週3回・30分以上)
- ・食事のバランスを良くする
(令和5年 早期予防利用者 60代)

鎌倉市医師会会員向けホームページから、仕様書・連携パス等をダウンロードできます。

【問い合わせ先】 鎌倉市医師会(精度管理) 電話 0467-22-0962