

対象 前橋市国民健康保険
加入で糖尿病治療中の方

DKD保健指導 実施中

※特定保健指導ではありません

～ お忙しい先生方の治療の一助にお役立てください ～

医療と地域の連携で
患者様を支援

研修を受けた市の保健師・管理栄養士が、主治医の指示書のもと3～6か月間じっくりと患者様に向き合い、糖尿病に特化した保健指導を実施します！生活背景、内服薬や病歴、検査データ等も考慮します。



生活背景を聞き取り、
本人に合った食事や運
動の方法を見つけます

患者様が前向きに生活習
慣を改善できるよう支援
します

市で行っている教室
やサービスなどを紹
介します

指示書の記入（定型書式）のみで簡単スタート！



1 初回面接

（1時間半程度）

保健師・管理栄養士が、生活のことや病気についてお話を伺い、意識づけを行いながら本人に合わせた支援を行います。数値目標、行動目標を決めます。（保健センターで実施）

＜指導内容の例＞

- ◆ 糖尿病とは？
- ◆ 合併症について
- ◆ 運動指導
- ◆ 栄養指導
- ◆ 腎臓を守ろう
- ◆ 減量スケジュール
- ◆ 意識付け
- ◆ モチベーション維持支援

※実際の食事内容を書いていただきアドバイスします。



分かりやすい資料やフードモデル等を活用します。

2 継続支援

月に1～2回電話や面談等を実施しモチベーション維持のための支援、目標の見直しなどを行います。

- ◆ ステップバイステップ法
- ◆ 認知行動療法
- ◆ セルフモニタリング指導

3 最終面接

3～6か月後、取り組みを振り返ります。

- ◆ 目標の達成状況の確認
- ◆ 減量スケジュールの確認
- ◆ モチベーション維持支援
- ◆ 継続するコツ



※初回面接及び最終面接終了後には市から報告書を送付します。

ご利用方法、詳細については裏面をご覧ください

糖尿病性腎臓病重症化予防事業 DKD保健指導ご利用方法

下記のすべての項目に当てはまる人が対象です

- 前橋市国民健康保険加入者
- 40歳以上
- 糖尿病の治療を開始している
- 空腹時血糖126mg/dl以上又はHbA1c6.5%以上
- 尿蛋白(+)以上又はeGFR60ml/分/1.73m²未満
- 本人が保健指導の利用に同意している
- 主治医が生活指導により病状の改善が見込めると判断

※1 指示書は☑を用い、極力簡素化しています。
検査結果はコピー添付可。

1

本人の同意が得られたら、**指示書※1**を記入し、**文書料の請求書※2**とともに保健センターに送付する

●保健センターで3～6か月間指導します。継続支援時の患者様の検査データなどは本人から聞き取りますので、**先生のお手間は最初の指示書の記入のみ**です。

2

保健センターから初回面接及び最終面接の報告書を受け取る

※1 「糖尿病重症化予防 保健指導連絡票」

(群馬県糖尿病性腎臓病重症化予防プログラムp.26参考様式2-2)

※2 「群馬県糖尿病性腎臓病重症化予防プログラムに係る保健指導連絡票指示記載に係る費用請求書」

1件2,750円(税込)お支払いします。

※1、2については、前橋市国民健康保険課保健指導室にお問い合わせいただければ返信用封筒とともに
お送りいたします。必要部数をお申し付けください。

・患者様から市に直接利用希望があった場合など、こちらから医療機関へご相談する場合がありますので
ご承知おきください。

・保健センターの受け入れ状況によっては、お断りさせていただくことがあるかもしれません。あらかじめ
ご了承くださいませようお願い申し上げます。

※ご不明点等ありましたらお気軽にお問い合わせください。

前橋市 国民健康保険課 保健指導室 (前橋市保健センター3F)

TEL: 027-220-5715 FAX: 027-223-8849