

# 糖尿病治療中の皆さん!

人工透析の  
予防の  
ために

# 腎臓を守る取り組みを 始めませんか?

参加費  
無料!  
先着40名!

糖尿病は、食生活や生活習慣の乱れによって高血糖の状態が続くと、全身にさまざまな障害を引き起こします。さらに、重症化すると人工透析や手足の切断、失明など、日常生活の質が大きく損なわれてしまいます。大田区国保では、糖尿病性腎症に特化したプログラムをご用意していますので、まずはご一読ください!

## 糖尿病の合併症は 全身に起こります!

目が見えにくい (網膜症)

やがて失明することも

手足のしびれ (神経障害)

えそ 壊疽を起こし ▶ 足の切断

糖尿病は怖い!

血糖コントロールが  
うまくいかないと  
重症化が進みます

腎臓の血管が傷み  
機能が低下 (腎症)

悪化すると、  
人工透析や  
腎臓移植な  
どが必要



1人あたり年間約500万円  
もの医療費。

1回4～5時間の透析を  
約週3回うけることに…

特に

**70%** は糖尿病性腎症が原因です。

大田区国保では毎年新たに約100人以上の方が透析治療に進んでしまい、生活に支障が出ています。



こうなる前に…  
大田区では

管理栄養士による人工透析の予防を目的とした  
マンツーマンでのサポートが受けられます。

詳しくは中面へ!



※<ご案内が届いた方へ>

- このリーフレットは、大田区国保被保険者様のレセプト (診療報酬明細書) 情報を基にご案内しています。
- レセプト情報は、令和6年3月1日時点のデータに基づくものです。対象要件に該当しなくなっている場合は、ご容赦願います。

# 糖尿病性腎症

参加費  
無料!

## 重症化予防プログラム

大田区国保では、糖尿病性腎症で治療中の方を対象に『糖尿病性腎症重症化予防プログラム』を実施します。かかりつけ医で治療を続けながら、管理栄養士、保健師などの専門職が、あなたにあった生活習慣改善策をアドバイスします。ぜひ、お申し込みください。

これまで  
約150名の方が  
取り組み、  
生活習慣の改善を  
実感いただいで  
おります!

### プログラムの 特長は?

管理栄養士、保健師などの専門職による  
**6か月間のマンツーマンの保健指導です。**

- かかりつけ医と専門職が連携
- あなたにあったプランが立てられる
- 6か月間、継続したサポートが受けられる
- しかも**無料!**

### どんな人が 受けられるの?

大田区国保加入者 **A** **B** **両方**に該当する人が対象です。  
(74歳以下)

#### A 糖尿病である

空腹時血糖 126mg/dl以上  
または  
HbA1c 6.5%以上  
または  
すでに2型糖尿病と診断され、  
通院、加療中の人

#### B 腎機能が低下

尿蛋白 土 以上  
または  
尿中アルブミン 30 mg/gCr以上  
または  
eGFR 30~60 ml/分/1.73m<sup>2</sup>

### 申込期間

**第一期** 令和6年 4月 1日 から **5月17日(金)**まで  
(保健指導期間の目安：6月から12月頃まで)

**第二期** 5月18日 から **7月17日(水)**まで  
(保健指導期間の目安：8月から翌年2月頃まで)

※先着  
40名

### 実施場所

大田区内の**指定医療機関** ※4ページ目に一覧を掲載しています。  
(18カ所)

区内かかりつけ医と協力医療機関の管理栄養士が連携し結果を共有。  
あなたの健康を守るため専門家がチームでサポートします!

### 皆さんの声



#### 区担当者

専門家の皆さんと一緒にあなたの取り組みをサポートいたします。一日でも早く始めて、健康をキープしましょう。ぜひご参加ください!



#### かかりつけ医

医師の診察と併せて保健指導を受けることで、血糖コントロールの改善や腎症の進行抑制につながります。

医師や栄養士の定期的な支援が、日々の励みになります。

体重が減ってうれしい!

(食事について)大幅に改善し、野菜の量や食事バランスを意識するようになりました。

#### 参加者



#### 管理栄養士

かかりつけの先生と連携して、参加される方に合ったプランを立てています。一緒にがんばりましょう。



#### 専門医

専門家のアドバイスがモチベーションアップにつながり、参加した方々に効果が出ています。血糖コントロールは大切です。

### 新たな生活習慣にむけて、飛び立とう!

かかりつけ医へは途中経過や結果状況を報告します。

#### 生活習慣改善のプランを立てる

- 生活習慣や通院の状況などを確認します。
- 食事の状況などから、糖尿病重症化予防に向けたプランを考えます。

#### 継続的なサポート

- 専門職(管理栄養士、保健師など)が面談または電話で、あなたの実践をマンツーマンでサポートします。

#### 結果を確認

- 検査数値や生活習慣の変化を確認し、実践の成果を実感していただきます。

#### フォローアップ

- 終了後も生活習慣の定着を支援します。

1か月

初回面談

2か月

面談 または 電話相談

3か月

面談 または 電話支援

4か月

面談 または 電話支援

5か月

面談 または 電話支援

6か月

面談

申し込み方法は、  
**かんたん  
3ステップ!**

まずは

大田区内の**かかりつけ医**に相談し、「**参加同意書**」を提出してください。  
(かかりつけ医から区へ申し込みます)



① 相談・提出

区から申込者に「**参加決定通知**」を送ります



② 決定通知がとどく

申込者が保健指導実施医療機関(4ページ参照)に予約し、保健指導が始まります



③ 予約する



# 大田区国保保健事業 糖尿病性腎症重症化予防プログラム

## 令和6年度 保健指導実施協力医療機関一覧

保健指導が受けられるのは、こちらの区内医療機関です。(所在地の行政順で掲載しています)

「参加同意書」に第3希望までご記入ください。

※受入れ状況等によって第2・第3希望となる場合があります。  
ご了承ください。

通し No.	保健指導協力医療機関名	所在地	電話番号	参考情報
1	大田病院附属大森中診療所	大森中 1-22-2	03-6404-2301	京急大森町駅より徒歩 10 分 京急梅屋敷駅より徒歩 13 分
2	大森山王病院	山王 3-9-6	03-3775-7711	JR 大森駅西口より徒歩 8 分 JR 大森駅西口よりバス「大森郵便局前」下車目の前
3	まごめ内科・腎クリニック	南馬込 5-27-13	03-6429-8191	都営浅草線西馬込駅より徒歩 2 分
4	大森赤十字病院	中央 4-30-1	03-3775-3111	JR 大森駅西口よりバス「大田文化の森」下車／東急池上駅よりバス「入新井第四小学校」下車 ※第 1・3 土曜日診療
5	池上総合病院	池上 6-1-19	03-3752-3151	東急池上駅より徒歩 1 分
6	しみず内科クリニック	北嶺町 37-29 FLOW PLACE TOKYO 2 階	03-3728-8611	東急御嶽山駅より徒歩 4 分
7	竹内内科小児科医院	田園調布本町 40-12-201	03-3721-5222	東急多摩川駅より徒歩 5 分 沼部駅より徒歩 6 分
8	ファミリークリニック多摩川	田園調布 2-1-8 NK ビル 2F	03-6424-4454	東急田園調布駅、多摩川駅、 雪谷大塚駅より徒歩 12 分
9	田園調布中央病院	田園調布 2-43-1	03-3721-7121	東急田園調布駅より徒歩 0 分
10	東急病院	北千束 3-27-2	03-3718-3331	東急大岡山駅より徒歩 0 分 (駅直結)
11	荏原病院	東雪谷 4-5-10	03-5734-8000	東急洗足池駅より徒歩 10 分 東急洗足池駅よりバス「荏原病院前」 下車
12	高野病院	東糀谷 3-3-24	03-3741-0011	京急大鳥居駅より徒歩 1 分
13	みうら健内科クリニック	東六郷 1-26-13	03-3736-4136	京急雑色駅より徒歩 5 分
14	京浜診療所	東六郷 1-27-4	03-3734-7288	京急雑色駅より徒歩 5 分
15	難波メディカルクリニック	下丸子 2-13-4 東京サーハウス共同棟 1 階	03-5741-3717	東急武蔵新田駅、下丸子駅より 徒歩 8 分
16	本多病院	東矢口 1-17-15	03-3732-2331	東急蓮沼駅より徒歩 3 分
17	東京蒲田病院	西蒲田 7-10-1	03-3733-0525	JR 蒲田駅西口より徒歩 5 分 東急蓮沼駅より徒歩 4 分
18	牧田総合病院	西蒲田 8-20-1	03-6428-7500	JR 蒲田駅南口より徒歩約 4 分

詳しくは…

大田区国保年金課 までお問い合わせください。

TEL 03-5744-1393

