

糖尿病性腎症重症化予防事業 保健指導プログラム

□ プログラムのスタート！

糖尿病についてテキストを使って、わかりやすく説明してもらえます！
まずは自分の身体の状況を知ることから始めましょう。



©2024 JMC Co.,Ltd.

□ 栄養指導・運動指導（食生活について）

自分の食事内容をアプリを使って客観的に見直すことができます。
実践してみた内容を指導者と共有でき、アドバイスがもらえます。

栄養バランスを意識しながら健康管理をサポートします。



カロミルなら

- 📷 写真を撮影
スマホで
写真を撮っておく
だけ
- 🔄 アプリ起動
記録したい時に
- 📉 解析結果を
選択するだけ！

健康管理アプリ「カロミル」
記録がかんたん

かんたんに記録。
グラフで確認。



食事 体重、体脂肪 運動 血圧・血糖値
(請求単位)

□ 栄養指導・運動指導（運動について）

自宅にいながらでも、下記のアプリを使って、自分の生活スタイルに合わせて運動を取り入れて、続けることができます



©2024 JMC Co.,Ltd.

□ プログラムが終わったら・・・

3か月、6か月後と実施状況や受診状況を確認し、プログラムで取りくんだ成果を実感していただきます。今後もご自身で続けられるよう気になることがあれば、相談しましょう！

※令和7年度この事業は、豊中市健康医療部健康推進課の業務委託先である、ジエイムシー株式会社が実施いたします。