



お知らせ

糖尿病治療中の方へ

人工透析予防のために!

糖尿病性腎症重症化予防プログラムのご案内

[主催] 豊中市

参加費
無料

糖尿病の重症化を防ぐために、専門職が一人ひとりに合った生活習慣の改善プランをご提案します。

糖尿病性腎症とは…?

糖尿病性腎症は、糖尿病の合併症の1つです。糖尿病性腎症が**進行すると腎機能が低下**し、老廃物を体外に出せなくなります。そこで老廃物を排出するため**人工透析が必要**になります。糖尿病性腎症は人工透析の原因として最も多くなっています。

腎臓は
沈黙の臓器



人工透析になってしまうと…

週3回、
1回**4時間**の
透析治療が必要です。



水分摂取量や
食事の味付け等に
制限が生じます。



知らなかった



今!

糖尿病性腎症が進行すると、人工透析になる可能性が…

予防を始めることが大切です!

「今」は自覚症状が無いかもしれませんが、しかし、生活習慣の改善や治療を行わないまま、血糖値が高い状態が続くと、少しずつ血管や神経が傷つき、**自覚症状が出るころ**には糖尿病性腎症をはじめとする深刻な合併症が起きていることもあります。**「今」が予防を始めるチャンスです!**



詳しくは裏面をご覧ください ➡

プログラムについて

- 糖尿病との上手なつきあい方についてのご相談に応じます。
- 検査結果の見方や健康状態についてわかりやすくご説明します。
- 主治医の治療方針に基づき、食事や運動などの生活習慣について専門職（保健師・管理栄養士）が支援します。
- 普段の食事の内容を栄養分析し詳しくサポートします。
- 簡単な運動の紹介等を行う集団の運動教室も実施します。
- プログラムには、個別面談2回、電話3回が含まれています。



※面談は、自宅に訪問または保健センター（千里、庄内）または豊中市保健所で実施いたします。

※面談や電話の曜日や時間帯は、休日や夜間なども相談に応じます。

※パソコン等によるオンラインでの面談も可能です。

※あくまで基本プログラムとなりますので、状況に応じてプログラムの変更は可能です。

● 個人情報保護について ●

本事業は、豊中市健康医療部健康推進課の業務委託先であるジェイエムシー株式会社が実施いたしますが、プログラムの実施以外で使用することは一切ありません。

▼ プログラム参加特典 ▼

豊中市 マチカネ
ポイント

最大 **1000P** \プレゼント! /

マチカネポイントは、豊中市が実施するイベントへの参加などにより貯めることができるデジタル地域ポイントです。

貯まったポイントは1ポイント1円として、市内加盟店舗で利用することができます。



申し込み方法▶ 申込期限 8月30日(金) 必着

- 1 『重症化予防プログラム参加意向確認書兼同意書』に必要項目を記入し、同封の返信用封筒にて、豊中市健康医療部健康推進課へご郵送ください。
- 2 後日、担当スタッフよりご連絡させていただきます。

先着
40名

お問い合わせ先

豊中市健康医療部健康推進課

〒561-0881

豊中市中桜塚 4-11-1

☎ 06-6858-2292

業務委託先：

ジェイエムシー株式会社 大阪支店

☎ 0120-526-710

受付 平日 10:00 ~ 17:00