

全て
無料

糖尿病治療中 のあなたへ

糖尿病等重症化予防プログラムのご案内



主催：鎌ヶ谷市

ご利用要項

1 参加同意書をご記入ください

同封の参加同意書(様式1)(桃色)に、必要事項を記入の上、茶色の返信用封筒で、鎌ヶ谷市保険年金課にご返送ください。

2 鎌ヶ谷市がお電話します

鎌ヶ谷市保険年金課から、今後の流れについて、お電話でご説明いたします。

3 かかりつけ医に相談しましょう

同封の白色封筒一式をかかりつけ医に持参し、必要事項を記入してもらってください。

【同封の封筒中身】

ア)「糖尿病等重症化予防プログラムについてのご協力をお願い」(様式2-1)
イ)「糖尿病等重症化予防プログラム 生活指導内容の確認書」及び請求書(様式2-2)

かかりつけ医様

封筒をご確認いただき、ご協力いただける場合はイ)「糖尿病等重症化予防プログラム 生活指導内容の確認書」及び請求書にご記入の上、(株)ベネフィット・ワン宛にご返送ください。

4 担当専門職がお電話します

かかりつけ医より、イ)「糖尿病等重症化予防プログラム 生活指導内容の確認書」及び請求書の送付が確認でき次第、本プログラムの委託先である(株)ベネフィット・ワンの担当専門職がお電話で、皆さまのご都合に合わせて面談日を調整いたします。

5 担当専門職が訪問いたします

お約束した日時・場所に、担当専門職が、お伺いいたします。あなたの健康に関して、お悩みのことなどもご相談ください。
※お申し込みが集中した際は、ご希望に添えない場合があります。

申込締切日

令和8年7月31日(金)

※状況により募集人数が変更となる場合があります。

ご利用資格

面談日当日において、
鎌ヶ谷市国民健康保険に加入の方

※資格喪失後はご利用できませんので、ご注意ください。
※このご案内を受け取られたご本人以外の方はご利用いただけません。

お問い合わせ先

◆申し込みに関すること

鎌ヶ谷市 保険年金課 保健事業係
TEL: 047-445-1418 (直通)

◆プログラムに関すること

(株)ベネフィット・ワン (平日9:00~17:00)
TEL: 0800-9190-225 (通話無料)

【主催】鎌ヶ谷市

【委託先】株式会社ベネフィット・ワン

糖尿病の重症化を食い止めましょう！

頭では分かっているけど、生活習慣の改善は難しいものです。
そこで、糖尿病で通院中の方を対象に「糖尿病重症化予防プログラム」をご用意しています。
専門職がお一人おひとりに最適な重症化予防プランをご提案します。



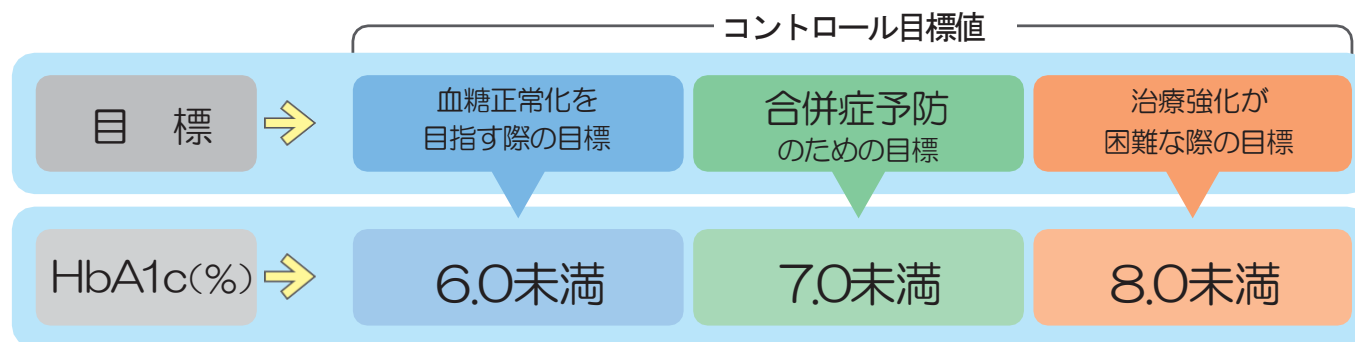
血糖コントロールできていますか？

糖尿病の3大合併症といわれる、「神経障害」、「網膜症」、「腎症」を予防するためには
HbA1c^{*}の値を**7.0%未満**に保つことが必要です。

※ HbA1c（ヘモグロビンエーワンシー）は、直近1〜2か月の平均的な血糖値の状態がわかる値です。

「糖尿病重症化予防プログラム」は血糖コントロール目標達成への近道です。

血糖コントロール目標



※日本糖尿病学会「糖尿病治療ガイド2024」より一部抜粋
(注)かかりつけ医から目標が指示されている場合は、指示を優先してください。

糖尿病重症化予防プログラムの3つのメリット



- 1** 自分の生活に合わせたアドバイスがもらえる
かかりつけ医と連携し、専門職がわかりやすくアドバイスします。
- 2** **すべて無料で受けられる**
面談や手紙、電話を通して手厚くサポートします。
- 3** **食生活の改善ポイントがわかる**
普段の食事内容から食事診断を行い、問題点や改善点を具体的にお伝えします。

全て無料！

「糖尿病重症化予防プログラム」の流れ※



※ご加入の市区町村または健康保険組合により、支援内容は異なります。

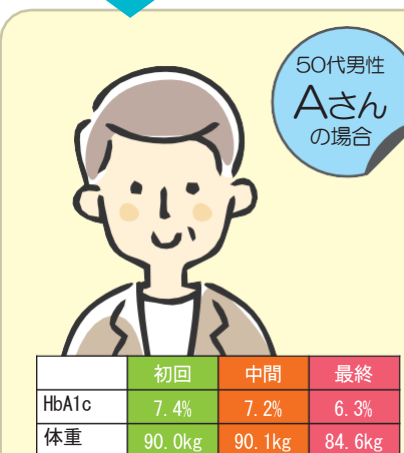
プログラムに参加して改めて糖尿病の怖さを知りました。丁寧なアドバイスをいただけて良かったです。

参加者のコメント

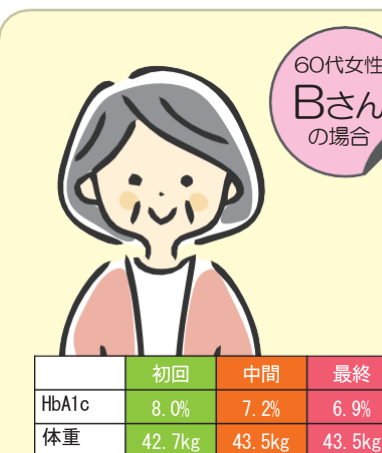


事例紹介

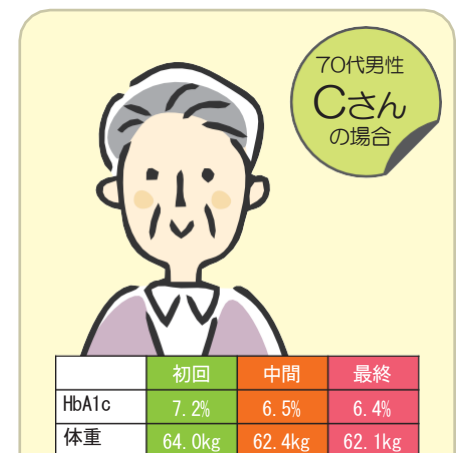
「糖尿病重症化予防プログラム」で血糖コントロール目標を達成した方



働き盛りで外食の多いAさんには、メニュー選びのポイントを伝え、毎日の体重測定を習慣化していただきました。日常生活の中で体を動かすことを意識するようアドバイスし、減量にも成功しました。



Bさんは自己流で糖質制限をしていたため、糖質の摂り方についてアドバイスをしました。また、効果的な運動方法を説明し、散歩を始めたことでHbA1c値が改善していきました。



医師から低血糖症状への注意があり、食事と運動の関係性や、低血糖の症状と対策についてお話ししました。無理のない範囲で取り組んでいたことで低血糖症状を起こさずにHbA1c値が改善しました。