

# ～糖尿病等で受診したあなたへ～

無料

保健師や管理栄養士による生活習慣改善のサポートを受けてみませんか？

糖尿病は、**自覚症状が現れない**場合が多く、気づいたときには、糖尿病に伴う腎症や網膜症などの合併症を発症して、人工透析や失明などで日常生活に影響が出る恐れがあります。

これらの状態を防ぐためには、適切な治療だけでなく、**生活習慣の改善**がとても重要です。



## 対象となるかた

**青森市国民健康保険被保険者**のかたで **いずれかに該当**するかた



- ☑ **糖尿病治療中**で腎機能低下に繋がる疾患や生活習慣の改善が必要なかた
- ☑ **青森市CKD病診連携**(市医師会作成)に基づき保健指導が必要なかた

## 手順と内容

**1** 受診先の医師から **情報提供書** (医療機関→市) を受取り、医師へご連絡先を伝える

お願いします。

保健指導の日程調整のために市から連絡したいそうです。市へ連絡先を提供して良いですか？



医師から市へご連絡先を提供

**2** 市からご連絡し日程調整 来所面接等で保健指導

市から日程調整の連絡をいたします。保健指導の参考とするため、受診先で受け取った情報提供書を持参ください。

指導の一例) 運動の工夫  
バランスの良い食事 など



## お問合せ先

青森市保健部 青森市保健所健康づくり推進課

TEL 017-718-2912 FAX 017-743-6276

