

糖尿病性腎症とは？

特定健診、後期高齢者健診においては、糖尿病性腎症重症化予防の取り組み推進として、腎機能を調べる検査項目が充実されています。

【腎機能検査項目】

尿検査(蛋白・糖)、血清クレアチニン、eGFR、尿素窒素、尿酸

※腎機能障害、腎臓の働き具合を調べる項目です。

腎臓は、私たちの体で例えると、血液の浄化システムを担う臓器です。腎機能低下には様々な原因がありますが、その一つに「糖尿病性腎症」があり、糖尿病を放置することで発症し、重症化すると人工透析が必要となります。

主な人工透析は、週3回、1回4時間以上、専用の機械で血液をろ過する治療を行います。人工透析なしでは生命を維持できなくなり、一生涯通院が必要になります。本人やご家族の方にとって大変な治療なのはもちろん、医療費が高く、その多くは医療保険で支えているため、透析患者が増え過ぎると皆様の保険税(料)が上がったり、医療保険自体が破たんする可能性があります。



糖尿病性腎症による透析患者が増加している中、皆様1人ひとりが生活習慣を見直し、疾病予防に取り組んでいただけたら幸いです。

1年に1度は健康診査を受診し健康状態を把握しましょう。



塩分のとり過ぎは腎臓に負担をかけます。**減塩**で薄味の習慣を!

☆減塩のポイント☆

【食べ方】

- ・ 麺類の汁は飲み干さない
- ・ 塩分の多いもの(漬物、塩辛、汁物など)は減らす
- ・ 醤油は「かける」ではなく「つける」
- ・ 外食や市販のお惣菜、レトルト食品はなるべく避ける



【作り方】

- ・ 調味料に含まれる塩分量を知っておく
- ・ 酸味を生かす、香辛料を上手く使う
- ・ 天然食品でだしをとる
- ・ 旬の食材を選び、素材の味を楽しむ



問合先 保険医療課 ☎444・3168

巡回バスニュース

(利用状況)

	運行日数	北部巡回ルート		南部巡回ルート		東部巡回ルート		計
		左回り	右回り	左回り	右回り	左回り	右回り	
平成30年7月	14	116人	84人	134人	174人	49人	45人	602人
累計(平成29年10月31日～)	118	1,216人	782人	1,164人	1,633人	413人	485人	5,693人

【巡回バスについて市の職員とお話しませんか?】

巡回バスに関心のある地域や各種団体の皆様(おおむね10人以上)との意見交換会を開催しています。皆様お気軽にお申し込みください。

問合先 企画政策課 ☎444・1712

虐待の相談・通報はこちらへ

児童虐待 ☎444・3173(子育て支援課) または189(児童相談所全国共通ダイヤル、24時間対応)

障がい者虐待 ☎444・3135(社会福祉課)

高齢者虐待 ☎444・3141(高齢福祉課)

※市役所は平日午前8時30分～午後5時15分
(夜間・休日は宿日直者に繋がります)