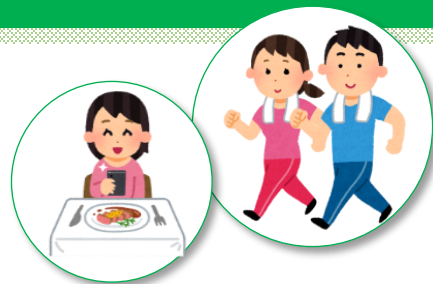


# 糖尿病予防プログラム実施概要

## ● 実施期間

- ・時期：2024年1月上旬から2月下旬に順次開始
- ・期間：約3カ月



## ● プログラムの内容

- ・活動量計、血糖管理ツール（以下参照）等を活用し、歩数・血糖・体重等のデータを記録しモニタリングを行う
- ・記録したデータをもとに保健師とTV電話にて初回面談（約30分のリモート面談）を行い目標設定
- ・プログラム期間（約3カ月）で初回面談～最終評価まで計7回の保健指導を受け、生活習慣の改善を目指す

## ● 申込方法【申込期間 10/19(木)～11/2(木)】

以下申込フォームよりお申込みください

<https://form.nissay-nbs.co.jp/sp/enquete/diabetes/>

※定員を超えた場合は抽選とさせていただきます



スマホ申込フォーム

## ● 参加要件

- ①日本生命健保の加入者で健保より案内を受けた対象者
- ②糖尿病および慢性腎不全の治療中でないこと ※1
- ③糖尿病および慢性腎不全以外の疾患による投薬を受けていない。  
投薬を受けている場合は主治医に相談し、許可を得ていること ※2
- ④血糖管理ツール（FreeStyleリブレセンサー）の装着方法を確認していること ※3
- ⑤アプリをダウンロードできるスマートフォンを所有していること ※4,5  
いわゆるガラケー・タブレット端末は不可。N-phoneへのアプリダウンロードは不可
- ⑥iPhoneまたはAndroidを保有している、もしくは自宅にインターネットに接続されたパソコンを所有していること ※4,5,6

※1 治療とは、食事療法・運動療法・薬物療法等全ての治療を指します。プログラム参加確定後に、糖尿病治療中および慢性腎不全治療中であることが判明した場合はプログラムの提供を終了させていただきます。

※2 医師の診断書等は必要ございません。ただし、参加者本人から主治医へプログラムの内容をお伝えいただき、参加の承諾を受けた旨を自己申告いただけます。なお、主治医の承諾を受けた場合でも、日本生命病院医師の判断により参加をお断りすることがあります。（健保HPに主治医への説明資料がございます）

※3 血糖測定器を装着できない場合は、血糖データを保健師・医師等と共有できないため、十分な血糖管理指導を実施することができなくなります。

※4 ご用意がない場合、参加をお断りさせていただきます。

※5 参加確定後に、指定アプリ・ソフトウェアをダウンロード・使用できない事象が発覚した場合、プログラムの参加を中断させていただくことがあります。

※6 指定の方法で血糖データをアップロードできない場合、血糖データが保健師・医師等と共有されず、十分な血糖管理指導を実施することができなくなります。

## 血糖管理ツール（FreeStyleリブレ）について

〈装着するセンサーイメージ〉



〈装着イメージ〉



〈センサー読み取りイメージ〉



〈スマホアプリイメージ〉



### ※ご留意点※

- ・ペースメーカーなど、他の埋め込み式医療機器と一緒に使用できません（誤作動のおそれがあるため）
- ・装着期間中に「X線・MRI・CTスキャンを受検する方」は、装着期間を変更する必要があります
- ※「脳ドック・PET・鍼、電気治療・人工透析を受ける」方は、センサーをつけたまま受けてよいか医師等にご確認ください。外すよう指示があった場合は装着期間を変更する必要があります
- ・センサーは皮膚へ固定するため粘着剤が使用されています（皮膚が弱い方はかぶれる場合があります）
- ・装着するセンサーには細い針がついております。（個人差がありますが、装着時の痛みはほとんどありません）
- ・装着期間中は通常どおり生活していただけますが、激しい運動等は避けていただけます

ご参考



アポットジャパン(株) 公式サイト  
〈③センサーの装着〉

# プログラムで使用する機器について

スマートフォンの機種・バージョンにより、血糖管理ツール（アプリもしくは専用リーダー）が異なります。ご自身の対象ツールを以下でご確認ください。

## 血糖管理ツールの確認

お持ちのスマートフォンはFreeStyleリブレLink推奨環境に該当しますか？

【主な推奨環境】

- iPhone OSバージョン：iOS15.5以上 端末：iPhone8以上
- Android OSバージョン：Android™ 8.0以上 端末：Samsung Galaxy・Google Pixel 等

はい

いいえ + パソコンを持っている

### ① (ご自身の)スマートフォンで血糖測定

・指定のアプリをダウンロードできるスマートフォン



### ② 専用リーダーで血糖測定

・②の場合、指定のソフトウェアをダウンロードできるパソコンを持っていることが参加要件



対象ツール ( ① or ② ) を確認のうえ、お申込みください



詳細は、左記のQRコードよりアボットジャパン合同会社HPをご確認ください。  
「あなたは患者さん・ご家族ですか？」と表示された場合は、「はい」を選択ください。

<https://www.myfreestyle.jp/patient/freestyle-libre-link/download.html>

(このサイトは予告なく変更される場合がございます)

※QRコードは株式会社デンソーウェーブの商標です

対象ツールの確認

ご利用推奨環境

その他プログラムで使用するアプリやソフトウェアは以下になりますのでご確認ください

専用Webサイト「N-lis」推奨環境

環境	OS・バージョン
PC	Windows10
	Windows11
	macOS Monterey
iPhone	iOS15.x
Android	9.0以上

ZOOM  
Zoom Video  
Communications, Inc



オムロンコネク  
オムロンヘルスケア(株)



FreeStyle  
リブレソフトウェア  
アボットジャパン(合)※



※対象ツール②の場合のみ使用

## メール受信設定

以下ドメインからのメールが受信できないと、各種案内メールを受け取れません

- 参加確定後、各種案内メールをお送りします。迷惑メールにならないよう、事前にドメイン指定をお願いします

@j-affinity.com

@nissay-prevention-pgm.com

@k.nissay-hp.or.jp

@lifecp.co.jp