

栄養指導事例のご紹介

(相談者)

60歳代 男性 身長 164cm

●栄養指導前の食生活

- ・朝食抜きの1日2食
- ・炭水化物の過剰摂取(米飯 350g/食)
- ・野菜摂取量少ない
- ・間食が多い
- ・コーヒーやジュースは砂糖入りのものを飲んでいる
- ・アルコールは毎日摂取

栄養指導

野菜摂取量や飲料の砂糖量を意識することで、血糖値の上がりにくい3食栄養バランスのよい食生活ができるようアドバイス



管理栄養士

●栄養指導後の食生活

- ・朝食を食べるようになった
- ・炭水化物の重ね食べをやめた(米飯 160g/食)
- ・毎食サラダを食べるようになった
- ・夕食後の間食をやめた
- ・コーヒーの砂糖を甘味料に、ジュースは砂糖不使用のものを選ぶようになった
- ・週2日休肝日を設けた

指導日	初回	約1ヶ月後	約4ヶ月後
HbA1c(%)	10.3	8.4	6.0
体重(kg)	72	68	66

外来栄養指導を受けてみて

栄養指導を受けることで、血糖値を上げにくい食事について意識するようになり、数値が改善しました。指導の度、細かな疑問点も聞くことができ安心できました。



他にも...

- ・栄養指導は叱られると思っていたが違った。
- ・もっと早く受ければよかった！

- ・自己流の食事療法を続けていたが、自分の適正量がわかるようになった。

糖尿病といわれたら、まず糖尿病連携手帳を！

すべての医療機関で
内科医も
眼科医も



歯科医も
薬剤師も

泉州圏域では、糖尿病連携手帳の普及を進めています
患者さんをサポートする医療機関の情報共有に有効です

発行：泉州圏域糖尿病地域連携推進会議（事務局：大阪府和泉保健所） 令和3年3月

泉州圏域医師会 会員様

ぜひ、療養指導に活用ください！

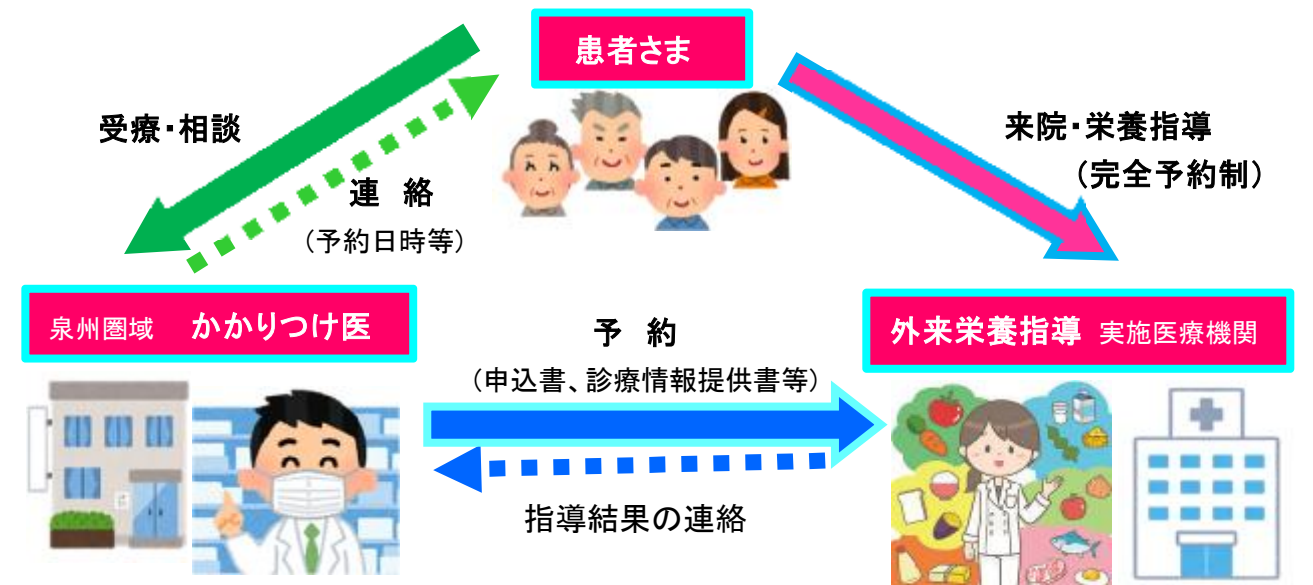
作成 泉州圏域糖尿病地域連携推進会議

<泉州圏域> 糖尿病

『かかりつけ医からの紹介による外来栄養指導』

大阪府医療計画に基づいて、「泉州圏域糖尿病医療連携推進検討会」は、糖尿病の医療連携の推進を目的に、専門病院医師・医師会代表・泉州圏域歯科懇話会代表・泉州圏域薬事懇話会代表・保健所長等で構成しています。糖尿病の重症化予防のため、『かかりつけ医からの紹介による外来栄養指導』を推奨しています。

日常の診療はかかりつけ医が行い、掲載している医療機関の栄養士が、外来栄養指導を行うものです。療養指導のひとつとしてご活用ください。



<かかりつけ医からの紹介による外来栄養指導の実施医療機関>

令和3年3月現在

完全予約制(専用の申込書等あり) 次ページ以降もご覧ください

実施機関	所在地	窓口	電話	FAX	HP
泉大津市立病院	泉大津	地域医療連携室	0725-32-5622	0725-32-6961	有
和泉市立総合医療センター	和泉	地域連携センター	0725-41-3150	0725-41-2513	有
かわい病院	泉大津	地域連携室	0725-21-6222	0725-21-0387	有
市立貝塚病院	貝塚	地域医療連携室	072-422-5865(代)	072-438-5511	有
市立岸和田市民病院	岸和田	地域医療連携室	072-441-8825	072-441-8810	有
府中病院	和泉	地域医療連携室	0725-40-2147	0725-40-2148	有
横山医院	和泉	地域連携室又は医事課	0725-92-0045	0725-92-0330	有
りんくう総合医療センター	泉佐野	地域医療連携室	072-469-3111(代)	072-469-7931	有

(五十音順)

*上記以外に実施機関がありましたら和泉保健所に連絡ください。(次回作成分から情報提供いたします)

【 外来栄養指導の実施機関から 】

泉大津市立病院

住所：泉大津市下条町16-1
(南海本線泉大津駅 徒歩10分)



※電話または診療予約申込書にて申込みください

ホームページ：<http://www.hosp-ozu-osaka.jp/product/eiyoukanrika/>

栄養士から

- 「糖尿病教室」は、予約・紹介なしでも受けられます。
(日時などはホームページをご覧ください)
- 「今の食事で大丈夫?」「工夫できることを教えてほしい」などの方が利用しています。ぜひ、お気軽にご活用ください。

市立岸和田市民病院

住所：岸和田市額原町1001番地
(JR下松駅 徒歩6分)



※専用の申込書(兼診療情報提供書)にて申込みください

ホームページ：<http://www.kishiwada-hospital.com/medical/partnership.html#a05>

栄養士から

- 患者さん一人ひとりに合わせ食事療法が無理なく実践できるようサポートいたします。ぜひお気軽にご活用ください。



和泉市立総合医療センター

住所：和泉市和気町4-5-1
(JR和泉府中駅 徒歩5分)



※専用の申込書(兼診療情報提供書)にて申込みください

ホームページ：<https://izumi.tokushukai.or.jp/cooperation/>

栄養士から

- 予約制で、水曜日午後を実施しています。
(診察2時、栄養指導3時より)
- 一人ひとりの生活環境に合わせたお話を心がけております。ぜひ、お気軽にご相談ください。



府中病院

住所：和泉市肥子町1-10-17
(JR和泉府中駅 徒歩2分)



※ホームページより、外来栄養指導申し込み書(糖尿病)を

ダウンロード・記入の上、地域医療連携室へFAXにて申込みください

ホームページ：<https://seichokai.jp/fuchu/>

栄養士から

- 栄養指導室で、フードモデル等を使って、個人のペースに併せてアドバイスしています。
- かかりつけ医からの紹介で、「糖尿病教室」も受けられます。(予約制)



かわい病院

住所：泉大津市豊中町2-6-5
(JR和泉府中駅 徒歩15分)



ホームページ：<http://www.kawai-hp.or.jp/news/202101295005.html>

栄養士から

- 月～金曜日で日時調整させていただきます。お気軽にお問合せ下さい。
- 食事や栄養面でお困りではございませんか? お手伝いできる事ありませんか? ぜひ、管理栄養士をご活用ください。



横山医院(旧 横山病院)

住所：和泉市仏並町287番地
(南海泉北高速鉄道/和泉中央駅の②番乗り場から「系統No.31・37 槇尾山口行」、
「系統No.33 父鬼行」のバスで20分
「槇尾中学校前」下車、徒歩3分)
※無料駐車場有



ホームページ：<https://www2.tachibana-med.or.jp/yokoyama/>

栄養士から

- お忙しい方も相談しやすいよう、土曜日や祝日にも対応しています
- 感染予防対策を行った環境で実施しています
- 申込みは、ホームページの「栄養指導のご案内」からお進みください



市立貝塚病院

住所：貝塚市堀3-10-20
(南海本線貝塚駅 徒歩10分)



※専用の申込書(兼診療情報提供書)にて申込みください

ホームページ：http://www.hosp.kaizuka.osaka.jp/busyo/chiiki/nutrition_support/index.html#irai

栄養士から

- 今の食事について不安なこと、わからないこと、一緒に考えて「できること」からアドバイスしていきます。



りんくう総合医療センター

住所：泉佐野市りんくう往来北2番地の23
(JR関西空港線・南海空港線
りんくうタウン駅 徒歩5分)



※専用の申込書(兼診療情報提供書)にて申込みください

ホームページ：<http://www.rgmc.izumisano.osaka.jp/cooperation/chiiki3/diabetes/>

栄養士から

- 携帯電話で撮ったふだんのお食事の写真から食事評価させていただくこともできます。
- 豊富な資料と食品模型を使って理解しやすい工夫をしています。
- 継続した栄養指導も積極的に行っています。

