

# メディカルならで 保健指導を受けてみませんか？



当事業は、一般社団法人 奈良市医師会(奈良市総合医療検査センター/メディカルなら)が奈良市・協会けんぽ奈良支部から委託を受け、共同で実施しています

参加者計※1  
**425人**

POINT  
**1**

## あなたに合った個別サポート

管理栄養士・保健師等の専門職が、個別面談、電話・メール・LINE、集団教室等 **あなたに合った支援**を行います



POINT  
**2**

## 充実の検査内容 自己負担金なし

保健指導の前後で血液・尿検査、24時間蓄尿検査を行い、**頑張った成果を「見える化」**しています

この保健指導で行う検査・面談の費用は全て **無料※2**です

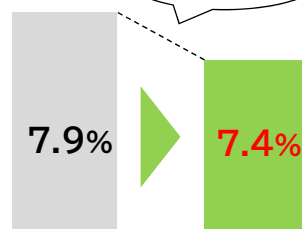
平均**0.5%改善**

POINT  
**3**

## あなたのお悩みを解決します！

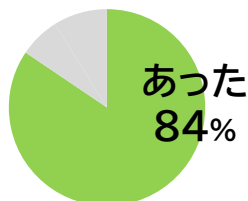
なかなか血糖値が下がらない、体重が減らない…  
といったお悩みはありませんか？

参加された方から、**たくさんの「よかった！」**の声をいただいています



保健指導参加前後のHbA1c  
の変化(指導前7.0%以上の方)※3

この保健指導を受けて  
食事や運動に変化はありましたか？※4



R6年度 参加者の声 一例

- ・お陰様で自分の体調・状態と向き合う事ができました
- ・具体的にアドバイスをいただいたので、普段の生活に取り入れ易くなった
- ・まずはできるところから始めていけばいいと教えていただいたので、気を張らずに取り組めた etc

※1 H28～R6年度参加者延べ人数  
※2 来所にかかる交通費を除く  
※3 H28～R6年度集計データより  
※4 R5年度参加者アンケート結果より

**まずは、かかりつけ医にご相談ください**

令和7年度 奈良市ヘルスアップ事業 ～糖尿病性腎症重症化予防プログラム～

【実施主体】

奈良市・全国健康保険協会 奈良支部

【委託先】

一般社団法人 奈良市医師会(奈良市総合医療検査センター/メディカルなら)

〒630-8031 奈良市柏木町519-5

HPIはこちら▼

