

糖尿病対策推進強化事業
糖尿病重症化予防のための
手引き

富山県中部厚生センター管内糖尿病対策に関するワーキング

平成29年3月

はじめに

近年、糖尿病患者数は、生活習慣と社会環境の変化に伴って急速に増加しています。糖尿病はひとたび発症すると治癒することはなく、放置すると網膜症・腎症・神経障害などの合併症を引き起こし、末期には失明、透析治療が必要となることがあります。さらに、糖尿病は脳卒中、虚血性心疾患などの心血管疾患の発症・進展を促進することも知られています。これらの合併症は患者のQOLを著しく低下させるのみでなく、医療経済的にも大きな負担を社会に強いており、今後も社会の高齢化にしたがって増大するものと考えられます。

このことから、高齢者糖尿病の重症化予防や望ましい療養生活を支援する地域包括ケアシステムの構築にむけて、医療、保健、及び介護等、関係機関の連携体制の強化を図り、地域の課題に対応した取組を推進し、管内の糖尿病対策を強化することが重要となっています。さらに、地域において糖尿病患者の治療や療養生活に携わる関係者一人ひとりが糖尿病に関する理解を深め、それぞれの職域で糖尿病重症化予防に努めていくことが必要になります。

そこで、今回、糖尿病対策推進強化学業の取組の一環として「糖尿病重症化予防のための手引き」をまとめ、地域連携による課題解決への取組、管内の社会資源や事業協力機関、糖尿病の管理について必要な基本知識等を紹介しています。

今後も、医療、保健、及び介護等の連携が更に推進され、安心した療養生活が送れるよう、本手引きが広く活用されることを期待いたします。

最後に、本手引きをまとめるにあたりご協力いただきました関係者の皆様に厚くお礼申し上げます。

平成29年3月

富山県中部厚生センター管内糖尿病対策に関するワーキング

もくじ

I 糖尿病重症化予防と地域連携体制

- | | | |
|----------------------------------|-----------|----|
| 1. 基本的な考え方 | ・ ・ ・ ・ ・ | 1 |
| 2. 「糖尿病連携手帳」を活用した地域連携 | ・ ・ ・ ・ ・ | 2 |
| 3. 「糖尿病連携手帳」の記入方法と留意点 | ・ ・ ・ ・ ・ | 3 |
| 4. 糖尿病教育に関する病院と保健の窓口 | ・ ・ ・ ・ ・ | 6 |
| 5. 管内連携機関～糖尿病対策推進強化事業～ | ・ ・ ・ ・ ・ | 7 |
| 1) 医療機関（病院・診療所） | | |
| 2) 薬局 | | |
| 3) 市町村保健機関 | | |
| 4) 地域包括支援センター | | |
| 5) 訪問看護ステーション | | |
| 6) 老人福祉施設等 | | |
| 7) 居宅介護支援事業所等 | | |
| 6. 管内社会資源一覧 ～健康づくり～ | ・ ・ ・ ・ ・ | 12 |
| 1) 市町村の健康に関する相談・問合せ先 | | |
| 2) 運動施設・ウォーキングコース・スポーツクラブ・運動教室 | | |
| 3) 市町村で行う各種教室・食生活改善推進協議会が実施する教室等 | | |
| 4) 健康づくり協力店 | | |
| 5) 禁煙外来 | | |

II 糖尿病の管理について～必要な基本知識～

- | | | |
|----------------|-----------|----|
| 1. 食事療法について | ・ ・ ・ ・ ・ | 16 |
| 2. 運動療法について | ・ ・ ・ ・ ・ | 17 |
| 3. 薬物療法について | ・ ・ ・ ・ ・ | 18 |
| 1) 服薬管理について | | |
| 2) インスリン注射について | | |
| 4. 低血糖について | ・ ・ ・ ・ ・ | 21 |
| 5. 生活管理について | ・ ・ ・ ・ ・ | 22 |
| 1) シックデイ | | |
| 2) フットケア | | |
| 3) 歯周病予防 | | |

【資料】

- | | | |
|------------------------------|-----------|----|
| ・ 血糖コントロール目標について | ・ ・ ・ ・ ・ | 26 |
| ・ 低血糖予防リーフレット | | |
| ・ 糖尿病情報 第14号・第15号（平成28年度配布分） | | |

I 糖尿病重症化予防と地域連携

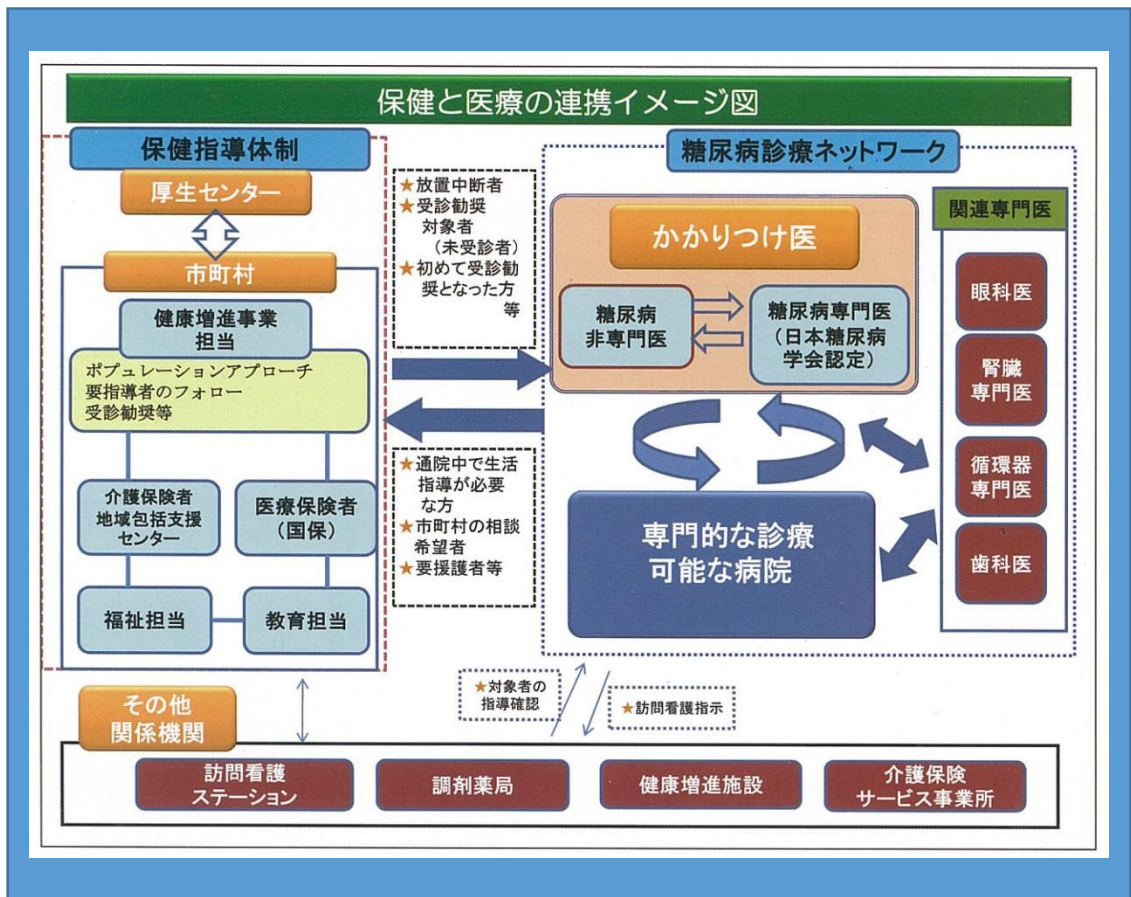
1. 基本的な考え方
2. 「糖尿病連携手帳」を活用した地域連携
3. 「糖尿病連携手帳」の記入方法と留意点
4. 糖尿病教育に関する病院と保健の窓口
5. 管内連携機関～糖尿病対策推進強化学業～
 - 1) 医療機関（病院・診療所）
 - 2) 薬局
 - 3) 市町村保健機関
 - 4) 地域包括支援センター
 - 5) 訪問看護ステーション
 - 6) 老人福祉施設等
 - 7) 居宅介護支援事業所等
6. 管内社会資源一覧 ～健康づくり～
 - 1) 市町村の健康に関する相談・問合せ先
 - 2) 運動施設・ウォーキングコース・スポーツクラブ・運動教室
 - 3) 市町村で行う各種教室・食生活改善推進協議会が実施する教室等
 - 4) 健康づくり協力店
 - 5) 禁煙外来

I 糖尿病重症化予防と地域連携

1. 基本的な考え方

近年の高齢化にしたがって、糖尿病の患者数は増加傾向にあり、それに伴い糖尿病性腎症による透析患者や糖尿病性網膜症等の重篤な合併症をもつ患者も増加しています。

このことから、高齢者糖尿病の重症化予防や望ましい療養生活を支援する地域包括ケアシステムの構築にむけて、医療、保健、及び介護等、関係機関の連携体制の強化を図っていくことが必要になります。

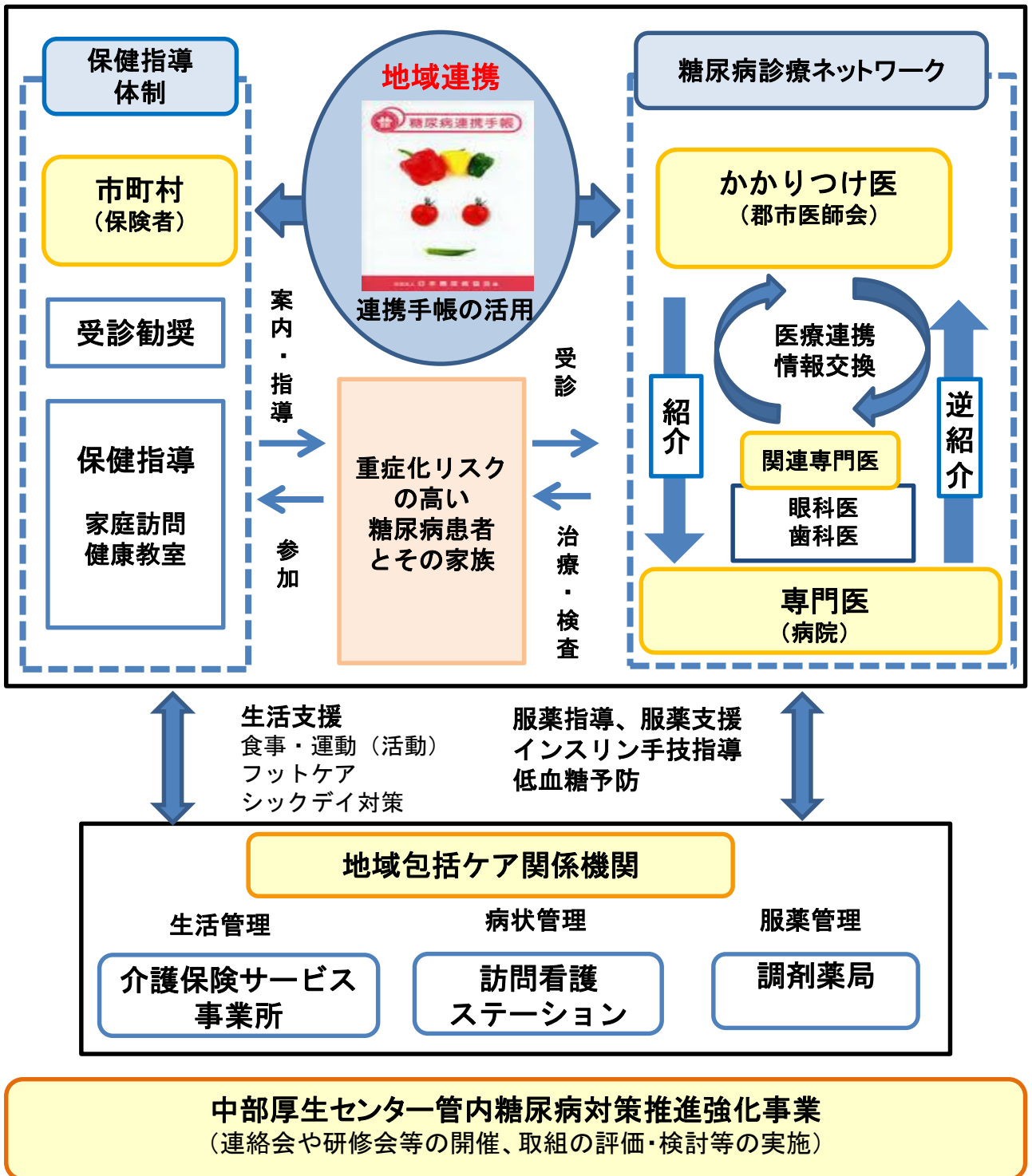


出典 富山県 糖尿病重症化予防対策マニュアル

2. 「糖尿病連携手帳」を活用した地域連携

糖尿病の自己管理と重症化予防を推進するため、患者や家族を中心に「糖尿病連携手帳」を連携ツールとして、様々な専門職スタッフによる情報の共有化と地域連携による糖尿病患者の健やかな在宅生活の療養支援を図っていきます。

糖尿病重症化予防のための地域連携イメージ図



3. 「糖尿病連携手帳」の記入方法と留意点

医療機関(病院・かかりつけ医)

- ① 「糖尿病連携手帳」の配布
- ② 基本情報の記入（特に赤枠の記入について確認）
- ③ 検査結果の記入と患者の血糖コントロール状態について説明

●基本情報の記入

各関係機関が把握する情報を記入することで、患者の基本情報について地域で共有化することができます。

●基本情報	
フリガナ	
氏名	
生年月日	
明・大・昭・平	年 月 日 男 女
住所	
TEL: ()	
勤務先	
TEL: ()	
緊急連絡先/続柄 ()	
TEL: ()	

記載日	年 月 日	記載者		
身長	cm	体重	kg	
過去最大体重	kg(才頃)	20才頃の体重	kg	
BMI		ウエスト周囲長	cm	
飲酒	飲まない・飲む()			
喫煙	吸わない・吸っていた・吸う(本/日)			
診断	1型糖尿病・2型糖尿病・その他()・妊娠糖尿病			
	年 月 日(才時)			
合併症	網膜症	なし・あり	腎症	なし・あり
	神経障害	なし・あり	歯周病	なし・あり
	動脈硬化	なし・あり(虚血性心疾患・脳血管障害・末梢動脈疾患)		
併存症	脂質異常症・高血圧症・肝疾患・高尿酸血症			
	その他			
既往歴				
薬剤情報				
家族の病歴	糖尿病 なし・あり()			
	その他			
摂取エネルギー	kcal/日	炭水化物	%日	
たんぱく質量	g/日	食塩相当量	g/日未満	
介護度	なし・要支援 1, 2・要介護 1, 2, 3, 4, 5			

■かかりつけ医 (連携バスの使用/ なし・あり)	
医療機関:	主治医:
住所:	
TEL: ()	
■病院 (連携バスの使用/ なし・あり)	
医療機関:	主治医:
住所:	
TEL: ()	

★赤枠は、医療機関で可能な範囲でご記入下さい。

★医療機関等の名称や連絡先がわかるようご記入下さい。
*「ゴム印」等の使用可

●検査結果の記入

検査結果を記入することで、患者自身がコントロール状況を知ることができ、地域の専門スタッフによる必要な療養支援を行うことができます。

また、保健センター等（市町村）では、患者が直接手帳を持参して、保健指導や糖尿病の相談を受けることができます。

★赤枠の検査結果をご記入下さい。（HbA1c等）

★治療のポイントの欄に保健指導とご記入下さい。

★健康センター（市町村）や中部厚生センターに患者が直接手帳を持参することで、保健指導を受けることができます。

【保健指導】

- ・肥満の改善
- ・血糖コントロールの改善 *特にHbA1c8.0%以上の方
- ・生活習慣の改善（食事や運動）

検査結果	検査日	/ /		/ /		/ /		
	施設							
	体重(kg)							
	血圧(mmHg)	/		/		/		
	血糖値(mg/dL)	空腹時・食後	分	空腹時・食後	分	空腹時・食後	分	
	HbA1c(%)							
	TC/LDL-C	/		/		/		
	TG/HDL-C	/		/		/		
	AST/ALT/γGTP	/ /		/ /		/ /		
	Cr/eGFR/UA	/ /		/ /		/ /		
	尿アルブミン指数	mg/gCr		mg/gCr		mg/gCr		
	尿蛋白	定量	g/gCr		g/gCr		g/gCr	
		定性	-・±・1+・2+・3+		-・±・1+・2+・3+		-・±・1+・2+・3+	
	治療のポイント	保健指導						

●治療方針により該当項目を記入し、治療に役立ててください。

地域の専門スタッフ

- ① 「糖尿病連携手帳」の確認
- ② 基本情報の記入（患者や家族とともに確認）
- ③ 検査結果の確認（コントロール状態の把握）
- ④ 必要な療養指導の実施と記録

●療養指導の記録（医療・保健・介護の専門スタッフの記録）

患者の療養指導のポイントや目標について各関係機関が共有化することで、同じ目標に向かって専門スタッフが在宅生活を支援することができます。

★食事、運動・リハビリ、薬、生活管理について保健指導や療養指導を行った時にご記入下さい。

★患者と一緒に決めた「目標」をご記入下さい。

★在宅での生活状況での注意点や主治医に伝えたいこと等をご記入下さい。

指 導 日	指 導 者
●今回の指導のポイント	

●次回までの目標	

●今回の指導のポイント	

●次回までの目標	

療養指導の記録

糖尿病連携手帳（公益社団法人 日本糖尿病協会）より抜粋

4. 糖尿病教育に関する病院と保健の窓口

病院では、「糖尿病教室」や「フットケア外来」等を開催しています。
また、市町村では、保健師、管理栄養士による保健指導を行っています。
肥満や生活習慣の改善などにご活用下さい。

*保健指導の際には、患者さんに「糖尿病連携手帳」をご持参いただくよう、
お伝え下さい。

❖ 病院の「糖尿病教室」等に関する問合せ先 ❖

病院の医師や専門スタッフによる糖尿病教室（糖尿病の治療や食事療法などの話）を行っています。かかりつけ医に通院の方も自由に参加できます。

参加をご希望の方は、窓口にご連絡いただくよう、お伝え下さい。

病院名（住所）	電話番号（窓口）	開催頻度等	備考
厚生連滑川病院 滑川市常磐町119	475-1000 (内科外来)	糖尿病教室 毎週水曜日 午後2時～3時 フットケア外来 毎月第1・3木曜日午後（予約制）	
かみいち総合病院 上市町法音寺51	472-1212 (内科外来)	糖尿病教室 毎週木曜日 午後1時30分～3時45分 フットケア外来 毎集水・金曜日午後（予約制）	
藤木病院 立山町大石原225	463-1301 (外来受付)	不定期	

❖ 市町村の糖尿病や健康管理に関する相談・問合せ先 ❖

市町村の保健センターでは、糖尿病の生活管理や食事相談などの保健相談を行っています。相談をご希望の方は、直接、窓口にご連絡下さい。

市町村	相談場所（窓口）	連絡先	相談時間
滑川市	滑川市民健康センター	476-8011 (475-8243)	月曜日～金曜日 AM9:00～PM5:00 *糖尿病健康相談年12回 (うち4回PM5:00～7:00)
舟橋村	舟橋村役場 生活環境課	464-1121 (464-1066)	月曜日～金曜日 AM9:00～PM5:00
上市町	上市町保健センター	473-9355 (473-9356)	月曜日～金曜日 AM9:00～PM5:00
立山町	立山町保健センター	463-0618 (462-9011)	月曜日～金曜日 AM9:00～PM5:00

5. 管内協力・連携機関～糖尿病対策推進強化事業～

1) 医療機関（病院・診療所）

連番	診療所名	市町村	町・番地	郵便番号	市内局番	FAX番号	備考（診療科目等）
1	厚生連滑川病院	滑川市	滑川市常磐町1 1 9	936-0027	475-1000	475-7997	
2	かみいち総合病院	上市町	上市町法音寺5 1	930-0353	472-1212	472-1213	
3	藤木病院	立山町	立山町大石原2 2 5	930-0261	463-1301	463-2801	
4	吉見病院	滑川市	滑川市清水町3-25	936-0052	475-3332	475-7235	
5	ひまわりクリニック	滑川市	上小泉町1691	936-0053	475-4131	475-4132	外・整外・内
6	岩城小児科医院	滑川市	下小泉町342	936-0058	475-0132	475-9081	内・小
7	鷹取医院	滑川市	清水町14-16	936-0052	475-0345	476 - 0245	内・胃・外・肛
8	石坂医院	滑川市	嘉大窪737	936-0805	477-1818	477 - 1909	内・外・整外・リハ
9	毛利医院	滑川市	四間町527	936-0035	475-0054	475 - 6628	内・呼・アレ
10	加積クリニック	滑川市	堀江182-1	936-0846	476-0558	476-0448	内・外・整外・リウ
11	くるまたにクリニック	滑川市	上小泉395	936-0053	476-5122	476-5113	内・呼・消・循・リハ
12	荒川内科クリニック	滑川市	下小泉町1-1	936-0058	475-0001	475-0808	内・神内・循・消・リハ
13	中村内科医院	滑川市	中川原188-1	936-0021	476-6222	476-6234	内・循
14	さいとう内科医院	滑川市	加島町143-1	936-0068	476-5110	476-5120	内
15	打田内科	滑川市	辰野1362-15	936-0024	476-0050	476-0058	内
16	不二越滑川診療所	滑川市	大掛 176	936-0802	424-2881	424-0085	内
17	舟橋クリニック	舟橋村	竹内508	930-0289	463-3520	463-3642	内・小・皮・泌・産婦
18	酒井医院	上市町	広野494	930-0412	473-1118	472-2591	内・小・外・整外
19	池田内科医院	上市町	法音寺1	930-0353	472-5222	472-3525	内・胃
20	四ツ葉園診療所	上市町	稗田1-32	930-0362	472-1118	472-5391	内・精
21	渡辺整形外科医院	上市町	上法音寺12	930-0352	472-0103	472-0703	内・整外・リウ・リハ
22	わかくさ医院	上市町	正印257	930-0357	473-9380	473-9381	内・消・肛・外
23	安本内科クリニック	上市町	上中町29	930-0333	472-0228	472-0228	内
24	中村内科クリニック	上市町	上経田2-5	930-0372	473-3360	473-3361	内・小・消
25	黒田内科医院	立山町	五百石218	930-0214	463-0006		内
26	内科酒井医院	立山町	五百石27	930-0214	463-1567	463-1568	内・呼・消
27	かとうこどもクリニック	立山町	大石原187	930-0261	462-1113	462-1113	内・小
28	金木クリニック	立山町	五百石165	930-0214	463-0066	462-3939	内
29	植野内科医院	立山町	前沢2710-34	930-0221	463-5030	463-5031	内
30	うめざわ内科クリニック	立山町	前沢新町406	930-0229	463-5200	463-5201	内・消
31	岩嶽寺クリニック	立山町	宮路48	930-1367	483-8188	483-3120	呼・内・循・心血外
32	五百石整形外科医院	立山町	五百石184	930-0214	462-0001	462-0333	内・整外・リウ・リハ
33	たてやまクリニック	立山町	日俣235-8	930-0252	464-1211	464-2062	内・漢方

2) 薬局

No	薬局名称	郵便番号	薬局所在地	備考（連絡先）
1	立山中央薬局	930-0221	中.立山町前沢2727-14	076-463-5060
2	かど薬局	930-0353	中.上市町法音寺42	076-472-0780
3	すなこ薬局	936-0053	滑.上小泉348-1	076-475-6151
4	上市青木二階堂薬局	930-0357	中.上市町正印244	076-473-9225
5	まつむら調剤薬局	930-0229	中.立山町前沢新町407-2	076-463-6288
6	栄光堂薬局	930-0214	中.立山町五百石17	076-463-0106
7	チューリップ上市薬局	930-0353	中.上市町法音寺64-16	076-473-9353
8	ハート薬局滑川店	936-0021	滑.中川原188-4	076-476-2622
9	チューリップ上小泉薬局	936-0053	滑.上小泉2046-6	076-476-0220
10	クスリのアオキ上市薬局	930-0353	中.上市町法音寺字横市2番1	076-473-2866
11	ハート薬局柳原店	936-0023	滑.柳原26番地6	076-475-8611
12	安田薬局	930-0334	中.上市町西中町25	076-472-0126
13	中滑川薬局	936-0058	滑.下小泉町1-8	076-475-2771
14	めろん薬局 大石原店	930-0261	中.立山町大石原192番1	076-464-2601
15	劔漢方薬局	930-0304	中.上市町森尻362-5	076-473-2033
16	さくら薬局上市店	930-0535	中.上市町法音寺7-8	076-473-9339
17	さくら薬局 富山雄山店	930-0261	中.立山町大石原220-1	076-462-9381
18	チューリップ法音寺薬局	930-0353	中.上市町法音寺2-3	076-472-1123
19	クスリのアオキ立山薬局	930-0261	中.立山町大石原75番	076-462-7117
20	チューリップ米沢薬局	930-2668	中.立山町米沢 17-9	076-464-2668
21	ひまわり薬局	930-0372	中.上市町上経田2-2-1	076-472-1088
22	いい薬局	930-0353	中.上市町法音寺吉田5番地5	076-473-0866
23	クスリのアオキ柳原薬局	936-0023	滑.柳原21番4	076-476-0755
24	ウエルシア薬局滑川吾妻店	936-0033	滑.吾妻町511	076-476-2880
25	ホリ薬局	930-0324	中.上市町新町13-1	076-472-0142
26	クスリのアオキうおのみ薬局	936-0077	滑.魚躬字膏薬1229番172	076-475-6135
27	あおば薬局常盤町店	936-0027	滑.常盤町181-32	076-476-1167
28	あおば薬局エール店	936-0027	滑.常盤町181-17	076-475-0112
29	チューリップ立山薬局	9300252	中.立山町日俣323番地1	076-461-3386

3) 市町村保健機関

No.	名称	郵便番号	住 所	電話番号 F A X 番号	備考 (併設施設等)
1	滑川市 市民健康センター	936-0056	滑川市田中新町127番地	076-475-8011 076-475-8243	
2	立山町 保健センター	930-0221	中新川郡立山町前沢1169番地	076-463-0618 076-462-9011	
3	上市町 保健センター	930-0361	中新川郡上市町湯上野8番地	076-473-9355 076-473-9356	
4	舟橋村 生活環境課	930-0295	中新川郡舟橋村仏生寺55番地	076-464-1121 076-464-1066	舟橋村役場内

4) 地域包括支援センター

No.	名称	郵便番号	住 所	電話番号 F A X 番号	備考 (併設施設等)
1	滑川市 地域包括支援センター	936- 8601	滑川市寺家町104番地	076-476-9400 076-476-9401	滑川市役所内
2	立山町 地域包括支援センター	930- 0221	中新川郡立山町前沢1169番地	076-462-9958 076-462-9996	立山町役場健康福祉課内
3	上市町 地域包括支援センター	930- 0361	中新川郡上市町湯上野8番地	076-473-2811 076-473-2388	上市町 保健福祉総合センター内
4	舟橋村 地域包括支援センター	930- 0295	中新川郡舟橋村仏生寺55番地	076-464-1847 076-464-1558	舟橋村役場内

5) 訪問看護ステーション

No.	名称	郵便番号	住 所	電話番号 F A X 番号	備考 (併設施設等)
1	滑川市医師会 訪問看護ステーション	936-0051	滑川市寺家町104番地	076-476-1122 076-476-1172	
2	訪問看護ステーション むゆうじゅ	936-0885	滑川市法花寺380-5	076-476-0114 076-471-8402	
3	上市町 訪問看護ステーション	930-0361	上市町湯上野8	076-472-5703 076-472-5701	
4	訪問看護ステーション つるぎ	936-8585	上市町森尻746番地	076-472-6116 076-472-6350	
5	立山町 訪問看護ステーション	930-0229	立山町前沢1169	076-463-0616 076-463-0968	

6) 老人福祉施設等

No	事業所名称	郵便番号	事業所住所	電話番号	備考
1	老人保健施設 なごみ苑	936-0883	滑川市野町1686番地	076-475-8888	
2	上市老人保健施設 つるぎの庭	930-0304	中新川郡上市町森尻704	076-473-0070	
3	介護老人保健施設 ケアホーム 陽風の里	930-0261	中新川郡立山町大石原254番地	076-643-0601	
4	特別養護老人ホーム 清寿荘	936-0843	滑川市赤浜573-1	076-475-3600	
5	社会福祉法人 廣和会 特別養護老人ホーム カモメ荘	936-0003	滑川市吉浦13番地	076-476-5666	
6	社会福祉法人 中新川福祉会 特別養護老人ホームふなはし荘	930-0281	中新川郡舟橋村舟橋58番地-1	076-462-9888	
7	特別養護老人ホーム 常楽園	930-0474	中新川郡上市町館209番地	076-472-3993	
8	社会福祉法人 立山福祉会 介護老人福祉施設 竜ヶ浜荘	930-3252	中新川郡立山町119番地	076-462-2600	
9	社会福祉法人 グレイス会 ケアハウスルミナス立山	930-0261	中新川郡立山町大石原229番地	076-463-5858	
10	社会福祉法人 かづみ野 かづみの里	936-0053	滑川市上小泉36番地の8	076-476-6543	
11	医療法人 財団恵仁会 ケアハウス青葉の里	930-0221	中新川郡立山町前沢1181番地	076-463-2155	
12	生活支援ハウス「ほたるの里」	936-0857	滑川市下梅沢424	076-476-2166	
13	高野接骨院デイサービス きらきら	936-0077	滑川市魚躬202-1	076-476-0866	
14	舟橋村デイサービスセンター	930-0281	中新川郡舟橋村舟橋60	076-462-9876	
15	㈱とやまヒューマンサービス 小規模多機能 お気良俱上市	930-0362	中新川郡上市町稗田32-1	076-473-3522	
16	ニチイケアセンター上市	930-0365	中新川郡上市町神田20-5	076-473-9156	
17	㈱とやまヒューマンサービス ひなたぼっこ上市	930-0362	中新川郡上市町稗田33-1	076-473-3520	
18	デイサービス やまやまハウス	930-0362	上市町稗田13の16	076-473-8056	
19	民間デイサービス ひまわり	930-0379	中新川郡上市町放士ヶ瀬新187-29	076-473-2518	
20	特定非営利活動法人 かみいち福祉の里 お茶の間	930-0315	中新川郡上市町若杉三丁目418番地	076-473-3383	
21	㈱日本エコ・ケア・サービス 虹の丘たてやま	930-3265	中新川郡立山町米沢44-14	076-462-9366	
22	吉峰温泉デイサービスセンター	930-1361	中新川郡立山町下田字川除山割27-2	076-483-8560	
23	デイサービス まんてん	930-0274	中新川郡立山町五郎丸149-1	076-463-6625	
24	有限会社アロマ 赤いふうせん 富山型デイサービス	930-0229	中新川郡立山町前沢新町163番地	076-462-0888	
25	有料老人ホーム しんせい	930-3265	中新川郡立山町米沢19-12	076-463-6670	
26	有限会社アロマ 赤いふうせん メルヘン	930-0221	中新川郡立山町前沢2530番地45	076-464-2880	
27	高野接骨院デイサービス やわやわ	936-0027	滑川市常磐町667	076-475-7608	
28	デイサービス滑川倶楽部	936-0882	滑川市中野島2763番地	076-471-8015	
29	デイサービスまんてん米沢	930-3265	中新川郡立山町米沢20-1	076-463-6650	

7) 居宅介護支援事業所等

No.	事業所名称	郵便番号	事業所住所	電話番号	備考
1	清寿荘在宅介護支援センター	936-0843	滑川市赤浜573番地の1	076-475-9200	
2	滑川市社会福祉協議会居宅介護支援事業所	936-0033	滑川市寺家町104	076-475-7000	
3	なごみいきいきセンター	936-0883	滑川市野町1686番地	076-475-8891	
4	カモメ荘在宅介護支援センター	936-0003	滑川市吉浦13番地	076-476-5200	
5	高野接骨院ケアプラン	936-0027	滑川市常盤町703番地	076-475-5589	
6	ほたるの里介護支援ステーション	936-0857	滑川市下梅沢424番地	076-476-2166	
7	よろこび滑川ケアセンター	936-0851	滑川市沖田新538番	076-476-5771	
8	特定非営利活動法人えん居宅介護支援事業所	936-0811	滑川市大浦601番地	076-474-0711	
9	居宅介護支援事業所 むゆうじゅ	936-0056	滑川市法花寺380番地5	076-476-0114	
10	あかり居宅介護支援事業所	936-0857	滑川市下梅沢348番地7	076-471-8503	
11	アロマ社会福祉士事務所	930-0229	中新川郡立山町前沢新町163番地	076-462-8288	
12	竜ヶ浜荘指定居宅介護支援センター	930-3252	中新川郡立山町末上野267番地の7	076-462-2110	
13	立山居宅介護支援事業所	930-0261	中新川郡立山町大石原254番地	076-463-0902	
14	立山町社協ケアサービスセンター	930-0221	中新川郡立山町前沢1169番地	076-463-3356	
15	一期一会	930-0274	中新川郡立山町米沢20-1	076-463-6639	
16	ライフサポート虹の丘たてやま	930-3265	中新川郡立山町米沢44-14	076-462-9366	
17	つくしの森居宅介護支援事業所	930-0267	中新川郡立山町西大森657番地	076-463-1294	
18	やまの湯介護相談所	930-1367	中新川郡立山町宮路34-1	076-483-8771	
19	上市町社協居宅介護支援事業所	930-0361	中新川郡上市町湯上野字砂田8番地	076-473-9300	
20	ニチイケアセンター上市	930-0365	中新川郡上市町神田20番地5	076-473-9156	
21	常楽園サービス	930-0474	中新川郡上市町館209番地	076-472-3993	
22	上市町福祉課	930-0361	中新川郡上市町湯上野8番地	076-473-2811	
23	上市老人保健施設つるぎの庭居宅介護支援事業所	930-0304	中新川郡上市町森尻704番地	076-473-0070	
24	在宅介護支援事業所ハッピーとやま上市	930-0362	中新川郡上市町稗田33-1	076-473-2858	
25	元・気・楽居宅介護支援事業所	930-0456	中新川郡上市町丸山11番地	076-473-3955	
26	やまやまハウス居宅介護支援事業所	930-0362	中新川郡上市町稗田13-16	076-473-8056	
27	居宅介護支援事業所ひまわり	930-0379	中新川郡上市町放士ヶ瀬新187番地 29	076-473-2510	
28	ふなはし荘居宅介護支援事業所	930-0281	中新川郡舟橋村舟橋58-1	076-462-9888	

6. 管内社会資源一覧 ～健康づくり～

◆市町村の健康に関する相談・問合せ先◆

市町村名	教室・場所等		電話番号 (FAX)	市町村のホームページ (E-mail アドレス)
滑川市	全ての方	滑川市民健康センター	476-8011 (475-8243)	http://www.city.namerikawa.toyama.jp (kenko@city.namerikawa.lg.jp) (hokatsu@city.namerikawa.lg.jp)
	65歳以上	滑川市地域包括 支援センター	476-9400 (4769401)	
舟橋村	全ての方	舟橋村役場 生活環境課	464-1121 (464-1066)	http://www.vill.funahashi.toyama.jp/ (info@vill.funahashi.lg.jp)
		舟橋村地域包括 支援センター (社会福祉協議会内)	464-1847 (464-1558)	http://www.funahashi-wel.or.jp/ (f-syakyo@vill.funahashi.toyama.jp)
上市町	全ての方	上市町保健センター	473-9355 (473-9356)	http://www.town.kamiichi.toyama.jp/ (info@town.kamiichi.lg.jp)
	65歳以上	上市町地域包括 支援センター (福祉課)	473-2811 (473-2388)	
立山町	全ての方	立山町保健センター	463-0618 (462-9011)	http://www.town.tateyama.toyama.jp/pub/ (info@town.tateyama.toyama.jp)
	65歳以上	立山町地域支援包括 支援センター	462-9088 (464-1147)	

◆市町村で行う各種教室◆

市町村名	クラブ・教室名	電話番号	所在地	問合せ先 等
滑川市	おとなの食育講座 (詳細は広報等に記載)	476-8011	滑川市民健康センター	
	地区健康教室			
	運動実践教室(メタボ予防)			12月～2月
	うんどう教室(スポーツ健康の森 公園・いのみ公園)	476-9400	滑川市地域包括 支援センター	第4火曜日
舟橋村	生活習慣改善教室 「メタボ快笑! 毎日快腸! 教室」	464-1121	舟橋村役場 生活環境課	詳細は広報等に記載 11～1月に実施予定
上市町	健康セミナー	473-9355	上市町保健センター	
	糖尿病予防教室 7回/クール			
	高血圧症予防教室 6回/クール			
	ヘルスアップ教室(1～3月)			
立山町	はつらつ健康教室	463-0618	立山町保健センター	
	「糖尿病予防講習会」 「健康ウォーク365歩のまち みんなで歩こう会」			

❖ 禁煙外来 ❖

(保険適用で禁煙治療を受けられるところ)

医療機関名	住所	電話番号
中村内科医院	滑川市中川原188-1	476-6222
打田内科	滑川市辰野1362-15	476-0050
くるまたにクリニック	滑川市上小泉395	476-5122
荒川内科クリニック	滑川市下小泉町1-1	475-0001
厚生連滑川病院	滑川市常磐町119	475-1000
かみいち総合病院	上市町法音寺51	472-1212
ひの皮ふ科クリニック	上市町法音寺16	472-1800
渡辺整形外科医院	上市町上法音寺12	472-0103
かとうこどもクリニック	立山町大石原187	462-1113
たてやまクリニック	立山町日俣井合坪割235-8	464-1211
五百石整形外科医院	立山町五百石184	462-0001
藤木病院	中新川郡立山町大石原225	463-1301

❖ 健康づくり協力店 ❖ (情報公開可能のところのみ)

◆メニューに栄養成分表示 ★「元気メニュー」の提供 ●禁煙(分煙)



店名	住所	電話番号	備考
そば処 菴	滑川市中川原362	475-6066	◆ ●
厚生連滑川病院 外来食堂 憩	滑川市常磐町119	475-5957	●
レストラン かじやばし	滑川市吾妻町426	476-5511	◆ ●
たこ房 ・フードステーション	滑川市上島460-1 PLANT3内	475-8515	◆ ●
海辺の生活	滑川市坪川99-4	476-1602	●
舟橋・立山天然温泉 湯めぐち	舟橋村古海老江256-1	464-2600	●
そば処 サエキ	上市町広野2463-5	473-2188	◆ ●
レストランピアンモール (かみいち総合病院内)	上市町法音寺51	472-2270	●
むか井	立山町宮路12	483-1706	◆ ●
お魚とそうざいの店 かわじり ナビオ店	立山町草野101	462-3988	◆
久亭	立山町草野141	463-0099	◆★
そば処 おきな	立山町福田296-1	463-0880	◆ ●
アルビス フードパリュナナビオ店	立山町草野101	462-3977	◆★●
アルビス 立山インター店	立山町辻64	463-6770	◆★●
中華料理 大三元	立山町草野158	463-3873	●

◆運動施設◆

市町村名	施設名	電話番号	所在地	問合せ先 等
滑川市	* 滑川市交流プラザ 軽運動室	476-5500	滑川市吾妻町426	
	* 滑川市総合体育センター	475-8580	滑川市柳原238	
	* 滑川室内温水プール	476-0711	滑川市柳原258-4	
	* タラソピア	476-9303	滑川市中川原410	
	* サン・アビリティーズ滑川	475-3342	滑川市柳原1537-2	
	* みのわテニス村	474-1948	滑川市蓑輪28	
	* 滑川運動公園 (野球場)	475-9233	滑川市有金	滑川市体育協会
	ゲートボール場	475-6667	滑川市中野島2410	
	* 市営テニスコート	475-9233	滑川市下梅沢 31-1	滑川市体育協会
	市内小学校体育施設	475-2111	滑川市教育委員会スポーツ課 (内線257)	
	* スポーツ健康の森公園	475-9233	滑川市柳原1449	滑川市体育協会
	* いをのみ公園	475-2111	滑川市魚躬763	滑川市公園緑地課 (内線462)
舟橋村	小学校体育館 グラウンド	464-1121	舟橋村教育委員会事務局 (内線49)	
	中学校体育館 グラウンド			
	舟橋会館	464-1126	舟橋村海老江147	
	* テニスコート	464-1126	舟橋村海老江147	
上市町	町民体育館・町民総合グラウンド	472-0771	上市町湯上野1番地1	上市町ホームページ
	上市町B&G海洋センター体育館	472-1971	上市町旭町1524番地	「上市町 公共施設約」から 予約可能
	上市町体育センター	473-0193	上市町稗田35番地3	
	上市町武道館	473-0192	上市町稗田35番地3	
	上市町丸山総合公園	472-5300	上市町堤谷11-5	
	弓庄コミュニティスポーツ センター、グラウンド	472-2499	上市町横越1-7	
	町内小中学校体育施設	472-1111	上市町教育委員会事務局 (内線348)	
	* ウエルネススポーツセンター	473-2070	上市町堤谷1-1	
立山町	立山町総合公園	464-1601	立山町野沢1	
	中央体育センター	463-5077	立山町向新庄123	
	立山町武道館	463-5077	立山町向新庄123	
	立山友情館	462-9983	立山町榎 1	
	町民体育館	463-5077	立山町米沢3-9	
	勤労青少年ホーム	463-0321	立山町下白岩16	
	町民グラウンド	462-9983	立山町前沢3318	
	町當中米沢ゲートボール場	462-9983	立山町米沢5-4	
	町當中央テニスコート	462-9983	立山町前沢3279	
	町當上東グラウンド	462-9983	立山町下白岩16	
	町當上東体育館	462-9983	立山町下白岩16	
	町當谷口体育館	462-9983	立山町谷口43	
	* 富山県常願寺川公園	463-2034	立山町利田	
	* 常願寺ハイツ (プール、 トレーニングジムあり)	462-1164	立山町泊新83-6	

❖ウォーキングコース❖

市町村名	コース名	
滑川市	ふたつの公園をめぐる散歩道	行田公園周辺（約4.0km）
	上市川沿いの散歩道	上市川沿い（約4.0km）
	宿場回廊探訪	宿場回廊（約5.0km）
	立山連邦一望海の道	ほたるいかミュージアム～早月川（約5.0km）
	歴史をたどる旧街道	ほたるいかミュージアム～早月川（約4.5km）
	戦国ロマンと治水を想う剣道	早月川沿い（約5.0km）
	映画撮影地をむすぶ田園の道	滑川運動公園周辺（約5.0km）
	滑川市一望丘陵史跡の道	博物館周辺（約7.0km）
	大日・みのわ峠の道	千鳥神社～みのわ温泉（約3.0km）
	※詳細は滑川市ホームページ「なめりかわウォーキングコース」参照	
舟橋村	しらいわがわコース（4.1km）	
	ほそかわコース（3.5km）	
上市町	ハゲ山遊歩道	種地区周辺
	城ヶ平山遊歩道	大岩山日石寺周辺
	千石城山遊歩道	ふるさと剣親自然公園周辺
	※詳細は上市町ホームページ「かみいちトレッキングコース」参照	
立山町	吉峰遊歩道コース	グリーンパーク吉峰
	「健康ウォーク365歩のまち みんなで歩こう会」 各公民館周辺コース 美女平遊歩道コース・弥陀ヶ原遊歩道コース 黒部ダム湖畔遊歩道コース	各公民館

❖スポーツクラブ・運動教室❖

市町村名	クラブ・教室名	電話番号	所在地	問合せ先 等
滑川市	なめりCANクラブ	475-8582	滑川市柳原238	
	滑川室内温水プール	476-0711	滑川市柳原258-4	
舟橋村	舟橋村文化スポーツクラブ バンドリ-	464-1126	舟橋村海老江147	舟橋会館内 （教育委員会事務局）
	舟橋村体育協会			舟橋会館
	公民館講座			
上市町	粋生き健康づくり教室	473-9333	上市町湯上野8	上市町健康文化振興団
	上市町総合スポーツクラブ “さんさん”	472-1971		
	ウエルネススポーツセンター	473-2070	上市町堤谷1-1	
	働く婦人の家講座	473-0075	上市町法音寺1	働く婦人の家
	公民館講座		各公民館	
立山町	スポーツFUNたてやま	080-8696-3012		
	立山連峰スポーツクラブ	462-2684		谷口公民館内
	Rヴィレッジスポーツクラブ	464-1820		
	立山フレンドリースポーツクラブ	463-5077		
	常願寺川スポーツクラブ	463-6616		
	公民館講座		各公民館	