

国保ヘルスアップモデル事業  
—指定市町村概況票—

1. 概況(平成 16 年 4 月 1 日現在)

総人口	35,739 人	国保被保険者数	13,715 人
	(うち 40～64 歳人口 11,840 人)		(うち 40～64 歳 4,425 人)
	(うち 65 歳以上人口 7,596 人)		(うち 65 歳以上 5,563 人)
	(うち 75 歳以上人口 3,544 人)		(うち 75 歳以上 2,473 人)

2. 市町村の健康に関する対応

	部署名	スタッフ状況(上段:常勤、下段:非常勤)			
		事務職員	保健師	栄養士	その他
関係機関 スタッフ状 況	国民健康保険関連部署 ( ほけん課)	2 人	人	人	人
		人	人	人	人
	健康づくり部署 ( ほけん課)	2 人	6 人	人	人
		1 人	人	人	人
	その他 ( 福祉課)	人	1 人	人	人
		人	人	人	人
現在実施 しているヘル スアップ モデル事 業以外の 健康づく りに関する 保健事業	<p>老人保健事業 健康相談 老人会、定例健康相談 健康診査 婦人科検診 乳がん検診 骨密度検診 40 歳の者を対象にした厄年検診 健康教育 骨粗しょう症予防、更年期障害等関連、女性対象「生き生き教室」 検診事後指導、国保以外の者対象「生活習慣病予防教室」 これまでの健康教育参加者を対象に、実施継続を目的とした 「健康教育 OB 会」 「大腸がん予防教室」大腸がん検診 PR、受診後の対応法について 歯周病予防教室 玄米ニギニギダンベル体操 国保保健事業 国保人間ドック事業 健康ウォーキング 健康まつり 口腔健康教室</p>				
市町村内 の健康増 進のため の資源状 況	<p>○ あり 二本松市城山総合体育館・二本松市温泉健康保養施設「スカイピアあだたら」 イトマンスイミングスクール二本松校 JO スタジオ(エアロビクス等)、ダンススタジオ GEN、 快フィットネス研究所</p>				
健康増進 計画の 策定期	17 年 3 月				

3. 市町村の健康状況と課題																																			
基本健診	1) 受診者数 (平成 15 年度実績)	対象者数: 10,796 人(うち国保被保険者数: 4,414 人) 受診者数: 4,018 人(うち国保被保険者数: 1,595 人) * 国保被保険者数は概数																																	
	2) 基本健診からみた課題	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 年齢が高くなるほど受診率が上昇し、検診受診者の高齢化がある。</li> <li>・ その一方で 40 代の精密検査受診率が低い。</li> <li>・ 脂質検査では、受診者の約半数が要指導・要医療となっている。</li> <li>・ 血糖検査では、70 代の要医療者の割合が高い。</li> <li>・ 50 代男性の肥満者の割合が、30%以上と高くなっている。</li> </ul>																																	
医療費分析からみた課題	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 平成 15 年 5 月国民健康保険の疾病統計では、循環器系の疾患が費用割合、件数割合で全体の約 30%を占めている。</li> </ul> <p>平成 14 年 5 月分と平成 15 年 5 月分を比較すると高血圧性疾患は件数、費用額ともに減少傾向にあったが、糖尿病は件数、費用額ともに増加傾向にあった。</p>																																		
健康増進計画等にかかる実態調査からみた課題	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 平成 14 年度実施した市民健康度指標アンケート(30 才以上の市民約 5000 人)と平成 14 年に福島県で実施した県民健康栄養調査(内容は当市調査とほぼ同様)及び平成 14 年度国民健康栄養調査を比較したところ次のような傾向がみられた。</li> <li>・ なお、県、国の調査概要との比較であり、年代別、男女別等詳細な比較については、国・県実施分は未発表のため、平成 16 年度実施する予定である。</li> </ul>																																		
	<table border="1"> <thead> <tr> <th rowspan="2"> (%)</th> <th colspan="3">男 性</th> <th colspan="3">女 性</th> </tr> <tr> <th>市</th> <th>県(20 才以上)</th> <th>国(30 才以上)</th> <th>市</th> <th>県(20 才以上)</th> <th>国(30 才以上)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>喫煙率</td> <td>50.2</td> <td>46.5</td> <td>44.5</td> <td>10.75</td> <td>10.8</td> <td>13.8</td> </tr> <tr> <td>飲酒率</td> <td>75.5</td> <td>69.7</td> <td>-</td> <td>34.5</td> <td>32.2</td> <td>-</td> </tr> <tr> <td>歯磨き回数 1 日 3 回以上</td> <td>8</td> <td>17.2</td> <td>-</td> <td>19.8</td> <td>30.6</td> <td>-</td> </tr> </tbody> </table> <p>上記から</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 喫煙率が(特に男性で)国・県に比較し高い。</li> <li>・ 飲酒率が県と比較して、男女ともに高い。</li> <li>・ 歯磨きの 1 日の回数が 3 回以上の者の割合は、県と比較して、男女ともかなり低い。国保疾病統計上も歯周疾患の費用額が高くなっている。</li> </ul> <p>以上のことから、喫煙に関連する各種生活習慣病、飲酒に伴う食生活の偏りや、肝機能障害などの身体上の問題、アルコール依存症等の精神上的の問題が潜在化していることが考えられる。</p> <p>このため、今後さらに分析する必要がある。</p>		(%)	男 性			女 性			市	県(20 才以上)	国(30 才以上)	市	県(20 才以上)	国(30 才以上)	喫煙率	50.2	46.5	44.5	10.75	10.8	13.8	飲酒率	75.5	69.7	-	34.5	32.2	-	歯磨き回数 1 日 3 回以上	8	17.2	-	19.8	30.6
(%)	男 性			女 性																															
	市	県(20 才以上)	国(30 才以上)	市	県(20 才以上)	国(30 才以上)																													
喫煙率	50.2	46.5	44.5	10.75	10.8	13.8																													
飲酒率	75.5	69.7	-	34.5	32.2	-																													
歯磨き回数 1 日 3 回以上	8	17.2	-	19.8	30.6	-																													

<p>その他</p>	<p>・平成 14 年の死因別死亡率を県平均と比較してみると、高血圧性疾患による死亡が高く、心疾患、脳血管疾患では死亡率は低かった。</p>
<p>全体的な健康課題</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 高齢化率が年々上昇しており、介護保険の申請者数も急激に増加している。</li> <li>・ 検診受診者の中高年者の肥満割合の増加や、疾病統計上糖尿病の件数、費用額の増加等を見ると、生活習慣病の予防は重要である。</li> <li>・ また、健康に対する関心が高まってくる年代は、60 代前後のため、いかに若い年代の要指導・要医療者に自分のこととして捉えてもらえるかが問題である。</li> </ul>

**国保ヘルスアップモデル事業**  
 —平成 15 年度実績報告調書 A 票—

1. 回答者	
氏名	阿部 洋子
所属	市民福祉部ほけん課保健係
連絡先	TEL(0243-23-1111 内線272 ) FAX( 0243-22-1547 )
	E-mail ( hoken@city.nihonmatsu.fukushima.jp )

2. モデル事業の実施概要	
対象とする生活習慣病名	高血圧症、高脂血症、糖尿病、肥満症
対象とする生活習慣	栄養・食生活、運動、睡眠、ストレス、飲酒、喫煙、歯みがき
個別健康支援プログラムの種類	<p>① ヘルスアップ教室</p> <p>期間： 5 か月間、1 コース 10 回実施</p> <p>内容： 最初の 2 か月間は週 1 回程度 8 回開催。その後 3 か月間の自主活動期間を設け再度検査及び個別指導等 2 回実施した。</p> <p>1 回目・7 回目・9 回目には血液・体力等検査、2 回目・8 回目・10 回目は前回の検査結果の説明及び個別指導。</p>

3. 事業実施体制			
実施主体	事業実施本部	安達医師会(地域医療部会長) 安達歯科医師会(顧問) 安達薬友会 市国民健康保険運営協議会長 市保健委員会長 市婦人団体連合会(副会長) 市商工会議所(総務係長) JA みちのく安達グリーンセンター (生活指導係) 市体育指導委員長 市保健推進員会長 在宅栄養士 健康教育 OB 会代表 県北保健福祉事務所専門保健技師	
	実務者会議	市民福祉部長 ほけん課長 ほけん課国保係(事務職2名) ほけん課保健係(保健師6名、事務職2名) 福祉課長寿福祉係(事務職1名) 中央在宅介護支援センター保健師(1名) 教育委員会生涯学習課長	
	プログラムの実施に関わっている委託機関と委託内容	委託機関名	
		(有)パル	教室運営、栄養士、インストラクター派遣
(財)福島県保健衛生協会		血液検査、喫煙検査の実施	
(株)ジューコクリエイティブ		評価分析データ作成	
福島県国民健康保険団体連合会		レセプトデータの提供	
評価主体	福島県立医科大学医学部公衆衛生講座教授・助手 桜美林大学大学院国際学研究課助教授 しろにし診療所長		

4. モデル事業実施にあたって実施を開始した保健事業	
なし	

5. 医療費分析の実施状況	
医療費分析の実施の有無 ※実施:○、実施せず:×	○
集計対象予定期間	介入前後3か月(データはH14年3月～H16年2月診療分)
集計対象	平成14年度ヘルスアップ教室介入者及び対照者(同意有り者のみ)のうち69歳までの者の年間医療費
集計内容	総レセプト件数、総レセプト点数、総レセプト日数、病名別受療状況
集計単位	プログラムごと
集計実施状況	平成14年3月診療分から電子媒体によるレセプトデータの提供を県国保連合会に依頼し、委託事業所でデータ処理を行い、評価者による分析を依頼している。

国保ヘルスアップモデル事業  
—平成 15 年度実績報告調書 B 票—

1. 個別健康支援プログラムの概要				
	期	時期	期間	介入回数
プログラムの実施予定期間	強介入期間 ※1か月に1回以上の介入がある場合	15年 5月 ～ 15年 11月	2.5ヶ月	10回
	一般介入期間 ※1か月に1回未満の介入がある場合	15年 8月 ～ 15年 11月	3ヶ月	1回
	合計	15年 5月 ～ 15年 11月	5.5ヶ月	11回
プログラム終了後のフォローアップ期間 ※プログラム終了後に、効果の継続性の確認や効果測定のために介入群と接触する場合		年 月 ～ 年 月	ヶ月	0回
対象とする生活習慣病名	高血圧症、高脂血症、糖尿病、肥満症			
対象年齢層	30歳 ～ 79歳			
個別健康支援プログラムの特徴 ※このプログラムを企画した意図やねらい、プログラムの新規性や独自性	①参加者が生活習慣の改善の必要性を理解し、良い習慣の維持継続ができるようにする。 ②運動を中心としたプログラムにより、運動による爽快感を体感し、楽しく継続できる内容を紹介する。 ③集団指導による参加者相互の情報交換、交流の促進による教室参加継続の支援と、個々の状況に応じた個別指導を併せて実施する。 ④対象年齢層に合わせた運動指導内容とする。 ⑤生活範囲で利用可能な運動施設等の社会資源の選択・活用を目指し施設の利用体験を含める。 ⑥生活習慣予防は共通項目が多いことから、疾病病態別とはしない。			

2. 介入群と対照群の設定状況								
介入群	参加者の性別、年齢		40歳未満	40歳代	50歳代	60歳代	70歳以上	計
		男性	人	7人	7人	37人	13人	64人
		女性	人	9人	20人	57人	11人	97人
		計	人	16人	27人	94人	24人	161人
	参加者の健康保険加入状況	国民健康保険加入者数 ( 161 )人 政府管掌健康保険加入者数 ( )人 組合管掌健康保険加入者数 ( )人						
	脱落者数	転居・死亡・発病 ( 6人) その他 ( 7人)						
	選定基準 ※母集団の設定状況、選定条件(検査値など具体的な情報も含む)	・国保被保険者 ・前年度基本健診及び国保人間ドック受診者で、検査結果が次に該当する方のうち希望する市民(判定:要指導又は要医療者、単位省略) 最大血圧:140以上、最小血圧:90以上、BMI:25以上、 総コレステロール:139以下又は220以上、 HDL コレステロール:男29以下又は111以上、女34以下又は101以上 中性脂肪:34以下又は51以上 空腹時血糖:34以下又は110以上、随時血糖:59以下又は140以上 HbA1c:5.6以上						
グループ分けの状況(有無・方法) ※同一プログラム参加者の中でのグループ分けの有無と方法	・グループ分け:有 ・方法 年代別 生活スタイル別							
ドロップアウト防止のための対策 ※参加者の参加が継続されるために特に工夫したこと	・不都合日には他のコースで集団指導の内容を受けられるようにした							
対照群	参加者の性別、年齢		40歳未満	40歳代	50歳代	60歳代	70歳以上	計
		男性	0人	7人	7人	37人	13人	64人
		女性	0人	9人	20人	57人	11人	97人
		計	0人	16人	27人	94人	24人	161人
	参加者の健康保険加入状況	国民健康保険加入者数 ( 161 )人 政府管掌健康保険加入者数 ( )人 組合管掌健康保険加入者数 ( )人						
脱落者数	転居・死亡・発病( )人 その他 ( )人							
選定基準 ※母集団の設定状況、選定条件(検査値など具体的な情報も含む)	・介入群の選定基準と同様で介入群と性、年齢(±2歳)をマッチさせた。 ・14年度は70代のコース申込み者多数で、申込みしたが該当にならなかった者の中から更に対照群を選定した。							





3. 個別健康支援プログラムの具体的内容(続き)							
プログラムの 内容・方法	実施方法	実施方法		実施回数 ※実施回数 を記入	内容※実施する内容に○		
		運動	食事		その他		
		講義(情報提供)		9回	○	○	○
		面接指導		3回	○	○	○
		通信指導	手紙・電話	0回			
			メール等 IT	0回			
		実技指導		9回	○	○	
		グループワーク		1回		○	
		個人メニュー作成 ※プログラムの中で参加者個人個人に対しての目標設定等		/	○	○	
				回			
		回					
		回					
自己管理表 の使用状況 ※自宅等における 生活習慣の自己管 理を促すために使 用した記録表等のこ と	自己管理内容		管理表等の 使用の有無 ※使用:○ 使用せず:×	指導者による確認状況 ※毎回確認:◎ 時々確認:○、 確認せず:×			
	体重		○		◎		
	歩数		○		◎		
	食事内容		○		○		
	血圧		○		◎		
	運動の内容		○		◎		

4. 対照群に対して行った保健事業				
対照群に 対して行 った保 健事 業	内容 ※あてはまるもの すべてに○	特になし(情報提供のみ)		○
		結果説明会		
		他の保健事業利用の紹介		
		その他( )		

5. 個別健康支援プログラムの効果と課題	
<p>評価指標以外でみられた効果                      ※評価指標上の効果としては現れていないが、それ以外にプログラムの効果としてみられたもの</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 参加者の姿勢の改善や自覚症状の改善がみられた。                          例 肩こり、便秘、腰痛の改善</li> <li>・ グループによっては、仲間で市内の運動施設で運動継続している。</li> <li>・ 教室参加者のうち、運動指導員を派遣している市内運動施設の利用者数が増加している。</li> </ul>
<p>問題点や課題                      ※プログラムの実施にあたって問題点として把握されたこと、これからの課題として捉えられたこと</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 禁煙希望者に対し、個別禁煙健康教育の手法を取り入れた検査及び禁煙指導を実施する。</li> <li>・ ケース検討会の実施                          個人の検査結果、生活スタイル等に基づきスタッフ間で検討し、統一した対応方法及び目標値等を設定する。</li> </ul>