

生活習慣病予防対策における 市町村の戦略的取り組み

平成20年5月7日・21日（テーマ別情報交換会）

さいたま市保健福祉局保健部
健康増進課 小林 裕子

さいたま市の概要

- さいたま市の人口・世帯(平成19年9月末)
 - 総数 1,199,954 人
 - 世帯数 500,867 世帯
 - 65歳以上 204,431 人 (17.0%)
 - 平均年齢 41.13 歳
- さいたま市国民健康保険 加入者数 382,944人
(加入率H18) 32.06%
- " 加入世帯 213,509世帯
(加入率H18) 42.81%
- 国保加入者の基本健診受診率(平成18年度40～74歳)
32.8% (男性27.9%、女性37.1%)

国保加入者の基本健診受診状況 (平成18年度)

年齢 区分	国保加入者数			受診者数			受診率		
	男性	女性	計	男性	女性	計	男性	女性	計
40～44	8,572	7,556	16,128	901	1,262	2,163	10.5%	16.7%	13.4%
45～49	7,264	6,685	13,949	946	689	1,635	13.0%	10.3%	11.7%
50～54	7,764	7,762	15,526	1,126	1,748	2,874	14.5%	22.5%	18.5%
55～59	12,334	16,046	28,380	2,269	4,825	7,094	18.4%	30.1%	25.0%
60～64	17,041	22,881	39,922	4,587	9,236	13,823	26.9%	40.4%	34.6%
65～69	23,853	25,794	49,647	8,782	11,834	20,616	36.8%	45.9%	41.5%
70～74	20,411	22,525	42,936	8,532	10,913	19,445	41.8%	48.4%	45.3%
合計	97,239	109,249	206,488	27,143	40,507	67,650	27.9%	37.1%	32.8%

* 全体では32.8%**(低い)** * 男性<女性 * 年齢が上がるに従い高くなる

……積極的支援の対象者となりそうな層は、あまり受診していない……。

さいたま市における生活習慣病対策のねらい

- 生活習慣病予防、特に高血圧症の悪化防止、糖尿病の発症予防を確実に実施し、市民一人一人の健康長寿を実現することが極めて重要
- 糖尿病、高血圧症等の生活習慣病の発症を抑えるためには、30歳代、40歳代での早期予防と、50歳代の重症化や合併症への進行の予防に重点を置いた取り組みが重要

(さいたま市国民健康保険 特定健康診査等実施計画より)

特定保健指導(積極的支援)の試行

- ①まずは、生活習慣病予防事業の目的の明確化と共有
- ②各区のプログラムの検討
- ③積極的支援の試行(初回面接・計画策定・継続的支援・評価)
- ④目的に沿った個別の評価方法の検討



さいたま市生活習慣病予防事業の目的

- 健康増進計画「ヘルスプラン21」の目的
すべての市民が健やかで、心豊かに生活できる活力ある社会にするために、壮年期の死亡の減少、健康寿命の延伸及び生活の質の向上を実現する。

(言葉がうまく整理されていませんが)

「市民が自分の生きがいを実現したり、続けたりするために必要な生活習慣の改善を継続できる。」ことを目的として、
「自分自身で体調の管理ができる力」や
「必要な知識や技術を選択し実践できる力」
を養うことを支援します。

10区保健センタースタッフで共有



個別の評価方法について

- 「生活習慣に関する行動変容の状況(または、準備状況)」が変化したかどうかを評価する(したい)。
- その確認をするため、小目標ごとに評価の指標とする項目を設け、達成できていれば確認した日付を入れる評価シートを作成(中)。

「健診結果の改善」については、
 次年度の健診結果で確認することになるため
 身体計測のデータや血液検査データは
 6か月後評価の対象とはしない。
 ただし、対象者の生活習慣改善の取組み状況の指標として、
 腹囲と体重を測定しました。

10区保健センタースタッフで共有



* 平成20年度の特定健診・保健指導の実施状況

受診券の発送(40歳~74歳の国民健康保険加入者)

【205,000人】

国保加入者本人が市内医療機関に健診を予約

《目標 45%》

【92,250人】

特定健診を受診(保険証+受診券持参)(問診+診察+血液検査等)

* 健診結果に基づき階層化

特定健診の結果説明を受ける(受診医療機関で説明)

* 受診者全員が生活習慣改善について情報提供支援を受ける

動機付け支援(委託)

(初回面接:結果説明時に受診医療機関で実施)
 (6か月後評価:受診医療機関が通信や面接で実施)

【14,219人】《目標25%・3,554人》

積極的支援

(結果説明時、医師から受講勧奨)
 (初回面接・継続的支援・評価は、
 居住区の保健センターで実施)

【7,564人】《目標25%・1,891人》



*さいたま市の独自の取り組み

さいたま市における生活習慣病対策のねらい

- 生活習慣病予防、特に高血圧症の悪化防止、糖尿病の発症予防を確実に実施し、市民一人一人の健康長寿を実現
- 30歳代、40歳代での早期予防と、50歳代の重症化や合併症への進行の予防に重点

- 健診項目：空腹時血糖とヘモグロビンA1cを両方実施
- 健診未受診者を対象に、受診勧奨。保健指導
- 健診、保健指導は、本人負担は無料
- 生活機能評価との同時実施
- 30歳代の国保加入者に対しても特定健康診査に準じる健康診査を実施。早期の生活習慣病予防を図るため保健指導を実施

私たちが目指したい方向性

- 制度の改正に左右されない生活習慣病予防事業
- 市民が生活習慣の改善や健康づくりの取り組みについて、自分で判断したり選択したりできる力をつけることができるような支援
- 6か月後の評価が、終わりではなく始まり
 - * 継続支援の間に体重が減った！腹囲が減った！は効果ではなく目安じゃない？
- 生活習慣病予防事業「さいたま市方式」を作りたい。