



# 牧之原市における生活習慣病 予防事業について



牧之原市 健康増進部 健康推進課

保健師 加藤 明香

平成25年6月3日

ふれあい  
ビタミンあい  
のまち まきの  
はら

# 牧之原市の概要



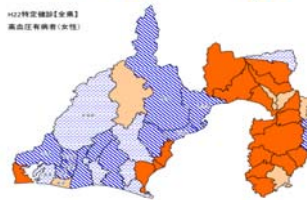
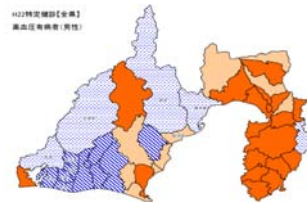
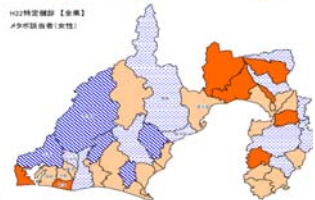
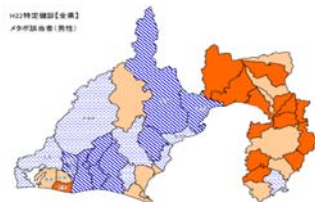
人口： 49,055 人  
高齢者人口： 12,555 人  
高齢化率： 25.6 %  
独居高齢者世帯： 899 世帯  
国保被保険者数： 14,708人  
国保被保険者率： 30.0%

<平成25年3月末現在>

## 静岡県49万人の特定健診結果から

### 静岡全県と比較してみると、牧之原市は？

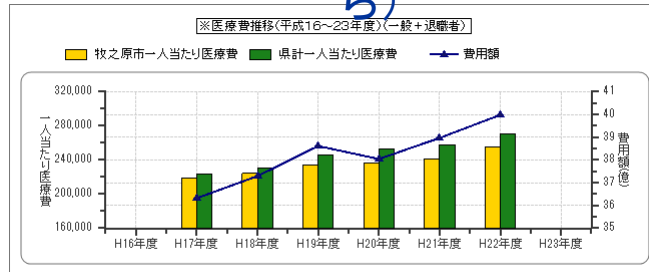
(平成22年度特定健診データ 静岡県健康福祉部健康増進課資料)



★男女ともメタボ該当者が多い傾向

★男女とも高血圧症有病者が多い

## 牧之原市の現状(特定健診の結果から)



保険者別医療費諸率表(一般+退職)  
平成23年度分 牧之原市

メタボ状況別の該当者数

	牧之原市	順位	県計
メタボリック該当者	12.1%	31位	14.5%
メタボリック予備群	7.6%	37位	9.8%
BMI25以上	18.3%	31位	20.7%
中性脂肪150以上	21.6%	17位	19.8%
HbA1c6.1以上	8.5%	18位	8.3%
血圧Ⅱ～Ⅲ度	6.9%	9位	5.0%
LDL120以上	47.9%	39位	57.0%

・順位は保険者の率>県の率の場合、赤色表示とします。  
平成23年度分 牧之原市

T4-特定健診結果有所見率

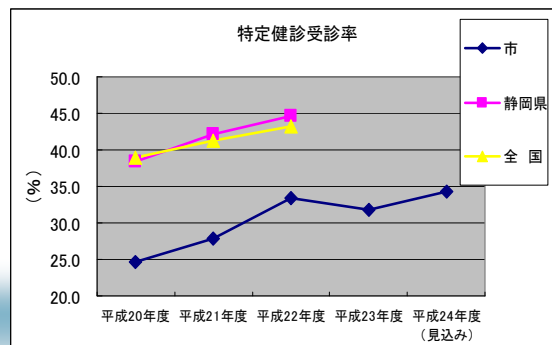
- ◆ 医療費は年々増加している
- ◆ 肥満者は少ないが、糖尿病予備群、高血圧症が多い

## 特定健診の状況



実施方法	榛原医師会による集団健診 開業医による個別健診、人間ドック
実施期間	4月～翌年3月

- ◆ 平成22年度から対象者全員へ受診券配布
- ◆ 未受診者対策、リピーターの増加が必要



## 健診結果説明会の実施



- ◆ 体組成計での測定  
→内蔵脂肪レベルの理解、腹囲との比較  
**内臓脂肪の蓄積程度を自覚してもらう**
- ◆ 保健指導を効果的に実施するためのポイント  
「数値や様子が目に見える」  
「専門職に

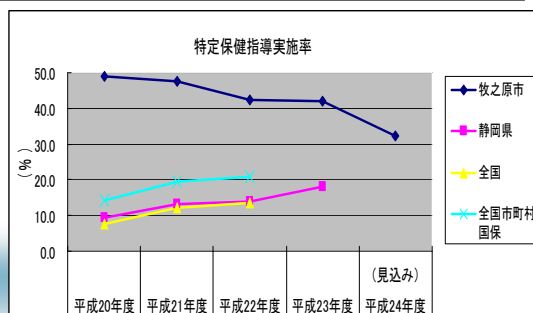


## 特定保健指導の状況



担当部署	健康推進課
実施方法	健康推進課へ業務委任 結果説明会と同時に、初回面接を実施。
実施期間	7月上旬～翌年8月

結果説明会で、  
全員**体組成計**  
で計測。**内臓  
脂肪レベル**が  
分かる、秘密  
兵器





## 事業評価

### ◆ 特定健診

国保と健康部門で協議

### ◆ 特定保健指導

1 6ヶ月後評価の実施

2 前年度保健指導利用者の1年後の健診結果をもとに、1年後の効果の持続も確認

3 個別支援とグループ支援の比較も実施

## 保健指導の結果は・・・？



平成21年度保健指導利用者のうち、翌年度の健診受診者の健診結果を比較

### ◆ 積極的支援の人は体重、中性脂肪、HDL値が改善 😊

(N=18人)

\* 対応のあるt検定

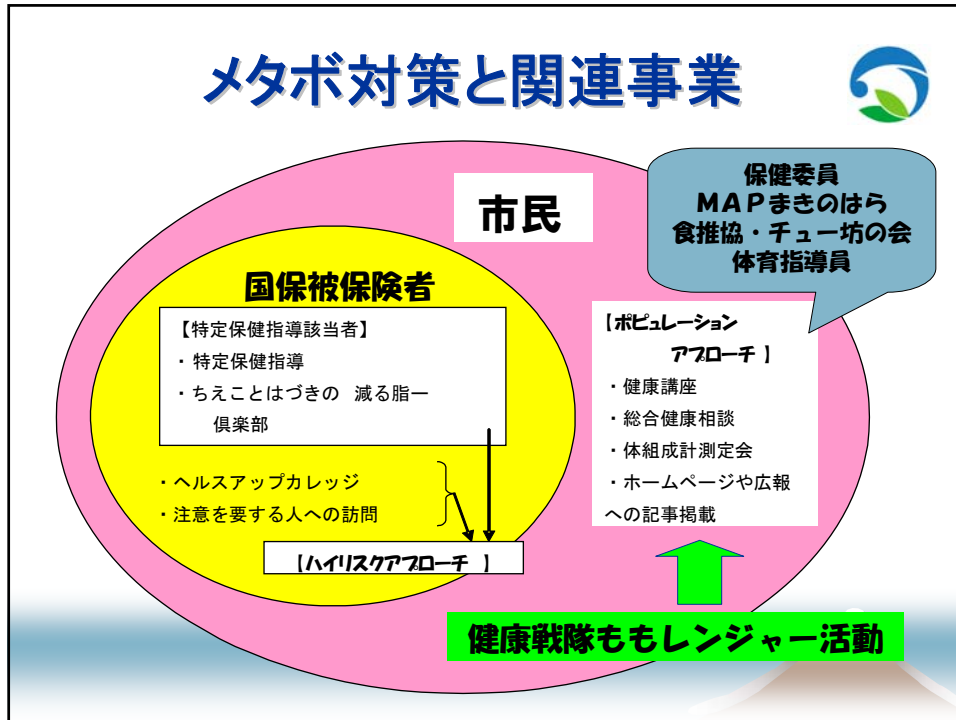
項目	体重	中性脂肪
変化の平均 ±標準偏差	-2.5±2.9 kg	-44±70 md/dl
* P値	0.002	0.016

### ◆ 動機づけ支援の人は体重、腹囲、BMI、LDL値が改善 😊 (N=128人) \* 対応のあるt検定

項目	体重	BMI	腹囲	LDL値
変化の平均 ±標準偏差	-1.2±2.1 kg	-0.4±0.9 kg/m <sup>2</sup>	-1.9±4.0 cm	-6.0±20.4 md/dl
* P値	<0.001	<0.001	<0.001	<0.001

対象者にあった保健指導が提供できている

# メタボ対策と関連事業



# 市民全体へのアプローチ



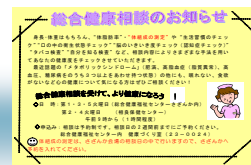
- ・地区での健康講座
- ・総合健康相談
- ・体組成計測定
- ・ホームページや広報



## 健康戦隊ももレンジャー事業



## 健康相談チラシ



# 保健指導非該当者の事業



## ◆ヘルスアップカレッジ 血圧・血糖・腎臓編



《本日の献立》  
 ・五穀米入りごはん  
 ・鮭のチャンチャン焼き  
 ・切干し大根のサラダ  
 ・トマトの味噌汁  
 ☆食物繊維 **8.3g!**  
 ゆっくりよく噛んで♪

# 保健指導非該当者の事業



## 情報提供の人はどんな人・・・？

No	性別	年齢	たばこ	治療中	腹囲	血圧H	血圧L	TG	HDL-C	LDL-C	AST	ALT	γ-GT	HbA1c	尿糖	尿タンパク	eGFR
1	男	47	○		80	129	89	438	45	182	15	17	35	13.3	(4+)	-	126
2	女	70		○	74	206	100	45	62	102	26	23	14	10.6	4+	4+	46
3	男	68		○		127	90	442	31	74	17	27	36	8.3	(-)	-	60
4	男	68		○	93	190	100	255	40	125	56	89	74	6.4	(3+)	-	87
5	男	63			84	135	84	141	57	207	20	18	22	5.4	(-)	-	70
6	男	48		○	84	121	81	226	47	145	21	26	18	8.3	(4+)	+-	85
7	男	60		○	81	182	110	207	75	98	26	23	86	5.5	(-)	-	86
8	女	62		○	96	180	106	130	68	105	21	14	14	5.5	(-)	-	70
9	男	61		○	114	166	90	192	41	110	21	13	15	6	(-)	-	37
10	女	60		○	99	154	82	392	54	116	16	17	18	6	(-)	3+	24

## 今年度事業の予定



### ◆ 若い世代への関わり

- 1 40～50代への健診受診者 結果説明
- 2 母のための健康相談
- 3 ももレンジャー事業のターゲットを変更
- 4 未受診者通知の実施(最大2回)
- 5 新40歳のオプション検査無料へ

### ◆ 重症者への関わり

- 1 健診受診から、タイムリーな対応を
- 2 透析導入者への訪問を実施、実態把握