

# 寝屋川市の 特定健診・特定保健指導の取組

H30.6.4  
生活習慣病対策健診・保健指導の  
企画・運営・評価に関する研修

大阪府寝屋川市健康部健康推進室  
保健師 杉山愛香

- 1 寝屋川市の概要
- 2 寝屋川市の健康課題
- 3 特定健診からのながれ
- 4 特定健診の取組
- 5 特定保健指導の取組
- 6 地域関係機関との連携
- 7 人材育成で大切にしていること
- 8 これから目指していくこと



# 寝屋川市について



- 人口 (H29年4月現在) 236,758人
- 面積 24.7km<sup>2</sup>
- 高齢化率 (H29年4月現在) 28.5%
- 被保険者数 (H29年3月末現在) 61,045人
- 特定健診対象者 (H28年度法定報告) 41,165人
- 特定健診 個別・集団
- 特定保健指導 直営
- 重症化予防事業 直営 (一部委託予定)
- 執務従事者 係長 1名 保健師 3名 事務職 1名



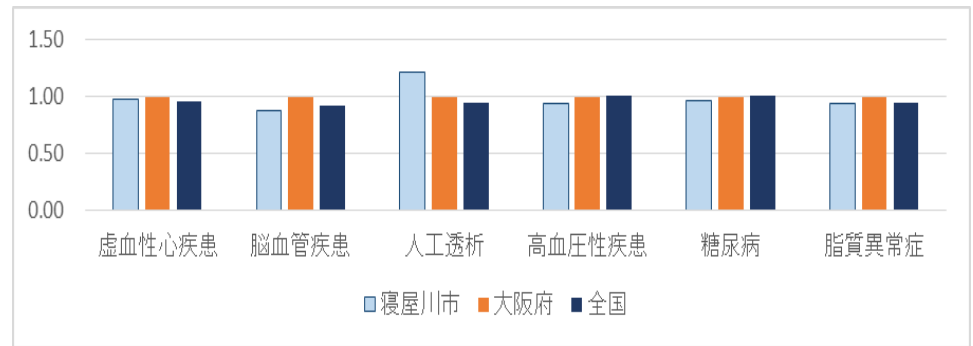


# 健康課題への対策

## 健康課題への対策 1

新規人工透析導入患者数の減少

疾患別被保険者千人当たりレセプト件数（平成28年度）



出典：KDB疾病別医療費分析

## 健康課題への対策 2

メタボリックシンドローム該当者および予備群の減少

保険者種類別 メタボリックシンドローム該当者および予備群率（平成28年度）

メタボ	寝屋川市		同規模平均		大阪府		全国	
	実数	割合	実数	割合	実数	割合	実数	割合
該当者	2,891人	19.3%	97,692人	17.7%	61,892人	16.8%	1,272,714人	17.3%

出典：KDB 様式 6 - 8



# 健康課題への対策

## 健康課題への対策 3

生活習慣病の  
重症化予防事業の継続  
(高血糖・高血圧対策)

## 健康課題への対策 4

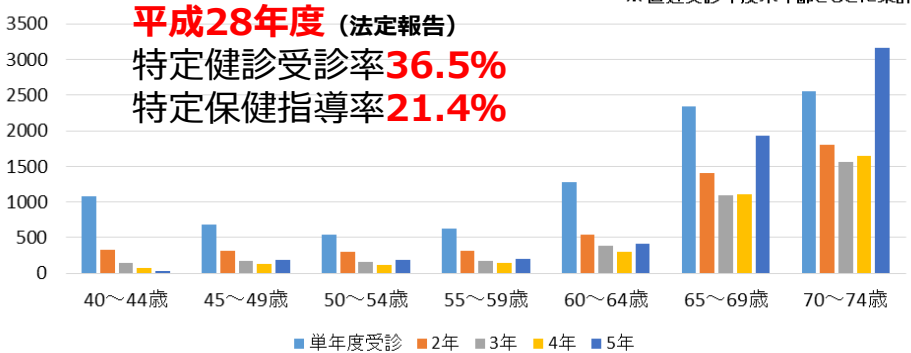
特定健診  
未受診者対策の充実

健診受診者有所見率

性別	空腹時血糖	収縮期血圧	拡張期血圧	性別	空腹時血糖	収縮期血圧	拡張期血圧
	100以上 割合	130以上 割合	85以上 割合		100以上 割合	130以上 割合	85以上 割合
全国	27.9%	49.2%	24.1%	全国	30.5%	42.7%	14.4%
大阪府	36.7%	49.7%	24.1%	大阪府	22.0%	42.2%	14.1%
寝屋川市	35.8%	57.8%	27.3%	寝屋川市	23.5%	50.3%	16.6%

出典：KDB 様式 6-2~7

年齢階級別 健診受診回数（平成24~28年度集計）



出典：寝屋川市特定健診データ



# 特定健診からのながれ

特定健診対象者 寝屋川市国保40~74歳

健診受診

健診未受診

未受診勧奨 若年層を中心に

特定保健指導

情報提供

受診勧奨

服薬のため情報提供

重症化予防事業 下記数値に該当し、当該疾患未治療の方

**高血圧**  
160/100mmHg以上  
高血圧教室

**高血糖**  
HbA1c6.5%以上

**腎機能低下**  
eGFR50未満・70歳以上40未満  
もしくは尿たんぱく++以上

**糖尿病性腎症対象者**  
HbA1c6.5%以上もしくは糖尿病治療歴あり かつ  
尿たんぱく±以上

**糖尿病性腎症対象でない  
高血糖・腎機能低下者**

DKD教室

CKD予防教室

来られなかった方へ**家庭訪問**の実施

動機付け支援

初回グループ支援  
6か月後評価

積極的支援

初回面談  
レター支援  
中間面談  
レター支援  
最終面談

重症化予防事業・特定保健指導該当しない方

「知って得する！血管の話」等  
各種健康教室

ポピュレーションアプローチ

ハイリスクアプローチ



# 特定健診啓発のスケジュール



**同時期に啓発**

- ポスター
- HP・SNS
- 広報・モニター！
- 受診券発送

**国保担当課と連携**

- 啓発チラシ  
保険料納付書と
- 啓発チラシ  
被保険者証と

**同時期に啓発**

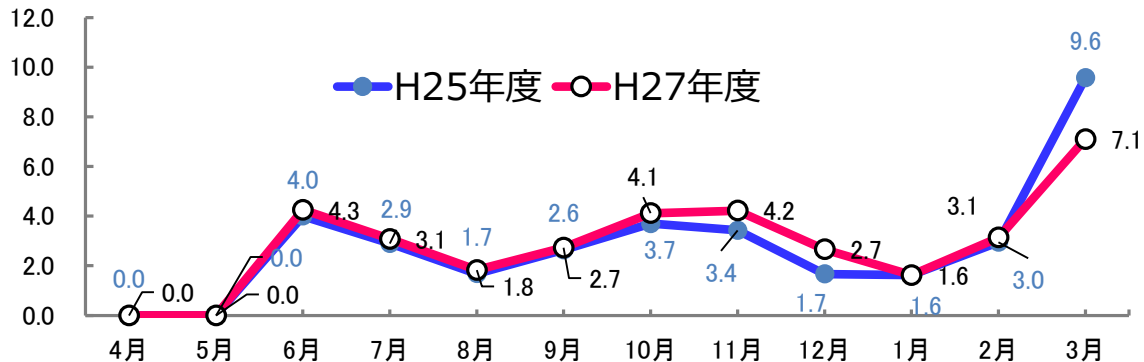
- HP・SNS
- 広報・モニター！
- はがき・電話
- 回覧板

生活習慣病重症化予防イベント

(%)

月別特定健診受診率の推移  
(平成25年度・平成27年度)

出典：KDB 様式6-2~7





# みんなで一緒に考えて創り出す

## 30年度の目標は「無関心層をふりむかせる！」



寝屋川市  
国民健康保険加入の40歳～74歳の方が対象

お**得**がいっぱい

# 特定健診

得1 約10,000円相当の検査が**無料!**

得2 あなたの**未来の医療費を節約!**  
(脳・心臓・腎臓)

得3 健診をうけて、さらに「ワガヤネヤガワ健康ポイント」登録事業に参加すると  
**QUOカードをGET!**

寝屋川市健康部健康推進室 特定健診担当 TEL: 072-824-1181(代)

ポスター

嬉しい! お得なお知らせ!  
特定健診を受けると  
なんと!! **QUOカード** 貰えるかも!?

まずは、特定健診を受けましょう

① 医師検診へ申込み  
② がん検診と併せて特定健診の検診  
③ 検診結果が返ります

④ 検診結果が返ります

⑤ 検診結果が返ります

⑥ 検診結果が返ります

⑦ 検診結果が返ります

⑧ 検診結果が返ります

⑨ 検診結果が返ります

⑩ 検診結果が返ります

⑪ 検診結果が返ります

⑫ 検診結果が返ります

⑬ 検診結果が返ります

⑭ 検診結果が返ります

⑮ 検診結果が返ります

⑯ 検診結果が返ります

⑰ 検診結果が返ります

⑱ 検診結果が返ります

⑲ 検診結果が返ります

⑳ 検診結果が返ります

受診券同封チラシ

## 11月の未受診者対策など、まだまだ続きます。



寝屋川市健康部健康推進室

健診を受けて  
QUOカードをGET!!

特定健康診査受診券在中





P D CA

# 特定保健指導のながれ



結果通知

- 市内の**コミュニティセンター等**で特定**保健指導の日時を指定**し、通知
- **インセンティブ事業**（ワガヤネヤガワポイント事業）のチラシを同封

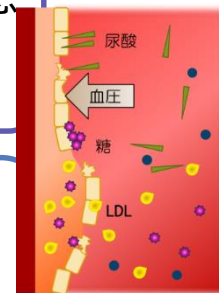


1週間前

- 対象者**全員に電話勧奨**（日時の都合が悪い方は**日曜・夜間**・平日の窓口へ案内する）

保健指導  
当日

- 視覚的にわかりやすい媒体
- 自分で気づき、楽しく知る保健指導
- 重症域の方には**二次検査（頸部血管エコー・尿アルブミン測定）**を無料で案内し、個別支援



保健指導  
後

- 保健指導未来所者に対し、**はがきでの再案内**と、さらに全員に電話勧奨

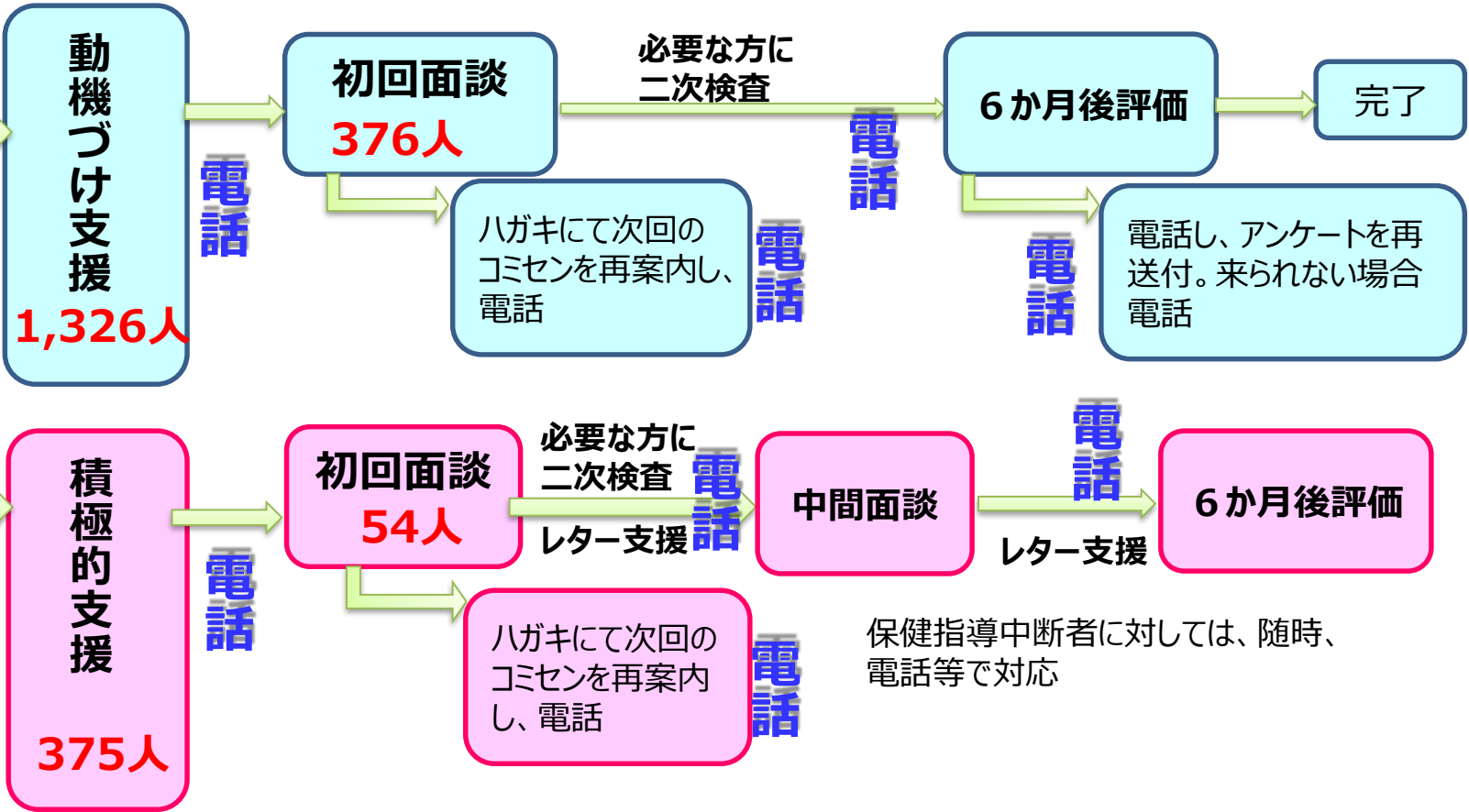


# 特定保健指導のながれ

結果通知に利用券を同封

市内のコミセン等へ  
実施日を指定

保健福祉センターへ  
来所日を指定

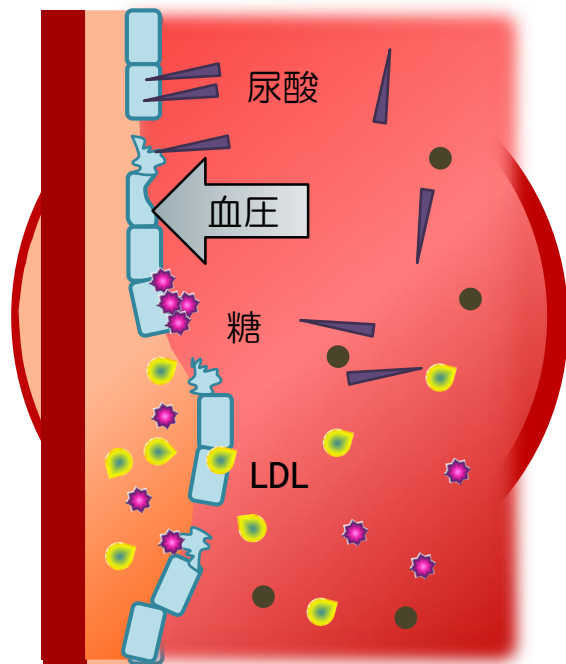


保健指導中断者に対しては、随時、電話等に対応

実際の  
パワー  
ポイント

初回面談(動機・積極)

## 血管はどうして老化する？



速度は人それぞれ

血管は  
内側から傷つく

実際の  
パワー  
ポイント

初回面談  
(動機・積極)

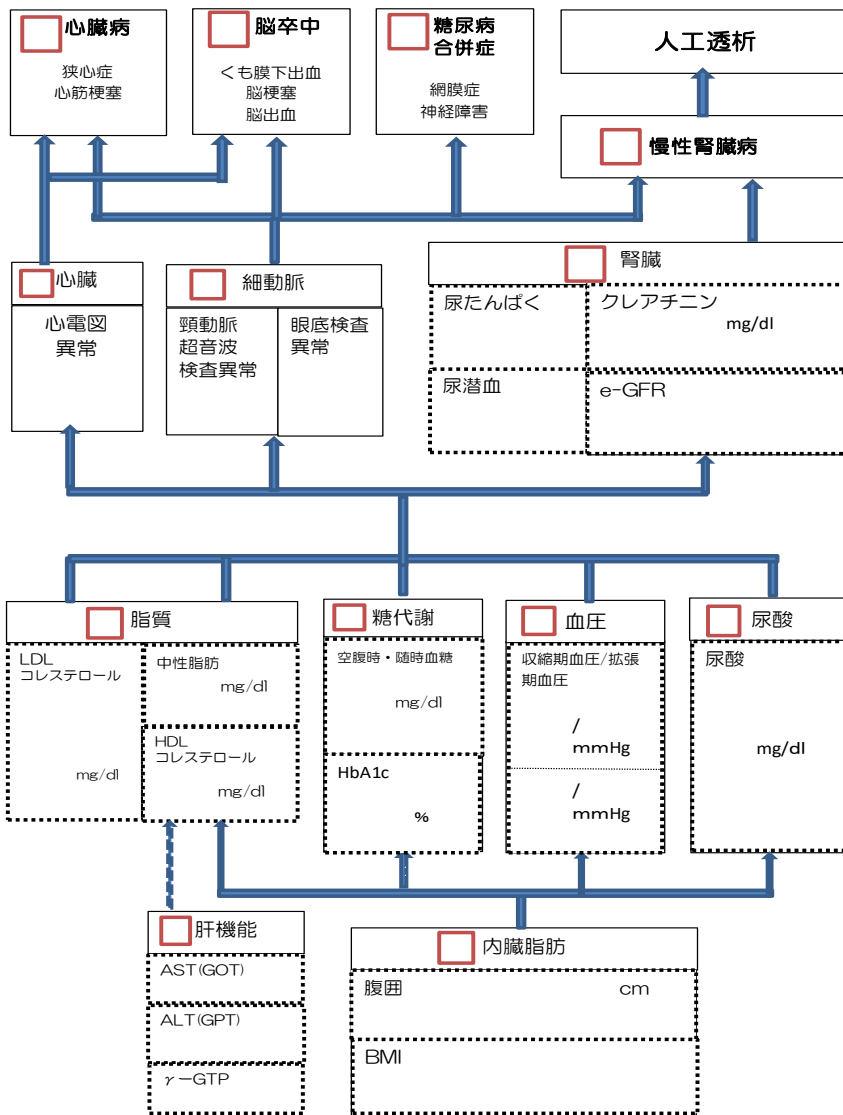
あなたの  
血管は  
大丈夫



すでに血管に病的変化

血管が傷みはじめる

潜在的に進行



生活に影響が出ます

自覚症状はありません

生活

飲酒

食習慣

仕事・運動

喫煙

生活リズム



実際の  
パワー  
ポイント

初回面談(動機・積極)

# あなたの筋肉は元気？



**今後の課題**  
フレイルの要素を取り入れる！

**若い筋肉を保とう！**

## 卒業生の声

～健診結果説明会に参加して～

### 食事の目標

- 野菜を一皿多くとる
- 夜の食後の間食を2回に1回減らす

### 運動の目標

- 簡単なストレッチをする

私の生活でもできる  
目標を保健師さんと一  
緒に考えました！  
頑張りすぎず、週3日の  
マイペースで取り組め  
て良かったです。

54歳女性



	指導前	指導後
身長	162.3	162
体重	60.7	55.5
BMI	23	21.1
腹囲	90	85
中性脂肪	286	95
HDLコレステロール	48	54
収縮期血圧	100	118
拡張期血圧	52	70
空腹時血糖	109	94
HbA1c	5.6	5.5
LDLコレステロール	158	146



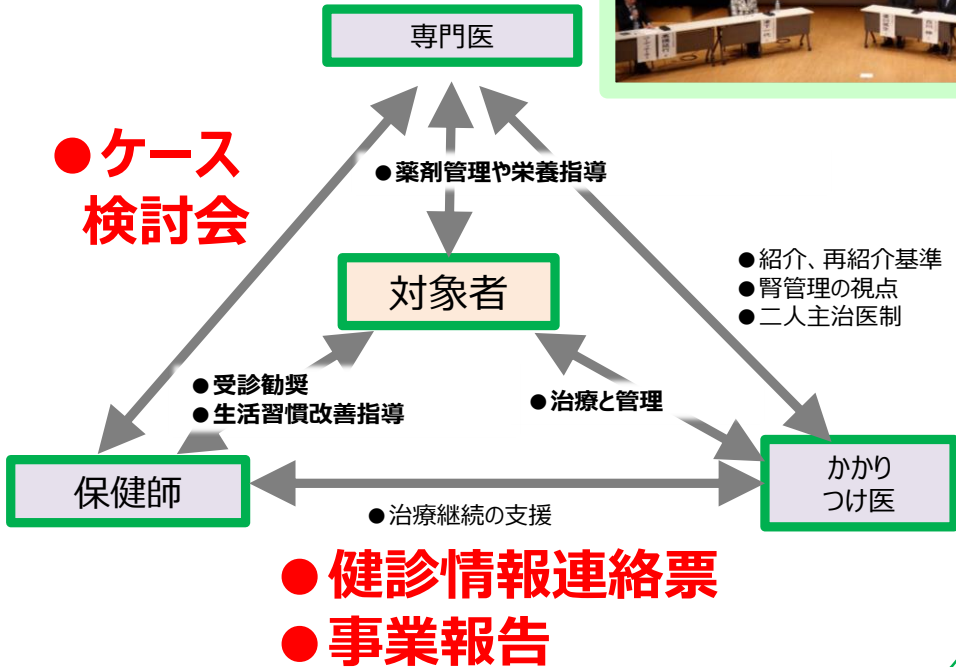
# 市民の健康を守るための地域連携



## 重症化予防地域連携のシステム

### 地域連携協定

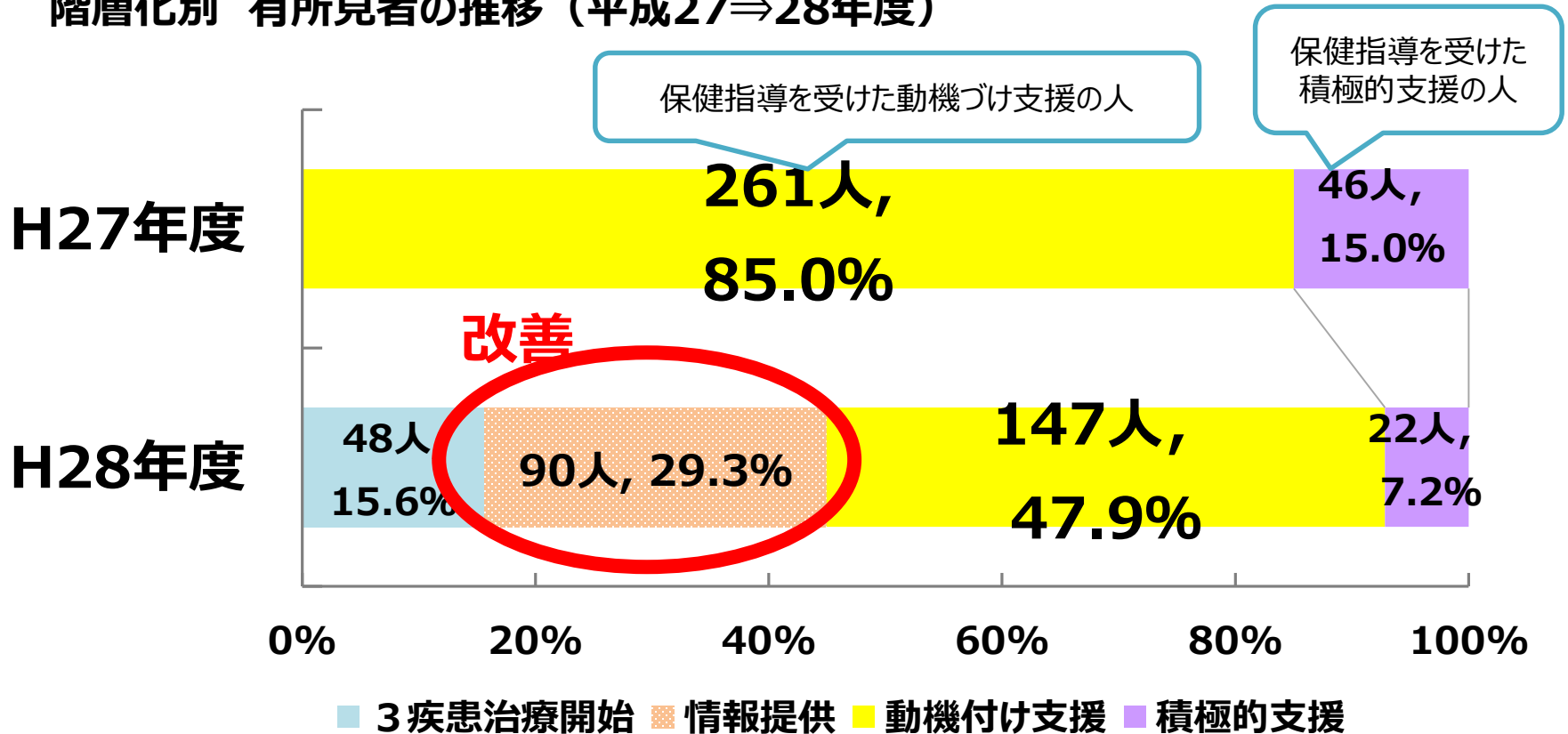
- 平成25年  
寝屋川市医師会・歯科医師会・薬剤師会・関西医大香里病院・寝屋川市とで生活習慣病重症化予防地域連携協定を締結
- 2人主治医制  
かかりつけ医と専門医の2人を主治医とする
- 市民公開講座  
生活習慣病重症化予防イベント





# 特定保健指導の評価

階層化別 有所見者の推移（平成27⇒28年度）



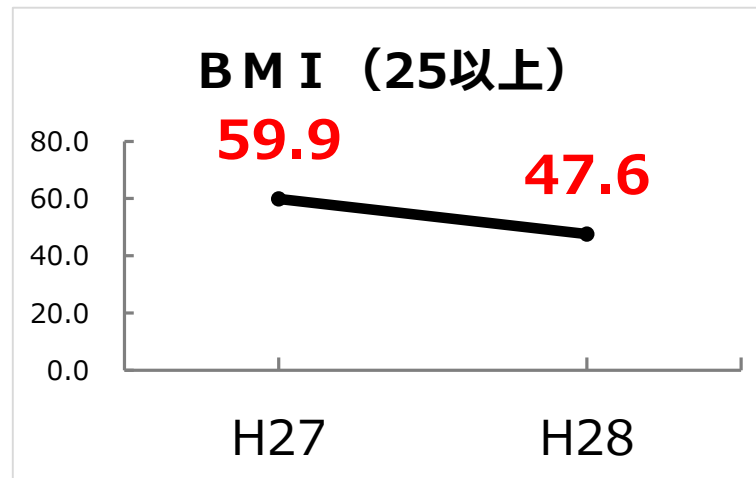
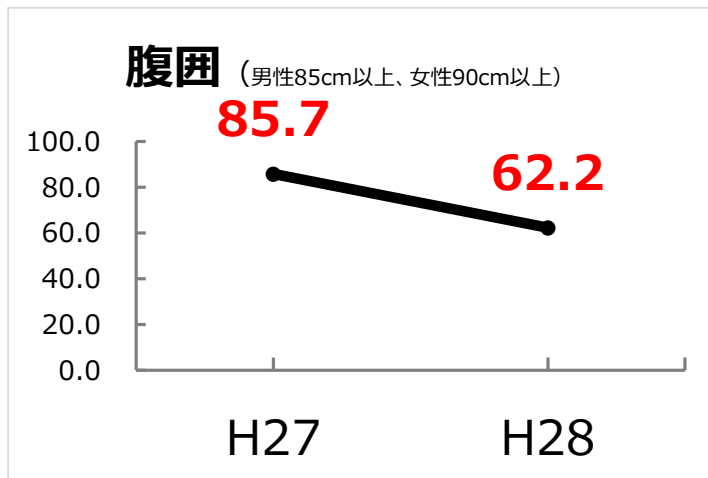
出典：寝屋川市特定健診データ





# 特定保健指導の評価

## 階層化別 有所見者の推移（平成27⇒28年度）



## H29年度特定健診・特定保健指導実績値（速報値）

健診対象者	受診人数	受診率
44,814人	15,508人	34.6%

	対象者	初回面接	実施率
動機付け支援	375人	54人	14.4%
積極的支援	1,326人	376人	28.4%
計	1,701人	430人	25.3%

出典：寝屋川市特定健診データ

# 人材育成で大切にしたいこと



初任者

- 特定健診・保健指導の理念
- 特定健診データを読み解く力
- 相談・支援技術の向上



- 初任を深く
- 科学とに
- する
- 事業評価

能力チェックリスト【保健指導チームのリーダー的立場にある専門職対象】

習得が求められる知識や指導技術	
よりよい保健指導を行うために必要な情報の整理と計画	
1	日本再興戦略、健康日本21、日本健康会議等、生活習慣病対策に関する最新情報を習得している
2	保険者のデータヘルス計画を把握し、特定保健指導、重症化予防等保健事業の位置付けを理解している
3	特定保健指導の実施率や改善率について、目標と現状を把握している
4	他保険者・機関等の実施報告等の情報を収集し、よりよい方法についてチームで検討している
5	ハイリスクアプローチとポピュレーションアプローチの相乗効果をねらった事業計画を考えられる
プログラム実施に係る業務マネジメント	
6	運営担当者と共に、本年度(もしくは3年間等)の保健事業達成目標を明確にできる
7	対象集団の特性に合わせた保健指導プログラムが作成できる(初回・継続支援の方法、ポイント)
8	上記プログラムの実施にかかる人材、教材・ツール・会場等を運営担当者に伝え、必要に応じて調整できる
9	最新の保健指導ツールについての情報を積極的に収集・活用している
10	事業全体のスケジュール管理ができる
11	わらいとする保健指導対象者を効率的に募集する方法を提案し、募集のための体制づくりができる
12	医療機関との連携がスムーズにいこう、顔の見える関係を築いている
チームビルディングのための能力	
13	保健指導実施者の技能を実際の指導場面等から評価することができる
14	所属内で指導技術の維持・向上に向けたOJTと外部研修参加を計画できる
15	事例カンファレンスを定期的に関催している
16	医師・専門家に相談できる体制を作っている
他機関との連携・体制づくり	
17	自機関だけで達成できないことを明らかにし、他機関等(アウトソーシング機関等)との連携を行っている
18	他機関との連携の際、それぞれの役割と責任、必要な個人情報の種類等について運営担当者と相談し、契約に盛り込むことができる
19	対象集団について、アウトプット評価(参加率・終了率)、アウトカム評価(満足度、行動変容ステージ、生活習慣、検査値等の質)ができる
20	評価結果に基づき、チームで改善策を検討し、マニュアル・教材等の改善、人材養成・配置につなげることができる
21	評価結果をビジュアル化し、成果を報告できる。また課題を明らかにし、改善策を提案できる(プレゼン能力)
22	費用対効果の観点から、外部機関と連携・活用するなどより効率的な方法を提案できる
23	保健指導非参加群のデータ分析を行い、保健指導実施群との比較ができる
24	効果分析をデータヘルス計画の評価へと還元することができる
25	ハイリスクアプローチとポピュレーションアプローチの相乗効果を狙う事業等のモニタリングとその結果を踏まえた事業改善ができる

専門能力

担当地区や健康課題の把握

地区診

行政能力

基本的事務の流れの把握

事業評

基本的な能力

コミュニケーション能力の向上

他部署



# これから目指していくこと

## 「健康寿命の延伸」「健康格差の縮小」「医療費の適正化」

1人1人の市民と真摯に向き合い、行動変容を促し、成果につなげる。

事業の評価を丁寧に行い、自分たちの事業を見直す。

課題に直面したら、原点に立ち返る。



個を大切に 集団を大切に  
心を動かす保健指導



今後とも**ご指導**のほど、よろしくお願いいたします。