

3. 評価分野

健診、医療、介護のデータを有する保険者として、市国保加入者の健康状況を経年的に評価し、市の健康課題の一部として取り組みの成果を評価していく項目とします。

健康問題が解決に向かうには10年、20年という長い年月がかかることから、継続して取り組むことが重要です。

評価項目

生活習慣病の早期発見と重症化予防

- 標準体重を維持しよう # 肥満・メタボの減少
- 誕生月は、がん検診を受けよう # がん検診受診率の増加
- 40歳になったら特定健診を受けよう # 特定健診実施率の増加
- 肥満があったら特定保健指導を受けよう # 特定保健指導実施率の増加
- 脳卒中・心不全を予防しよう # 脳血管疾患・心疾患の減少
 - ・血圧値は140/90未満にしよう # 高血圧症の減少
 - ・LDLコレステロール値は120未満にしよう # 脂質異常症の減少
- 糖尿病の合併症を予防しよう # 人工透析の減少
 - ・HbA1c値6.5以上は治療しよう # 糖尿病未治療者の減少
 - ・HbA1c値8以上は厳重に管理しよう # 血糖コントロール不良者の減少



取り組みの進め方

標準体重を維持しよう

▶ 肥満・メタボリックシンドロームの減少

行政（市役所）の役割

- ◎ 肥満率のデータや肥満予防に関する情報発信
- ◎ 食育教室や健康教育を通して適正量や食リズム、食事バランスを学ぶ機会をつくる
- ◎ 関係機関と連携しながらメタボ対策を強化する
- ◎ 楽しみながら運動に親しむ環境を整備する
- ◎ 定期健康相談を実施する

マスコミの役割

- ◎ 医師へのインタビュー（メタボの危険性）記事掲載による周知する
- ◎ メタボ予防の取り組みの取材記事を掲載する

薬剤師会・歯科医師会の役割

- ◎ 店頭でポスターを掲示する
- ◎ 患者さんへの声かけする
- ◎ 健康フェアを開催する

取り組みの
継続

運動の継続は健康への近道

活動量を増やして健康維持

連携 と 協働

家庭・個人の役割

- ◎ 自分の標準体重を知る
- ◎ 標準体重を維持に努める
- ◎ 毎日、毎週、毎月など、定期的に体重を測定する
- ◎ 週3回30分以上の運動習慣をつくる
- ◎ バランスのよい食事の摂取に努める

事業主（経済団体・職場）の役割

- ◎ 毎朝のラジオ体操の取り組みの推進
- ◎ 階段の利用や近距離の徒歩移動の推進
- ◎ 社内報や会報などで、食事バランスガイド等の“食”に関する情報を案内する
- ◎ 従業員やその家族等が参加できるスポーツイベントを企画する
- ◎ 毎日同じ時間に規則正しく食事をとる習慣を推進する

医師会・医療機関の役割

- ◎ 標準体重維持（目標値設定）の必要性の周知、教育、啓蒙を実施する
- ◎ 肥満率のデータや肥満予防に関する情報発信する

取り組みの進め方

誕生月は がん検診を受けよう

▶ がん検診 受診率の増加

行政（市役所）の役割

- ◎ 市民へがん検診受診券を個別に送付
- ◎ 庁内関係部署や企業等と連携してがん検診受診勧奨に取り組む
- ◎ 関係者と連携しながら、各種がん検診を受診しやすい体制づくりに取り組む
- ◎ 障がい者等への合理的配慮を踏まえた情報の発信に取り組む

マスコミの役割

- ◎ 医師へのインタビュー（がん検診の重要性）記事掲載による周知を行う
- ◎ がん検診日程を周知する（告知面の活用）
- ◎ 実施検診の取材記事を掲載する

薬剤師会・歯科医師会の役割

- ◎ 店頭でポスターを掲示する
- ◎ 患者さんへの声かけする

取り組みの
継続

「健康」は検査値で判断しよう

誕生月には健康チェック

連携 と 協働

家庭・個人の役割

- ◎ 症状がないからこそ年に1回各種がん検診を受ける
- ◎ 健康管理は自分のためだけでなく家族みんなのためであることを話題にする
- ◎ 健診結果について確認し合う

事業主（経済団体・職場）の役割

- ◎ 健康経営の考え方を基本に年1回がん検診受診の機会を設ける
- ◎ 従業員ががん検診を受けるための時間を確保する
- ◎ 扶養者へもがん検診受診を促す
- ◎ 従業員の健康状態を把握し、必要な場合には検査や医療の受診を促す

医師会・医療機関の役割

- ◎ がん検診の契約医療機関として協力する
- ◎ 特定健診・長寿健診と同時に受けられる体制に協力する
- ◎ 患者さんに、年に1回の各種がん検診受診を促す
- ◎ 予防できるがんを見逃さない周知、教育を推進する

取り組みの進め方

40歳になったら特定健診を受けよう

▶ 特定健診実施率の増加

行政（市役所）の役割

- ◎ 国保加入者に対し特定健診受診を促す
- ◎ 関係者と連携しながら、特定健診を受診しやすい体制づくりに取り組む（集団・個別）
- ◎ 特定健診の受診率が、保険料や税金に関わるしくみを周知する
- ◎ 障がい者等への合理的配慮を踏まえた情報の発信に取り組む

マスコミの役割

- ◎ 医師インタビュー（特定健診受診の重要性）記事掲載による周知等を行う
- ◎ 特定健診日程を周知する
 - ▶ 告知面の活用等
- ◎ 健診の取材記事掲載による周知を行う

薬剤師会・歯科医師会の役割

- ◎ 店頭でポスターを掲示する
- ◎ 患者さんへの声かけ

取り組みの
継続

ちょっと実行、ずっと健康

年に1度の健康チェック

連携 と 協働

家庭・個人の役割

- ◎ 健康を自ら管理する意識をもつ
- ◎ 健康管理は自分のためだけでなく家族みんなのためであることを話題にする
- ◎ ひとりひとりの健康が保険料や税金に関わっていることを理解する

事業主（経済団体・職場）の役割

- ◎ 健康経営の考え方を推進する
- ◎ 従業員が健康診断を受ける時間を確保する（健診受診しやすい体制づくり）
- ◎ 職場内の健診未受診者へ健診受診を促す
- ◎ 扶養家族への特定健診受診を呼びかける

医師会・医療機関の役割

- ◎ 特定健診を受ける理由の周知、教育、啓蒙を行う
- ◎ 特定健診契約医療機関として協力する
- ◎ 患者さんに健康診査受診を促す

取り組みの進め方

肥満があったら**特定保健指導**を受けよう

- ▶ 特定保健指導実施率の増加
- ▶ メタボ該当者及び予備群の減少

行政（市役所）の役割

- ◎ 産業保健センター等と連携して効果的な特定保健指導の実施に取り組む
- ◎ 国保加入者の特定保健指導該当者へ特定保健指導を実施する
- ◎ 医療機関における特定保健指導の初回実施の体制づくりに取り組む
- ◎ 定期健康相談を実施する

マスコミの役割

- ◎ 医師へのインタビュー（メタボの危険性・特定保健指導の重要性）記事掲載による周知を行う
- ◎ 特定保健指導の取材記事掲載による周知を行う

薬剤師会・歯科医師会の役割

- ◎ 店頭でポスターを掲示する
- ◎ 患者さんへの声かけ
- ◎ 健康フェアを開催する

取
り
組
み
の
継
続

活動量を増やして-3kgをめざそう

動脈硬化リスクの重なり解消

連携 と 協働

家庭・個人の役割

- ◎ 特定保健指導に該当したら保健指導を受ける
- ◎ 保健指導を通じて生活改善に取り組む
- ◎ 肥満の解消に取り組む
- ◎ 家族は生活改善の取り組みに協力する

事業主（経済団体・職場）の役割

- ◎ 特定健診の結果を把握し、該当者には特定保健指導を受けるよう促す
- ◎ 従業員が保健指導を受けるための時間を確保する
- ◎ 産業保健センターを利用しやすい仕組みづくりを推進する
- ◎ 階段の利用や近距離の徒歩移動を推進する
- ◎ 社内報や会報などで、特定保健指導に関する情報を案内する
- ◎ 社内報や会報などを通じて、扶養者や家族にも情報発信する

医師会・医療機関の役割

- ◎ 肥満が健康の未来に及ぼす影響の周知、教育、啓蒙を行う
- ◎ 標準体重維持（目標値設定）の必要性の周知、教育、啓蒙を行う

取り組みの進め方

脳卒中・心不全を予防しよう

- ▶ 高血圧の者の減少
- ▶ 脂質異常症の者の減少

行政（市役所）の役割

- ◎ 未治療者への受診勧奨を強化する
- ◎ 治療中でコントロール不良者への保健指導に取り組む
- ◎ 健康教育や保健指導を通して、脳卒中や心不全予防対策を周知する
- ◎ 食育教室などを通じて、減塩や肥満予防、運動など、健康管理の方法を伝える
- ◎ 定期健康相談を実施する

マスコミの役割

- ◎ 医師へのインタビュー（高血圧の危険性、脂質異常症の危険性）記事掲載による周知を行う
- ◎ 高血圧予防、脂質異常予防の取り組みなどの取材記事掲載による周知を行う

薬剤師会・歯科医師会の役割

- ◎ 店頭でポスターを掲示する
- ◎ 患者さんへの声かけ

取り組みの
継続

脳と心臓を守ろう

血圧は140/90未満に
LDLコレステロールは120未満に

連携
と
協働

家庭・個人の役割

- ◎ 普段から塩分や糖分を抑えたバランスのよい食事
- ◎ 症状がないからといって異常値を放置せず、目標値内に安定するよう努める
- ◎ 内服中の方は、医師に指示された目標値に管理できているか定期的に検査を受ける

事業主（経済団体・職場）の役割

- ◎ 従業員の健康状態を把握し未治療者や治療中断者に対しては受診勧奨に努める
- ◎ かかりつけ医を持つよう促す
- ◎ 職場に血圧計を設置する
- ◎ 社内報や会報などで、食事バランスガイド等“食”に関する情報を案内する
- ◎ 社内報や会報などを通じて、扶養者や家族にも情報発信する

医師会・医療機関の役割

- ◎ 異常値管理の必要性の周知、教育、啓蒙を行う
- ◎ 健康フェアを開催する

取り組みの進め方

糖尿病の合併症を予防しよう

- ▶ 糖尿病未治療者の減少
- ▶ 血糖コントロール不良者の減少
- ▶ 人工透析患者の減少

行政（市役所）の役割

- ◎ 糖尿病未治療・中断者の受診勧奨を強化する
- ◎ 主治医と連携して治療中でコントロール不良者への保健指導を強化する
- ◎ 慢性腎臓病(CKD)対策を推進する
- ◎ 定期健康相談を実施する

マスコミの役割

- ◎ 医師へのインタビュー（糖尿病の危険性、血糖コントロールの重要性、CKD対策）記事掲載による周知を行う
- ◎ 糖尿病や合併症予防の取り組みなどの取材記事掲載による周知を行う

薬剤師会・歯科医師会の役割

- ◎ 店頭でポスターを掲示する
- ◎ 患者さんへの声かけ
- ◎ 定期的な歯科検診の勧奨を行う

取り組みの
継続

高血糖から血管を守ろう

HbA1c6.5以上は要注意！

HbA1c8以上は厳格な管理を！！

連携
と
協働

家庭・個人の役割

- ◎ 糖が高いといわれたら定期的に医療機関を受診する（通院と治療を中断しない）
- ◎ 糖尿病治療中の方は糖尿病の治療に併せて定期的な眼科受診や歯科受診に努める
- ◎ 生活習慣を見直し、改善に向けて取り組む

事業主（経済団体・職場）の役割

- ◎ 階段の利用や近距離の徒歩移動を推進する
- ◎ 従業員の健康状態を把握し未治療者が治療中断者に対してはすぐに受診勧奨する
- ◎ かかりつけ医を持つよう促す
- ◎ 社内報や会報などで、食事バランスガイド等“食”に関する情報を案内する
- ◎ 社内報や会報などを通じて、扶養者や家族にも情報発信する

医師会・医療機関の役割

- ◎ 発症予防および合併症予防の必要性の周知、教育、啓蒙を行う
- ◎ 行政と連携して未治療・中断者対策、健診未受診者対策に取り組む
- ◎ 行政と連携して肥満や生活習慣是正、服薬管理の保健指導に取り組む