

# 第3章 第1期計画の評価と現状の保健事業

## 1 重点対策の実施状況及び評価

### (1) 脂質異常症及び循環器疾患の対策

#### (1) 実態分析

第1期データヘルス計画にて重要課題のひとつとした脂質異常症及び循環器疾患対策の効果的なアプローチを目指し、食生活の実態を把握するための食に関する生活習慣アンケートを実施しました。

●実施方法・時期 住民健診受診時の問診票にアンケートを同封し、健診当日回収。

平成28年10月、平成29年6月実施。

●対象者 平成28年度秋の住民健診受診者および平成29年度春の住民健診受診者  
のうち40～69歳（特定健診受診以外の各種がん検診のみの受診者も含む）

#### ●アンケートの目的

過去の保健活動（健診事後訪問等）における気づき等から脂質異常症の要因でもある食生活の傾向は、当町の場合は一般的に指摘されている外食傾向、肉や脂等の動物性脂肪の摂取過多、サクサク系の間食摂取過多が主な要因ではないと予測された。そのため、次の仮説を想定し、当町の食生活の傾向をみるとこととしました。

#### ●仮説

**仮説1 「脂質異常症が多いのは、『野菜を食べている』とは言っても、海藻・きのこ類や大豆製品の摂取量が少ないので？」**

**【根拠】**緑黄色野菜と同様に海藻類、きのこ類は、食物繊維が多く、体内のコレステロールの吸收が抑えられ排泄が促されます。また、低カロリー食材なので満腹感を与え食べ過ぎ予防につながり、脂質異常症の食事療法の基本のひとつとなっています。

**仮説2 「魚介類を食べる回数が少ないので？」**

**【根拠】**魚に含まれる良質な脂質であるオメガ3脂肪酸のDHA（ドコサヘキサエン酸）とEPA（エイコサペタエン酸）は、LDLコレステロールや中性脂肪を減らし、血栓の形成を抑えます。

**仮説3 「動物性脂肪の多い加工品が原因でコレステロール値を上昇させているのでは？」**

**【根拠】**動物性脂肪はLDLコレステロールを上昇させる飽和脂肪酸が多いといわれています。

**仮説4 「果物を食後のデザートとして食べて、中性脂肪が上昇しているのではないか？」**

**【根拠】**果物はビタミン等が豊富で適量であれば望ましい食材ですが、糖質が多い果物のとり過ぎや夕方以降の摂取では中性脂肪として体内に蓄えられやすくなります。

**仮説5 「食事の際によく噛まずに早食い傾向にあるのではないか？」**

**【根拠】**よく噛んで食べることで満腹中枢が刺激され食べ過ぎ予防になります。

**仮説6 「日常の嗜好品（特に飽和脂肪酸を含む物）がLDLコレステロール値を上げているのではないか？」**

**【根拠】**お菓子等に多く含まれるショートニングやマーガリンなどトランス脂肪酸、また脂肪の多い乳製品や洋菓子は飽和脂肪酸が多く、LDLコレステロールを上昇させると言われています。

● アンケートの内容

**食生活に関するアンケート**



あてはまるところに○をして下さい 年代 40・50・60代 性別：男・女

|   |  |       |         |         |         |         |        |        |      |       |     |      |       |       |      |  |       |     |     |      |      |  |  |       |     |        |         |        |        |      |       |     |      |         |        |        |      |
|---|--|-------|---------|---------|---------|---------|--------|--------|------|-------|-----|------|-------|-------|------|--|-------|-----|-----|------|------|--|--|-------|-----|--------|---------|--------|--------|------|-------|-----|------|---------|--------|--------|------|
| 1 肉を食べる頻度は?<br>(鶏・豚・牛肉など)   | あまり食べない 週に2~3回 週に4~5回 ほぼ毎日   |       |         |         |         |         |        |        |      |       |     |      |       |       |      |  |       |     |     |      |      |  |  |       |     |        |         |        |        |      |       |     |      |         |        |        |      |
| 2 魚介類を食べる頻度は?<br>(魚・貝類・イカ・タコなど)   | あまり食べない 週に2~3回 週に4~5回 ほぼ毎日   |       |         |         |         |         |        |        |      |       |     |      |       |       |      |  |       |     |     |      |      |  |  |       |     |        |         |        |        |      |       |     |      |         |        |        |      |
| 3 大豆製品を食べる頻度は?<br>(豆腐・納豆・きなこ・おから・豆乳など)  | あまり食べない 週に2~3回 週に4~5回 ほぼ毎日   |       |         |         |         |         |        |        |      |       |     |      |       |       |      |  |       |     |     |      |      |  |  |       |     |        |         |        |        |      |       |     |      |         |        |        |      |
| 4 海藻類を食べる頻度は?<br>(わかめ・もずく・ひじき・めかぶ・昆布など)   | あまり食べない 週に2~3回 週に4~5回 ほぼ毎日   |       |         |         |         |         |        |        |      |       |     |      |       |       |      |  |       |     |     |      |      |  |  |       |     |        |         |        |        |      |       |     |      |         |        |        |      |
| 5 きのこを食べる頻度は?<br>(えのき茸・しめじ・しいたけ・なめこ・エリンギなど)   | あまり食べない 週に2~3回 週に4~5回 ほぼ毎日   |       |         |         |         |         |        |        |      |       |     |      |       |       |      |  |       |     |     |      |      |  |  |       |     |        |         |        |        |      |       |     |      |         |        |        |      |
| 6 乳製品をとる頻度は?  | <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="text-align: center; padding: 5px;">ヨーグルト</td> <td style="text-align: center; padding: 5px;">チーズ</td> <td rowspan="4" style="vertical-align: middle; font-size: 2em; padding-right: 10px;">牛乳</td> <td style="border-left: none; border-bottom: none; padding: 5px;">頻度～</td> <td>あまり飲まない</td> <td>週に2~3回</td> <td>週に4~5回</td> <td>ほぼ毎日</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center; padding: 5px;">ヨーグルト</td> <td style="text-align: center; padding: 5px;">チーズ</td> <td style="border-left: none; border-bottom: none; padding: 5px;">1回量～</td> <td>コップ1杯</td> <td>コップ2杯</td> <td>それ以上</td> <td></td> </tr> <tr> <td style="text-align: center; padding: 5px;">ヨーグルト</td> <td style="text-align: center; padding: 5px;">チーズ</td> <td style="border-left: none; border-bottom: none; padding: 5px;">種類～</td> <td>普通牛乳</td> <td>低脂肪乳</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td style="text-align: center; padding: 5px;">ヨーグルト</td> <td style="text-align: center; padding: 5px;">チーズ</td> <td style="border-left: none; border-bottom: none; padding: 5px;">ヨーグルト～</td> <td>あまり食べない</td> <td>週に2~3回</td> <td>週に4~5回</td> <td>ほぼ毎日</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center; padding: 5px;">ヨーグルト</td> <td style="text-align: center; padding: 5px;">チーズ</td> <td style="border-left: none; border-bottom: none; padding: 5px;">チーズ～</td> <td>あまり食べない</td> <td>週に2~3回</td> <td>週に4~5回</td> <td>ほぼ毎日</td> </tr> </table> | ヨーグルト | チーズ     | 牛乳      | 頻度～     | あまり飲まない | 週に2~3回 | 週に4~5回 | ほぼ毎日 | ヨーグルト | チーズ | 1回量～ | コップ1杯 | コップ2杯 | それ以上 |  | ヨーグルト | チーズ | 種類～ | 普通牛乳 | 低脂肪乳 |  |  | ヨーグルト | チーズ | ヨーグルト～ | あまり食べない | 週に2~3回 | 週に4~5回 | ほぼ毎日 | ヨーグルト | チーズ | チーズ～ | あまり食べない | 週に2~3回 | 週に4~5回 | ほぼ毎日 |
| ヨーグルト   | チーズ  | 牛乳    | 頻度～     |         | あまり飲まない | 週に2~3回  | 週に4~5回 | ほぼ毎日   |      |       |     |      |       |       |      |  |       |     |     |      |      |  |  |       |     |        |         |        |        |      |       |     |      |         |        |        |      |
| ヨーグルト   | チーズ  |       | 1回量～    |         | コップ1杯   | コップ2杯   | それ以上   |        |      |       |     |      |       |       |      |  |       |     |     |      |      |  |  |       |     |        |         |        |        |      |       |     |      |         |        |        |      |
| ヨーグルト   | チーズ  |       | 種類～     |         | 普通牛乳    | 低脂肪乳    |        |        |      |       |     |      |       |       |      |  |       |     |     |      |      |  |  |       |     |        |         |        |        |      |       |     |      |         |        |        |      |
| ヨーグルト   | チーズ  |       | ヨーグルト～  | あまり食べない | 週に2~3回  | 週に4~5回  | ほぼ毎日   |        |      |       |     |      |       |       |      |  |       |     |     |      |      |  |  |       |     |        |         |        |        |      |       |     |      |         |        |        |      |
| ヨーグルト   | チーズ  | チーズ～  | あまり食べない | 週に2~3回  | 週に4~5回  | ほぼ毎日    |        |        |      |       |     |      |       |       |      |  |       |     |     |      |      |  |  |       |     |        |         |        |        |      |       |     |      |         |        |        |      |
| 7 果物を食べる頻度は?<br>食べるタイミングは、いつですか?<br>(○はいくつでも)   | あまり食べない 週に2~3回 週に4~5回 ほぼ毎日<br>朝食時 午前中 昼食時 3時ころ<br>夕食時 夜の団らん時   |       |         |         |         |         |        |        |      |       |     |      |       |       |      |  |       |     |     |      |      |  |  |       |     |        |         |        |        |      |       |     |      |         |        |        |      |
| 8 外食を楽しんだり、便利な惣菜や持ち帰り弁当を利用する頻度は?  | あまり利用しない 週に2~3回 週に4~5回 ほぼ毎日  |       |         |         |         |         |        |        |      |       |     |      |       |       |      |  |       |     |     |      |      |  |  |       |     |        |         |        |        |      |       |     |      |         |        |        |      |
| 9 夕食にどの位時間をかけますか?   | 10分未満 10~20分位 20~30分位 30分以上  |       |         |         |         |         |        |        |      |       |     |      |       |       |      |  |       |     |     |      |      |  |  |       |     |        |         |        |        |      |       |     |      |         |        |        |      |
| 10 1日3回の食事で油脂類(バター・サラダ油・マヨネース・オイル入りドレッシング)を使う回数は?<br>(少量使用も含む)  | ほとんどない 週に2~3回 週に4~5回 ほぼ毎日<br>わからない   |       |         |         |         |         |        |        |      |       |     |      |       |       |      |  |       |     |     |      |      |  |  |       |     |        |         |        |        |      |       |     |      |         |        |        |      |
| 例 たまご焼き・ギョウザ・筑前煮<br>カレーライス・シチュー・<br>ポテトサラダ・マカロニサラダ・<br>焼きそば・お好み焼き・サラダに<br>オイル入りドレッシングをかける・<br>天ぷら・コロッケ等 |  |       |         |         |         |         |        |        |      |       |     |      |       |       |      |  |       |     |     |      |      |  |  |       |     |        |         |        |        |      |       |     |      |         |        |        |      |

裏面もあります→

11 普段の食事で、**主食**（ごはん・パン・麺類など）**主菜**（魚介類・肉類・大豆・大豆製品を主原料にした料理）**副菜**（野菜類・海藻類・きのこ類）の3つを**組み合わせて**食べることが**1日2回以上**というのは週に何回ありますか？あてはまるところに○をしてください

ほとんどない 週に2～3回 週に4～5回 ほぼ毎日 わからない

12 次の中でも**よく食べる野菜**に○をつけて下さい（○はいくつでも）

キャベツ 大根 人参 玉ねぎ もやし きゅうり 水菜  
カボチャ ピーマン じゃが芋 トマト ほうれん草 レタス  
茄子 ニラ その他（ ）

13 **1週間を振り返って**、食べたり飲んだりしたものに○をつけて下さい（○はいくつでも）

あめ ケーキ ドーナツ アイス 大福 菓子パン  
せんべい クッキー チョコレート スナック菓子 栄養ドリンク  
スポーツドリンク ジュース 缶コーヒー（ブラック以外）

14 日ごろの食事で**習慣**にしていたり、**気をつけていること**は、ありますか？



- ・毎食、野菜をとるようにしている
- ・酢をとるようにしている
- ・納豆などのネバネバ食品をとる
- ・バランスを意識している
- ・よく噛むようにしている
- ・サプリメントや栄養補助食品をとっている



- ・塩分を控えるようにしている
- ・糖分を控えるようにしている
- ・油を控えるようにしている
- ・インスタント食品に頼らない



➡ どのような効果があるのですか？ \_\_\_\_\_

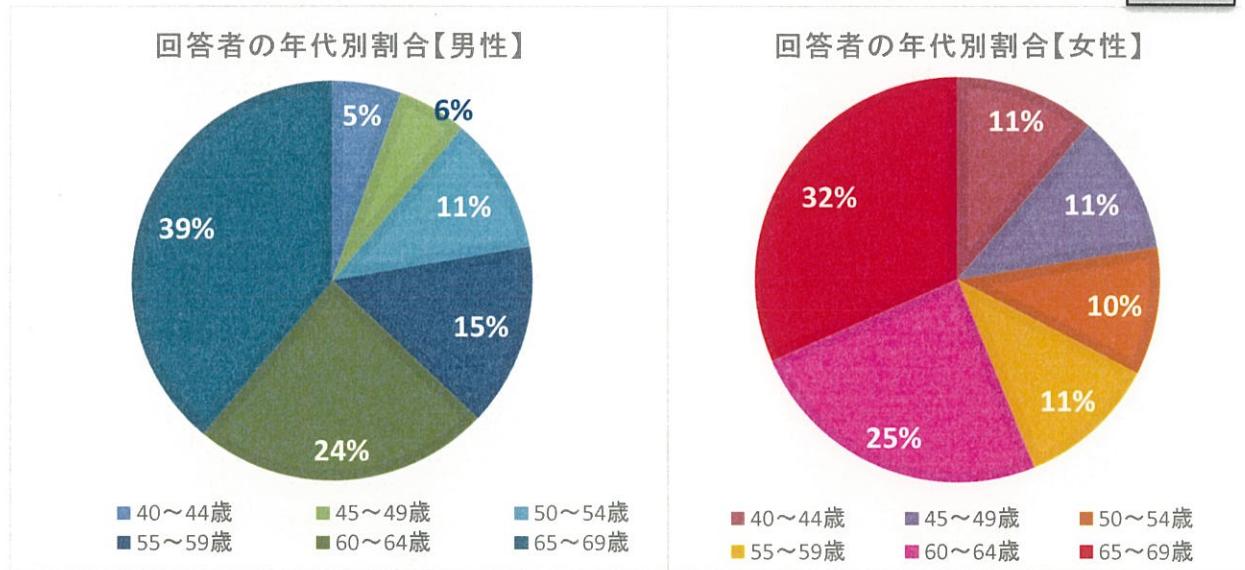
アンケートは以上です、ありがとうございました 健診当日、**受付**にお渡しください

①食のアンケート回収状況

表 9

|    | 年齢     | 40～44 | 45～49 | 50～54 | 55～59 | 60～64 | 65～69 | 計    |
|----|--------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|------|
| 男性 | 送付実数   | 5     | 6     | 10    | 16    | 21    | 30    | 88   |
|    | 回収実数   | 3     | 3     | 6     | 8     | 13    | 21    | 54   |
|    | 回収年代割合 | 5.6   | 5.6   | 11.1  | 14.8  | 24.1  | 38.9  | 100  |
|    | 回収割合   | 60.0  | 50.0  | 60.0  | 50.0  | 61.9  | 70.0  | 61.4 |
| 女性 | 送付実数   | 20    | 18    | 20    | 20    | 35    | 45    | 158  |
|    | 回収実数   | 11    | 11    | 10    | 11    | 24    | 31    | 98   |
|    | 回収年代割合 | 11.2  | 11.2  | 10.2  | 11.2  | 24.5  | 31.6  | 100  |
|    | 回収割合   | 55.0  | 61.1  | 50.0  | 55.0  | 68.6  | 68.9  | 62.0 |
| 計  | 送付実数   | 25    | 24    | 30    | 36    | 56    | 75    | 246  |
|    | 回収実数   | 14    | 14    | 16    | 19    | 37    | 52    | 152  |
|    | 回収年代割合 | 9.2   | 9.2   | 10.5  | 12.5  | 24.3  | 34.2  | 100  |
|    | 回収割合   | 56.0  | 58.3  | 53.3  | 52.8  | 66.1  | 69.3  | 61.8 |

図 10



回収率 61.8%で概ね協力的でした。回収数は男性よりも女性の方が多い、年代別では男女ともに60代が半数以上を占めています。がん検診を含む受診者が対象のため、結果については比較的健康意識の高めの方の傾向として考察していきます。

## ②アンケート結果

**仮説1** 「脂質異常症が多いのは、『野菜を食べている』とは言っても、海藻・きのこ類や大豆製品の摂取量が少ないので？」では、大豆製品、海藻類、きのこ類の摂取は少なめとなっています。男女ともに海藻類・きのこ類を「あまり食べない」が2~3割を占めていました。また、よく食べる野菜では日持ちがする常備野菜が多く根菜も多く利用していました。

□あまり食べない、■週に2~3回、■週に4~5回、■ほぼ毎日 □未回答

図 11

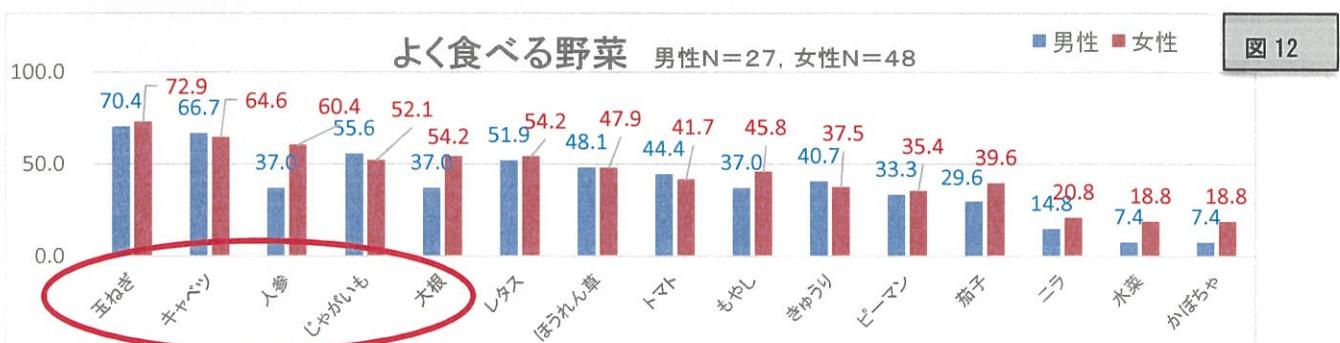
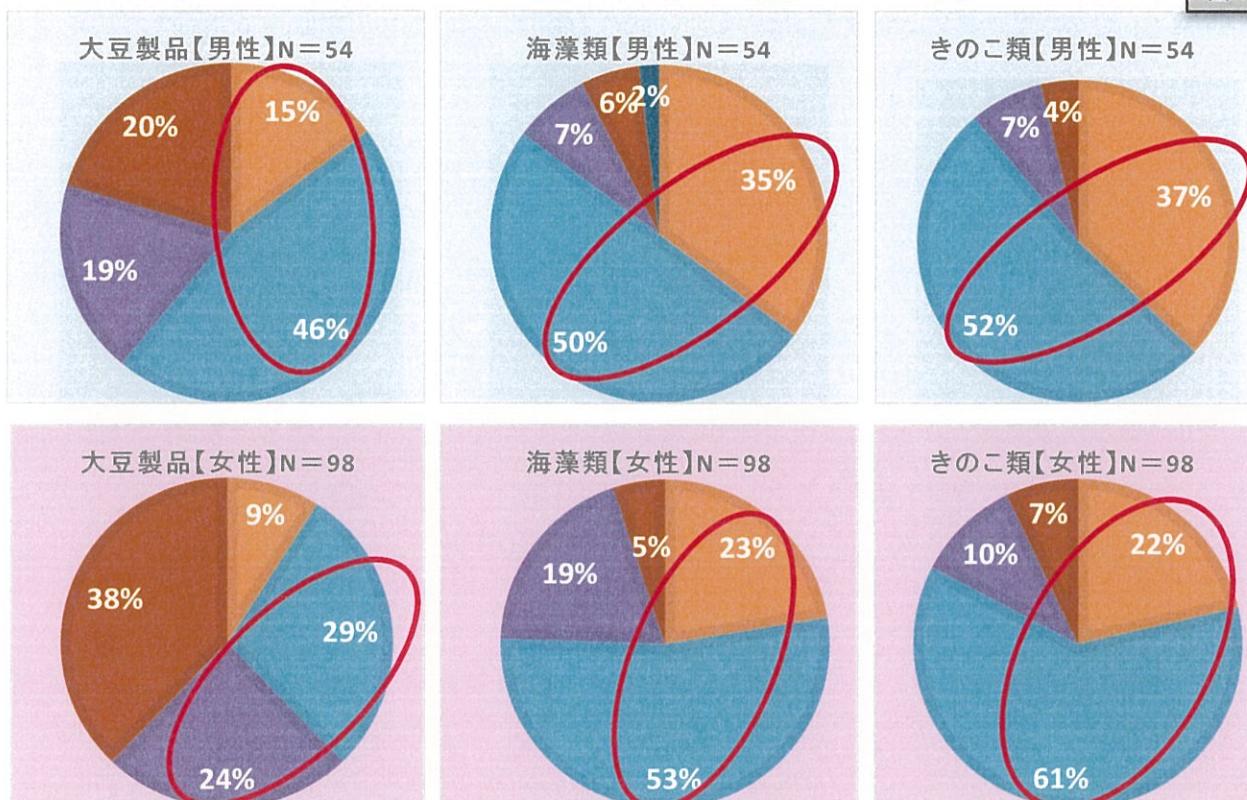


図 12

**仮説2** 「魚介類を食べる回数が少ないので？」では、「週2~3回」が多く、年代ではやや若い年代でその傾向が高くなっています。

図 13



仮説3 「動物性脂肪の多い加工品が原因でコレステロール値を上昇させているのではないか？」では、肉類の加工品、チーズともに「週4～5回」「ほぼ毎日」は多くはありませんでした。動物性脂肪の多い加工品の摂取によるコレステロール値上昇への直接的な影響は少ないと思われます。

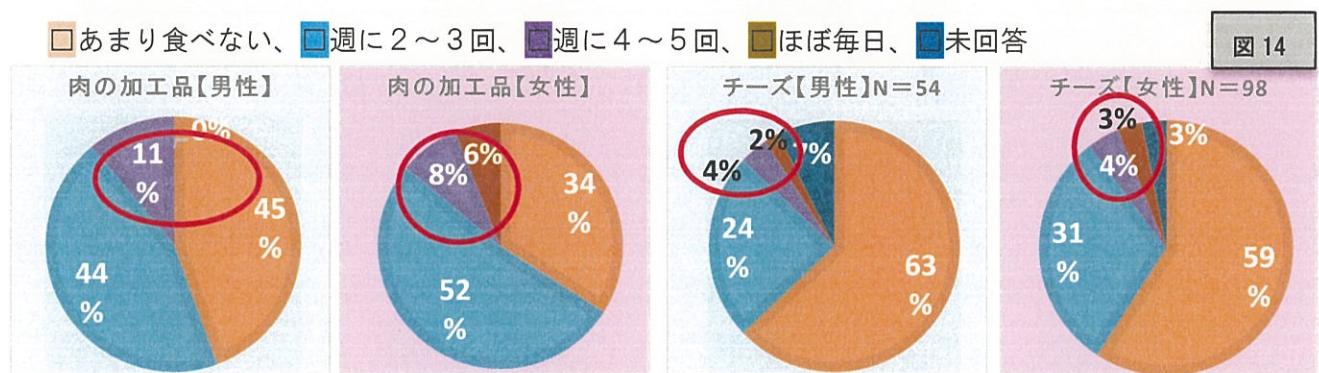


図 14

仮説4 「果物を食後のデザートとして食べて、中性脂肪が上昇しているのではないか？」では、「あまり食べない」「週2～3回」が男女ともに7割と摂取頻度が少い傾向となっていました。一方で、女性は果物を「週4～5日以上」の方も17%で意識して摂取している方もみられました。摂取時間帯は「夕食時」「夜の団らん時」が男性で4割、女性で3割を占めています。「あまり食べない」頻度が多いので、中性脂肪を上げるほどの摂取量ではないのではないかと思われますが、摂取時間帯では夜の食後のデザート的な食べ方をされている方が3～4割はいるので、この時間帯で食べている場合は中性脂肪への影響もありうるかもしれません。

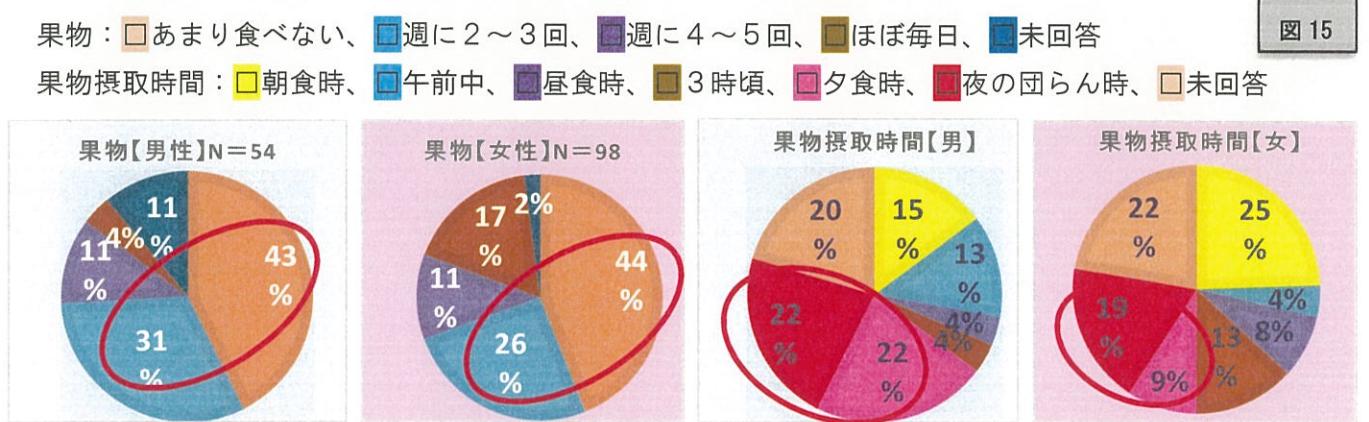


図 15

仮説5 「食事の際によく噛まずに早食い傾向にあるのではないか？」では、「10分未満」は男性15%、女性6%でした。男性の方が早食いがやや多くなっています。

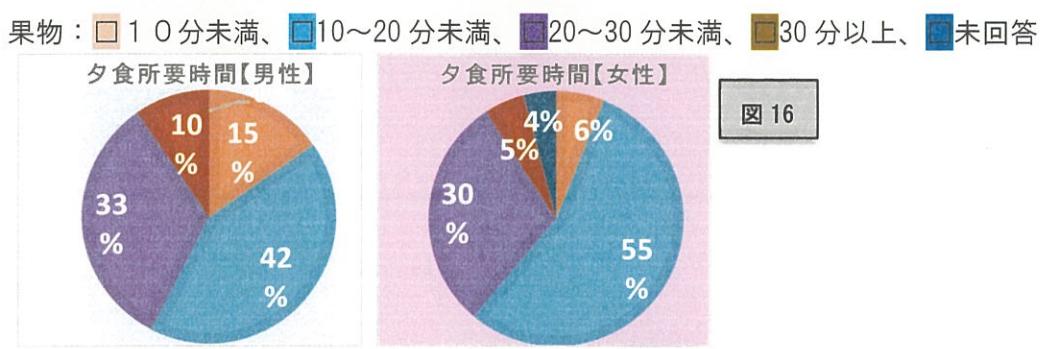
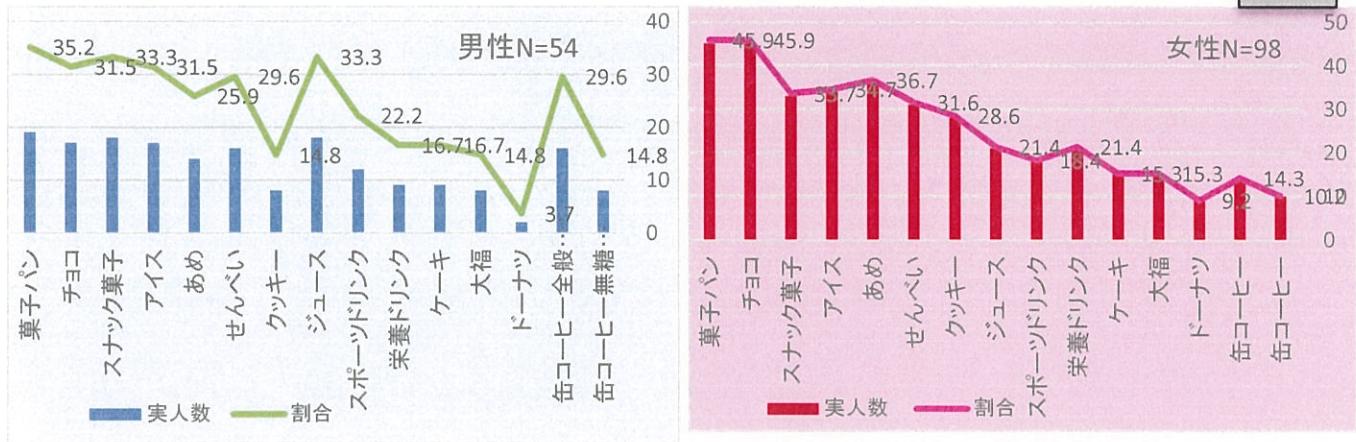


図 16

仮説6 「日常の嗜好品（特に飽和脂肪酸を含む物）がコレステロール値を上げているのではない  
か？」では、男女ともに菓子パンを身近に摂取しています。女性は、チョコやアメ等の「一口  
系の間食」が多くみられました。また、男性より女性が間食を取っている頻度がやや高いよう  
にみられました。

図17



### ③アンケート結果の考察

一般的に言われている脂質異常症の原因となる食生活（外食傾向、肉や脂等の摂取過多、スナック菓子や洋菓子等のサクサク系の間食摂取、動物性脂肪の摂取等）とは、若干異なった結果でした。

主に仮説1、仮説4等から、海藻類、きのこ類、果物の摂取頻度が少なく、野菜では根菜野菜が多いことから、副食の摂取量が少なく栄養バランスの偏りが主な要因の一つではないかと考えられます。果物摂取は全体的には少ないものの、夕方以降のデザートとした取り方が多くみられていました。

間食は女性が男性よりもやや多く、「一口系の間食」が多くなっています。また、農繁期のおやつの延長なのか「菓子パン」の摂取も多くなっています。

以上から、次の3点を次期計画の中で取り入れていくこととします。

- ① 食事面では、バランスを考えた副食の取り方（量、頻度、手軽さ、効能等）の工夫。
- ② 間食の選び方では、時間帯、頻度、量等を考えて自分でコントロール、選択できる工夫。
- ③ 噉む効能や食べる時間（果物の摂取時間等）や食事全体へプラスワンの賢い情報の提供。  
(食事の制限や減量ではなく、望ましい物への転換や足りないバランスへのプラスする  
足し算的なアプローチ)

## 〈2〉 特定健診の受診勧奨

### ●周知の工夫

- ・ H28～個別通知用ちらし「健診のお得情報」としたトピックスをまとめ同封。
- ・ H29～個別通知用ちらし「元気確認」とし、年代に応じた案内文に変更。さらに、40歳、50歳、60歳、70歳には「節目健診」とした重点周知案内文を同封。

### ●未受診者訪問

- ・ 40歳、41～44歳で受診歴のない被保険者 (対象 27人、申込み率=50.0%)
  - ・ 60代で社保等から国保異動となった被保険者 (対象 12人、申込み率=16.6%)
  - ・ 未治療者で3年以上受診歴がない被保険者 (対象 39人、申込み率=17.9%)
- 以上のように区分し、対象に合わせた訪問時のアプローチを行いました。

## 〈3〉 住民健診の場における情報提供と健康教育

### ●住民健診時栄養健康教育

住民健診会場にて「栄養情報展示コーナー」を設置し、声かけ健康教育を実施。  
(H28: 82名、H29: 115人)

### ●住民健診時個別保健相談

住民健診会場にて「保健相談コーナー」を設置し、前年度の特定健診結果にてLDLコレステロールまたは中性脂肪が高い傾向のある方へ、脂質代謝メカニズムについて解説用絵図等の媒体を用いて解説・助言を実施。

## 〈4〉 健康教室の実施

### ●生活改善事業「健康料理教室」の実施

- ・ H28～「“菌活” 料理教室」(参加者 16名)
- ・ H29～「“彩菜・常備菜” 料理教室」(参加者 19名)  
「“乳和食” 料理教室」(参加者 16名)  
「“男めし” 料理教室」(参加者 3回延数 10名)

## 〈5〉 健診事後フォロー個別相談

### ●健診事後保健指導事業

要精検者の受診勧奨訪問とメカニズムの解説・助言の保健指導を実施。  
(H28: 53人、H29: 78人)

### ●精検受診者生活改善訪問指導事業

特定健診の精検受診者のうち主治医から指導指示箋の返信があった方に保健師または管理栄養士が訪問にて保健指導・栄養指導を実施。  
(H28: 8人、H29: 12人)

〈3〉～〈5〉の事業については、一部「国民健康保険事業」の「国保保健指導事業」を活用しています。

## (2) 胃潰瘍及び消化器疾患・悪性新生物の対策

### 〈1〉 ヘリコバクターピロリ検査の導入

第1期データヘルス計画の実施計画にあわせ、平成28年度から住民健診にて新規事業として当検査を導入しました。

#### ● 対象者～30歳以上

(過去にピロリ菌除菌治療をした方、ピロリ菌検査を実施した方は除く)

#### ● 検査方法～ピロリ菌抗体検査（血液検査）

### 〈2〉 胃がん検診の受診勧奨

#### ● 周知の工夫

- ・H28～個別通知用ちらし「健診のお得情報」としたトピックスにてピロリ菌検査の紹介をまとめ同封。
- ・H29～個別通知用ちらしにて、人間ドックで胃内視鏡検査を選択できる病院を紹介し、住民健診または人間ドックを自分のライフプランに合わせて選択できるよう周知を工夫。

### 〈3〉 実態分析

#### ● ピロリ菌検査受診状況

表 18

|      | 受診数 | 陰性  | 偽陽性 | 要精検 | 精検率   | 精検受診者 | 精検受診率 | 要治療 |
|------|-----|-----|-----|-----|-------|-------|-------|-----|
| 29年度 | 52  | 27  | 12  | 13  | 25.0% | 10    | 76.9  | 8   |
| 28年度 | 283 | 142 | 63  | 78  | 27.6% | 58    | 74.0% | 32  |

#### ● H28年度ピロリ菌検査の要精検者の実態把握

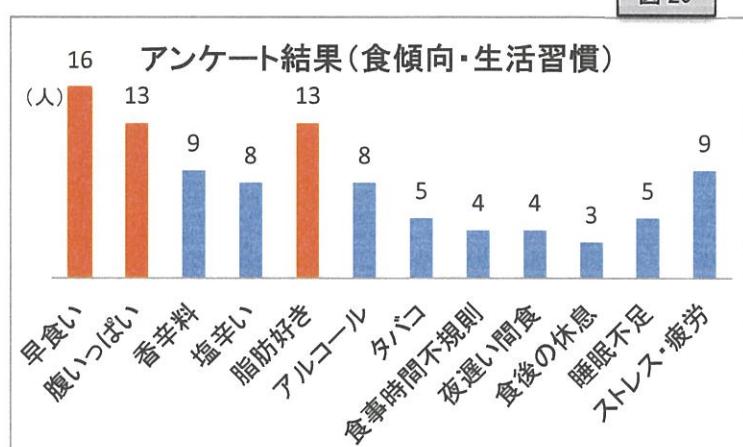
要精検を対象として訪問にて聞き取りアンケートを実施し、食傾向、生活習慣、幼少期の出身場所等の実態把握を実施しました。

アンケート実施者32名

図 19



図 20



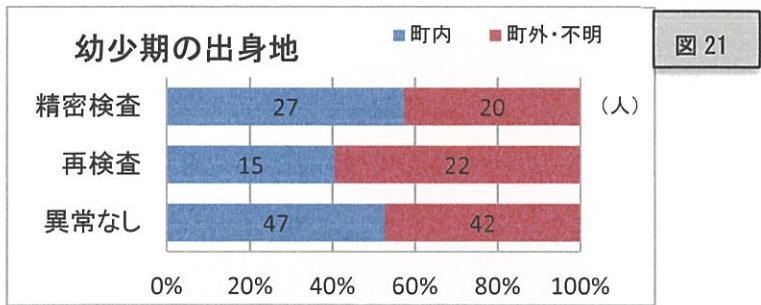


图 21

## 【H28 年度受診者の精検者陽性率】

|      | 受診者 | 要精検者 | ピロリ陽性者 | 全受診陽性率 | 精検者陽性率 |
|------|-----|------|--------|--------|--------|
| 30 代 | 29  | 3    | 0      | 0%     | 0%     |
| 40 代 | 39  | 8    | 3      | 7.7%   | 37.5%  |
| 50 代 | 45  | 9    | 2      | 4.4%   | 22.2%  |
| 60 代 | 89  | 28   | 9      | 10.0%  | 32.0%  |
| 70 代 | 76  | 27   | 14     | 18.0%  | 51.0%  |
| 80 代 | 5   | 3    | 0      | 0%     | 0%     |
|      | 283 | 78   | 28     | 9.0%   | 35.0%  |

表 22

平成28年度の深川保健所市町支援事業を利用し、アンケート内容と健診受診状況・精検結果を各種集計し傾向等の検討を行ったが、受診者全体の陽性率を確認することは困難でピロリ菌感染が高い地域かどうかの検証には至りませんでした。

ただ、精検受診者の陽性率では年齢とともに陽性率が高くなる傾向はみられるので、一般的なピロリ菌に関する知識と胃がん予防のための検診の必要性等の情報を周知するとともに、検査未受診者には受診勧奨、検査受診者には継続した胃がん検診の受診勧奨、ピロリ菌検査での要精検対象者には確実な精検受診にて早期発見・早期治療を促していきます。

## 〈4〉 がん検診事後フォロー

各種がん検診における要精検者に対して、訪問による精検勧奨を実施してきました。また、精検未受診者への再度の受診勧奨をより強化し、精検受診率の向上に努めています。

## 2 現在の保健事業の取組み・評価

### 国保保健事業

#### (1) 特定健康診査・特定保健指導等の推進

| 事業名                   | 目的及び概要   | 20<br>21<br>22<br>23<br>24<br>25<br>26<br>27<br>28<br>29 | H28・H29 実施状況   | 評価・課題  | 備考 |
|-----------------------|--|--|--|--|----|
| 特定健康診査事業              | 【目的】国保加入者の健康の保持増進及び生活習慣病等の発症・重症化予防。<br>【概要】メタボリックシンドロームに着目した健診。住民健診(春4日・秋2日)と人間ドック(通年)にて実施。        |  | 法定報告による受診率<br>H28 : 54.1%、H29 : 54.0% (見込み)                        | 法定報告ではほぼ横ばい。(P 7 参照)<br>国保と社保等の加入・離脱を繰り返す方が増えていて受診率に反映されない面もある。治療中の未受診対策の検討が必要。    |    |
| 特定保健指導事業              | 【目的】生活習慣病リスク保有者の生活習慣、健康状態の改善。<br>【概要】特定健診受診者のメタボリックシンドローム該当者・予備群者への個別指導の実施。                        |  | 法定報告による受診率<br>H28 : 69.0%、H29 : 85% (見込み)<br>住民健診受診者は 100%         | 人間ドック受診者の指導希望が少ない。<br>同じ方が対象の際は強い介入で拒否にならないよう配慮し悪化予防に努める。                          |    |
| 特定健診等未受診者対策事業         | 【目的】特定健診受診率の向上。新規対象者の受診意識の向上。<br>【概要】主に①40代の新規対象者<br>②60代で他保険から国保異動となった者<br>③未治療者で3年以上受診歴がない者へ訪問勧奨 |  | ●個別周知内容の工夫<br>節目年齢の重点周知案内。<br>●ターゲットを絞った未受診者訪問<br>申込み率～H28 : 28.2% | 訪問で会えることが少なくなっている。また、治療中者は病院管理を理由に健診につながらないことが多い。<br>治療中でない真の未受診状況を把握していくことが必要である。 |    |
| 若年者健診<br>【わかば健診】事業    | 【目的】30代からの健康意識の向上と将来的な特定健診受診率向上へ寄与。<br>【概要】特定健診に準ずる健診、保健指導。住民健診(春4日・秋2日)と人間ドック(通年、2年に1回)にて実施。      |  | 受診率～H28 : 22.1%、H29 : 22.6%<br>受診数、受診率ともに微増している。                   | 人口動態、国保被保険者数推移等から30代男性が女性より多いので(特に農家)メタボリックシンドローム予備軍とならないよう受診率向上を図りたい。             |    |
| 後期高齢者<br>【ゴールド健診】健診事業 | 【目的】高齢期の健康の保持増進。<br>【概要】特定健診に準ずる健診、保健指導。住民健診(春4日・秋2日)と人間ドック(通年、2年に1回)にて実施                          |  | 受診率～H28 : 26.5%、H29 : 26.7%<br>受診数、受診率ともに微増している。                   | 特定健診から引き続き後期高齢者健診を受診している方が多い。治療にならぬく健診継続がつながるよう周知を図りたい。                            |    |

#### (2) その他の検診事業の推進

| 事業名         | 目的及び概要  | 20<br>21<br>22<br>23<br>24<br>25<br>26<br>27<br>28<br>29 | H28・H29 実施状況  | 評価・課題  | 備考       |
|-------------|---|--|---|--|----------|
| 各種がん検診事業    | 【目的】各種がんの早期発見・早期治療。<br>【概要】胃がん・肺がん(結核含む)・大腸がん・前立腺がん・子宮がん・乳がん。住民健診(春4日・秋2日)と人間ドック(通年)                  |  | 肺～H28 : 36.9%、子宮～H28 : 26.9%<br>胃～H28 : 26.3%、乳～H28 : 32.2%<br>大腸～H28 : 35.3%、前立腺～H28 : 28.9% | 対象数の算出がH28 年度から変更になり前年度よりも大きく受診率が低下している。受診数ではH28 横ばいだったがH29 は微減している。               |          |
| 脳の検診事業      | 【目的】脳血管疾患の早期発見・早期治療。生活習慣病等に伴う脳疾患の予防。<br>【概要】MRI検診及び診察。3日間。100人。4年に1回の対象期間としている。                       |  | H28 : 105人、H29 : 100人   | 人気が高く申込みは1週間で定員になる。特定健診データを脳検診で活用し、予防行動の動機づけに結びつけるよう助言を行っている。                      |          |
| 脳ドック・肺ドック事業 | 【目的】脳血管疾患、呼吸器系疾患の早期発見・早期治療。<br>【概要】人間ドックでのオプション、又は単独受診で実施。  |  | 脳ドック～H28 : 19人<br>肺ドック～H28 : 14人  | 脳ドックは脳の検診がはじまって単独受診は減少している。ドックのオプションのひとつとした充実した検査として周知していく。                        |          |
| ストレスチェック事業  | 【目的】ストレスコントロールにて壮年期のココロ・カラダ両面から健康の保持増進。<br>【概要】住民健診の特定健診受診者40～50代対象に保健相談でチェック確認と面接。住民健診(春4日・秋2日)にて実施。 |  | H28 : 48人、提出率 79.6%<br>H29 : 45人、提出率 86.7%  | チェック票を媒体とした面接にてストレス状況を客観的に振り返る機会になっている。ストレスと嗜好品の関係に気づくことで生活習慣病予防の動機づけにもつながっている。    |          |
| 歯科健診事業      | 【目的】歯科・口腔の健康の保持増進。<br>【概要】歯科医師による健診、歯科衛生士による歯科相談。住民健診にて実施。  |  | H28 : 144人<br>H29 : 132人  | H31 から特定健診の問診票に歯科の項目が導入されるので必要な方が歯科健診につながるよう工夫する必要がある。                             | 一部補助事業活用 |
| ピロリ菌検査      | 【目的】ピロリ菌感染による疾患の予防。<br>【概要】血液検査による抗体検査。住民健診にて実施。30歳以上対象。  |  | 第1期データヘルス計画にてH28 新規導入。<br>H28 : 283人、H29 : 52人  | H28 の初年度は人気が高く当検査のみの受診者もいた。要精査者は受診率74%と高く、早期治療に結びついている。受診者は対象外となるので今後は減少していくと思われる。 |          |
| その他の検診事業    | 【目的】肝炎、エキノコックスの早期発見・早期治療。<br>【概要】住民健診にて実施。  |  | 肝炎～H28 : 102人、H29 : 35人<br>エキノ～H28 : 103人、H29 : 151人  | 肝炎検査では受診者は対象外になるので今後徐々に対象数は減少すると思われる。エキノコックス検査は定期的に受診できるよう周知継続。                    |          |

(3) 保健指導事業（特定保健指導以外）の推進

| 事業名                     | 目的及び概要   | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | H28・H29 実施状況   | 評価・課題  | 備 考      |
|-------------------------|--|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|--|--|----------|
| 住民健診時<br>個別保健相談         | 【目的】生活習慣病のメカニズム等を理解することで予防行動につながる。<br>【概要】住民健診の特定健診等受診者を対象に前年度までの結果等を参考にした個別相談。  |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    | H28 : 360 人、H29:340 人<br>高脂血症、糖尿病等の疾病メカニズムの説明用の各種媒体を用いた解説等を実施。           | 1人 15 分程度の面接。解説内容は課題の優先度により選択。がん検診を含む過去の結果を確認できるよう個人ファイル用の経過一覧を作成。                                     |          |
| 検診事後<br>保健指導事業          | 【目的】生活習慣病予備軍に対しよりよい生活習慣の指導にて健康の保持増進を図る。<br>【概要】健診結果をもとに疾病の発症及び重症化予防の保健相談。訪問等支援。  |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    | H28 : 186 人、H29:165 人<br>要精検者のみならず、生活習慣病関係の検査データ悪化傾向の方へ予防の必要性の助言。        | 必要な方には後日改めて訪問予約をとり、保健相談または栄養相談を実施。マルチマーカーを用いて対象の優先度をより明確にアプローチしていく必要がある。                               | 一部補助事業活用 |
| 糖尿病等重症化<br>予防事業         | 【目的】糖尿病性腎症等による腎機能低下を予防し透析移行等の重症化を防ぐ。<br>【概要】北海道糖尿病性腎症重症化予防プログラムに準じた取り組みの実施。      |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    | H28～特定健診事後 GFR40 以下、HbA1c6.5 以上に健診事後訪問の実施。<br>H29～上記該当者の名簿を作成し対象を明確にし実施。 | 経年経過を確認できる対象者名簿の作成が必要。また、個人経過はマルチマーカーシステムをより活用していく。<br>主治医からの指示をもらうことが難しい現状。北空知糖尿病連携システムとの連携をより充実していく。 |          |
| 精検受診者<br>生活改善<br>訪問指導事業 | 【目的】生活習慣の改善にて生活習慣病等をコントロールし悪化を予防する。<br>【概要】特定健診で要精検となり主治医から指示書のあった対象へ保健・栄養指導の実施。 |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    | H28～7 人<br>H29～5 人<br>栄養指導が主。  | 以前は栄養指導に抵抗感があり相談につながらないことが多かったが、健診会場で馴染みの関係ができる利用につながっている。<br>主治医へ結果を返し、今後も指示を出してもらえるようにフィードバックしていく。   |          |

(4) 健康教育及び健康相談事業の推進

| 事業名               | 目的及び概要   | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | H28・H29 実施状況  | 評価・課題  | 備 考      |
|-------------------|--|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|---|--|----------|
| 住民健診時<br>栄養健康教育   | 【目的】生活習慣病等の予防につながる栄養情報等の普及啓発。<br>【概要】住民健診会場にて当町の健康課題にそった食に関する情報展示コーナーを設置し、実物媒体を使った小集団での健康教育。 |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    | H28～82 人、テーマ「減塩」<br>H29～115 人、テーマ「噛む」、「食物繊維」          | 実物の媒体を使った栄養情報コーナーで立ち話的で気軽な栄養相談につながっている。食品展示を参考にして生活の中に取り入れるきっかけになっている方もいる。<br>当町にニーズを反映する課題への情報提供の場として重要である。 | 一部補助事業活用 |
| 生活改善事業<br>健康料理教室  | 【目的】生活習慣病等の予防につながる栄養と料理情報の普及啓発。<br>【概要】当町の健康課題にそった食に関する情報の普及を料理教室として実施。                      |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    | H28～16 人、テーマ「腸内環境を整える菌活」<br>H29～24 人、テーマ「彩菜、つくりおき常備菜」 | いざれも食アンケートの傾向と栄養教育や訪問相談等で得られた情報からニーズを分析し、テーマを検討している。<br>今後もデータヘルス計画の分析を踏まえテーマを検討していく。                        | 一部補助事業活用 |
| 各種健康教育・<br>健康相談事業 | 【目的】健康の保持増進及び介護予防。<br>【概要】①要望に応じた健康教育の実施。<br>健康相談の実施。<br>②老人クラブでの健康教育                        |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    | 老人クラブ 10 か所。1～2 回実施。                                  | クラブによっては世代の入れ替わりもあり、主に 70 代が多い。クラブに参加している方は情報を理解、行動できるレベルなので、ニーズに合わせて発信していく。                                 |          |