

令和4年10月3日開催

## 厚生常任委員会資料【所管事務調査】

健康プロジェクトについて . . . . . 1～6

所管委員会	厚生常任委員会
提出課	健康づくり推進課

## 健康プロジェクトについて

- 1 プロジェクトの概要・・・ P4「健康プロジェクトの概要」  
P5「上越市健康増進計画に基づく保健活動」  
P6「健康プロジェクトの重点課題及び取組」参照

### (1) 目指す姿

- ・生涯を通じた切れ目のない生活習慣病予防・介護予防の推進により、市民の健康を維持し、予防可能な脳血管疾患等による要介護認定を受ける人を減少させる。
- ・健康寿命の延伸・健康格差の縮小を図り、住み慣れた地域で、健康にいきいきと暮らし続けるまちを目指す。

### (2) 主な取組内容

- ・子どもの肥満の改善に向け、保育園・幼稚園・小中学校と連携し、成長曲線を活用した保護者への効果的な保健指導及び啓発について検討
- ・働き盛り世代が自らの健康管理ができるよう、ICTを活用した健診結果の可視化、保健指導及び啓発について検討
- ・介護予防事業の効果検証

### (3) 推進体制

- ・主担当課：健康づくり推進課
- ・関係課：国保年金課、保育課、高齢者支援課、すこやかなくらし包括支援センター、学校教育課、スポーツ推進課

## 2 取組状況

### (1) これまでの取組経過

#### ①「小児期」、「成人期」、「高齢期」においてワーキングチームを設置

- ・教育委員会及び福祉部の関係課等の職員とプロジェクトに関する庁内協議を実施
- ・子どもの肥満、健診の受診勧奨、働き盛り世代へのアプローチ、介護事業所等による介護予防・重症化予防の取組の成果検証などの具体的取組内容等について検討

#### ②上越市健康づくり推進協議会において概要の説明と意見聴取

- ・令和4年7月6日開催の「上越市健康づくり推進協議会」において、健康プロジェクトの概要について説明
- ・委員から「生活習慣病予防について広く市民に動機付けが必要」、「小児期からの適切な食事の定着に向けた取組が必要」等の意見があった。

#### ③健康プロジェクトの推進に向けた職員研修を実施

- ・令和4年7月11日に「健康プロジェクトの推進に向けた職員研修」を開催し、プロジェクトの方向性や庁内連携の必要性を確認

#### ④働き盛り世代の健康に関する取組について検討

- ・上越商工会議所等に健康プロジェクトの内容を説明し、今後の取組について相談
- ・健診結果から自らの体の状態を理解し、生活習慣の改善につなげる仕組みへのICTの活用について検討

#### ⑤介護事業所の評価制度に関する先進地視察を実施

- ・令和4年7月27日に要介護度の改善・維持に成果を上げた介護事業所を評価する仕組みを独自に導入している神奈川県川崎市を視察

### (2) 今後の取組

- ・子どもの肥満に関する研修会の実施に向けて関係課や幼稚園等の関係機関と協議
- ・子どもの肥満の改善や積極的な野菜摂取等に向けた効果的な啓発方法等についてえちご上越農業協同組合や上越保健所等の関係機関と協議
- ・健康教育等の実施について中小企業や上越商工会議所等の関係団体と検討
- ・健診結果を生活習慣病予防の視点で分かりやすく可視化し、自らの健康管理や生活習慣の改善等につなげる仕組みへのICTの活用について関係課やIT企業等の専門的知見者のアドバイスを得ながら検討
- ・要介護度の改善に取り組む介護事業所や住民組織の表彰について具体的な方法を検討

(3) スケジュール

主な取組		令和4年度	令和5年度	令和6年度以降
上越市健康増進計画等の進捗		計画に基づく保健事業の進捗管理 次期計画策定に反映		新たな計画に基づく保健事業の実施及び進捗管理
乳幼児期・学童期	子どもの肥満の減少	保育園・幼稚園・小中学校への働きかけ 取組状況の聞き取り 肥満児への保健指導を未実施園に拡大 成長曲線の一本化の実施 継続：保護者への保健指導・健康教育、1歳6か月児健診・3歳児健診での保健指導	私立保育園等の肥満に関する研修会を実施	課題の 明確化 ↓ 実施及び 進捗管理 ↓ 評価 ↓ 実施内容 の見直し
	働き盛り世代の寝たきり予防	JA等の市内関係機関との連携 中小企業等への働きかけ 健診結果の可視化に向けた検討	子どもの肥満や野菜摂取等について広く市民に向けて啓発 中小企業等への健康支援に向けた取組 ・商工会議所等と連携し、中小企業等への健康教育を検討 継続：保健指導・健康教育 ・中小企業への健康講座、高血圧台帳等に基づく保健指導や医療機関との連携、高血圧対策等	
成人期・高齢期	介護予防・重度化防止の推進	介護予防事業の効果検証 介護予防事業所・地域包括支援センター等との連携	優良な事業所・住民組織にインセンティブを付与 ・要介護認定等が改善している事業所を顕彰 ・住民組織の活動状況等を委託料等に反映	
		検証方法の検討 ・先進地視察（川崎市） 住民組織へのインセンティブの検討 ・「通いの場」において新規参加者が増加している場合等にインセンティブを付与する仕組みを検討 継続：関係機関と連携した重度化防止の取組の推進 ・保健指導、通いの場、介護予防ケアマネジメント、地域ケア個別会議、地域包括支援センター職員研修会等の実施		

※次期上越市健康増進計画を令和5年度に策定し、令和6年度以降、この新たな計画に基づき取組を進めるため、それまでの間のスケジュールのみ記載

# 健康プロジェクトの概要

・生涯を通じた切れ目のない生活習慣病予防・介護予防の推進により、市民の健康を維持し、予防可能な脳血管疾患等による要介護認定を受ける人を減少させ、健康寿命の延伸を図る。

## 社会構造の変化

- ▶ 高齢者の増加
- ▶ 現役世代の急減
- ▶ 社会保障費の増加

2025年

⇒ 団塊世代が全て後期高齢者へ

2040年

⇒ 高齢者人口がピーク

⇒ 医療費約1.7倍  
介護費約2.4倍

課題

取組

効果

## 乳幼児期・学童期

- ・子どもの肥満の増加
- ・学童期の血液検査における脂質異常が多い

## 成人期・高齢期

- ・健診未受診による疾病発見の遅延
- ・メタボ、高血圧等の増加
- ・脳血管疾患発症者が多い
- ・中重度の要介護認定者割合が高い

## 生涯を通じた生活習慣病予防・介護予防の推進

- データ分析を用い、課題に応じた効果的・効率的な保健指導の展開
- 個々の健診結果の状況に応じたきめ細かな保健指導
- 食生活の改善・運動習慣の定着等に向けた仕組みづくり
- 介護予防・重度化予防に関する取組の成果の検証

### 重点：肥満予防

- ✓ 体重や血液検査結果などのデータに基づく保健指導
- ✓ 保育園、学校、医療機関等と連携した切れ目のない支援

### 重点：高血圧予防

- ✓ 健康診査の受診勧奨
- ✓ 高血圧・糖尿病等の治療継続に向けた支援
- ✓ 中小企業を始めとする事業所における健康づくりの推進
- ✓ 医療機関、保険者、地域包括支援センター等と連携した取組

## 食生活の改善や運動の習慣化等により、自ら健康管理ができる市民の増加

- ・子どもの肥満の減少
- ・生活習慣病予備群の減少

- ・高血圧等の有所見者の減少
- ・脳血管疾患、虚血性心疾患、糖尿病性腎症及びそれらに起因する認知症発症者、要介護認定者等の減少

～住み慣れた地域で、健康にいきいきと暮らし続けるまちを目指して～  
健康寿命の延伸・健康格差の縮小

# 上越市健康増進計画に基づく保健活動

『すこやかなまち』への取組  
～人と地域が輝く上越～

◆重点施策◆  
上越市健康増進計画に基づき、市民のこころと体の健康の維持・増進を図る

◆上越市健康増進計画の基本方針◆  
『健康寿命の延伸』と『健康格差の縮小』

	妊娠(胎児)期	乳幼児期	学童・思春期	成人期			
①対象者	妊婦 (1,040人)	乳幼児 7,200人	小中高生 19,300人	18～39歳 37,200人	40～64歳 60,300人	65～74歳 29,600人	75歳以上 32,300人
医療保険加入状況	協会けんぽ 約58,000人、健保組合・共済組合 約61,900人 (全市民の65%)			国民健康保険 約34,000人 (全市民の18%)		後期高齢者医療保険 約32,300人(全市民の17%)	
②支援の方向性	← 発達・発達を支援		生活習慣病発症予防・重症化予防(健康づくり)		保健事業と介護予防の一体的な実施		→ 介護予防(地域づくり)
③現状と課題	次世代を担う子どもの健康づくり			生活習慣病の発症予防	生活習慣病の重症化予防	健康障害	
	<b>食の課題</b> ・野菜不足 ・朝食の欠食・内容 ・菓子パン、菓子類等の単純糖質や脂質の過剰摂取 ・生活リズムの乱れ <b>身体活動の課題</b> ・メディア時間の増加 ・外遊び時間の減少 <b>休養面の課題</b> ・睡眠時間が少ない ・就寝時間が遅い	<b>低出生体重児の割合が高い</b> H25 11.4% (国9.6%、県9.3%) ↓ R2 10.1% ↓ (国9.2%、県9.4%)	<b>子どもの肥満の増加</b> 3歳児(肥満度15%以上) H25 3.5% → R3 6.6% ↑ 公立保育園(3.4.5歳児) 男 H25 4.50% → R3 5.23% ↑ 女 H25 5.25% → R3 5.73% ↑ 小学校5年生(肥満度20%以上) 男 H25 12.85% → R3 13.76% ↑ 女 H25 8.04% → R3 8.53% ↑	<b>学童期で既に生活習慣病のリスクがある血液検査有所見率</b> (LDLコレステロール110以上、HbA1c5.6%以上等) 小学5年生 脂質 H30 24.5% → R3 27.4% ↑ 糖代謝 H30 6.5% → R3 4.2% ↓ 中学2年生 脂質 H30 19.5% → R3 21.0% ↑ 糖代謝 H30 6.1% → R3 3.6% ↓	<b>特定健診受診率の向上</b> (法定報告値) H25 45.8% → R2 41.4% ↓ <b>特定健診の有所見率の増加</b> (法定報告値) メタボリックシンドローム該当者及び予備群 H25 21.6% → R2 25.5% ↑ II度高血圧(160/100)以上 H25 6.3% → R3 5.1% ↓ 糖尿病(HbA1c6.5以上) H25 3.7% → R3 5.3% ↑ 脂質(LDLコレステロール160以上) H25 6.8% → R3 7.8% ↑ *メタボ、高血圧、糖尿病、脂質異常等の重なりが多い。	<b>【医療】国保加入者(74歳以下)の状況</b> 新規患者数(千人当) 脳血管疾患 *同規模市より高い。 H28 5.2 → R3 3.7 ↓ (同規模市2.8) 虚血性心疾患 H28 2.5 → R3 1.4 ↓ (同規模市2.9) 糖尿病性腎症 H28 0.5 → R3 1.2 ↑ (同規模市0.9)	<b>【医療】後期加入者(75歳以上)の状況</b> 新規患者数(千人当) 脳血管疾患 *同規模市より高い。 H28 11.3 → R3 10.5 ↓ (同規模市8.4) 虚血性心疾患 H28 4.7 → R3 3.9 ↓ (同規模市6.4) 糖尿病性腎症 H28 0.7 → R3 0.5 ↓ (同規模市1.0)
④ライフステージごとの取組の視点	<b>妊娠期・乳幼児期の取組</b> ・適切な食習慣・生活リズム確立のための取組 ・成長曲線を利用した肥満予防対策の強化	<b>学童期・思春期での取組</b> ・適切な食習慣・生活リズムの確立のための取組 ・小中学校血液検査事業の取組の強化 ・成長曲線、肥満度曲線を利用した肥満予防対策	<b>成人期の取組</b> ・健診の受診勧奨を含めた早期からの生活習慣病の発症予防、重症化予防の取組 ・糖尿病・高血圧等の未治療者や治療中断者への支援 ・健診結果に合った適切な食習慣・運動習慣についての保健指導の強化	<b>高齢者への取組</b> ・要介護状態になることを予防し地域で自立して生活するための取組 ・生活習慣病の重症化予防のための継続的な支援 ・心原性脳塞栓症予防のための個別支援			
⑤主な保健活動	<b>★健康診査</b> ・妊婦一般健康診査 ・産婦健康診査 ・乳幼児健康診査 ・保育園内科・歯科健診 ・小中学生定期健康診断 ・血液検査事業 ・市民健康診査 ・成人歯科健診 ・歯科健診受診の動機づけ ・特定健康診査、各種がん検診 ・肝炎ウイルス検診 ・後期高齢者健康診査						
	<b>★保健指導・訪問指導</b> ・ハイリスク妊婦の保健指導 ・新生児訪問指導 ・産後ケア事業 ・小中学生健康相談・保健指導						
	<b>★生涯を通じた健康づくりのための健康教育</b> ・すくすく赤ちゃんセミナー ・乳幼児健診時の健康教育 ・小中学校での健康教育 ・高校での健康教育 ・地区健康講座 ・健康づくり推進活動チーム研修会 ・食生活改善推進員・運動普及推進員研修会 ・生涯を通じた身体活動の向上及び、運動習慣の定着化への取組(関係機関・関係各課との連携) ・健康づくり活動の意識向上のための取組(健康づくりポイント事業)						
	<b>★包括的な子どもの育ち支援の推進</b> ・すこやかなくらし包括支援センターとの連携 ・乳幼児健診、保育園での親支援		<b>★働き盛り世代の健康づくり推進事業</b> ・中小企業に対する健診結果説明会 ・保育園・小中学校での親への健康教育 ・協会けんぽとの連携(人工透析予防サポート事業) ・企業看護職との保健指導技術向上に向けた研修会		<b>★地域包括ケアの推進</b> ・地域支え合い事業(すこやかサロン、介護予防教室、認知症カフェ、介護者家族の集い)		
	<b>★自殺予防対策</b> ・地域における包括的な支援 ・ハイリスク者への対策 ・ライフステージ別対策						

**市民**  
自分のことを自分でできる自立した生活を目指して

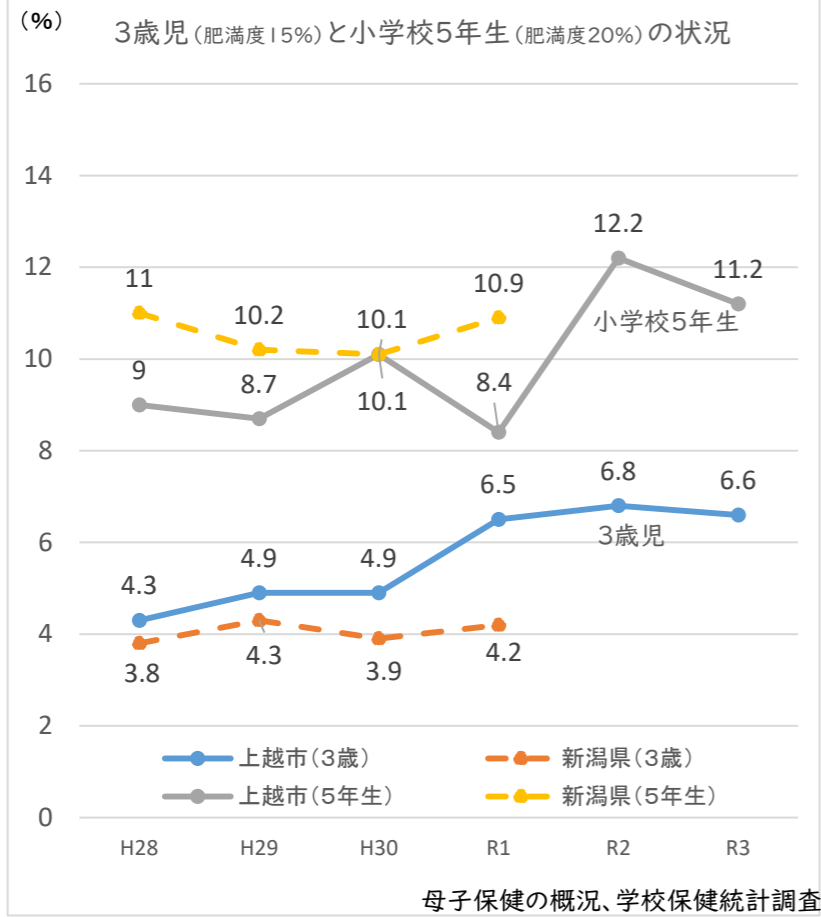
**当市の保健活動**  
生活習慣の改善や受診勧奨等に向けた保健指導により予防可能な疾患(脳血管疾患、虚血性心疾患、慢性腎臓病)への対策を実施し、**早世・障害を予防する**

# ◆健康プロジェクトの重点課題及び取組◆

健康プロジェクトでは、上越市健康増進計画に基づく取組(P5参照)のうち、次の内容について重点的に推進する。

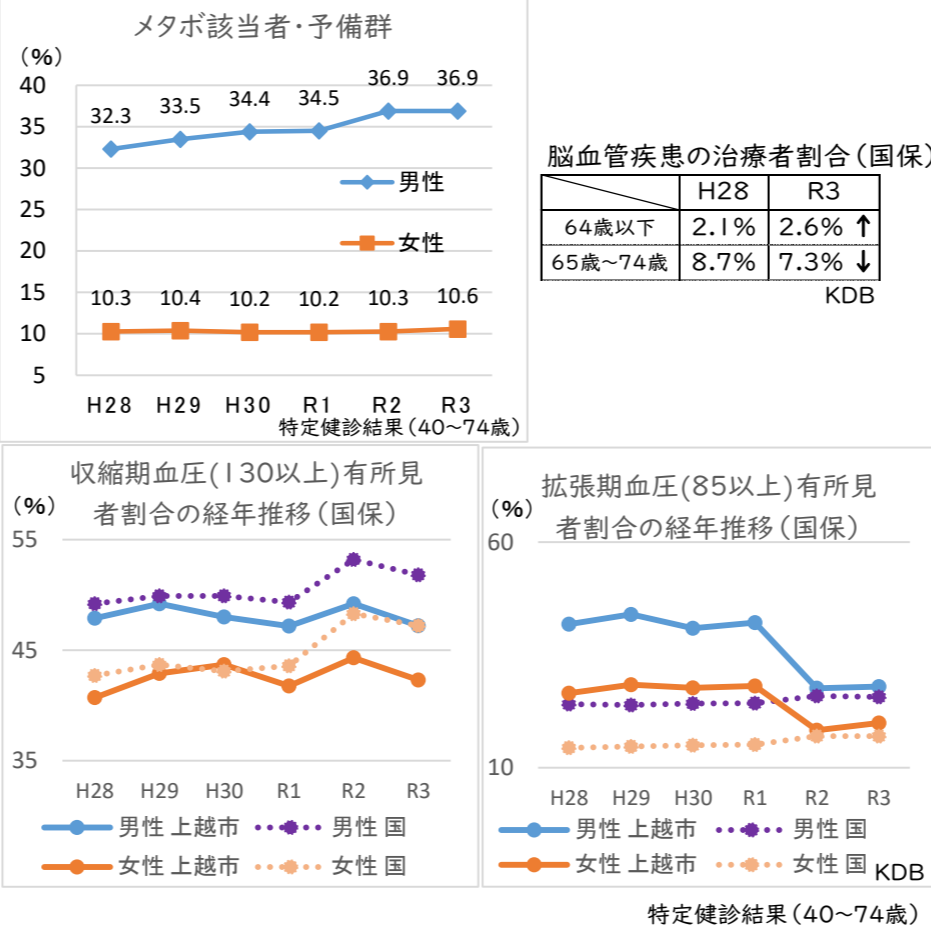
健康プロジェクトの重点課題及び取組

## A 子どもの肥満の減少



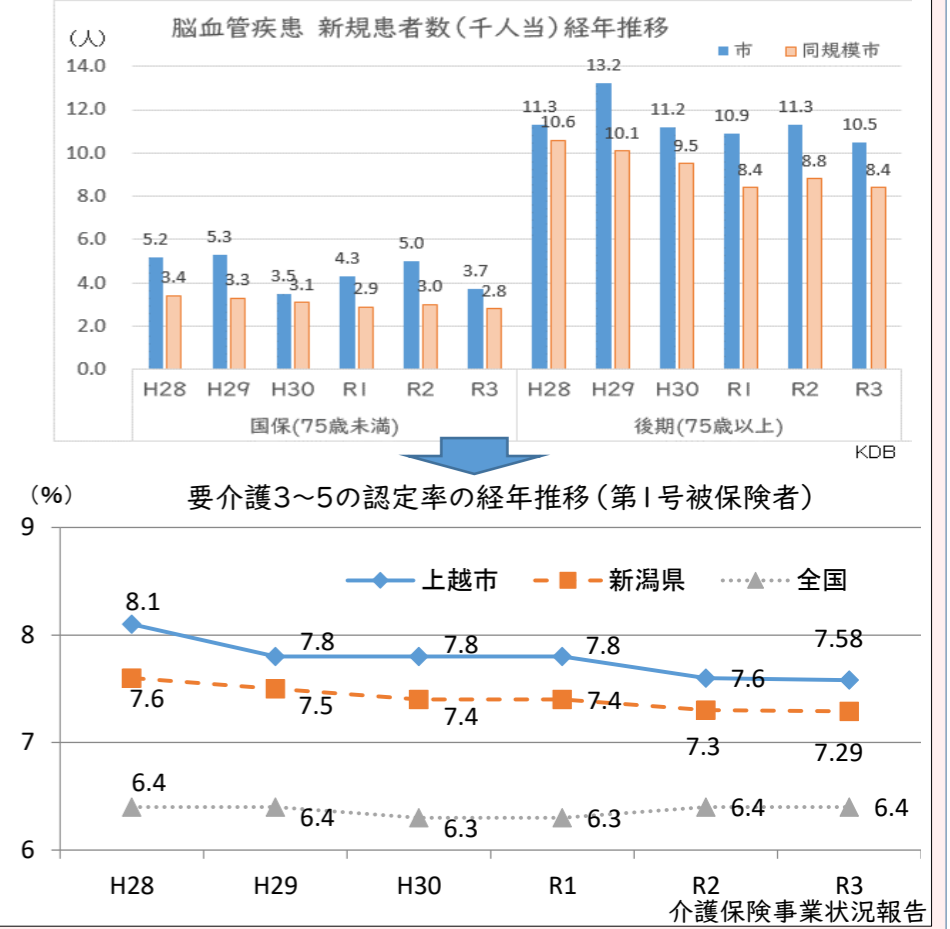
- ・3歳児、小学5年生とも肥満が増加傾向で、年齢が高くなるにつれ肥満割合が増加している。野菜が嫌いな子が多いことが背景
- ・幼児期の生活習慣は成人期の生活習慣に大きく影響する
- ・保護者との面談を通じて家庭での生活改善につながるよう支援

## B 働き盛り世代の寝たきり予防



- ・国保加入者の男性のメタボリックシンドローム該当者等は増加傾向にある
- ・国保加入者の拡張期血圧(下の血圧)が全国と比較が高いが減少傾向にある
- ・脳血管疾患の治療者割合は64歳以下の国保加入者で増加傾向であり、65歳以上では減少傾向である
- ・健診結果から自らの体の状態を理解し、生活改善につながる取組を継続

## C 介護予防・重度化防止の推進

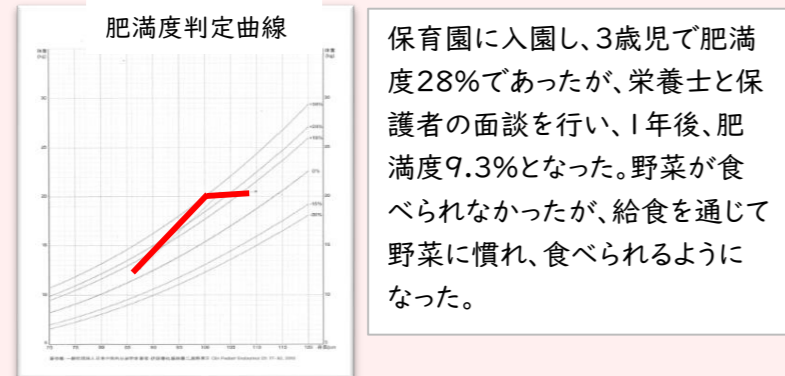


- ・脳血管疾患新規患者数は同規模市と比較し多いが減少傾向にある
- ・要介護3~5の要介護認定率は全国・県と比較が高いが減少傾向にある
- ・脳血管疾患の背景となるメタボリックシンドロームや高血圧等の生活習慣病の予防が必要

健康プロジェクトを通じて、更に下記のようなイメージで取組を強化します。

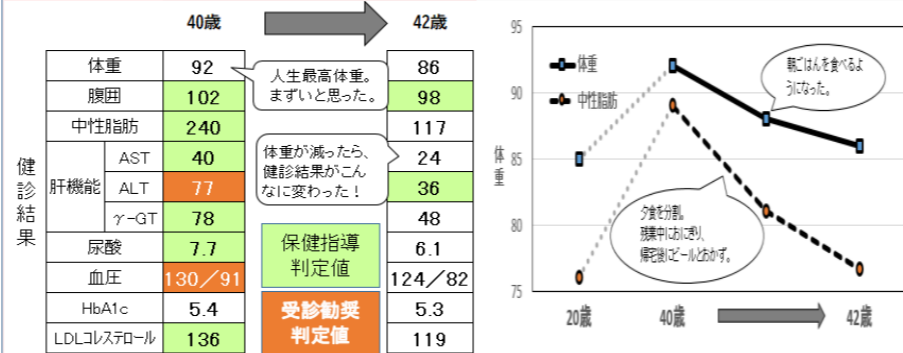
健康プロジェクトの取組のイメージ

### ◆保護者との面談を通じて家庭で体重コントロールができる◆



- ・保育園・幼稚園への働きかけ
- ・JA等の市内企業との連携

### ◆自ら健康管理ができる市民の増加を目指す◆



- ・中小企業等への働きかけ
- ・健診結果の可視化に向けたICTの活用

### ◆適切な服薬管理等により寝たきりを防ぐ◆

78歳男性(BMI 26)

項目	R2	R3	R4
血圧	188/86	162/71	147/75
判定	Ⅲ度血圧	Ⅱ度血圧	Ⅰ度血圧

降圧薬服薬開始 → 家庭血圧 140/70

健診で高血圧を指摘され、服薬を開始後高血圧が改善  
毎年健診後に、保健師と血圧値を確認

- ・介護予防事業の効果検証
- ・介護予防事業所・地域包括支援センター等との連携