

前橋市における 「高齢者の保健事業と介護予防等の一体的な実施」 ～立ち上げから事業実施まで～



群馬県前橋市役所健康部
国民健康保険課保健指導室
保健師：池谷いづみ

前橋市の概要

(令和3年6月30日現在)

- ★面積：311.6km²
- ★人口：334,204人
- ★高齢化率：29.61%
- ★高齢者人口（65歳以上）：98,973人
- ★前期高齢者数：48,324人
- ★後期高齢者数：50,649人
- ★後期高齢者医療被保険者数：50,346人
- ★後期高齢者1人当たり医療費（令和2年度）
 - ・入院：349,693円、外来：367,154円
- ★後期高齢者健診受診率（令和2年度）：36.37%
- ★第8期介護保険料基準額：年額74,000円（月額6,170円）

企画調整医療専門職の仕事の一つ ～KDBから健康課題分析を行うこと～

4月に後期高齢者の保健事業推進担当者として異動してきました

国民健康保険課の仕事は初めてです

一体的実施って何を一体化するの？

国保連の端末も広域の端末も使用方法がわからない

KDBの操作方法がわからず、健康課題分析ができない

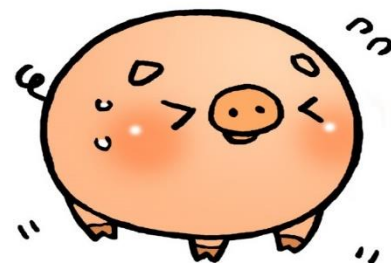
でも・・・

☺令和元年度から、事業準備で様々な職員が準備をしていました

☺広域連合からたくさん助言をいただきました

☺広域連合・群馬県・国保連の研修参加でだんだんと理解を深めました

立ちあげまで ～令和元年度・令和2年度～



<苦勞したこと>

- ・ どの課で音頭を取るか
- ・ 専任の医療専門職の配置
- ・ 企画調整職のまだいない中での準備の大変さ
- ・ 「計画書」作成は、関係する課と広域連合との間で交通整理するのが大変でした
- ・ 問診票のなかった後期高齢者健診へのフレイル問診票の導入

<工夫点>

- ・ 3課の課長等で関係者会議を何度も開催し意思統一を図る
- ・ 広域連合へ何度も助言を聞く
- ・ 庁内の管理職保健師会議（保健事業等調整会議）で統括保健師が管理職保健師に周知

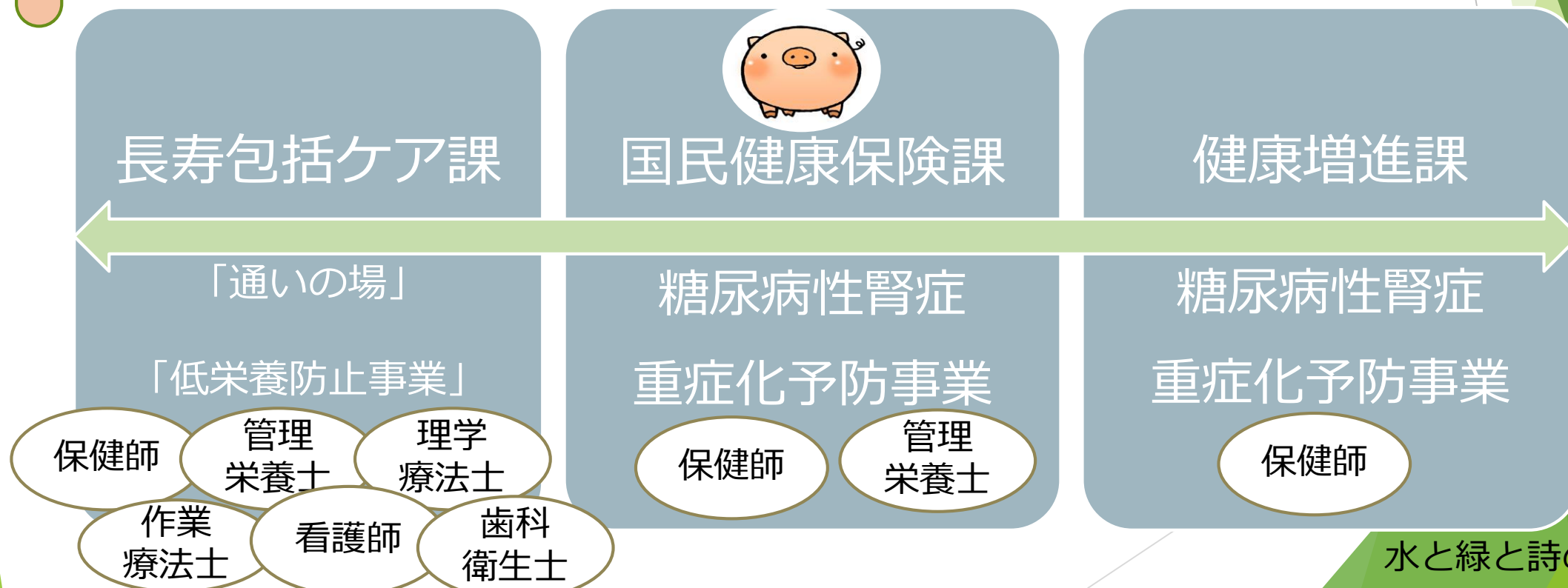
<推進に影響したポイント>

- ① 国民健康保険課長の熱意と推進マネジメント力、事務方の協力
- ② 総務部門の理解と関係課の協力
- ③ 広域連合の熱意
- ④ 統括保健師の支援

一体的事業の実施～令和3年度～

国民健康保険課に企画調整医療専門職を配置

「低栄養防止事業」 「糖尿病性腎症重症化予防事業」 「通いの場」
5 圏域で実施



KDBの活用！

4月～5月 令和元年度までの健康課題分析

6月 令和2年度累計確定後に、令和2年度までの健康課題分析

<大変だったこと>

- ・ 最初は操作が全くわからない
- ・ 4月に研修がない、課題分析できない！
- ・ ヘルプ機能で抽出条件の記載があるが後期の条件が不明瞭の項目あり

提出が
間に合わない

※R2年度累計確定は5月31日、R3計画書様式が広域からきたのは5月12日。計画書様式1はR2年度までの課題分析を入れないといけない！

<その中で活用できた経緯>

- ・ 職場内のフォロー
- ・ 広域連合がKDBから広域の課題分析を作成したのが見本となった
- ・ 国保連の実機研修会に参加⇒6月30日、7月28日

遅いなあ

KDBの活用！

～KDB活用方法（国保連）と健康課題分析方法（広域連合）の支援は両輪で～

<KDBのメリット>

- ・統計を見たい時にすぐ抽出できる
- ・「地域の全体像の把握」健康スコアリング（介護）（医療）（健診）」は便利
- ・地区（圏域）の統計も抽出できる
- ・県、同規模、国と比較できる
- ・ハイリスクアプローチの抽出、記録、評価ができる
- ・レセプト点検ができる



<課題など>

- ・データを活用してPDCAサイクルと言っても初心者はわからない
⇒初心者の企画調整職には年度早々に丁寧な研修を、ベテランには応用編を
 - ・データの活用方法がわからない
⇒事例集を提示し抽出方法や分析方法を
 - ・課題分析方法がわかりにくい
⇒見本があると助かります
- ※KDBの弱点も教えてほしい。

- ▶ 数字が日によって動く、さかのぼっての抽出は不可能、保存は5年のみ、1人が見ているとみられない。
- ▶ 後期の条件について、よく記載がされていない。（例：非肥満高血糖）

KDBシステム帳票等から健康課題を作成

高齢者の保健事業と介護予防の一体的な実施

～前橋市の健康課題分析～

1	前橋市の概況	2
2	被保険者数の推移	2
3	被保険者数の推計値	3
4	人口構成比（同規模比較・県・国）	4
5	総医療費の推移	4
6	レセプト種別総医療費の推移	4
7	1人当たりの医療費の推移	5
8	医療費分析	6
9	人工透析の推移	9
10	介護認定者の状況	12
11	健康診査の状況	15
12	健康課題と対策	20

高齢者の保健事業と介護予防の一体的な実施

～前橋市の健康課題分析～

日常生活圏域

1	前橋市の日常生活圏域について	2
2	一体的実施事業実施圏域（5圏域）	2
3	令和2年度後期高齢者健診結果	2
(1)	有所見率	2
(2)	有所見率（血糖）	7
(3)	有所見率（非肥満高血糖）	8
(4)	血糖リスク保有者の割合	9
(5)	やせリスク保有者の割合	10
(6)	体重変化（半年で2～3Kg以上の体重減少）と食習慣（1日3回食べる）について	10
(7)	BMIが低い高齢者の動向	12
4	医療費分析	13
5	健康課題及び事業の取り組み	15

健康課題と対策



<健康課題>

①外来医療費（R2）

➡「糖尿病」はついに1位

②人工透析者数は増加傾向

➡「糖尿病」は、61.4%

（R2.5月分レセ）

➡年齢は、75～79歳が多い

③「血糖リスク保有率」➡増加傾向

「やせリスク保有率」➡増加傾向

<対策>

①一体的実施事業の開始

・5圏域

・ハイリスクアプローチ

「糖尿病性腎症重症化予防事業」

「低栄養防止事業」

・ポピュレーションアプローチ

「通いの場」

②後期高齢者健康診査受診率の向上

ハイリスクアプローチ 糖尿病性腎症重症化予防～訪問の様子～



★実施方法

- | | |
|------|----------------------|
| 6月 | 対象者抽出作業
医師会担当理事報告 |
| 7月 | 事業実施（伺） |
| 7～8月 | 第1回訪問開始 |
| 8～9月 | 第2回訪問（電話）
中間評価 |
| 10月 | 第3回訪問
短期評価 |

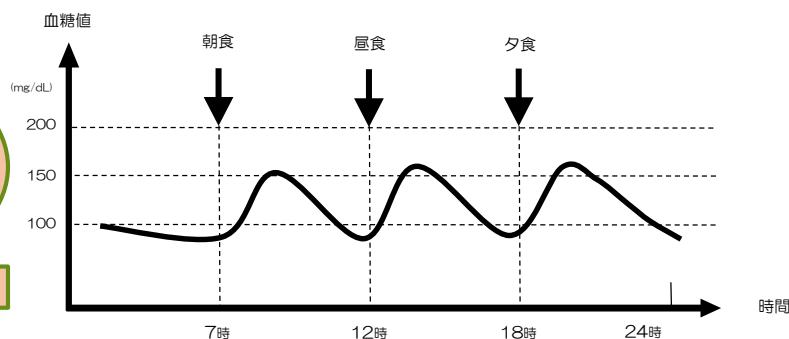
ハイリスクアプローチ 糖尿病性腎症重症化予防事業

フォローアップを受けて【実践①】

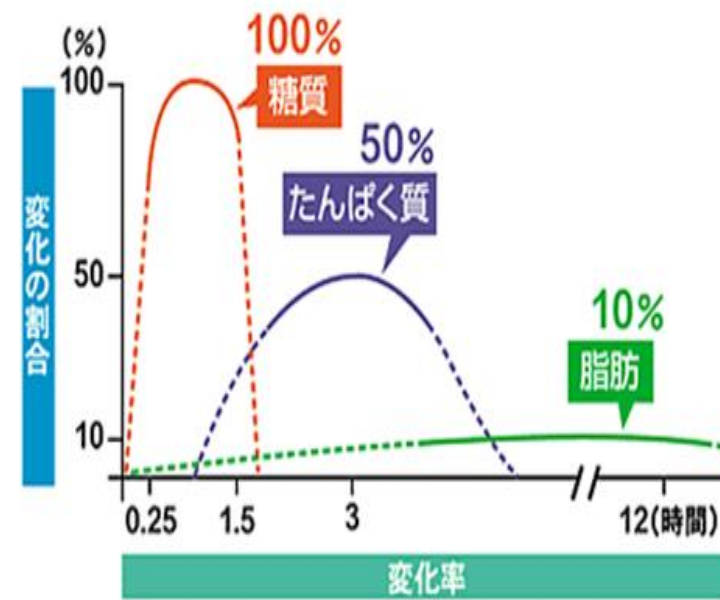
①「糖質の取り過ぎ」を理解してもらうためチラシを作成し渡そう！⇒1回目の訪問で全員にお渡し。

②中間評価後、「よく噛んで食べる」「菓子や菓子パン、甘い飲み物の量を減らす」「散歩をする」の項目が低め。⇒3回目の訪問でチラシを渡そう！「運動編」は長寿包括ケア課が作成した資料を掲載、「食事編」は、日内血糖変動の情報を掲載した。

管理栄養士作成



栄養素が血糖(ブドウ糖)に変わる速度



ハイリスクアプローチ 糖尿病性腎症重症化予防事業

フォローアップを受けて【実践②】

<気づいたこと>

2回目訪問（電話） どうでしたか？

「変わらないよ」「変えるつもりはない」「受診したからもういい」
「実践している」「チラシを冷蔵庫にはるよ」「食事記録書くよ」等、
反応は様々！

行動変容は5つのステージを経て確立期に！

- ▶ 第1ステージ（無関心期）：6人
- ▶ 第2ステージ（関心期）：4人
- ▶ 第3ステージ（準備期）：2人
- ▶ 第4ステージ（実行期）：7人
- ▶ 第5ステージ（維持期）：0人

行動変容ステージを踏まえた保健指導をしよう！

ポピュレーションアプローチ ～通いの場～ 長寿包括ケア課

・ 5 圏域/15圏域で実施

・ 内容

- ① 「健康教育・健康相談」
- ② 「フレイル状態の把握」
- ③ 「気軽に相談できる環境づくり」
- ④ 「健診・医療の受診勧奨や介護

サービス等の利用勧奨」

・ 関与する機関

社会福祉
協議会

地域包括
支援セン
ター

老人福祉
センター

～フレイルという言葉をご存じですか～

『フレイルチェック』で 生活習慣を見直しましょう



新型コロナウイルスへの感染予防は大切ですが、感染を恐れるあまり家の中に閉じこもりがちになってしまい、身体を動かさないと「生活不活発」になってしまいます。外出が減ると、歩くなどの身体活動が減るため、食欲が落ち栄養状態が悪化しがちです。その結果、筋肉量の低下、脳の働きの衰えなどの悪循環が起きやすくなります。この生活不活発による悪循環で気力や体力など心身の活力が低下した状態を『フレイル』といいます。フレイルは、その兆候に早期に気づき、生活全般を見直すことで改善する可能性があります。以下のフレイルチェックやリーフレットを活用し、早めに予防に取り組みましょう。

「フレイルチェック」の項目と合わせて、ご自身に合った予防法を確認してみましょう。
灰色の回答欄にチェック✓がついた数が多いほど予防の必要性が高い項目です。

★の回答欄のチェック✓はいくつありますか？ 0個：問題なし 1～2個：フレイル予備軍 3～5個：フレイルの恐れ

質問	チェック	予防法
1日3食きちんと食べていますか	<input type="checkbox"/> はい <input type="checkbox"/> いいえ	栄養 ⇒ 4 ページ
肉・魚・卵・大豆製品を、1日3種類以上食べていますか	<input type="checkbox"/> はい <input type="checkbox"/> いいえ	
6か月間で2～3kg以上の体重減少がありましたか	<input type="checkbox"/> はい★ <input type="checkbox"/> いいえ	
半年前に比べて固いものが食べにくくなりましたか	<input type="checkbox"/> はい <input type="checkbox"/> いいえ	口腔 ⇒ 4 ページ
口の渇きが気になりますか	<input type="checkbox"/> はい <input type="checkbox"/> いいえ	
お茶や汁物等でむせることがありますか	<input type="checkbox"/> はい <input type="checkbox"/> いいえ	
以前に比べて歩く速度が遅くなってきたと思いますか	<input type="checkbox"/> はい★ <input type="checkbox"/> いいえ	運動 ⇒ 5 ページ
この1年間に転んだことがありますか	<input type="checkbox"/> はい <input type="checkbox"/> いいえ	
ウォーキング等の運動を週に1回以上していますか	<input type="checkbox"/> はい <input type="checkbox"/> いいえ★	
周りの人から「いつも同じ事を聞く」などの物忘れがあるとされますか	<input type="checkbox"/> はい <input type="checkbox"/> いいえ	こころ ⇒ 6 ページ
今日が何月何日かわからない時がありますか	<input type="checkbox"/> はい <input type="checkbox"/> いいえ	
5分前のことが思い出せませんか	<input type="checkbox"/> はい <input type="checkbox"/> いいえ★	
(ここ2週間) わけもなく疲れたような感じがする	<input type="checkbox"/> はい★ <input type="checkbox"/> いいえ	つながり ⇒ 6 ページ
週に1回以上は外出していますか	<input type="checkbox"/> はい <input type="checkbox"/> いいえ	
ふだんから家族や友人と付き合いがありますか	<input type="checkbox"/> はい <input type="checkbox"/> いいえ	
体調が悪いときに身近に相談できる人がいますか	<input type="checkbox"/> はい <input type="checkbox"/> いいえ	

上記チェック・健康に関する相談先
前橋市役所 長寿包括ケア課 介護予防係 ☎ 027-898-6133

ポピュレーションアプローチ

～通いの場～気軽に相談できる環境づくり

警戒度4、緊急事態宣言発出！

「2つ」の圏域で「代替案」を！

実施できなかった時！

「2つの圏域」、約6,000人に「通知」

★「フレイル予防」の周知

★「健康相談」ができる場所の案内

ご清聴ありがとうございました！

○ MAEBASHI CITY



＜群馬県広域連合＞

- ・健康課題の分析方法

⇒お手本になりました！

- ・計画書の修正

⇒何度も何度も疲れます

- ・研修⇒早く開催して～！

- ・企画調整医療職意見交換会

⇒悩みを共有できる

＜群馬県国保連＞

- ・K D B 実機研修⇒新人の企画職は4月にお願いしたい！

- ・フォローアップ会

⇒事業に活かしました！

これからもよろしく
お願いします！

水と緑と詩のまち：前橋市

