

令和2年度 国保保健事業

1. 国保運動教室

特定健診の結果により、非肥満(BMI25未満)で服薬のないLDLコレステロールのリスク保有者のうち、①血圧130/85mmHg以上 もしくは ②HbA1c5.6%以上に該当する者に対し、3か月間の教室を実施。(①、②を各1コース、計2コース実施)

2. 糖尿病性腎症重症化予防対策事業

糖尿病罹患患者及び糖尿病の可能性のある者に対し、①保健指導事業 ②受診勧奨事業 ③継続支援事業 ④歯科検診等受診勧奨を実施。

3. 集団健(検)診における特定保健指導初回面接及び結果説明会の実施

集団の特定健診及び結果説明会に来所したタイミングで、対象となる者に保健指導を実施することにより、特定保健指導実施率の向上を図る。また、結果説明会を行うことで健診の結果について理解を深め、生活習慣の見直しをサポートする。

4. 重複・頻回受診者、重複・多剤投与者対策事業

直近のレセプトから抽出した重複・頻回受診者、重複・多剤服用者に対し、電話連絡や家庭訪問による個別の保健指導を実施することで、適正服薬を促す。

1. 国保運動教室

目的：生活習慣病発症および重症化を予防する

対象者：平成31年度特定健診結果から抽出

血压、血糖、血中脂質の服薬がなく体格指数（BMI）が25未満で

①[LDLコレステロール120mg/dl以上]+[血压130/85mmHg以上]
198人

②[LDLコレステロール120mg/dl以上]+[HbA1c5.6%以上]
496人

参加者 ① 18人(男：4人 女：14人)

② 35人(男：11人 女：24人)

実施日 ①令和2年9月～11月(血压コース)

②令和2年12月～令和3年2月(血糖コース)

各3か月間、計12回×2コース

場 所 セントラルウェルネスクラブ志木店

内 容 【運 動】個別プログラムによる有酸素運動、
筋力アップトレーニング、ストレッチ

【栄養講座】期間中3回実施

【食事調査】期間中2回実施（市管理栄養士による個別指導）

《国保運動教室の評価》

■血液検査結果（一部抜粋）

	LDL-C
改善(人)	17
変化なし(人)	2
悪化(人)	26

参加者のうち、42%のLDL-C悪化を防ぐことができた。

■体力測定結果

セントラルウェルネスクラブの5段階の指標でTUG（動作能力、身軽さのテスト）、椅子座り立ち、開眼片足立ちを評価している。数値での大きな変化はなかったが、息の上がり方や、楽にできるようになったなど、体感で変化を実感できたことでモチベーションにつながっていると考えられる。

■アンケート結果（一部抜粋）

96%の人から満足との回答があり、この他、運動習慣改善の変化があった人は92%、食習慣に変化があった人は71%であった。運動、食習慣ともに改善率が高く、生活習慣改善のための動機付けにつながったと考えられる。

2. 糖尿病性腎症重症化予防対策事業

① 保健指導事業

特定健診の結果から、糖尿病性腎症の第2期～4期と推測される者を抽出し、かかりつけ医の推薦と本人の同意が得られた者に対し、6か月間の専門職による個別指導を実施。

■ 保健指導候補者33人

→ 保健指導に同意し、参加した者 7人 参加率 21.2%
(うち指導終了予定者 7人)

《事業評価（参加者効果測定）》

コロナ禍の保健指導であったが、面接を電話に変えるなど工夫して実施した。効果測定といえる時期に血液検査をした者は1名のみであったが、HbA1c、LDLコレステロール、中性脂肪等はほぼ横ばいで、悪化せず維持できていた。指導を受けたことにより、生活習慣を見つめ直すきっかけとなっている。

②受診勧奨事業

レセプト結果から、糖尿病未治療者及び受診中断者に対し、通知と電話による医療機関への受診を勧める。

- 未受診者 59人 → 医療機関へ受診した者 6人
- 受診中断者 11人 → 医療機関へ受診した者 0人

③継続支援事業

過去に保健指導を受けた方に対し、継続的な個別支援を実施する。

- 継続支援参加者 3人

④歯科検診等受診勧奨

糖尿病の治療中で過去1年以上歯科受診のない方に受診を勧める。

- 未受診者 123人 → 受診した者 22人

3. 集団健(検)診における

特定保健指導初回面接と結果説明会の実施

①特定保健指導(国保加入者の40歳から74歳)

【健診当日の初回面接】

特定保健指導の実施率向上を図るため、前年度の健診結果及び当日の腹囲、BMI、血圧、問診票から対象者として見込まれる人へ初回面接を実施。

■健診当日見込み対象者 43人 実施 41人 (実施率 95%)

※令和2年度法定報告実施率 21.2% (R3.6.25現在)

②結果説明会

医療機関への受診促進、特定保健指導の実施率向上のため、集団で特定健診やがん検診を受けた者に対し、結果説明や個別相談、特定保健指導を実施。

■実施回数 7回 結果説明会参加者 260人

※推定摂取食塩量検査(国保加入者の40歳から74歳)

集団の特定健診における尿検査により実施

■検査人数 440人(男 176人 女 264人)

■ハイリスク者(12.1g以上)の50人に対し減塩資料を送付

4. 重複・頻回受診者、重複・多剤投与者対策事業

対象者：40歳以上74歳以下で下記に該当する者

【重複・頻回受診】

- ①重複受診者：令和2年5月から同年7月のレセプトが月5枚以上ある者で、該当月数が3の者
- ②頻回受診者：令和2年5月から同年7月の医科レセプトのうち、1か月あたりの受診日数が20日以上、該当月数が3の者

【重複・多剤処方】

国保連合会抽出のリストから、直近3か月（令和2年5月から同年7月）の該当月数が3の者で、かかりつけ医療機関及び薬局が朝霞地区内の者

■実施状況

《重複・頻回》	人数	訪問	電話	実施率
R2年度対象者	2人	1人	1人	100%
R1年度対象者（再訪問）	8人	2人	6人	100%

《重複・多剤》	人数	訪問	電話	実施率
R2年度対象者	10人	4人(含1人来庁)	5人	90%
R1年度対象者（再訪問）	5人	2人	2人	80%