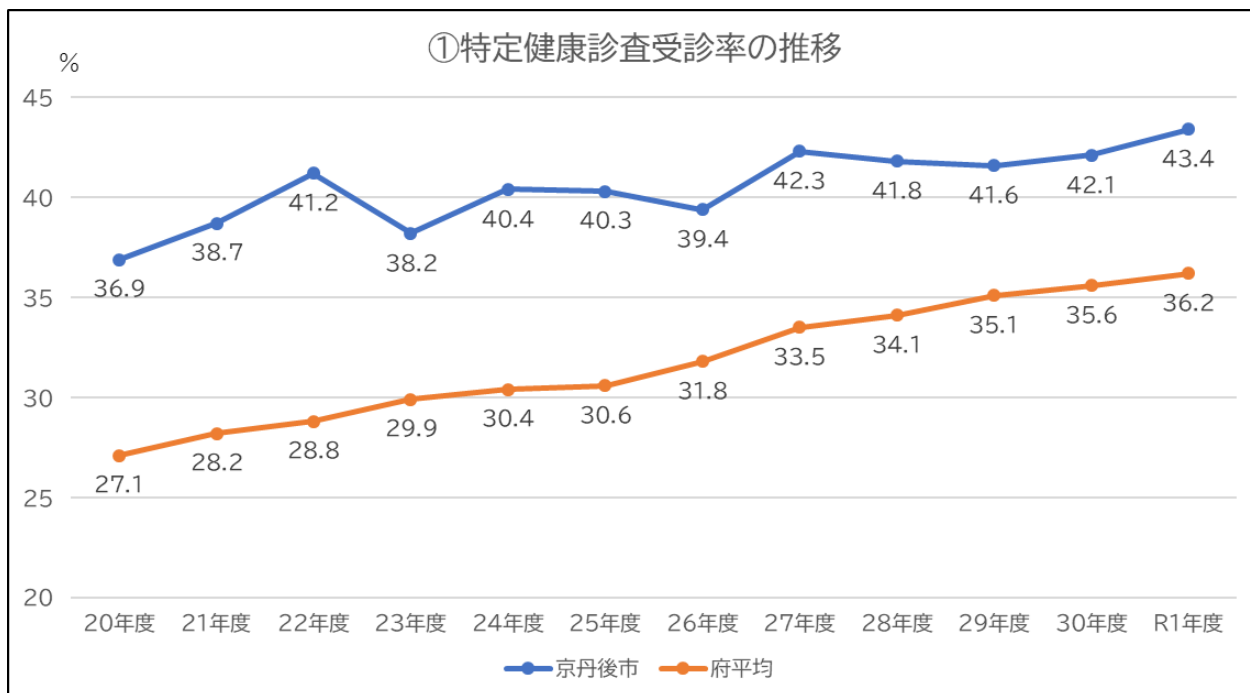


## I 特定健康診査及び特定保健指導について

(対象者：国民健康保険被保険者 40～74 歳)

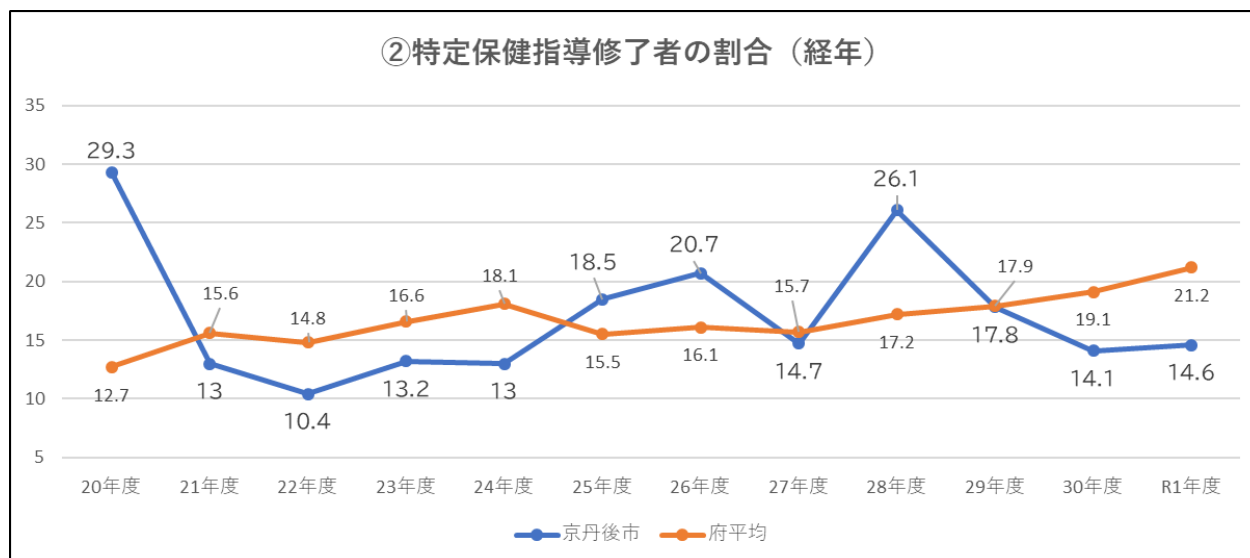
## 1. 特定健康診査受診率の推移（法定報告結果）

京都府平均と比べると、高い受診率である。平成 27 年度～29 年度は微減だったが、30 年度、令和元年度は増加した。 (府下 15 位)



## 2. 特定保健指導終了者の割合の推移（法定報告結果）

初年度は京都府平均を上回る実施率であったが、翌年度から減少し、25 年度から再び府平均を上回っている。しかし、29 年度から減少しており、府平均より下回っている。 (府下 21 位)



※27・28年度は入力もれがあり27年度終了者を28年度に入力したため、法定報告と実際の実施率が異なる。

### 3. 特定健診・特定保健指導実施結果（法定報告結果）

#### (1) 内臓脂肪症候群該当者割合推移

府下市町村と比較するとメタボ該当者は、例年少ないが、徐々に増えている。（府下 24 位）

	20 年度	23 年度	26 年度	27 年度	28 年度	29 年度	30 年度	令和元年度
市 (%)	11.4	10.7	12.0	12.7	13.3	13.0	15.7	15.9
府平均 (%)	15.6	15.9	15.6	16.0	16.7	17.2	17.6	18.0

#### (2) 内臓脂肪症候群予備軍該当者割合推移

府下平均より多い。メタボ該当者は少ないが、予備軍が多い状況は続いている。30 年度は減少したが、令和元年度は増加した。（府下 3 位）

	20 年度	23 年度	26 年度	27 年度	28 年度	29 年度	30 年度	令和元年度
市 (%)	11.5	11.0	10.7	12.0	12.5	12.4	11.8	12.5
府平均 (%)	11.3	10.4	10.3	10.2	10.1	10.4	10.7	10.9

#### (3) 高血圧薬の服薬者割合

京都府平均と比較して低い割合であるが、年々増加している。

	20 年度	23 年度	26 年度	27 年度	28 年度	29 年度	30 年度	令和元年度
市 (%)	22.9	23.6	25.5	25.7	26.0	26.4	27.2	27.7
府平均 (%)	27.8	29.7	30.6	30.7	32.3	32.3	31.3	33.0

#### (4) 脂質異常症薬の服薬者割合

京都府平均と比較して低い割合であるが、横ばいであったが、30 年度から増加している。

	20 年度	23 年度	26 年度	27 年度	28 年度	29 年度	30 年度	令和元年度
市 (%)	9.7	11.5	13.2	14.3	13.8	13.7	16.2	17.2
府平均 (%)	17.9	21.4	23.3	23.7	25.7	25.8	25.2	25.5

#### (5) 糖尿病薬の服薬者割合

徐々に増加している。京都府平均と比較して高い割合である。

	20 年度	23 年度	26 年度	27 年度	28 年度	29 年度	30 年度	令和元年度
市 (%)	6.0	6.0	7.0	7.5	7.4	7.1	7.3	7.9
府平均 (%)	5.1	5.5	6.0	6.3	6.7	6.8	7.1	7.1

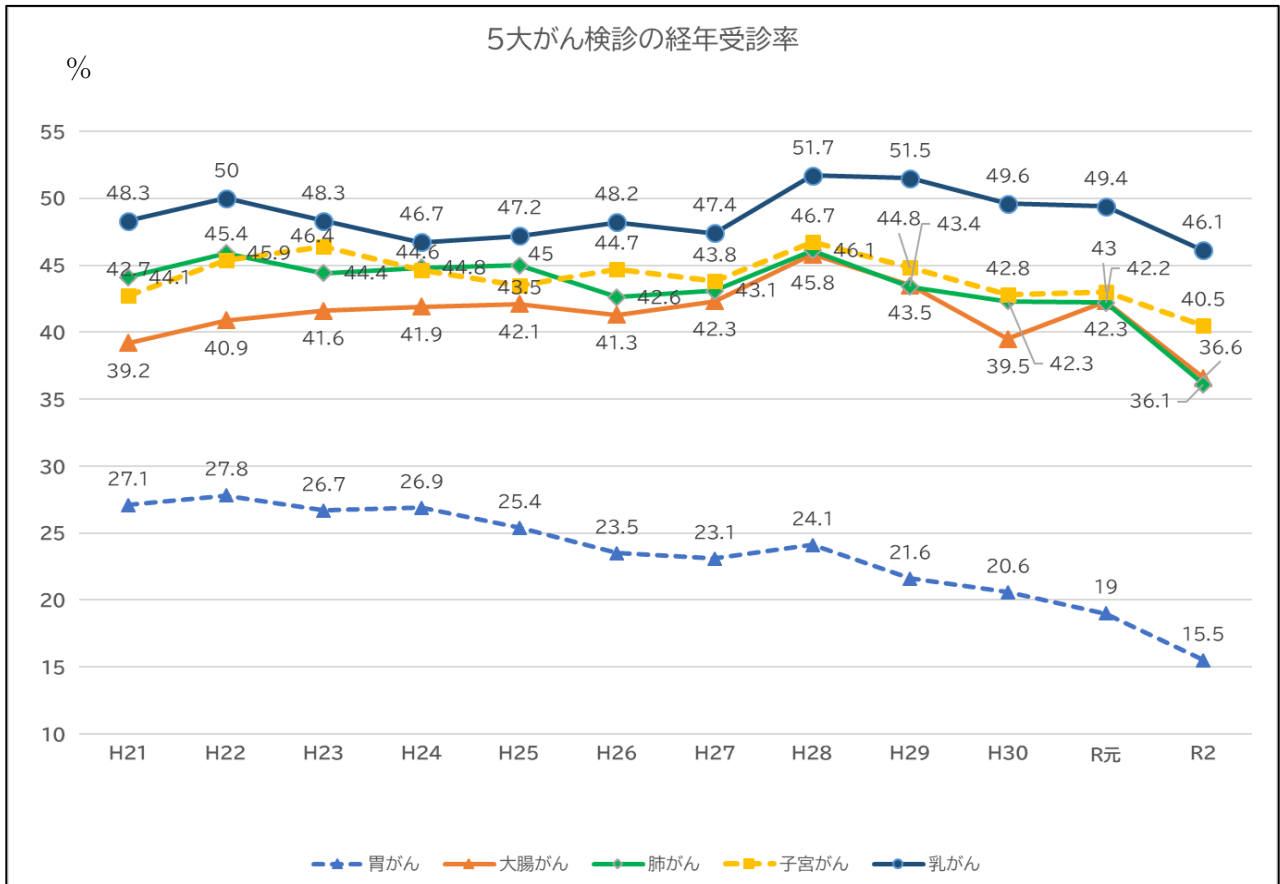
## II その他の主な保健事業について

### 1. がん検診受診率

総合検診として健康診査とがん検診を一度に、すべて無料で受けることができる。

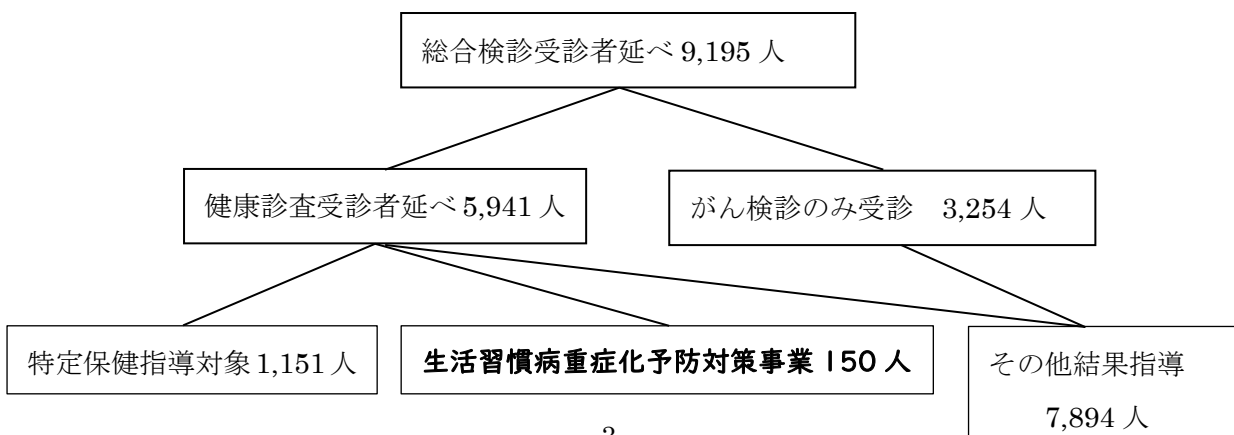
受診率は、府下の市町村と比較すると高いが、平成 28 年度を境に減少傾向である。また、胃がん検診は平成 22 年度以降減少している。

令和 2 年度については、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、検診の日程変更や会場を地区公民館から体育館へ変更したこと、三密を避けるため 1 日あたりの受診者数を限定したことなどの影響により、全体の検診申し込み者及び受診者が減少し、受診率も減少した。



### 2. 生活習慣病重症化予防対策事業

- (1) 特定健康診査の結果において、血圧値または血糖値が要医療判定基準を超えている方のうち、医療機関未受診の方へ「保健・栄養指導連絡票」を作成し、受診勧奨を行う。



(2) 糖尿病治療中断者（通院中の患者で最終の受診日から6か月以上経過しても受診した記録がないかた）へは、アンケート調査で受診状況及び未受診の理由を確認し、受診勧奨を実施した。

令和2年4月1日現在の対象者24人中、レセプト等で受診確認できなかった13人にアンケート調査を実施した。

### 3. 健康教室、健康相談

	【令和2年度実績】
検診結果個別指導	60日間：31会場：1,127人 個別呼び出しで結果を返却し、個別指導を実施 ※新型コロナウイルス感染予防のため、集団での結果報告会は実施せず。
栄養相談	延べ107人
出前講座	27回：延べ429人 「フレイル予防でいきいき長寿」「食の達人は健康づくりの達人」
出前以外の健康教育	12回：延べ318人：「フレイル予防講座」ほか

・出前講座や地区での健康教育等は、新型コロナウイルス感染防止のための緊急事態宣言期間中の地区サロンの中止や、体操等の延期などにより、実施の見合わせや中止が多くあり、令和元年度よりかなり実施回数が減少している。

### 4. 健康づくり推進員の活動

6期1年目48人。第5期に引き続き公募方式で、地域での健康づくりのリーダーとして主体的に健康づくり推進員として活動できる方に委嘱をした。新型コロナウイルス感染拡大防止のため、集団での研修会はできる範囲での実施となったが、「歩いてすすめる健康づくり」を勧めるため、ウォーキングマップを活用して、推進員による地区単位でのウォーキングを行うことができた。また各自で「検診の受診勧奨」「サザエさん体操の普及」等に取り組み、市民が主体となる地域ぐるみの健康づくりを実践した。

	【令和2年度実績】
研修会	① 実践「体力測定の実施方法」など : 参加者38人 ② 講話と演習「歩くことによる健康づくり」 : 参加者36人 ③ 講話「健診結果を健康づくりに生かそう」 : 参加者31人
普及啓発活動	・総合検診受診率向上の取り組み：受診勧奨チラシの配布 ・サザエさん体操の普及活動
地区活動	健康ウォーキング・健康教室等の開催、健康たよりの発行
市の保健事業の参加	Let's チャレンジウォーキングへの参加・協力

## 5. Let' s チャレンジウォーキング

市民の運動習慣の定着へのきっかけづくりとして事前に設定したウォーキング月間にウォーキングチャレンジカードを利用して実施。チャレンジカードの提出により、景品を進呈する。

	【令和2年度実績】
日程	【前期】6月1日～7月10日のうち30日間 【後期】10月1日～11月30日のうち30日間
参加結果	【前期】実人数194人：延べ人数199人 【後期】実人数250人：延べ人数266人

## 6. 食生活改善に関する事業

食生活改善推進員を育成するとともに、食育及び健康づくりの観点から食生活改善を進めている。令和2年度は、新型コロナウイルス感染拡大防止等のため、調理実習や試食を伴う事業が制限され、食生活改善推進員への研修会等が実施できなかった。

	【令和2年度実績】
食育推進	食生活改善推進員研修会：新型コロナウイルス感染拡大防止のため実施せず 食生活改善推進員による地域での伝達講習会：上記理由により実施せず 〃 介護予防研修会：7回開催、参加者79人 食文化伝承推進事業：4回開催、参加児童生徒93人、ばら寿司等調理体験 食育推進ネットワークの開催：誌面会議

## 7. 自殺予防対策

平成30年度に策定した「第2次京丹後市自殺のないまちづくり行動計画」に基づき、「京丹後市自殺ゼロ実現推進協議会」と連携・協働し実施した。

	【令和元年度実績】
ゲートキーパー研修会	8回開催 参加者延べ203人
こころの健康相談（保健師・臨床心理士）	月1回：延べ43人：実人数10人
街頭啓発	新型コロナウイルス感染拡大防止のため実施せず、相談啓発グッズを各市民局及び図書館へ配架。また民生児童委員へ地区活動時の配布を依頼。
自殺予防メッセージ入りクリアホルダーの配付	市内小中高校の卒業生1,314人に配付

## 8. 介護予防体操の普及

健康寿命の延伸のため、高齢者のフレイル（虚弱）予防として、介護予防体操を普及し、各地域で継続実施できるよう支援した。

「☆からだ・寿命・元気☆丹後のびのび体操」(約 40 分):「市歌に合わせたウォーミングアップ」、「筋力トレーニング」、「有酸素運動と二重課題」、「クーリングダウン」

	【令和 2 年度実績】
地区での取組	① 介護予防体操教室」週 1 回 3 か月間地区の公民館等で体操を行う ② 「介護予防体操教室（継続支援）」3 か月の教室後、自主的に継続して体操教室に取り組む地区に対して継続支援を行う。 実績：新たに 1 地区（峰山町丹波区）に初期支援を行った。 継続地区（21 地区）は自主的に体操に取り組んでいる。 実人数：新規地区・継続地区 合計 291 人
成果	<ul style="list-style-type: none"> <li>令和 2 年度は、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、緊急事態宣言中の体操自粛をお願いしたことにより、評価指標である体力測定が実施できていない地区があったが、初期支援の地区では、60%以上の方に体力の向上がみられた。</li> <li>また心理、社会面でも効果が得られたと考えられ、休止をしている間も、再開を求めることが多く、再開後は参加者の増加のあった地区もある。</li> </ul>
介護予防体操 代表者交流会	実施地区間の活動についての交流会を開催 <ul style="list-style-type: none"> <li>日時：12 月 17 日</li> <li>参加者：22 地区中 16 名</li> <li>実施結果：各地区の活動状況や工夫点が交流できた。</li> </ul>

## 9. 高齢者の保健事業と介護予防の一体的な実施に関する事業

令和2年度より新規事業として実施。高齢者の心身の特性に応じた、きめ細やかな支援を実施するため、これまでの生活習慣病対策・フレイル対策としての保健事業と介護予防を一体的に実施し、健康長寿の延伸を目指す。(後期高齢者広域連合から委託)

	【令和2年度実績】
ハイリスクアプローチ (個別支援)	① 重症化予防：健康診査の結果、血圧や血糖値で要医療のかたに、保健師が訪問し保健指導を実施 ② 栄養改善（低栄養）：市の健康診査の結果、低栄養のかたに管理栄養士が訪問し栄養指導を実施 ③ 健康状態不明対策：健康診査や医療未受診、介護認定なしのかたに「健康チェック票」を郵送し、未返信やフレイルリスクの高いかたに保健師が訪問等を行い、健康状態の把握と健康相談や保健指導を実施（実施地区：弥栄町） <b>【実施結果】</b> ① 高血圧：92人・211回／高血糖：30人・73回 ② 低栄養：32人・98回 ③ 健康状態不明者：チェック票54人郵送、訪問38人、継続支援3人
ポピュレーションアプローチ (集団支援)	高齢者の通いの場に保健師が出向き、フレイル予防についての健康教育や健康相談を実施。フレイルリスクの高いかた等支援の必要なかたは関係機関と連携し支援 <b>【実施結果】</b> ・フレイル予防講座実施件数：31件 受講人数：586人 ・個別支援を行った人数：11人
<b>【成果と課題】</b> ≪ハイリスクアプローチ≫ ・重症化予防については国保対象事業と一体的に取り組むことができた。 ・個別指導することで個々に応じた相談・指導ができ有効。 ・重症化、低栄養については、令和2年度は一部地域（網野町）を除いての実施だったため、令和3年度は市全域に拡大し実施する。また、KDBシステムを活用し事業を進めていく。	

## 10. その他

防災行政無線での「ラジオ体操」放送

新型コロナウイルス感染拡大防止のための外出自粛等によるフレイル状態への移行が懸念されるため、毎日15時に防災行政無線を活用し、ラジオ体操第1を放送した。