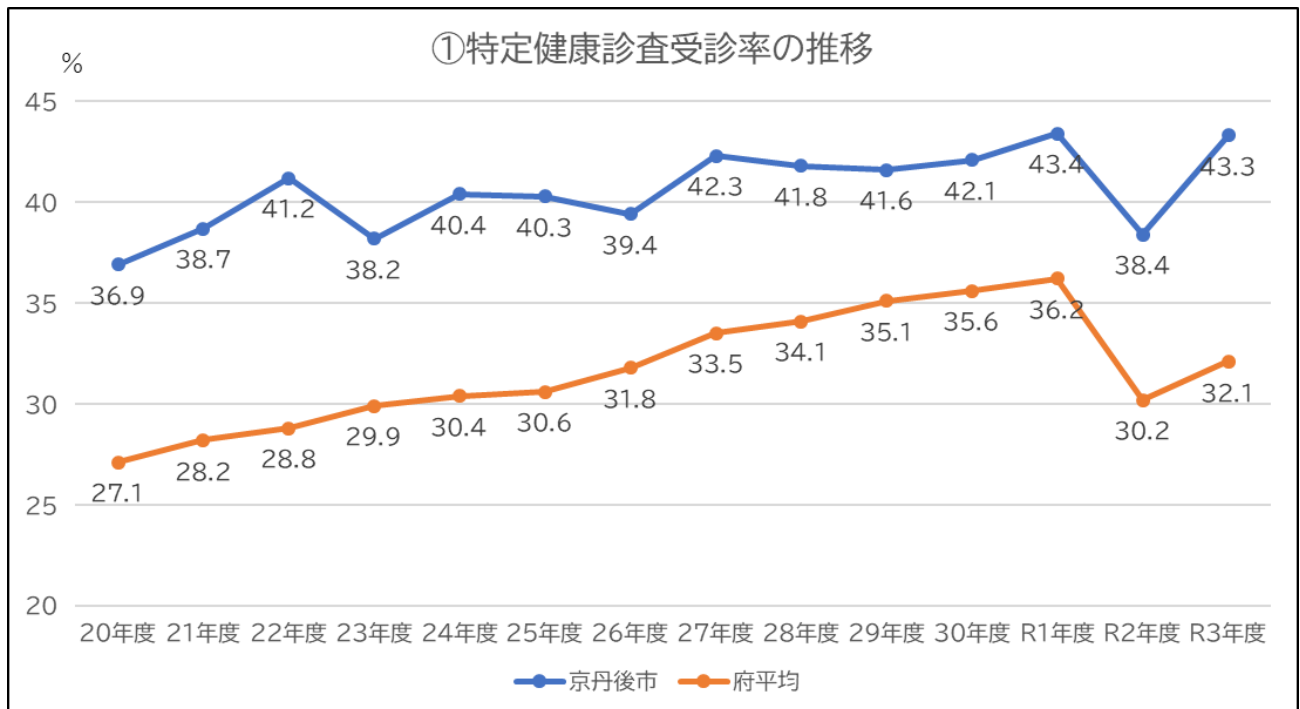


## I 特定健康診査及び特定保健指導について

(対象者：国民健康保険被保険者 40～74 歳)

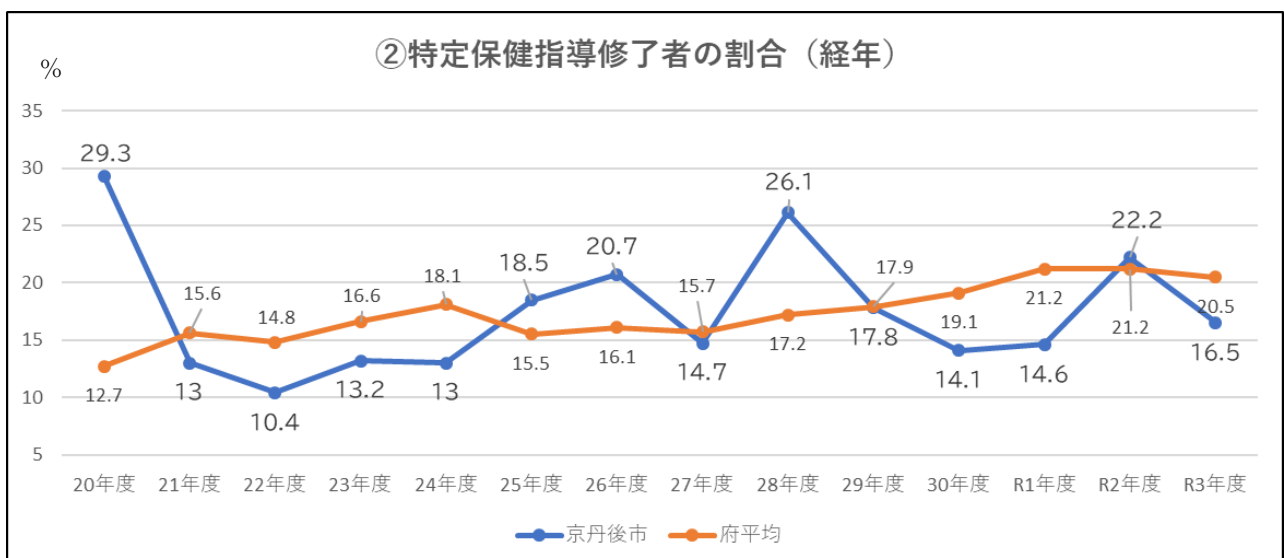
### 1. 特定健康診査受診率の推移（法定報告結果）

京都府平均と比べると、高い受診率である。令和2年度は、新型コロナウイルス感染症の影響で受診率が減少したが、全体的には高いレベルで推移している。(府下13位)



### 2. 特定保健指導終了者の割合の推移（法定報告結果）

25年度から増加傾向で、府平均を上回っていたが、29年度からは減少し、令和元年度・2年度は増加、令和3年度は減少した。(府下18位)



※27年度に入力もれがあり 27年度終了者を 28年度に入力したため、この2年は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、徐々に増加傾向である。（府下3位）

|        | 26年度 | 27年度 | 28年度 | 29年度 | 30年度 | 元年度  | 2年度  | 3年度  |
|--------|------|------|------|------|------|------|------|------|
| 市(%)   | 12.0 | 12.7 | 13.3 | 13.0 | 15.7 | 15.9 | 17.4 | 17.1 |
| 府平均(%) | 15.6 | 16.0 | 16.7 | 17.2 | 17.6 | 18.0 | 18.7 | 19.6 |

#### (2) 内臓脂肪症候群予備軍該当者割合推移

メタボ該当者は少ないが、予備軍については府下平均より多い状態が続いている。平成30年度には減少したが、令和元年度以降増加傾向である。（府下26位）

|        | 26年度 | 27年度 | 28年度 | 29年度 | 30年度 | 元年度  | 2年度  | 3年度  |
|--------|------|------|------|------|------|------|------|------|
| 市(%)   | 10.7 | 12.0 | 12.5 | 12.4 | 11.8 | 12.5 | 12.7 | 13.1 |
| 府平均(%) | 10.3 | 10.2 | 10.1 | 10.4 | 10.7 | 10.9 | 11.1 | 11.0 |

#### (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。（府下2位）

|        | 26年度 | 27年度 | 28年度 | 29年度 | 30年度 | 元年度  | 2年度  | 3年度  |
|--------|------|------|------|------|------|------|------|------|
| 市(%)   | 25.5 | 25.7 | 26.0 | 26.4 | 27.2 | 27.7 | 29.3 | 29.9 |
| 府平均(%) | 30.6 | 30.7 | 32.7 | 32.3 | 31.3 | 33.0 | 33.7 | 34.5 |

#### (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り、平成29年度までは横ばいであったが、30年度から増加している。（府下3位）

|        | 26年度 | 27年度 | 28年度 | 29年度 | 30年度 | 元年度  | 2年度  | 3年度  |
|--------|------|------|------|------|------|------|------|------|
| 市(%)   | 13.2 | 14.3 | 13.8 | 13.7 | 16.2 | 17.2 | 23.9 | 23.7 |
| 府平均(%) | 23.3 | 23.7 | 25.7 | 25.8 | 25.2 | 25.5 | 28.0 | 29.5 |

#### (5) 糖尿病薬の服薬者割合

京都府平均と比較して高い割合であり、徐々に増加している。（府下9位）

|        | 26年度 | 27年度 | 28年度 | 98年度 | 30年度 | 元年度 | 2年度 | 3年度 |
|--------|------|------|------|------|------|-----|-----|-----|
| 市(%)   | 7.0  | 7.5  | 7.4  | 7.1  | 7.3  | 7.9 | 8.2 | 8.3 |
| 府平均(%) | 6.0  | 6.3  | 6.7  | 6.8  | 7.1  | 7.1 | 7.7 | 7.8 |

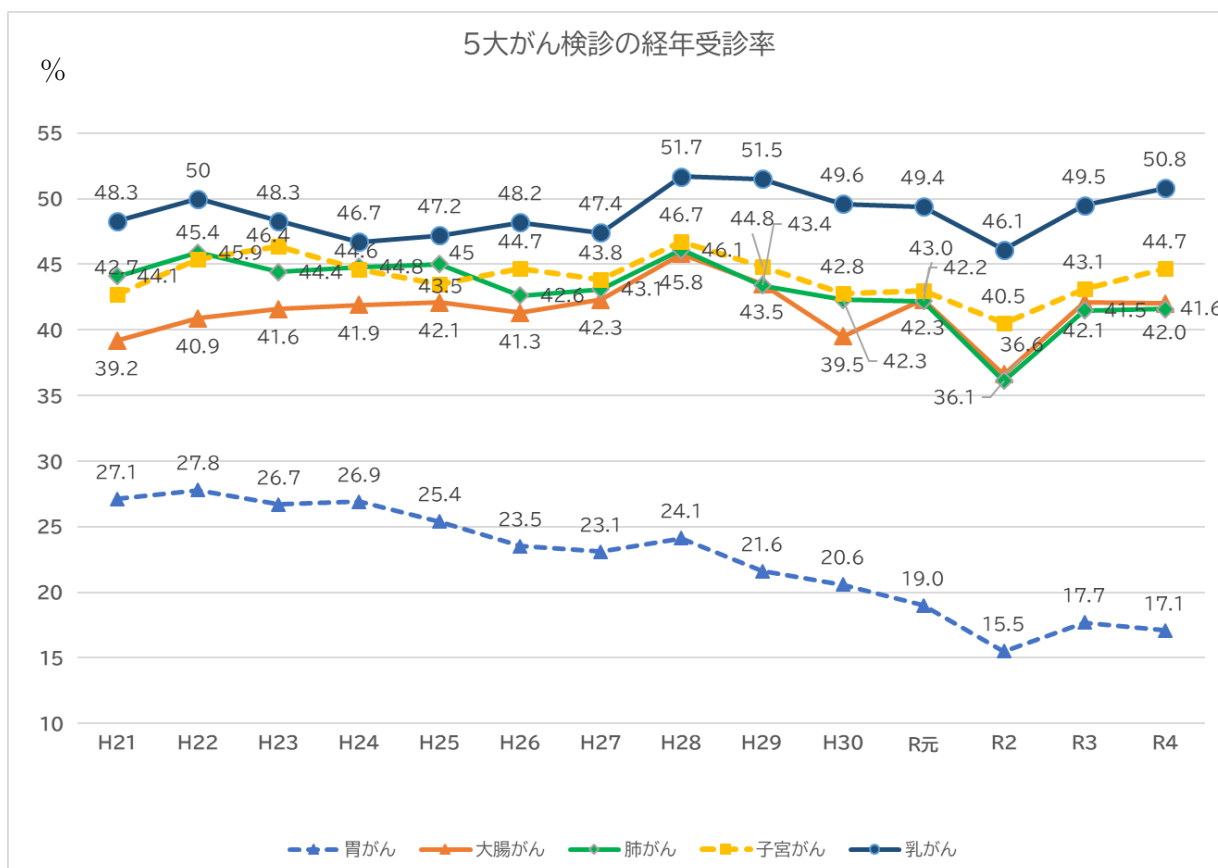
## II その他の主な保健事業について

### 1. がん検診受診率

がん検診は、総合検診として健康診査と同時に受診でき、すべて無料としている。

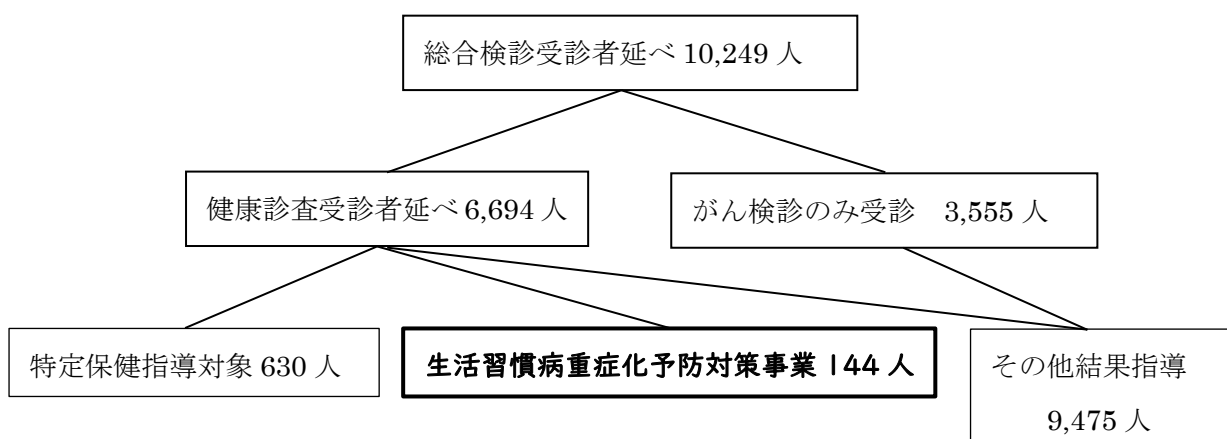
受診率は、府下の市町村と比較すると高いが、平成 28 年度を境に減少傾向である。また、胃がん検診は平成 22 年度以降減少している。

令和 2 年度から、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、会場は体育館で実施。感染対策を徹底しながら、受診控えのないように工夫をした。受診率は、肺がん、胃がん検診以外は令和 3 年度から増加している。



### 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、受診勧奨とアンケート調査で受診状況及び未受診の理由を確認した。

令和4年11月30日現在の対象者13人中、レセプト等で受診確認できなかった12人にアンケート調査及び受診勧奨を実施した。アンケートもしくは、KDBシステムで、6人の受診を確認した。

### 3. 健康教室、健康相談

|           | 【令和4年度実績】   |
|-----------|---|
| 検診結果個別指導  | 44日間：延べ52会場：820人指導 来所・訪問：172人<br>個別呼び出しで結果を返却し、個別指導を実施<br>※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59人   |
| 出前講座      | 19回：延べ368人<br>「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」<br>「こころの健康塾」「健康増進計画について」                       |
| 出前以外の健康教育 | 2回：延べ22人：運動講師による運動指導、歯科衛生士による歯科指導   |

・令和4年度は、令和2、3年度と比較すると、出前講座の実施数は増加してきたが、新型コロナウイルス感染症拡大前と比較すると出前講座の実施数は少ない状況である。健康教育についても、地区サロンの実施の見合わせや地区での介護予防体操の再開の延期などで、実施数はかなり減少している。

### 4. 健康づくり推進員の活動

7期1年目44人。新型コロナウイルス感染拡大のため、地区活動は減少したが、市の保健事業への協力や推進員各自がチラシの配布やチャレンジウォーキングへの協力など、活動を行った。

|           | 【令和4年度実績】   |
|-----------|---|
| 研修会       | ① 記念講演「京丹後長寿健診からみえる市民の健康について」：参加者38人<br>② 講話「第3次健康増進計画について」：参加者37人<br>③ 体力測定実技研修・講話「熱中症予防について」：参加者31人<br>④ 講話「令和4年度総合検診結果からこれからの健康づくり」：参加者32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<br>・サザエさん体操の普及活動   |
| 地区活動      | 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 | チャレンジデー、Let's チャレンジウォーキングへの参加・協力<br>リバイバルダンス収録、「丹後万博2022」の協力  |

## 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・ウォーキングアプリを利用して実施。チャレンジカードの提出、アプリの画面の提示により、全員に参加賞、抽選で健康グッズを渡した。

参加者数は前年度よりやや減少した。

|      | 【令和4年度実績】                           |                           |
|------|-------------------------------------|---------------------------|
|      | カード                                 | アプリ                       |
| 日程   | 【前期】6月11日～7月31日<br>【後期】10月1日～11月30日 | 【前期】—<br>【後期】11月1日～11月30日 |
| 参加結果 | 【前期】164人<br>【後期】179人                | 【前期】—<br>【後期】88人          |

## 6. 食生活改善に関する事業

新型コロナウイルス感染拡大防止を図りながら事業を実施し、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4年度実績】   |
|------|---|
| 食育推進 | 食生活改善推進員研修会：「栄養バランス（減塩）」について講話と調理実習<br>全体研修 言語聴覚士による講演・デリソフターの実演 参加者41人<br>食文化伝承推進事業：16回開催、参加児童生徒393人、ばら寿司等の調理体験<br>食育推進ネットワークの開催：1回（10月3日）<br>食生活改善推進員による地域での伝達講習会：新型コロナウイルス感染拡大により実施できず |

## 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、自殺対策を実施した。

|                           | 【令和4年度実績】  |
|---------------------------|--|
| ゲートキーパー研修会                | 6回開催：参加者延べ124人   |
| こころの健康相談<br>(保健師・臨床心理士)   | 月1回：延べ39人：実人数13人   |
| 街頭啓発                      | 9月：相談啓発グッズを各市民局及び図書館、福祉事務所、通仙亭、ショッピングセンターに460部配架した。<br>3月22日：街頭啓発をショッピングセンターで実施し、啓発グッズを200部配布し、各図書館に120部配架した。<br>※9月10日～16日：自殺予防週間 3月：自殺対策強化月間 |
| 自殺予防メッセージ入り<br>クリアホルダーを配付 | 市内小中高校の卒業生1,171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)

- ① 市歌に合わせたウォーミングアップ
- ② 筋力トレーニング
- ③ 有酸素運動と二重課題
- ④ クーリングダウン

|        | 【令和 4 年度実績】  |
|--------|--|
| 地区での取組 | <p>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。<br/>(新規支援)</p> <p>② 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。</p> <p>【実績】 新規：3 地区 継続：21 地区 実人数：302 人</p>   |
| 成果     | <ul style="list-style-type: none"> <li>・令和 4 年度は、新型コロナウイルス感染症による外出自粛が緩和され、新たに 3 地区が新規取組を開始した。体力測定では、全体で結果が維持・向上しており、目標指標を達成した。今後継続のための支援をしていく。</li> <li>・関係者と連携しながら普及啓発をし、取り組む地区を更に増やしていく必要がある。</li> </ul> |
| その他の取組 | <p>○介護予防体操サポーター研修会 参加 20 人<br/>地区支援の強化、体操の啓発</p> <p>○代表者交流会 参加 20 人<br/>活動についての意見交流、情報交換</p> <p>○体験教室 3 会場（峰山町 網野町 大宮町）4 回シリーズ<br/>介護予防体操を体験してもらい、取り組む人の増加を目指す</p>   |

## 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年度から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の委託事業)

|  | 【令和4年度実績】  |
|--|--|
| ハイリスクアプローチ<br>(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人に、保健師が訪問し保健指導を実施<br>② 栄養改善（低栄養）：市の健康診査の結果、低栄養の人に管理栄養士が訪問し栄養指導を実施<br>③ 健康状態不明対策：健康診査や医療未受診、介護認定なしの人に「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人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：丹後町・久美浜町）<br><b>【実施結果】</b><br>① 高血圧：96人・135回／高血糖：52人・83回<br>② 低栄養：94人・172回<br>③ 健康状態不明者：チェック票303人郵送、訪問176人、継続支援30人 |
| ポピュレーションアプローチ<br>(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人等支援の必要な人は関係機関と連携し支援<br><b>【実施結果】</b><br>・フレイル予防講座実施件数：13件（受講人数：297人）   |
| <b>【成果と課題】</b><br>≪ハイリスクアプローチ≫<br>・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。<br>・個別指導することで個々に応じた相談・指導ができ有効。<br>・コロナ禍で、訪問時間の短縮や電話での様子確認を組み合わせるなど、感染予防を行いながらの支援方法を工夫し、対象者全員にアプローチができた。今後は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、令和2年度から毎日15時に防災行政無線を活用し、ラジオ体操の放送を開始した。

令和4年度も体力づくり、健康増進の目的でラジオ体操の放送を継続した。