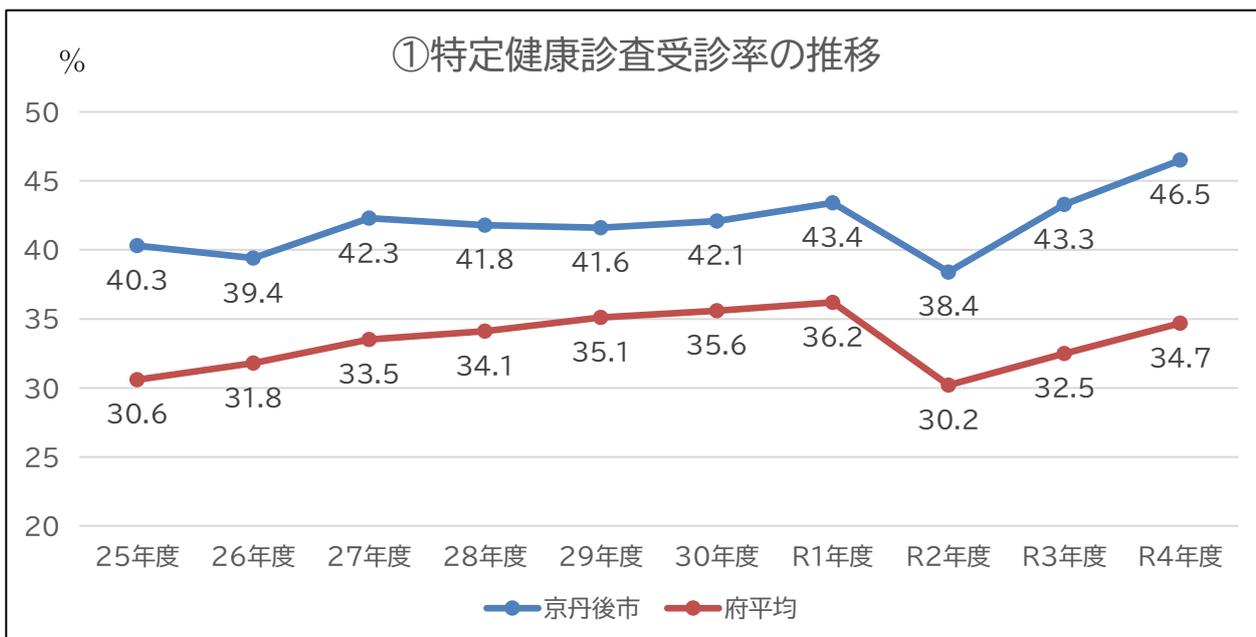


I 特定健康診査及び特定保健指導について

(対象者：国民健康保険被保険者 40～74 歳)

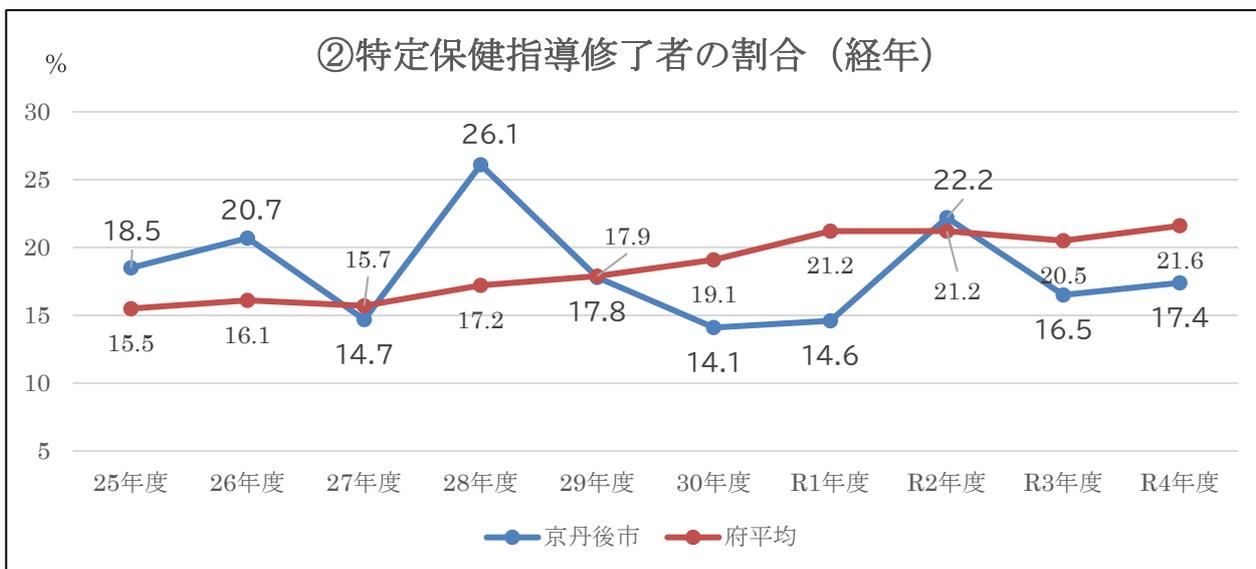
1. 特定健康診査受診率の推移（法定報告結果）

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、以降は徐々に回復し府平均と比べ受診率は高い状況である。（府下 5 位）



2. 特定保健指導終了者の割合の推移（法定報告結果）

平成 27 年度、30 年度、令和元年度は 14% 台であり、令和 2 年度は個別呼び出しを実施した初年度であったため増加した。以降は、16～17% 台で推移している。（府下 19 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

府平均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 20 位）

	27 年度	28 年度	29 年度	30 年度	元年度	2 年度	3 年度	4 年度
市 (%)	12.7	13.3	13.0	15.7	15.9	17.4	17.1	17.9
府平均 (%)	16.0	16.7	17.2	17.6	18.0	18.7	19.6	19.2

(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 2 年度以降は徐々に横ばいであり府下平均より高い。（府下 3 位）

	27 年度	28 年度	29 年度	30 年度	元年度	2 年度	3 年度	4 年度
市 (%)	12.0	12.5	12.4	11.8	12.5	12.7	13.1	12.9
府平均 (%)	10.2	10.1	10.4	10.7	10.9	11.1	11.0	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、令和 2 年度以降は横ばいである。（府下 2 位）

	27 年度	28 年度	29 年度	30 年度	元年度	2 年度	3 年度	4 年度
市 (%)	25.7	26.0	26.4	27.2	27.7	29.3	29.9	29.7
府平均 (%)	30.7	32.7	32.3	31.3	33.0	33.7	34.5	32.4

(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 4 位）

	27 年度	28 年度	29 年度	30 年度	元年度	2 年度	3 年度	4 年度
市 (%)	14.3	13.8	13.7	16.2	17.2	23.9	23.7	25.0
府平均 (%)	23.7	25.7	25.8	25.2	25.5	28.0	29.5	27.9

(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 15 位）

	27 年度	28 年度	29 年度	30 年度	元年度	2 年度	3 年度	4 年度
市 (%)	7.5	7.4	7.1	7.3	7.9	8.2	8.3	8.7
府平均 (%)	6.3	6.7	6.8	7.1	7.1	7.7	7.8	7.4

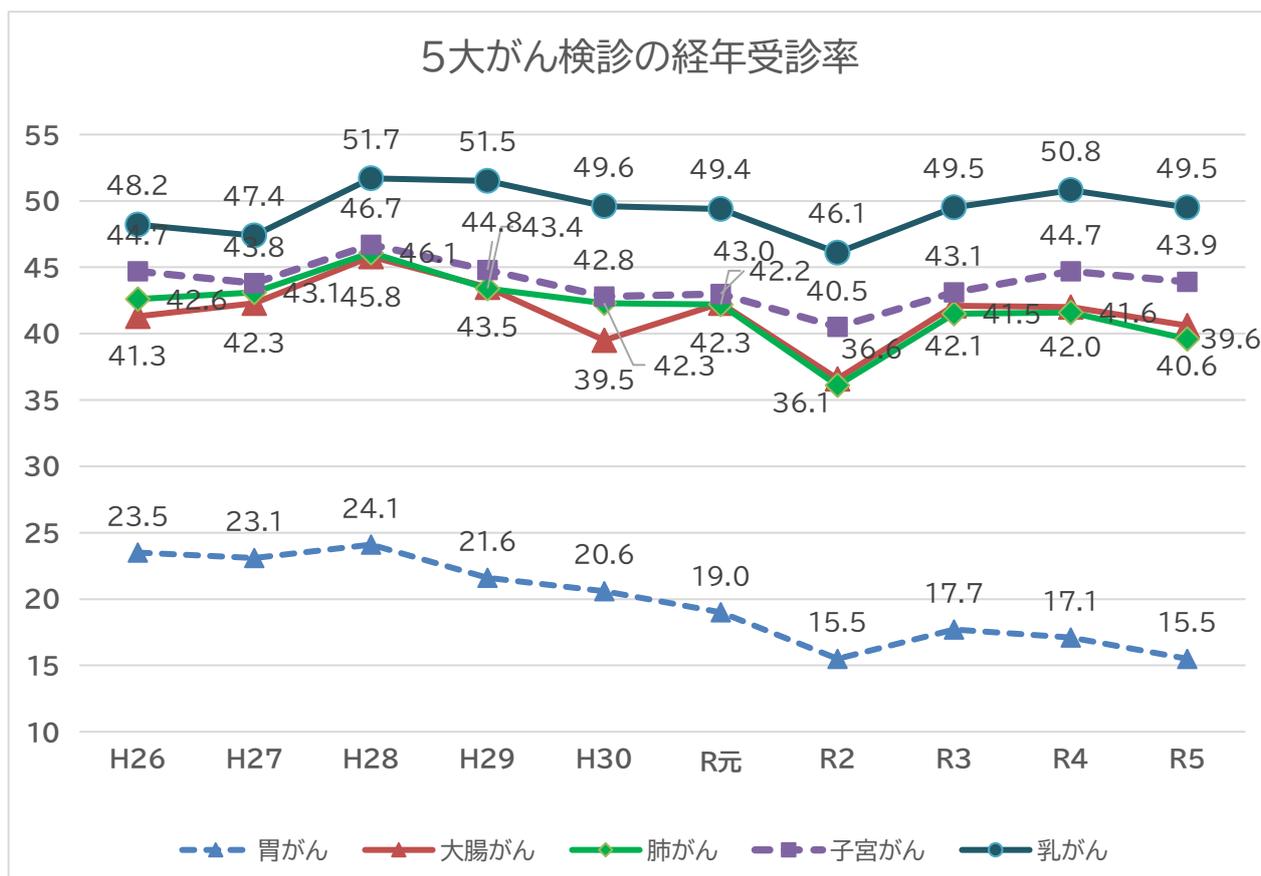
Ⅱ その他の主な保健事業について

Ⅰ. 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。

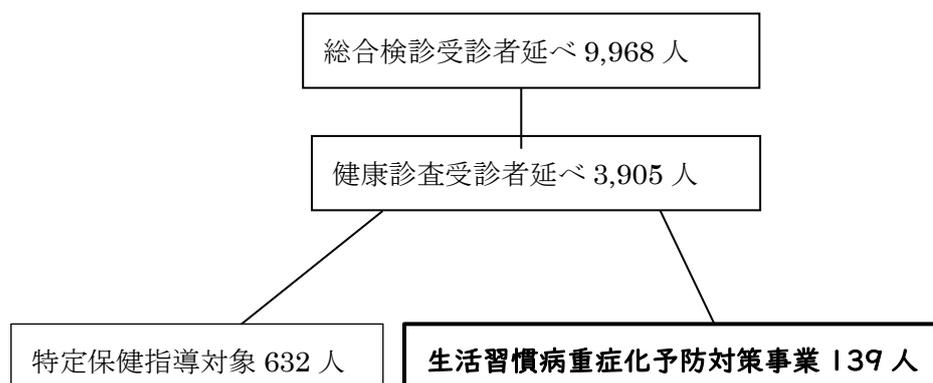
受診率は、府下の市町村と比較すると高いが、平成 28 年度をピークに以降、増減しながら経過している。胃がん検診については平成 28 年度以降減少している。

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、会場は体育館等の広い会場で実施。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、令和 2 年度以降回復しているが、R 5 年度はいずれもやや減少している。



Ⅱ. 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5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5年度実績】
検診結果個別指導	42日間：10会場：733人 その他：訪問、窓口等 148人 計881人 個別呼び出しで結果を返却し、個別指導を実施
栄養相談	延べ70人
出前講座	36回：延べ592人（R4 19回/368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」 「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5年度は、コロナ禍と比較すると、出前講座の実施数は増加してきた。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が、一方で地区での介護予防体操の再開や新規で始める地区もあり、介護予防支援事業に取り組んでいる。

4. 健康づくり推進員の活動

7期2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5年度実績】
研修会	① 運動の実践（健康運動指導士）：参加者30人 ② 講話「歯周病等について」：歯科衛生士：参加者33人 ③ 講話（腸内細菌）：栄養士：参加者34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	健康教室等の開催、健康便りの発行
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 「丹後万博2023」の協力14人

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。後期はデジタルポイントを付与した。(1人当たり上限500ポイント)

	【令和5年度実績】	
	カード	アプリ
日程	【前期】5月1日～6月30日 【後期】10月1日～11月30日	【前期】5月1日～6月30日 【後期】10月1日～11月30日
参加結果	【前期】215人 【後期】258人 計473人	【前期】112人 【後期】131人 計243人

デジタルポイント付与 289/389 (74.3%)

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5年度実績】
食育推進	食生活改善推進員養成講座：14人養成 食生活改善推進員研修会：「栄養バランス（食物繊維）」について講話と調理実習 食文化伝承推進事業：10校15回開催、参加児童生徒395人、ばら寿司等の調理体験 食育推進ネットワークの開催：2回 食生活改善推進員による地域での伝達講習会：5回

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5年度実績】
ゲートキーパー研修会	8回開催：参加者延べ138人
こころの健康相談 (保健師・臨床心理士)	月1回：延べ34人：実人数14人
街頭啓発	9月、3月：ショッピングセンターなどで街頭啓発を実施し、495部配布した。 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配架した。 ※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 クリアホルダーを配付	市内小中高校の卒業生1,199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 5 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。 (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：4 地区 継続：23 地区 実人数：305 人</p>
成果	<ul style="list-style-type: none"> ・令和 5 年度は、新たに 4 地区が新規取組を開始した。体力測定では、春に開始した地区は結果が維持・向上しており、目標指標を達成した。しかし、秋に始めた地区は冬場に入ることもあり向上率は伸び悩んだ。今後継続のための支援をしていく。 ・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。
その他の取組	<ul style="list-style-type: none"> ○介護予防体操サポーター研修会 参加 9 人 地区支援の強化、体操の啓発 ○代表者交流会 参加 20 人 活動についての意見交流、情報交換 ○体験教室 2 会場（久美浜町）4 回シリーズ 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

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5年度実績】
ハイリスクアプローチ (個別支援)	<p>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</p> <p>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</p> <p>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）</p> <p>【実施結果】</p> <p>① 高血圧：141人・166回／高血糖：51人・59回</p> <p>② 低栄養：119人・169回</p> <p>③ 健康状態不明者：チェック票114人郵送、要支援者79人、継続支援6人 低リスクの方にも電話、情報提供等を実施。</p>
ポピュレーションアプローチ (集団支援)	<p>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</p> <p>【実施結果】</p> <p>・フレイル予防講座実施件数：6件（受講人数：76人）</p>
<p>【成果と課題】</p> <p>《ハイリスクアプローチ》</p> <ul style="list-style-type: none"> ・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。 ・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5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。