

# 自分で延ばそう！健康寿命

～データヘルス中間評価を行いました～

市は平成30年に、「第2期データヘルス計画（H30～R5）」を作成し、令和2年度に中間評価を行いました。これは健診や医療（レセプト）、介護などのデータを分析し、効率的な保健事業を行うための計画で、市民の皆さんの健康寿命を延ばすことなどを目指しています。

国保課 ☎ 65-1219 FAX 65-1235

## 市の国保加入者の健康状態

市の国保加入者の健康状態にはいくつかの問題点が挙げられます。

・脳血管疾患や虚血性心疾患により要介護認定を受けている人が多い。

・心疾患で死亡する人は全国平均と比べて、男性は約1.3倍、女性は約1.2倍多い。

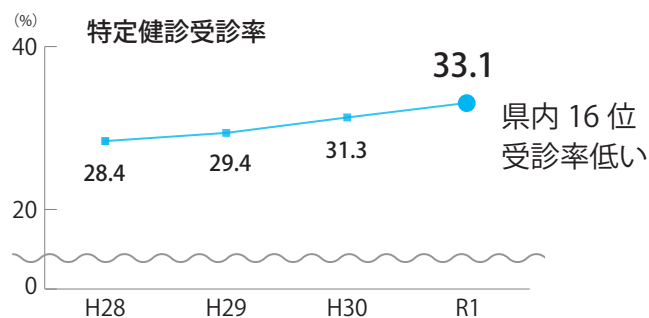
・そもそも健診を受けていない人が多い。

## データヘルス計画の中間評価をして分かったこと

特定健診の受診率は令和元年度が33.1%と毎年上昇していますが、県内20市町の中では16位とかなり低く、さらなる対策が必要です。

また、市の国保加入者で健診、医療ともに未受診で健康状態を把握できていない人の割合は31.8%、そのうち40歳から60歳までの割合が21.1%と高く、**自分の健康状態を知る機会のないまま重症化していることが課題**です。また、定期的に医療機関に

受診している人の特定健診受診率が低いのが現状です。



## 無料の特定健診を受診して、生活習慣病を早期発見！

令和元年度から国保被保険者の皆さんの健康づくりのために、国保に加入している40歳～74歳の人を対象に**無料で「特定健診」**を実施しています。健診を受けることで、自覚症状が現れにくい糖尿病や慢性腎臓病などの**生活習慣病を早期発見**すること

ができます。特定健診の受診者に対し、結果説明や受診勧奨などの保健指導を行っています。定期的に特定健診を受けましょう！

特定健診の詳細はこちら



# 放っておくと危ない⑥疾患

## ①高血圧 未治療者 約61.5%

160/100以上（家庭血圧  
145/90以上）の高血圧の  
割合

県内 **8** 位

## ②脂質異常症

要治療者（LDL180以上）  
の割合

県内 **1** 位

## ③糖尿病

要治療者の割合  
（HbA1c6.5以上）

県内 **17** 位

重症化すると…

## ④脳血管疾患

市内で 1,065 件

県内 **17** 位



## ⑤虚血性心疾患

市内で 1,234 件

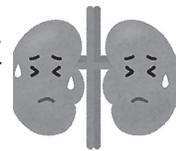
県内 **6** 位



## ⑥糖尿病腎症

市内で 76 件

県内 **12** 位



健診の結果、①～③の診断があった場合、生活習慣の改善と医師と相談して治療を開始する必要があります。この段階で早めに病院に行きましょう！

重症化させないために、皆さんをサポートします！

### WEB 予約の開始

特定健診の予約が WEB から  
できるようになりました。  
こちらの QR コードか  
ら予約ができます。



### オンライン保健指導開始

特定健診を受診した人を対  
象にオンライン（ZOOM）で  
栄養指導や健診結果  
の説明などの保健指  
導を行います。



### 専門医と連携

専門医と連携し、心電図検  
査で要精密検査・要医療該  
当者、HbA1c7.0以上に該当した  
人に紹介状を作成します。

### 家庭血圧測定の促進

国保課や健診会場で無料で、  
血圧手帳を配布します。家庭  
での血圧測定にお使いくださ  
い。

### 糖尿病重症化予防

糖尿病連携手帳を活用して、  
かかりつけ医や眼科などと連  
携しながら、保健師や管理栄  
養士が保健指導を行います。

