

3. 成人・高齢者保健

(1) 各種がん検診

<第1次計画の評価>

がん検診受診率は、大腸がん・乳がん・前立腺がん検診が増加傾向にあり、胃がん・肺がん・子宮頸がん検診受診率は横ばいです。

平成21年度から開始した女性のがん検診推進事業の国の補助金が、平成25年度で終了となりましたが、一定年齢者にクーポン券を送付し受診勧奨することで、動機づけをしてがん検診受診につなげるために、その後も市独自で事業を継続実施しています。その後の受診率は、子宮頸がん検診が約8%、乳がん検診が約12%を維持している状況です。

<現状と課題>

がんの死亡状況は全体の4割を占め、死因順位は第1位です。過去5年間の部位別死亡状況では、男性は胃がんと気管・気管支及び肺がんが最も多く、女性は胃がんが最も多いです。

国民健康保険一人当たり医療費では、胃がんと気管・気管支及び肺がん、結腸がんが高く、直腸がんと気管・気管支及び肺がん以外のがんは県平均よりも高い状況です。

各種がん検診受診率は、過去5年間で年々増加傾向にあるものの、がん検診受診率は県平均と比較すると低い現状にあります。がんによる死亡が多いにもかかわらず、早期発見・早期治療の入口となる検診受診につながっていない現状です。

進行がんの罹患率を減少させ、がんによる死亡を防ぐために最も重要なのは、がんの早期発見です。早期発見のためには、自覚症状がなくても定期的に有効ながん検診を受けることが必要になります。そこで、有効性が確立しているがん検診の受診率向上施策が重要になってきます。

また、がん検診の精密検査受診率は、事業評価指標の一つですが、目標値である100%は、平成27年度乳がん検診以外の検診で超えることはできていません。がん検診受診者のうち、毎年、約13人ががんが見つかることから、今後も精密検査受診率の向上を図っていく必要があります。

<今後の方向性>

| | |
|---------------|--|
| 目標 | <ul style="list-style-type: none">・がん検診の大切さを理解し定期的ながん検診を受診する・がんの精密検査や早期治療の重要性を理解し、精密検査の対象者は早期に医療機関へ受診する |
| 評価指標 (目標値) | <ul style="list-style-type: none">・胃がん・大腸がん検診受診率 (40%)・肺がん・子宮頸がん・乳がん検診受診率 (50%)・精密検査受診率 (100%) |

<実施計画>

| 今後に向けての施策 | 年度別事業の推進 | | | | |
|---|----------|----|----|----|----|
| | 28 | 29 | 30 | 31 | 32 |
| ・対象者を把握し、がん検診の必要性について啓発する | | | | | → |
| ・がん検診を受けやすい体制整備を行う | | | | | → |
| ・各種がん検診を実施する | | | | | → |
| <ul style="list-style-type: none"> ・胃がん検診(バリウム検診・内視鏡検診) ・肺がん検診(胸部レントゲン・喀痰) ・大腸がん検診 ・子宮頸がん検診(車検診・施設検診) ・乳がん検診(車検診・施設検診) ・前立腺がん検診 | | | | | |
| ・5歳刻みの対象年齢の人に女性のがん検診・大腸がん検診の無料クーポン券を発行し、受診勧奨を行う | | | | | → |
| ・検診未受診者への受診勧奨を行う | | | | | → |
| ・精検の受診勧奨及び未受診者へは適宜精検受診勧奨を行う | | | | | → |
| ・知識の普及・啓発のため、がん予防講演会を行う | | | | | → |
| ・チラシの配布や市報を活用し知識の普及と検診受診勧奨 | | | | | → |
| ・検診会場で、乳がん自己触診法の指導を行う | | | | | → |

(2) 生活習慣病予防

① 特定健康診査と重症化予防

<第1次計画の評価と現状及び課題>

特定健康診査（以下特定健診）の受診率は、新潟県平均より高いものの、男性で約4割、女性で約5割と女性の方が多く、年齢が若いほど低い状況です。受診率はなかなか伸びず第2期特定健康診査等実施計画に挙げた目標に、まだ届かない状況です。平成25年から新潟県国保連合会の補助金を受けて、40歳～59歳の未受診者を対象とした未受診者訪問を実施したところ、若年層の受診者の増加につながり、受診率は増加しました。また、未受診の理由調査では、「忙しい、時間が取れない」等の理由が多くあり、平成27年度より指定の医療機関でも受診できる施設健診も実施しています。

特定健診の結果を見ると、胎内市は糖尿病の予備群が多く、肥満や中性脂肪の有所見者も多い状況です。これらは、脳血管疾患や虚血性心疾患等の循環器疾患や慢性腎臓病（CKD）を発症させる要因となることから、生活習慣病の発症予防と重症化予防にも力を入れて取り組みが必要と考えます。

特定健診を継続して受診する必要性を理解してもらい、生活習慣病の発症と重症化を予防するために、平成24年度までは希望者のみに実施していた「特定健診結果説明会」を平成25年度より受診者全員（40～74歳胎内市国保加入者）を対象として実施しています。説明会では、受診者に自分の健康管理に役立つ

てるには、特定健診を継続受診する必要性があることを伝えるとともに、自らの現状を理解し生活習慣の振り返りを行ってもらうことで適切な生活習慣の改善や適正受診等につなげられるよう指導し、生活習慣病の発症予防や重症化予防も目指しています。説明会の内容としては、結果の見方の説明や栄養指導、運動指導を集団で行い、毎年テーマを決め、疾患を理解するためのミニ講話も行っています。また、全員に個別指導も行い一人一人の思いを引き出し、参加者が「やる気」になれるよう指導を行っています。参加率は、年々増加しており、参加者からは「いい話が聞けてよかった」「これまで結果を見たこともなかったが、自分がこんなに値が悪いとは思わなかった」「異常がないことが確認できてよかった」など感想が聞かれています。今後も、健診の継続受診や生活習慣病の予防意欲を高めるための内容を検討しながら、魅力ある結果説明会を継続して実施していきたいと思えます。

課題 1、特定健診受診率が低い

課題 2、生活習慣病の発症と重症化を予防していく必要がある

<今後の方向性>

| | |
|---------------|--|
| 目標 | 特定健診を受診し、適正な生活習慣を送ることで健康維持できる |
| 評価指標 (目標値) | <ul style="list-style-type: none"> ・ 特定健診受診率 (60%以上) ・ 健診結果説明会の参加率 (80%以上) ・ 生活習慣病重症化予防対策実施者の状況 <ul style="list-style-type: none"> 医療機関受診状況 (80%以上) 生活習慣改善状況 (50%以上) 次年度健診結果で改善者の割合 (60%以上) |

<実施計画>

| 今後に向けての施策 | 年度別事業の推進 | | | | |
|---|----------|----|----|----|----|
| | 28 | 29 | 30 | 31 | 32 |
| ・ 特定健診の実施（「集団健診」と指定医療機関での「施設健診」） | | | | | → |
| ・ 特定健診未受診者を対象に、年齢に応じて訪問や文書による受診勧奨とアンケート調査を実施 | | | | | → |
| ・ 特定健診結果説明会を実施（特定健診受診者のうち、40～74 歳胎内市国保加入者全員を対象とする） | | | | | → |
| ・ 特定健診の結果、特に重症化が心配される人を対象に、医療機関への受診勧奨や生活習慣改善等についての個別指導を実施 | | | | | → |

* 平成 27 年度からは国保データベースシステム（以下 KDB）により、胎内市国民健康保険加入者の「健診」「医療」「介護」の突合状況が分かり、住民の健康問題等の把握に役立てられるようになりました。KDB 等のデータ分析から住民の健康課題を整理し、それを解決するための取り組み等を示した「胎内市データヘルス計画」を平成 27 年度に作成したので、それに基づいて事業を進めていきます。

② 特定保健指導

<第1次計画の評価>

- ・ 特定保健指導実施率は平成 26 年度では 36.2%であり、平成 22 年度は 16.7%でその後実施率は上がっていますが、国の目標値である 45%を下回っている現状です。
- ・ 特定保健指導における 6 ヶ月後の本人目標達成度の状況としては、本人の目標達成度は、動機づけ支援で 69%、積極的支援で 67%です。特定保健指導における本人目標達成度の状況を見ると、動機づけ支援では「かなり達成できた」割合は 28%、「まあまあ達成できた」割合は 41%であり、合わせると 69%となっています。積極的支援で「かなり達成できた」割合は 45%、「まあまあ達成できた」割合は 21%であり、合わせると 67%となっています。

<現状と課題>

平成 25 年度から受診者全員を対象に特定健診結果説明会を実施し、その場で初回面接を実施するようにしたため、特定保健指導の実施率は大幅に上がりました。しかし、毎年特定保健指導の対象となる方も多く、「自分で頑張る」「教室には参加しない」など継続的な指導につながりにくい現状です。また、1 度教室に参加した方が再度参加することはほとんどなく、個別支援が中心となっています。しかし、教室に参加した方からは「食事や運動を意識するようになった」「自分の事として考えることが出来た」と前向きな意見があります。

実施率を向上させるためにも、効率的な保健指導の実施にむけた体制整備や指導プログラムの充実、及び未受講者・脱落者対策などを強化することが課題です。

<今後の方向性>

| | |
|---------------|---|
| 目標 | <ul style="list-style-type: none"> ・ 自分の特定健診結果を理解したうえで生活を見直し、生活習慣病予防の関心と意欲が高まる ・ 自分に合った生活習慣改善のプランを立てることができる |
| 評価指標 (目標値) | <ul style="list-style-type: none"> ・ 特定保健指導実施率 (積極的支援：15% 動機づけ支援：50%) ・ 6 ヶ月評価時に自分が立てた行動目標の取り組みができた人の割合 (90%) |

<実施計画>

| 今後に向けての施策 | 年度別事業の推進 | | | | |
|--|----------|----|----|----|----|
| | 28 | 29 | 30 | 31 | 32 |
| ・ 特定健診結果説明会で、特定保健指導対象者には初回面接を行い、支援につなげる | | | | | → |
| ・ 6 ヶ月間を 1 コースとし、年 3 回実施する | | | | | → |
| ・ 対象者自身が生活習慣を改善し、維持するための行動目標を設定し、実践できるよう支援体制を充実させる | | | | | → |

③ 健康教育

<評価と課題>

市民が自分の健康状態を理解し生活習慣を振り返ることにより、自ら気づいて生活習慣病予防や改善に向けた取り組みができる「疾病予防」と、仲間づくりや生きがいつくりなど主観的健康感を高める「元気づくり」を目的とした健康教育を実施してきました。

健幸塾では特定保健指導や健康体操教室の卒業生が各教室での学びを活かし、生活習慣病予防に向けた生活習慣の維持・改善、仲間とのつながりを持ちながら健康行動の振り返りができることを目的に実施しています。参加者には、教室で学んだことを家族や地域にも広く普及啓発してもらう役割も期待しており、ほっと H0T・まつりでは、健康たいない 21 の重点課題である糖尿病予防の知識を広げるための活動を行いました。今後も生活習慣病予防の指導を受けた人たちのフォローの場として、また地域に健康づくりを広げるリーダー育成の場として継続していきます。

健康体操教室は、運動を日々の生活の中に取り入れ、体力の向上と生活習慣病の予防・改善を目的に 3 ヶ月間を 1 コースとし、年間 3 コースを実施しています。丁寧な関わりをするため 1 コースの定員を 20 人以内とし、より多くの市民に参加してもらいたいため、参加者は新規の人に限定しています。

教室終了時の評価では、ほとんどの参加者に体力の増加と体脂肪の減少が見られ、また、自己評価「運動実施に対する自信」でも高い改善が見られました。生活習慣の予防・改善のためには運動は必須であるため、内容を工夫しながら継続していきたいと考えます。

<今後の方向性>

| | |
|---------------|---|
| 目標 | <ul style="list-style-type: none"> ・市民が、自分の健康状態を理解し生活習慣を振りかえることにより、自らの気づきで生活習慣病の予防・改善に向けた取り組みができる ・健康に関する正しい知識を習得し、自分にふさわしい健康管理が実践できる |
| 目標値 (評価指標) | <ul style="list-style-type: none"> ・健康体操教室の参加者の計測値の改善がみられる ・健幸塾の参加者が自分で立てた行動目標の取り組み状況 ・健康体操教室及び健幸塾の出席率 |

<実施計画>

| 今後に向けての施策 | 年度別事業の推進 | | | | |
|--|----------|----|----|----|----|
| | 28 | 29 | 30 | 31 | 32 |
| ・新規参加者を対象に健康体操教室を実施する | | | | | → |
| ・生活習慣病予防の指導後のフォローの場として主体的活動も意識して健幸塾を実施する | | | | | → |
| ・生活習慣病の予防ポピュレーションアプローチを充実させる | | | | | → |
| ・特定健康診査結果説明会で、健康体操教室を紹介する | | | | | → |
| ・各教室で健康課題を共有し、指導内容の充実を図る | | | | | → |