

健康長寿に係る先進的な取組事例

長瀨町

～ 特定健診結果説明会・個別健康相談 ～

(1) 取組の概要

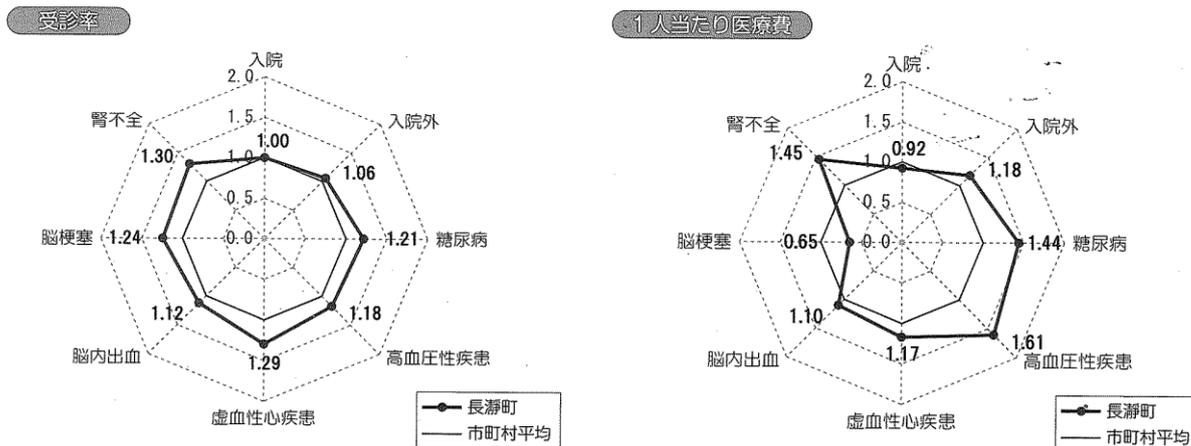
健康づくりに関する情報を提供するとともに、生活習慣改善の意識付け等の支援を実施するため、特定健診受診者を対象として集団形式での結果説明会及び個別健康相談を開催する。また、国の基準による特定保健指導対象者の他に、腎機能低下による慢性腎臓病を引き起こすリスクが高い者を町独自にリストアップし、健康相談・指導等の支援を実施する。これにより、住民の疾病予防及び健康増進を促し、医療費の適正化を図る。

(2) 取組の契機

【慢性腎臓病患者、透析患者の増加】

当町が抱える問題の一つに、腎機能低下による慢性腎臓病患者及び透析患者の増加が挙げられる。透析患者の増加は国保医療費の増加にも直結するため、当町にとって大きな課題となっており、患者の増加に歯止めをかける事業の展開が必要であった。

1 医療費



100人でみた 長瀨町国民健康保険
..... 被保険者 100人

65歳以上は？	41.6人	生活習慣病の1ヶ月のレセプト件数は？	生活習慣病の1年間の医療費は？
15歳未満は？	6.3人	糖尿病	糖尿病
入院の1ヶ月のレセプト件数は？	1.53件	高血圧性疾患	高血圧性疾患
入院外の1ヶ月のレセプト件数は？	68.26件	虚血性心疾患	虚血性心疾患
1年間の医療費は？	2,194万円	脳内出血	脳内出血
そのうち 入院	922万円	脳梗塞	脳梗塞
入院外	1,272万円	腎不全	腎不全
		4.15件	140万円
		12.69件	231万円
		1.07件	70万円
		0.18件	31万円
		1.03件	36万円
		0.43件	183万円

出典：平成26年度埼玉県国民健康保険における医療費及び特定健診等の状況

●長瀨町国民健康保険被保険者における透析患者数

13名（平成27年12月1日時点）

(ア) 取組の内容

事業名	特定健診結果説明会&個別健康相談会		
	平成26年度		
予 算	573千円		
	・管理栄養士謝金	400千円	
	・パンフレット代	126千円	
	・チラシ用紙代等	30千円	
	・個人データ収納用ファイル	17千円	
参加人数	41人		
期 間	平成26年8月～平成27年3月		
実施体制	場所	長瀬町役場（集団個別共通）	
	集団	上記期間のうち、8回開催	
	個別	希望者に応じて適宜開催	

① 受診結果の判定、事業参加の呼びかけ

健診受診結果が検査機関から到着後、速やかに判定を行い、受診者に結果を送付するとともに、リスクが高い者に対しては専門職（保健師・管理栄養士）から生活習慣等の聞き取り調査を電話にて実施し、結果説明会及び健康相談会への参加を促す。

また、結果送付時に本事業のチラシを同封し、リスクが低い者にも積極的な参加を呼びかける。

② 事業の開催

健診結果説明会及び栄養相談会を開催する。

集団形式の結果説明会においては、管理栄養士と保健師が協同で資料を作成し、メタボリックシンドローム予防についての注意点や、生活習慣改善の具体的な事例紹介、糖尿病予防のための食事レシピの紹介などを行う。

個別健康相談においては、管理栄養士が個別に面談を実施し、より具体的で各個人に適した改善案の提供・指導を行う。また、以前から継続して定期的に面談・指導を行っている者に対しては、結果数値の推移を踏まえた情報提供・指導を展開している。

また、来場が難しい者に対しては、電話での相談・情報提供や、訪問を実施する。

③ 事業参加者の経過確認

本事業参加者に対して、半年後を目処に指導内容の実施状況等を電話にて確認するとともに、個人毎に適したフォローを実施する。

(イ) 取組の効果

健康意識向上の波及的効果

参加者自身の生活習慣を見直すことに加え、「より具体的に、すぐ実践できる」指導や改善案を提供することで、参加者を經由してその家族等の健康意識向上や食習慣改善につながることも多く、波及的効果が見られている。

(ウ) 成功の要因、創意工夫した点

① 地域性を踏まえた具体的な情報の提供

当町における食習慣の問題点として、「塩分摂取量が県内他地域と比較して高い」ということが挙げられる。これには、漬物をはじめとした「保存食文化が発達している」という地域性の影響もあり、塩辛い食べ物を好んで摂取する傾向がある。

これを踏まえて、事業実施時には参加者自身に「塩からさのチェック」を行ってもらい、自身の味覚に気づいてもらう。その後、具体的な食習慣改善レシピを紹介することで、参加者が改善策の実施に積極的に取り組む意識の向上が見られた。

② 健診結果の推移や取り組み状況を踏まえた指導・情報提供

継続して本事業に参加している者に対しては、過去の健診結果や取り組み状況を踏まえて、前回と比較した個人毎のデータや情報を提供し、結果数値の推移についての説明を実施するとともに、新たな目標を設定するなど、指導内容の変更を実施している。

③ 食習慣改善推進員協議会（以下「食改」という）との連携

参加者に紹介する食習慣改善レシピは、当町の食改の協力を得て作成している。紹介時に使用する料理の写真も提供してもらっており、視覚的効果も加わり、調理法改善の意欲向上にも繋がっている。



(エ) 課題、今後の取組

① 医療費抑制効果が見えにくい

継続して長期的に実施をしなければ、事業の成果がデータに表れてこない。

今後も継続して本事業を実施するとともに、医療費データを含めた様々な健康に関するデータを調査・分析する。

② 新規参加者の開拓

生活習慣改善意識がない者を、どのようにして本事業に取り込むかが、現在の課題である。