

令和5年度「健康長寿に係るイチオシ事業」(概要版)

市町村名

越生町

1 事業名

からだ喜ぶ！食事教室

2 事業概要

- KDBシステムより令和4年度特定健診結果、高血圧、高血糖の対象者を抽出し、集団健康教育を実施
- 高齢者の保健事業と介護予防の一体的な実施として実施

3 事業内容

参加者規模・予算 60人 80,000円

講師謝礼 10,000円×4回 材料費5,000円×2回 消耗品20,000円 通信運搬費10,000円

(1) 血糖値が気になる〇〇様へ からだ喜ぶ！血糖値改善教室～たっぷり食物繊維&しっかり筋肉の極意～

- 対象：空腹時血糖100以上またはHbA1c 5.6以上の者のうち、①②に該当する者

①国民健康保険加入者（40歳～74歳）で内服治療なしの者

②後期高齢者医療保険加入者（75歳以上）の者（内服の有無を問わない）

- 7月中旬 KDBシステムより抽出した対象者へ教室案内を通知

- 8月29日（火） 午前の部（10：00～11：30）午後の部（13：30～15：00）

(2) 血圧が気になる〇〇様へ からだ喜ぶ！食事教室

- 対象：昨年度高血圧教室に参加した方

- 10月下旬 R4年度の参加者41人に対して、教室案内を通知。

- 11.27（月）埼玉医科大学予防医学室による講義、塩分チェックシート、
血圧、身長、体重測定、尿提出

- R6.1.16（火）管理栄養士による食事教室、塩分チェックシート、
尿検査結果返却（尿中ナトカリ比）

4 事業効果

- 血糖値教室（アンケート結果）

・血糖値コントロールの為の基本的なポイントを理解し、行動変容へ結び付けた

- 血圧教室（塩分チェックシート、アンケート、計測、尿検査）

・血圧、身長、体重計測、塩分チェックシートの推移を個別に把握するとともに、尿中ナトリウムカリウム比を算出し体内の塩分を見える化し示すことで、行動変容を促進