能美市　R5高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施事業

【概況】　出展：R4KDB(後期)

人口	48,286人	高齢化率	26.3%
被保険者数	7,293人	日常生活圏域	3
平均寿命	男性81.1歳	女性87.5歳	

【推進体制】
□横糸プロジェクト（副市長をチーム長とした庁内連携）
□実践部門⇒保険年金課：医療保険、広域・国保連との連絡窓口
健康推進課：企画調整、重症化予防事業、集団教育
いきいき共生課：介護予防日常生活支援総合事業

【高齢者を取り巻く現状と実態】ﾃﾞｰﾀ：R4KDB(後期),更生医療台帳等より
医療：１人あたりの医療費が県平均、同規模と比べて低い。総医療費は外来で心疾患、糖尿病、腎不全、入院は心疾患、脳梗塞、呼吸器疾患の順に高い。
介護：認定者の有病状況認知症、心不全、脳血管疾患、筋骨格系疾患の順に多く、基礎疾患（高血圧、糖尿病、脂質異常症）を有する者が多い。
保健：健診受診率25.4%　新規人工透析8人中　糖尿病性腎症６人、腎硬化症２人。

課題
- ●医療費と介護給付費を押し上げ、要介護度が重くなる「認知症」・「脳血管疾患」予防
- ●基礎疾患には「高血圧」・「糖尿病」　⇒　未治療・治療中断させない重症化予防対策

【お達者ですか訪問】 → **【 長 寿 健 診 】**

【ハイリスクアプローチ】（重症化予防）80歳未満の者

①糖尿病性腎症重症化予防
対象者：①糖尿病管理台帳 8%以上の前年度健診未受診者
②HbA1c7.5%以上
③HbA1c7.0%以上の未治療者
④HbA1c7.0%以上かつ尿蛋白+以上またはeGFR10以上低下

②その他の生活習慣病等重症化予防
対象者：①Ⅱ度高血圧以上
②尿蛋白２+以上
③eGFR30未満

【ポピュレーションアプローチ】（集団教育）
通いの場「のみ活倶楽部」（一般介護予防事業）の活動充実
①保健師・栄養士による出前講座とフレイルチェック
出前講座の内容：生活習慣病重症化予防、フレイル予防
評　価：フレイルチェック及び血圧の変化
②歯科衛生士による出前講座
出前講座の内容：口腔ケア講座、口腔体操
評　価：フレイルチェックの変化

関係機関へのつなぎ
①介護予防事業対象者の早期把握
⇒あんしん相談センター
②適切な医療受診
⇒医療機関連絡

【広域連合との連携・会議の場等】
R5.6.6、意見交換会
R5.10.27　協議の場
R6.10.30事業推進会議兼研修

【ハイリスクアプローチ】（重症化予防）R6.10現在

①糖尿病性腎症重症化予防

対象者：83人　　実績：61人　　面談率：73.5%
方　法：栄養士による個別訪問
内　容：初回の保健指導後、３か月後に電話または訪問
評　価：HbA1c　　改善55.2%　維持3.4%
　　eGFRまたは尿蛋白　改善13.3%　維持26.7%

②その他の生活習慣病等重症化予防

対象者：56人　　実績：53人　　面談率：73.0%
方　法：保健師による個別訪問
内　容：初回の保健指導後、３か月後に電話または訪問
評　価：血圧分類　　改善70.0%　維持5.0%
　　eGFRまたは尿蛋白　改善17.1%　維持20.0%

【ポピュレーションアプローチ】
通いの場（のみ活倶楽部）における健康教育

①保健師・栄養士による出前講座

R5実績：26町会　　参加人数：5～15人/回
内　容：健診結果説明会、認知症予防、糖尿病、高血圧など

②歯科衛生士による出前講座とフレイルチェック

R5実績：42町会　通いの場参加者　参加人数：5～15人/回
内　容：歯周病予防のための口腔ケア、口腔体操の講話

③通いの場の運動メニューに『口腔体操』を追加

R5実績：のみ活倶楽部　全59町会に導入
内　容：町内の公民館で月1～4回開催している認知症予防の運動教室に、毎回10分程度の口腔体操を実施

【課題・気づき】

◆ハイリスクアプローチ：

未治療者は血圧計貸出や連絡票交付によって医療機関受診につなぐことができた。腎所見のある方は「初めて知った。主治医に任せているから保健指導は希望しない」という方もいたが、連絡票や主治医連絡により保健指導介入ができた。保健指導介入できた者は令和６年度の健診で改善・維持の割合が多く、今後も適切な医療の受診や生活習慣を支持していきたい。

◆ポピュレーションアプローチ：

のみ活倶楽部に口腔体操の追加、出前講座によって歯科健診を受けた方は20名いた。また、フレイルチェックで機能低下に該当する者をあんしん相談センターにつなぐことができた。次年度も口腔フレイルの予防及び生活習慣病重症化予防について重点的に普及啓発し、介護予防につなげていく。

ポピュレーションアプローチ　通いの場での集団教育

【①保健師・栄養士による出前講座】

（一例）テーマ：糖尿病重症化予防、認知症予防

高血糖による認知症のメカニズムについて学習

【展示】
・飲み物や食べ物に含まれる砂糖量
・野菜350g

【②歯科衛生士による出前講座】

テーマ：口腔ケア、口腔体操

～参加者の声～

歯が悪くなってからでないと歯医者には行かなかったので、まずは健診で口の中を見てもらいたい

正しい歯磨きの仕方を知って、目からうろこだった。家族にも伝えたい。

食べこぼしや口臭が気になっていた。口腔体操を自宅でも続けたい