

まち・ひと・しごと創生総合戦略の具現化、地域共生社会づくり・地域包括ケアシステム構築と連携・協働した
世界に冠たる皆保険堅持・自立高齢者の増のための内灘町の高齢者の保健事業と介護予防等一体的実施事業

一体的実施は、保健分野は「介護予防の観点」、介護(予防)分野は「生活習慣病重症化予防の観点」をよりプラスして展開し、更に、「高齢者の生きがいづくり等のための生涯学習や活動環境の充実」に係る分野等とも連携・協働して上位計画の具現化に繋ぐ。

【概況】 町花：ハマナス 町鳥：鷹（チュウヒ）

人口：25,940人 高齢化率：27.3% 被保険者数：3,928人
日常生活圏域1 平均寿命：男性80.6歳、女性87.4歳
年齢調整死亡率 がん298.7・心疾患128.3・脳疾患57.3
自殺19.1・腎不全15.8・糖尿病6.6

【推進体制】 □企画・調整部門⇒保健センター

□実践部門⇒保健センター・地域包括支援センター

□連携⇒福祉課・社会福祉協議会・町内医療機関・民生委員

※石川県後期高齢者医療広域連合との協議の場合 R5.6.6意見交換会、R5.8.24協議の場合、R5.10.30一体的推進会議及び研修

【後期高齢者の健康課題】

健診：健診受診率30.0%(R4)

医療：地域差指数 国保1.01 後期1.11 (R3)

医療費に占める割合 慢性腎不全・透析有 11.2% 県7.2% 国8.2%
脳梗塞・脳出血 3.8% 県3.9% 国3.9%
狭心症・心筋梗塞 3.4% 県3.1% 国2.8%

介護：重度認定者(要介護3～5)の疾病保有割合
脳血管疾患 43.7% 県41.9%

虚血性心疾患における要介護認定者割合
31.1% 県38.4%

【企画調整等】

企画調整専門職：専従(保健センター)

①かかりつけ医との連携
保健指導の事前・事後・評価時
②河北郡糖尿病対策会議との連携

③国保連の支援評価委員会の指導
(第三者評価を受けている。)
④市町上記計画等における事業の
位置づけ：6枚目に資料添付

⑤社会資源等や既存事業整理
：7枚目に資料添付

⑥庁内外関係者連絡会
：適宜開催
広域連合等との協議の場合
(年1回)

【ハイリスクアプローチ・個別支援】

①糖尿病性腎症等生活習慣病重症化予防
□対象者・方法：保健指導2回程度(3～6か月)
ア HbA1c7%以上かつeGFR50未満又は尿蛋白2+以上
イ a) 血圧Ⅱ度以上、b) 腎機能低下者(eGFR30未満、又は、
尿蛋白2+以上)、c) 心電図検査で心房細動未治療者
(中断者含む)、d) その他ハイリスク者

□評価指標：R7.3或いはR7シルバー健診結果
アHbA1c変化、eGFRの維持及び低下速度
蛋白尿(尿アルブミン)、生活習慣病等の改善状況
イ血圧(家庭血圧の測定状況、評価時期の平均値)
eGFR、尿蛋白、心房細動(未治療者の治療開始)
生活習慣等の改善状況等

【ポピュレーションアプローチ・集団支援】

課題である生活習慣病の重症化予防・フレイル予防
を既存事業等に追加して医療専門職が関与

①通いの場への積極的関与
対象・方法：各地区かがやきシニアクラブ 健康講座
評価指標：訪問地区の翌年度シルバー健診受診率
健康相談数

②シニアライブ講座～認知症(MCI)予防プログラム
対象・方法：年3回(身体、食事、運動の教室)
評価指標：参加者の血圧・血糖値の改善
未治療者の治療開始状況・食生活
の是正(野菜摂取意識の向上)・
運動機能(ロコモチェック)の向上

内灘町の高齢者の保健事業と介護予防等一体的実施事業の実績 1

◆ハイリスクアプローチ

取組 区分	アウトプット			アウトカム			
				計画		実績	
	抽出者数	介入者 [※] 数	介入率	評価指標	評価時期	結果	課題・改善方策
糖尿病性腎症重症化予防	1	1	100.0%	①HbA1cの変化 ②eGFRの維持及び低下速度 ③蛋白尿（尿アルブミン） ④生活習慣等の改善状況 等	①～④ ・R6.3 ・令和6年度シルバー健診結果	◆R5年度実施者（1名） ①～③：次年度に評価 ④：改善維持1人(100%)、悪化0人(0%) ◆R4年度実施者（3名）のR5年度健診結果 ①改善0人(0%)、維持1人(34%)、悪化1人(33%)、不明1人（33%） ②維持1人(34%)、悪化1人(34%)、不明1人（34%） ③改善1人(34%)、維持0人(0%)、悪化1人(33%)、不明1人（33%） ④評価不能	対象者が少なく評価しづらい。令和5年度のシルバー健診受診率は、34.5%で、R3年度30.3%、R4年度33.8%と受診率は上がってきているが、受診率の更なる向上と医療機関連携によりリスクのある人を把握し支援していくことで生活習慣病重症化予防と介護予防に取り組む必要がある。
その他の重症化予防	10	10	100.0%	①血圧(家庭血圧の測定状況、評価時期の平均値) ②eGFR、蛋白尿 ③心房細動(未治療者の治療開始) ④生活習慣等の改善状況 等	①～④ ・R6.3 ・令和6年度シルバー健診結果	◆R5年度実施者（10人） ①～③：次年度に評価 ④：改善維持6人(60%)、悪化1人(10%)、不明3人(30%) ◆R4年度実施者（20名）のR5年度受診結果 ①改善8人(40%)、維持9人(45%)、悪化0人(0%)、不明3人(15%) ②改善4人(20%)、維持12人(60%)、悪化1人(5%)、不明3人(15%) ③未治療者0人のうち0人(0%)が治療開始 ④評価不能	運動の継続や家庭血圧の測定など取り組みやすいことは継続でき、R4年度対象者の血圧の改善が40%と高くなっているが、食習慣の改善には至っていない。後期高齢者であり、バランスよい食事を調理することにも限界があると考えられる。また、自分の身体に起きていることをイメージし行動変容の動機付けを行えるまで理解を落とし込むためには指導にもわかりやすく、要点を絞るなど計画的に工夫をして実施する必要がある。

内灘町の高齢者の保健事業と介護予防等一体的実施事業の実績 2

◆ポピュレーションアプローチ

取組 区分	アウトプット			アウトカム																																																																																																									
	通いの場 (予定)	通いの場 (実績)	参加者数 (累計)	計画		実績																																																																																																							
				評価指標	評価時期	結果	課題・改善方策																																																																																																						
その他複合的取組	16	11	268	1. 各地区かがやきシニアクラブ健康講座 ①訪問地区の翌年度のシルバー健診受診率 ②健康相談者数	①翌年度 ②実施日	①シルバー健診の受診率 R4年度実施地区の受診率の変化 <table><tr><th rowspan="2"></th><th colspan="3">R4年度</th><th colspan="3">R5年度</th><th rowspan="2">受診率の差</th></tr><tr><th>後期高齢者数</th><th>受診者</th><th>受診率</th><th>後期高齢者数</th><th>受診者</th><th>受診率</th></tr><tr><td>アカシア</td><td>174</td><td>74</td><td>42.5</td><td>178</td><td>64</td><td>36</td><td>-6.5</td></tr><tr><td>室</td><td>90</td><td>17</td><td>18.9</td><td>99</td><td>27</td><td>27.3</td><td>8.4</td></tr><tr><td>大学</td><td>75</td><td>27</td><td>36</td><td>79</td><td>29</td><td>36.7</td><td>0.7</td></tr><tr><td>白帆台</td><td>84</td><td>20</td><td>23.8</td><td>102</td><td>15</td><td>14.7</td><td>-9.1</td></tr><tr><td>ハマナス</td><td>55</td><td>18</td><td>32.7</td><td>61</td><td>20</td><td>32.8</td><td>0.1</td></tr><tr><td>向陽台</td><td>230</td><td>81</td><td>35.2</td><td>255</td><td>88</td><td>34.5</td><td>-0.7</td></tr><tr><td>鶴ヶ丘西</td><td>346</td><td>124</td><td>35.8</td><td>371</td><td>145</td><td>39.1</td><td>3.3</td></tr><tr><td>鶴ヶ丘東</td><td>436</td><td>137</td><td>31.4</td><td>470</td><td>150</td><td>31.9</td><td>0.5</td></tr><tr><td>旭ヶ丘</td><td>131</td><td>42</td><td>32.1</td><td>141</td><td>45</td><td>31.9</td><td>-0.2</td></tr><tr><td>宮坂</td><td>111</td><td>42</td><td>37.8</td><td>117</td><td>50</td><td>42.7</td><td>4.9</td></tr><tr><td>合計</td><td>1,732</td><td>582</td><td>32.6</td><td>1,873</td><td>633</td><td>32.8</td><td>0.2</td></tr></table> 地区ごとでみると受診率が上がった地区が多く、全体では 0.2%とわずかだが受診率が向上した。 ②健康相談者数 各地区の講座にて健康相談を希望する者はいなかった。		R4年度			R5年度			受診率の差	後期高齢者数	受診者	受診率	後期高齢者数	受診者	受診率	アカシア	174	74	42.5	178	64	36	-6.5	室	90	17	18.9	99	27	27.3	8.4	大学	75	27	36	79	29	36.7	0.7	白帆台	84	20	23.8	102	15	14.7	-9.1	ハマナス	55	18	32.7	61	20	32.8	0.1	向陽台	230	81	35.2	255	88	34.5	-0.7	鶴ヶ丘西	346	124	35.8	371	145	39.1	3.3	鶴ヶ丘東	436	137	31.4	470	150	31.9	0.5	旭ヶ丘	131	42	32.1	141	45	31.9	-0.2	宮坂	111	42	37.8	117	50	42.7	4.9	合計	1,732	582	32.6	1,873	633	32.8	0.2	①かがやきシニアクラブに参加している後期高齢者には血圧について考えるきっかけを作ることができたが、それは被保険者のごく一部であり、こういった通いの場に参加していない高齢者や他の通いの場へのアウトリーチも検討する必要がある。 ②かがやきシニアクラブにおける健康講座は、従来の活動日の1コマをいただき開催しているものであり、講座修了後は参加者はすぐに解散してしまっている。講座を案内する際に、講座修了後に健康相談を行う旨の周知が不十分であったことが要因と考えられる。R6年度は講座後の個別相談についての周知を図り、より具体的で個別性のある健康相談ができるようにしたい。
								R4年度			R5年度				受診率の差																																																																																														
後期高齢者数	受診者	受診率	後期高齢者数	受診者	受診率																																																																																																								
アカシア	174	74	42.5	178	64	36	-6.5																																																																																																						
室	90	17	18.9	99	27	27.3	8.4																																																																																																						
大学	75	27	36	79	29	36.7	0.7																																																																																																						
白帆台	84	20	23.8	102	15	14.7	-9.1																																																																																																						
ハマナス	55	18	32.7	61	20	32.8	0.1																																																																																																						
向陽台	230	81	35.2	255	88	34.5	-0.7																																																																																																						
鶴ヶ丘西	346	124	35.8	371	145	39.1	3.3																																																																																																						
鶴ヶ丘東	436	137	31.4	470	150	31.9	0.5																																																																																																						
旭ヶ丘	131	42	32.1	141	45	31.9	-0.2																																																																																																						
宮坂	111	42	37.8	117	50	42.7	4.9																																																																																																						
合計	1,732	582	32.6	1,873	633	32.8	0.2																																																																																																						



内灘町の高齢者の保健事業と介護予防等一体的実施事業の実績 3

取組 区分	アウトプット			アウトカム																											
	通いの場 （予定）	通いの場 （実績）	参加者数 （累計）	計画		実績																									
				評価指標	評価時期	結果	課題・改善方策																								
その他複合的取組	1	1	11	2. シニアライフ講座 ～認知症（MCI）予防プログラム ①参加者の血圧・糖の検査 （測定）値の改善（維持）状況 ・未治療者の治療開始等 ②食生活の是正 野菜摂取、緑黄色野菜摂取意識の向上 ③運動機能（ロコモチェック）の向上	講座開始時から3ヶ月後	3ヵ月後の同窓会に参加した6名の結果 ①参加者の血圧・糖の検査値 血圧：改善3人（50％）、維持0人（0％） 悪化1人（17％）、不明2人（33％） 糖：改善1人（17％）、不明5人（83％） 対象者の中に受診レベル未治療者はいなかった。 ②食生活の是正 講座の中で、『石川県がよく食べる野菜』の資料にて抗酸化作用を豊富に含む野菜を紹介した結果、3ヵ月後の同窓会では「野菜スムージーに小松菜、はちみつを入れて飲んでいた。それが原因で血糖値が上がったのではちみつはやめた」、「野菜中心の食事をしている。夕食には必ずサラダがあり、ブロッコリーは良く食べる」、「冷凍ブロッコリーにマヨネーズを付けて食べる。コーヒーの砂糖の量を半分にした」と6人中3人の食生活が改善された。この発言を受け、残りの参加者も今後の生活に色の濃い野菜を取り入れたいという感想を述べていた。 ③運動機能（ロコモチェック）の向上	認知症予防プログラムとして、3回コースの講座を開催し、3ヵ月後に評価のための同窓会を開催した。 認知症という病気に対する認識、理解を確認した後に高血糖が脳に与える影響（βアミロイド）をイラストや図を示しながら具体的に伝えたことで身体の中で起こっていることをイメージすることができ、後の『食』と『運動』と認知症予防が繋がりが行動変容に至った者の割合が多かったと考えられる。行動変容に至らなかった者も、同窓会で仲間ががんばっている話を聞いたことや学びの振り返りがあったことで今後のがんばる意欲につながったと考えられる。 課題としては、欠席や検査結果を持参しないなどの理由で評価が難しかったこと、3ヵ月という短期間で血圧や血糖の変化を評価することが適当かどうかということであり、翌年度のシルバー健診結果で評価していきたいと考える。																								
						<table><tr><th colspan="5">ロコモチェック結果</th></tr><tr><th></th><th>開始時</th><th>改善</th><th>維持</th><th>悪化</th></tr><tr><td>ロコモ度0</td><td>1</td><td></td><td></td><td>1</td></tr><tr><td>ロコモ度1</td><td>1</td><td></td><td>1</td><td></td></tr><tr><td>ロコモ度2</td><td>2</td><td></td><td>2</td><td></td></tr><tr><td>ロコモ度3</td><td>2</td><td>1</td><td>1</td><td></td></tr></table> 運動習慣については、「つま先立ちを100回、屈伸をしている」、「朝3,000歩歩くようにしている」、「歩幅を広くしたり早歩き、少し遠回りするようになった」と6人中3人に運動習慣の改善がみられた。	ロコモチェック結果						開始時	改善	維持	悪化	ロコモ度0	1			1	ロコモ度1	1		1		ロコモ度2	2		2	
ロコモチェック結果																															
	開始時	改善	維持	悪化																											
ロコモ度0	1			1																											
ロコモ度1	1		1																												
ロコモ度2	2		2																												
ロコモ度3	2	1	1																												