

第2期青森支部 データヘルス計画(概要)

健康課題

- ・日本一の短命県、平均寿命が男女ともに全国最下位。
 - ・がん、脳卒中、糖尿病など生活習慣病による死亡率が高い。
 - ・40代、50代の働き盛り世代の死亡率が高い。
 - ・40～64歳男女とも喫煙者割合が高い。
 - ・40～64歳男女とも拡張期血圧、血圧高値及び高血圧の割合が極めて高い。
 - ・40～64歳男女とも重症高血圧の割合が高い。
 - ・40～64歳男女とも空腹時血糖126以上の者の割合が高い。
 - ・生活習慣が悪い。(高い肥満率、多い食塩摂取、高い飲酒習慣者の割合、少ない1日平均歩数など)
 - ・総医療費に占める主な生活習慣病(がん、糖尿病、高脂血症、高血圧症、心疾患、脳血管疾患)の医療費の割合が高い。
- (入院医療費:青森41.2%全国36.4% 入院外医療費:青森34.2%全国29.5%)

上位目標

(10年以上経過後に達する目標)

- ①脳血管疾患
 - ②心疾患
 - ③糖尿病
- の入院医療費に占める割合を1.5%引き下げる。

〔 H27入院医療費に占める割合
青森17.6% (①8.3%②7.6%③1.7%)
全国16.1% (①6.9%②7.9%③1.3%) 〕

中位目標

(6年後に達成する目標)

- ①習慣的に喫煙する者を5%減少させる。
(H28健診データ_喫煙率39.6%)
- ②Ⅲ度高血圧の者を2割減少させる。(180/110mmHg以上)
(H28健診受診者の0.84%該当)
- ③空腹時血糖160mg/dl (HbA1c8.4%)以上の者を2割減少させる。
(H28健診受診者の0.86%該当)

事業名	下位目標	具体策
喫煙対策の推進	禁煙に取り組む人を増やす。	<ul style="list-style-type: none"> ・保健指導者による特定保健指導対象者への禁煙指導を実施する。事業所へ介入し、禁煙に関する集団学習を実施する。 ・健康宣言事業所を拡大し、禁煙サポートを実施する事業所を増やす。 ・健診機関による禁煙支援を実施する。
	受動喫煙対策に取り組む事業所を増やす。	<ul style="list-style-type: none"> ・健康宣言事業所に対し、職場における受動喫煙対策(敷地・建物内禁煙や集団学習)を「わが社の健康プラン」に盛り込むよう積極的に促す。 ・「青森県健康経営認定制度」の申請を促す。(受動喫煙防止対策実施後の「空気クリーン施設認証制度」が認定の必須要件であるため) ・健康宣言事業所に対し、受動喫煙対策のレベルアップ支援を行う。(建物内分煙→建物内禁煙→敷地内禁煙)
高血圧対策の推進	未治療者を減らす Ⅲ度高血圧(180/110mmHg以上)、空腹時血糖160mg/dl (HbA1c8.4%)以上	<p>【保健指導者による個別の受診勧奨】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・特定保健指導対象者かつ未治療者は、受診に結びつくまで継続支援する。 ・特定保健指導の事業所訪問時に個別相談対象として案内し、受診勧奨を行い、受診に結びつくまでフォローする。 ・未治療者に対する一次勧奨(本部)、二次勧奨(支部)を効果的に実施する。 ・健診後3ヶ月未受診者については、事業所訪問、個別面接を実施し、受診に結びつくまでフォローする。 <ul style="list-style-type: none"> ・健康宣言登録事業所数を拡大し、健康宣言登録シートの必須項目としている「検査・治療の推奨(特に血圧・血糖)」の徹底を図る。 ・県医師会健やか力推進センターが開催する「健やか隊員育成プログラム」をサポートし、職場における健康づくりのリーダー育成を推進する。 ・生活習慣の改善(減塩、適度な運動など)を中心としたアプローチを行い、事業所で集団学習を実施する。(血圧計・体重計の貸与、記録により生活習慣改善の意識を高める。) ・健診機関による高血圧、高血糖者への受診勧奨を実施する。
高血糖対策の推進	新規透析導入者を減らす。	<ul style="list-style-type: none"> ・健診結果から糖尿病性腎症のリスクがある方を対象に、医療機関(かかりつけ医)と連携して、糖尿病性腎症重症化予防プログラムに基づく保健指導を実施する。 ・新たに市町村の国保・医師会と連携し、糖尿病性腎症重症化予防プログラムを実施する地域を拡大する。