第2期保健事業実施計画（データヘルス計画） 健康課題、目標をイメージするシート

②上位目標を設定する
【重大な疾患の発症を防ぐ】
（10年以上経過後に達する目標）

心疾患による受診率（入院外・平成27年度）39.10（件/千人）から、全国平均値35.12（件/千人）に減らす

③中位目標を設定する
【検査値等が改善する】
（6年後に達成する目標）

- 高血圧：収縮期血圧の平均値を4mmHg低下させる。
- 脂質異常症：高コレステロール血症（総コレステロール値240mg/dl（LDLコレステロール値160mg/dl））の割合を25%低下させる。
- 喫煙：男性26.0%女性10.5%に喫煙率を減少させる。（禁煙希望者すべてが禁煙する。）
- 糖尿病：男女別の各年齢区分で有病率を増加させない。

①対策を図る健康課題を絞る

Zスコア等の分析結果や他情報から健康課題やそれ以外に気になること（自支分の特徴などを診る）

現状

背景

・大阪へのベッドタウン、奈良県在住で大阪支部への加入者は約10万人。
・H11より人口減少が継続。H27人口136万4千人。65歳以上人口28.7%、
・加入者数は被保険者172,771人、被扶養者142,558人（H29.3）。20歳未満・70歳以上の加入者割合が高い。中和に住む加入者が26.1%と一番多い。
・奈良支部事業所数15,615社（H29.3）。10人未満が81%を占める。500人以上の事業所に働く被保険者割合が全国より少ない。
・製造業・医療福祉への勤務被保険者割合が高く、建設業・複合サービス業が低い。
・県の特定健診受診率は41.2%（H26）で全国値50.1%（H27）と比べ低い。
奈良支部の受診率はH28年度49.2%で全国平均（47.2%）を超えた。
・特定保健指導実施率はH28年度13.8%で全国13.3%とほぼ同様。
●大阪のベッドタウンであり、500人以上の事業所に勤務している被保険者数が少ない。
●交代勤務や体を使った仕事に従事している人が多い。
●健診受診率は向上してきたが、特保実施率は全国並み。

不適切な生活習慣

国民健康栄養調査（H28）
・野菜の摂取量：男性279g（30位）女性263g（26位）（目標は350g以上）
・食塩摂取量：男性10.6g（33位）女性9.2g（20位）（目標は8g未満）
総務省・家計調査より（奈良市・H26～28平均数量）
・食パン2位、小麦粉1位、他の穀物1位
・牛肉3位、ハム2位、タコ2位
・バター4位、ジャム1位、プリン1位、キゥイ1位
特定健診質問票（H27)より（全国とのZスコア）
・1日1時間以上の歩行または身体活動：男性40-64歳で+1以上
・睡眠不足：男女共40-64歳で+1.5前後
・血糖服薬中：女性65-74歳で+2.5以上
・1年間の体重変化：女性65-74歳で+1.5
・脳血管疾患既往歴：男性40-64歳で-2.5以上
・貧血：女性65-74歳で-3
・喫煙率：男性41.7%（全国43.7%）女性は全国と同率の16.9%
●喫煙率は男性は低めだが、女性は全国並み
●野菜摂取量が低く、塩分摂取量は高い。糖質摂取量（炭水化物、果糖含）が多く、脂質摂取量も多めと推察される。
●男性の若い世代で運動不足、休養不足だが、大きな疾患にはり患していない。
●女性の若い世代で休養不足。65歳以上で体重増加傾向。貧血はなく、摂取カロリーの過剰が考えられる。

生活習慣病予備軍

健診データ（H27）より
・男性の腹囲85≧が47.3%（全国45.6%）と全国より高く、全年齢層で全国を上回っている。Zスコア男性40-64歳で+1
・男性メタボ予備群18.5%（全国17.2%）で全国ワースト2位。Zスコア特保対象者：男性65-74歳で+2
・女性の60歳代が腹囲95≧・血圧130/85≧と、ともに全国値を上回っている。
・中性脂肪：女性65-74歳でZスコア+2
・LDL：男女共に40-74でZスコア+1.5前後（女性65-74は若干低め+1前後）
●男性の腹囲が大きく、若い年代から内臓脂肪が蓄積している。
●女性の60歳代が腹囲・血圧リスク保有率が全国より高い。65-74歳で中性脂肪が高い。
●男女共に、LDLコレステロール値が高い。

生活習慣病

特定健診質問票（H27）より（全国とのZスコア）
・糖尿病服薬：女性65-74歳で+2.5以上
医療費分析（H27入院外）より
・入院外の1人当たり医療費は全国を若干下回っているが、年代別に見ると50歳以上から全国値を上回り、特に60歳代が高い
・糖尿病：受診率0.97、1人当たり医療費0.98
・高血圧：受診率0.95、1人当たり医療費0.92
・高脂血症：受診率1.07、1人当たり医療費1.12
・心疾患：受診率1.11、1人当たり医療費1.17
・脳血管疾患：受診率0.99、1人当たり医療費1.02
・がん：受診率1.19、1人当たり医療費1.10
●女性の65歳以上で糖尿病服薬中が多い。
●高脂血症、心疾患、がんで入院外受診率、医療費が高い

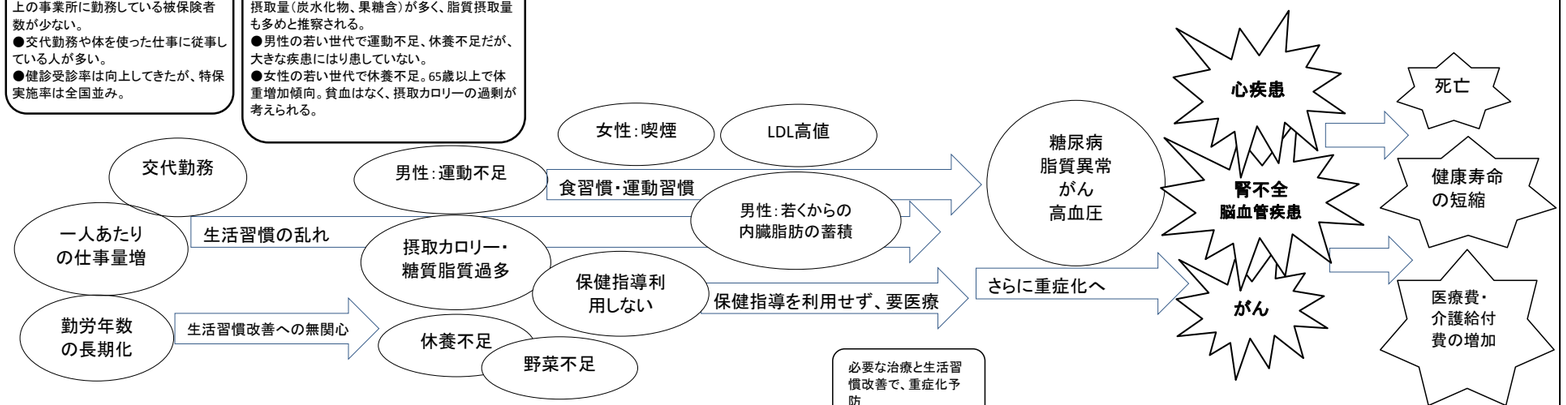
重症化

・奈良県の新規透析患者数456人（うち糖尿病が原因46.5%）（H27）
・奈良支部加入者における新規透析患者数41.6人(H25-27平均)
医療費分析（H27入院）より
・入院の1人当たり医療費は、全国より3.1%高く、特に70歳以上が高い
・糖尿病：1件当たり日数1.08
・高血圧：一件当たり医療費1.21、1日当たり医療費1.24
・高脂血症：全国並み
・心疾患：1件当たり医療費1.14
・脳血管疾患：全国並み
・がん：全国より若干低い
●高血圧と心疾患で入院医療費が高い

要介護状態 死亡

・65歳時平均余命：男性19.96（4位）、女性24.37（20位）
・65歳時健康寿命：男性18.20（4位）、女性20.80（28位）
・主な死因の年齢調整死亡率（H27）
悪性新生物242.3（全国253.0）
心疾患112.6（全国99.6）
脳血管疾患46.8（全国58.8）→全国で46位
肺炎52.4（全国54.1）
●男性の健康寿命は全国4位と改善してきている。
●心疾患での死亡率が高い。

課題



事業・取り組み

- 健康経営の視点を事業所に持ってもらうことで、働きながら生活習慣改善を！
- 生活習慣病やがんは自覚症状がないまま進む。早く見つけて改善するために、がん検診・特定健診受診が必要！受診率低い被扶養者対策も
- 生活習慣・喫煙習慣の見直しで、生活習慣病の発症予防
- 必要な治療と生活習慣改善で、重症化予防
- 市町村、関係団体と連携して、広く知識普及を。地域の実情に合わせた方法をとり、より加入者に関心を持ってもらう必要がある。

医療との連携を含めた重症化予防対策
早期発見・治療のための未受診者勧奨
特定保健指導実施率向上対策
コラボヘルスによる事業所との連携、環境整備・がん検診及び特定健康診査の受診率向上対策
県・市町村や関係団体との協定（関係機関や市町村との連携、環境整備）・実態把握・知識普及のためのポピュレーションアプローチ

④中位目標達成に近づくための下位目標を設定する

生活習慣や実施率等がどのように変われば期待する成果に近付けるか？（数値目標）

事業名	優先順位	下位目標	実施年度
特定健康診査の推進	1	特定健康診査受診率を65%にする（平成35年度）。	H30～35
特定保健指導の推進	1	特定保健指導実施率を35%にする（平成35年度）。	
コラボヘルスの推進	4	「健康経営優良法人」認定事業所の被保険者数を全被保険者数の3%以上にする（平成35年度）。	
コラボヘルスの推進	4	健康づくりに関する包括連携協定締結市を県内12市のうち6市以上にする（平成35年度）。	
重症化予防対策の推進	3	透析新規患者数（3年平均）の8%減少（41.6人→38.3人）	
重症化予防対策の推進	5	COPDの認知度の向上を80%とする。（加入者40歳以上）	
重症化予防対策の推進	2	受診勧奨後（一次案内）3か月以内に医療機関を受診した者の割合を9.9%(H27)から12.9%にする。	