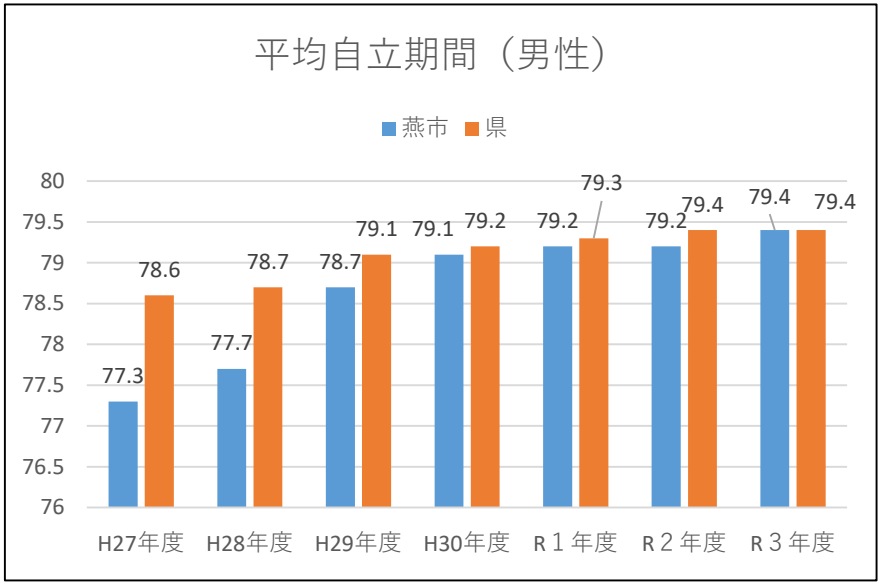
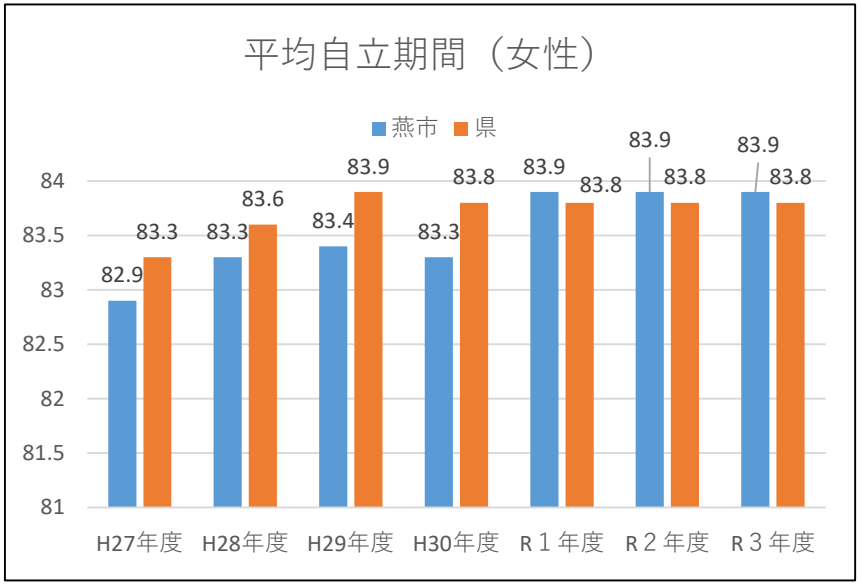
資料3

人生100年時代の健康サポート事業の取り組みについて

人生100年住み慣れた地域で元気に生活していたい





KDBシステムより出典

燕市、県ともに平均自立期間は徐々に延伸傾向にあります。
燕市R3年度平均自立期間は男性79.4歳、女性83.9歳に対し、平均余命は男性80.8歳、女性87.4歳です。
男性は1.4歳、女性は3.5歳の差があります。

平均自立期間とは：
要介護1以下までは生活が自立しているとみなし、その期間をKDBシステムで独自計算したもの（国の発表する健康寿命とは一致しないが介護データ等を用いて算出しています）
平均余命とは：
ある年齢の人々が、その後何年生きられるかという期待値のことで、ここでは0歳時点の平均余命を示しています

高齢者の健康状態を悪化させる要因は？

フレイルの概念

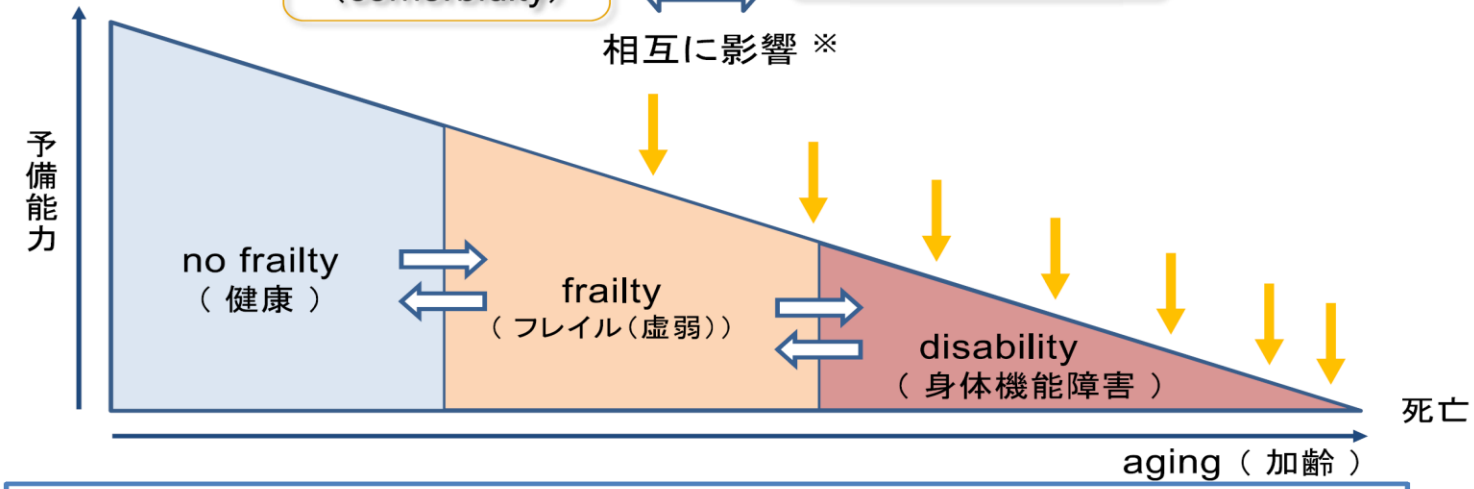
葛谷雅文：日老誌（2009）をもとに、著者の許可を得て本研究班で改変

●高血圧　●心疾患　●脳血管疾患
●糖尿病　●呼吸器疾患　●悪性腫瘍等
（生活習慣病等）

●認知機能障害　●めまい　●摂食・嚥下障害
●視力障害　●うつ　●貧血
●難聴　●せん妄　●易感染性
●体重減少　●サルコペニア（筋量低下）

慢性疾患を併存（comorbidity）　and/or　老年症候群

相互に影響 ※



「フレイル」については、学術的な定義がまだ確定していないため、本報告書では、「加齢とともに、心身の活力（運動機能や認知機能等）が低下し、複数の慢性疾患の併存などの影響もあり、生活機能が障害され、心身の脆弱化が出現した状態であるが、一方で適切な介入・支援により、生活機能の維持向上が可能な状態像」と定義している。

8

健康寿命を延伸するために実施する事業のイメージ

健診・医療・介護のデータに後期高齢者のデータを連動させ、介護予防の視点を加えた、健康課題を導き出し、年齢で途切れることなく、健康づくり・重症化予防・介護予防を一体的に推進します。

医療専門職が中心となり、新たな視点（データ連携）から地域の健康課題を把握し、事業を企画

高齢者のレセプト・介護データの連携により介護に至る（至った）状況を分析することが可能

健診　国保

データの連携

介護保険　後期高齢者

新たな視点
後期高齢者のデータの連携

分析

データから確認できる健康課題

生活習慣	健診	医療	介護	死亡
喫煙 飲酒 運動	高血圧 脂質 糖尿病	心疾患 骨折 脳血管疾患 高血圧 脂質 糖尿病	認知症 脳血管疾患 骨折 フレイル	が　ん 心疾患 脳血管疾患

対象者の抽出

人生100年時代の健康サポート事業

人生100年時代を豊かに過ごす健康寿命の延伸を目指す！

個別的支援

- **脳梗塞再発予防事業**
- **骨折・骨粗しょう症重症化予防対策**
- **口腔保健対策事業**
- **健康状態不明者への状態把握**
- **健康づくりマイストーリー運動・介護予防事業連携事業**

・医療機関受診勧奨
・生活習慣改善の相談

「通いの場」への積極的な関与

・「通いの場」への参加勧奨
・教育の充実

自治会
民生委員
保健推進委員
食生活改善推進委員
元気みがきたい
「通いの場」関係者等

社会福祉協議会

地域包括支援センター

医療機関
薬局
医療専門職

保険年金課・長寿福祉課・健康づくり課

要介護認定となる疾患

病名出現回数（燕市）

順位	支援１	支援２	介護１	介護２	介護３	介護４	介護５
1	骨折	骨折	アルツハイマー病	アルツハイマー病	脳梗塞	その他の悪性新生物	脳梗塞
2	その他の心疾患	高血圧性疾患	脳梗塞	その他の呼吸器系の疾患	その他の心疾患	脳梗塞	その他の呼吸器系の疾患
3	脳梗塞	脊椎障害（脊椎症を含む）	その他の心疾患	その他の悪性新生物	腎不全	脳内出血	その他の精神および行動の障害
4	アルツハイマー病	その他の心疾患	高血圧性疾患	骨の密度及び構造の障害	アルツハイマー病	骨の密度及び構造の障害	血管性及び詳細不明の認知度
5	その他の眼及び付属器の疾患	関節症	骨折	腎不全	その他の呼吸器系の疾患	骨折	脳内出血
6	糖尿病	その他の消化器系の疾患	糖尿病	その他の心疾患	肺炎	その他の呼吸器系の疾患	その他の心疾患
7	関節症	骨の密度及び構造の障害	その他の消化器系の疾患	脊椎障害（脊椎症を含む）	その他の悪性新生物	その他損傷及びその他外因の影	肺炎
8	その他の神経系の疾患	その他の腎尿路系の疾患	脊椎障害（脊椎症を含む）	骨折	その他の筋骨格系及び結合組織の疾患	その他の心疾患	くも膜下出血
9	高血圧性疾患	アルツハイマー病	その他の悪性新生物	肺炎	骨折	その他の筋骨格系及び結合組織の疾患	腎不全
10	その他の消化器系の疾患	その他の神経系の疾患	その他の筋骨格系及び結合組織の疾患	その他の消化器系の疾患	その他の腎尿路系の疾患	高血圧性疾患	ウイルス肝炎

（集計について）
・要介護認定月を含め前３か月間に発生した医療（レセプト）を集計した。
・平成29年3月～30年2月に認定を受けた人で、最も医療資源が投入された病名に加え、対象者それぞれで金額の大きな病名を絞り込んだ。

出典：KDBシステム

現在の要介護度別にみた介護が必要となった主な原因（上位3位）

（単位：%）　　2019（令和元）年

現在の要介護度	第１位		第2位		第3位	
総　　数	認知症	17.6	脳血管疾患（脳卒中）	16.1	高齢による衰弱	12.8
要支援者	関節疾患	18.9	高齢による衰弱	16.1	骨折・転倒	14.2
要支援１	関節疾患	20.3	高齢による衰弱	17.9	骨折・転倒	13.5
要支援２	関節疾患	17.5	骨折・転倒	14.9	高齢による衰弱	14.4
要介護者	認知症	24.3	脳血管疾患（脳卒中）	19.2	骨折・転倒	12.0
要介護１	認知症	29.8	脳血管疾患（脳卒中）	14.5	高齢による衰弱	13.7
要介護２	認知症	18.7	脳血管疾患（脳卒中）	17.8	骨折・転倒	13.5
要介護３	認知症	27.0	脳血管疾患（脳卒中）	24.1	骨折・転倒	12.1
要介護４	脳血管疾患（脳卒中）	23.6	認知症	20.2	骨折・転倒	15.1
要介護５	脳血管疾患（脳卒中）	24.7	認知症	24.0	高齢による衰弱	8.9

注：「現在の介護度」とは、2019（令和元）年6月の要介護度をいう。

国民生活基礎調査より

国の調査によると、要支援認定は関節疾患、骨折・転倒、要介護認定は認知症、脳血管疾患が多い。燕市においても同様な傾向がみられる。

燕市における健康課題の把握

■　既に分かっていることも含めて、再度確認した

ライフサイクル

5 生活習慣　4 健診　3 医療　2 介護　1 死亡

【凡例】
（死亡・医療・健診・生活習慣）
県平均等と比べて・・・数値が高め
（介護）
燕市の中で・・・現状を考えると

課題

普通

対策が難しい、別分野の課題、など

健診・医療・介護いずれもサービス利用実績がない人　≒　社会保障状態不明者

口腔状態の悪化？？？
⇒活動量の低下、非活発を引き起こす？
⇒要介護状態への移行が示唆される？

喫煙
飲酒量
飲酒頻度

高血圧
脂質
糖尿病

脳血管疾患
心疾患　骨折
高血圧　脂質
糖尿病

脳血管疾患
認知症
骨折

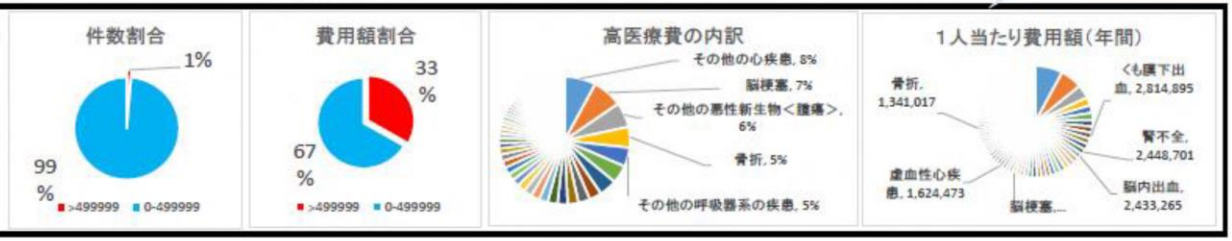
がん
心疾患
脳血管疾患

要介護認定の重要なポイントの1つ「骨折」
・骨折者の保有疾病には、糖尿病や高血圧を持つ人の割合がわずかに高い傾向がある
・骨粗しょう症対策などが考えられる

要介護認定の重要なポイントの1つ「脳梗塞」
・脳梗塞の保有疾病には、糖尿病や高血圧を持つ人の割合が高い傾向にある

年齢

高額医療の状況（1件50万円以上）



人生100年時代の健康サポート事業の取り組みについて

後期高齢者の自立した生活を実現し健康寿命の延伸を図っていくために、生活習慣病等の重症化を予防する取り組みと生活機能の低下を防止する取り組みの双方を一体的に実施します。

燕市の取り組む健康課題から

- 脳血管疾患による死亡や入院が県と比べて高い
  →脳梗塞の再発予防が必要
- 糖尿病患者数と健診におけHbA1c6.5%以上の人の割合が県よりの高い状況にある
  →糖尿病の重症化予防が必要
- 骨折による介護申請が脳梗塞についで多い傾向にある
  →再骨折・骨粗しょう症重症化予防が必要
- 栄養・口腔・運動全てにおいて低下していると思われる人が国保・後期それぞれに増加傾向にある
  →口腔機能の維持向上・フレイル予防が必要
- 自立した生活を送れない期間が県と比較して長くなっている　→フレイル予備軍への早期介入が必要
- 健康状態不明者は、医療や健診への関心が低い
  →状態把握・積極的な受診勧奨が必要

具体的な事業

ハイリスクアプローチ

- 脳梗塞再発予防事業
- 糖尿病性腎症重症化予防事業
- 骨折・骨粗しょう症重症化予防事業
- 口腔保健対策事業
- 健康づくりマイストーリー運動・介護予防事業連携事業
- 健康状態不明者の状態把握事業

ポピュレーションアプローチ

- 「通いの場」健康教育・相談等の充実事業

【実施状況】

事業	対象	実績　＊R4（　）は対象数		
		R2	R3	R4
脳梗塞再発予防事業	脳血管疾患・心房細動の治療中断者	8件	32件	(19件)
糖尿病性腎症重症化予防事業	燕市糖尿病性腎症重症化予防プログラムを利用した者		9件	(9件)
骨折・骨粗しょう症重症化予防事業	骨折および骨粗しょう症の治療中断者	14件	11件	3件
口腔保健対策事業	健康診査等の後期高齢者の質問票において、口腔項目該当者や通いの場等に参加していない人	32件	45件	(8件)
健康づくりマイストーリー運動・介護予防事業連携事業	「つばめ元気かがやきポイント事業」の前年度登録者で当該年度健診未受診で未登録の人	27件	57件	(56件)
健康状態不明者の状態把握事業	医療・健診・介護の実績がない人	13件	10件	(21件)
「通いの場」健康教育・相談等の充実事業	通いの場に参加している人	44回 458人	59回 615人	(33回)

【実施結果】

【ハイリスクアプローチ】
〇脳梗塞再発予防事業では高血圧症等でほぼ全員が定期的に受診している実態がありました。病識不足やコロナ禍での受診控え、脳梗塞既往の自覚がないことにより2割ほどが脳血管疾患の治療を自己中断していました。レセプトからの抽出であり、ご本人が自覚されていない場合には受診にも結び付きにくいです。骨折・骨粗しょう症重症化予防事業では骨粗しょう症という認識がない方や、骨折が完治すると受療終了となるため、訪問を辞退される方も多いですが、訪問した方の3割弱ほどが整形外科に受診されました。整形外科医が近くにない、受診手段がないと受診につながりにくい状況です。令和4年度はコロナ禍のため公民館等での面談となり、訪問より希望者が少なくなりました。訪問等により対象者の健康状態の把握だけでなく、対象者の健康、生活全般を含めた総合的な支援の機会となっています。
〇口腔保健対策事業利用した方からは、約8割が指導内容を実施しており、約6割が口腔機能の向上が質問票でみられました。また約3割が通いの場に参加しています。「家での実施できるお口の体操を教えてもらってよかった」等の声があり、利用者にとっては、オーラルフレイルを振り返りや外出・地域のつながりづくりのきっかけになっていると思われます。
〇健康状態不明者状況把握事業では約4割が医療につながり、健康づくりマイストーリー運動・介護予防事業連携事業では約1割の方が健診につながりました。

【ポピュレーションアプローチ】
〇「通いの場」健康教育・相談等の充実事業では、保健師、看護師、管理栄養士、歯科衛生士が「後期高齢者の質問票」を活用し、参加者及び支援員に対してフレイル予防の健康教育を実施しています。参加者からは、「たんぱく質をしっかり食べようと思う」「お口の健康の大切さがわかった」等声があり、フレイル予防の気づきにつながっていると思われます。

【今後の方向性】

〇対象者に対して、主治医との連携や必要な人には保健指導の継続を図ります。また対象者に関わる家族や「通いの場」等の支援員に対しての気づきにつながることも意識しながら事業を展開していきます。
〇関係課や医療機関等と連携し、情報共有を図りながら実施していきます。
〇ハイリスクアプローチでは、事業実施後に受診や生活指導につながりやすい対象の選定基準やアプローチ方法、時期についてさらに研鑽していきます。
〇ポピュレーションアプローチでは、社会福祉協議会との連携を図りながら、今まで利用していない「通いの場」での健康教育を実施し、フレイル予防の啓発を推進していきます。
〇人生100年時代の健康サポート事業についての認知度を上げ、事業利用につなげていきます。