

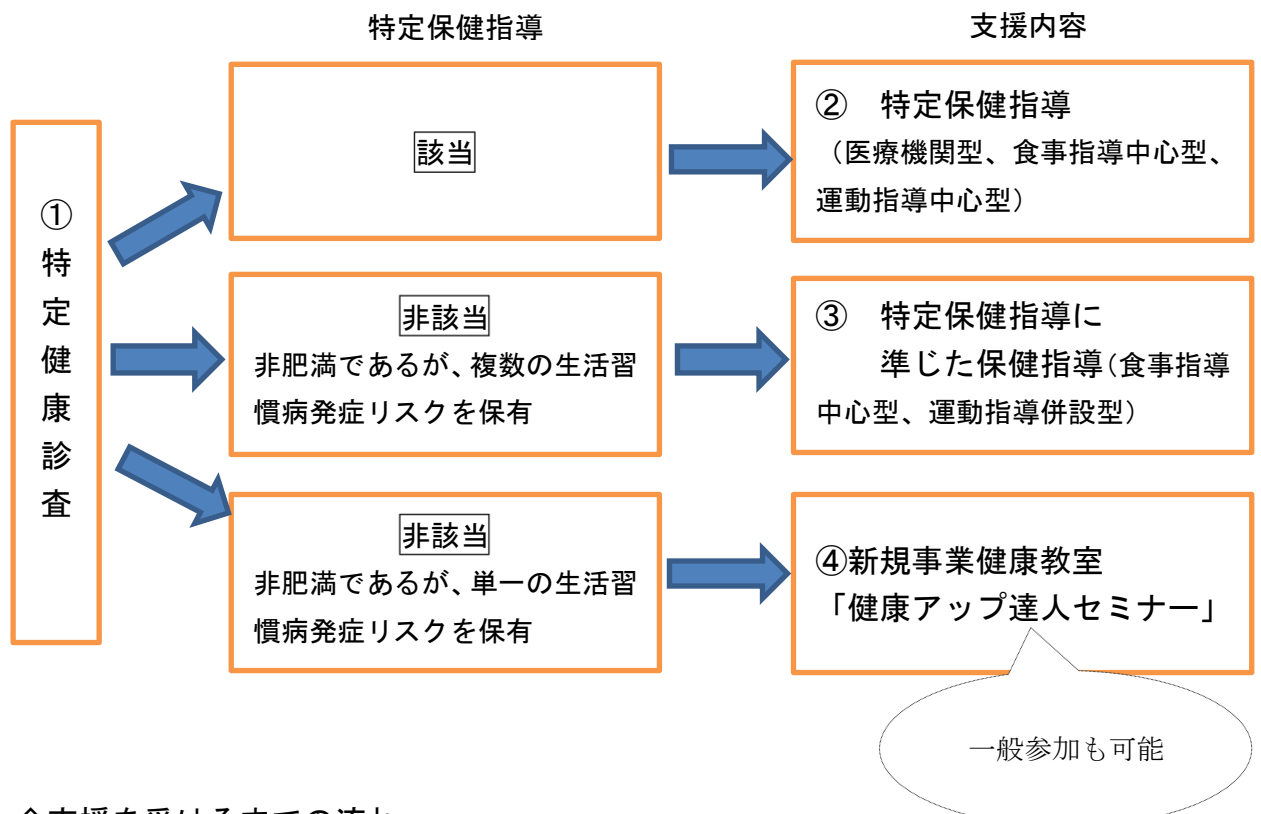
1 生活習慣病の予防

◇新たな健康診査及び保健指導の実施状況

平成25年度から、「特定健康診査」については、実施機関を医療機関と区民健康センターにわかりやすく集約しました。

「特定保健指導」については、民間委託を導入し、さらに特定保健指導に該当しない非肥満者の方々にも、区独自の取り組みとして、特定保健指導に準じた保健指導及び健康教室を実施しました。

新たな取り組みとなる①から④の実施状況について、中間報告をします。



◇支援を受けるまでの流れ

- ① 特定健康診査を受診する(6月～12月)
- ② 健診結果から、特定保健指導・非肥満保健指導等対象者が選定される
- ③ 対象者へ利用券・ご案内が送付される
- ④ 受診者は3つの実施機関から選択し、保健指導の利用を申し込む
- ⑤ 初回面談からスタートする
 - ・「積極的支援」は初回時の面談による支援から、3か月以上の継続的支援後、6か月後の評価を行う
 - ・「動機付け支援」は、原則1回の面談と6か月後の評価を行う。

① 特定健康診査の実績

■健診実施機関について

区民にわかりやすい健診体制として、平成25年度から、健診実施機関を医療機関と新宿区立区民健康センターに変更した。

平成26年度以降は、新宿区立区民健康センターの廃止に伴い、医療機関に一元化することを予定している。

■実施状況について

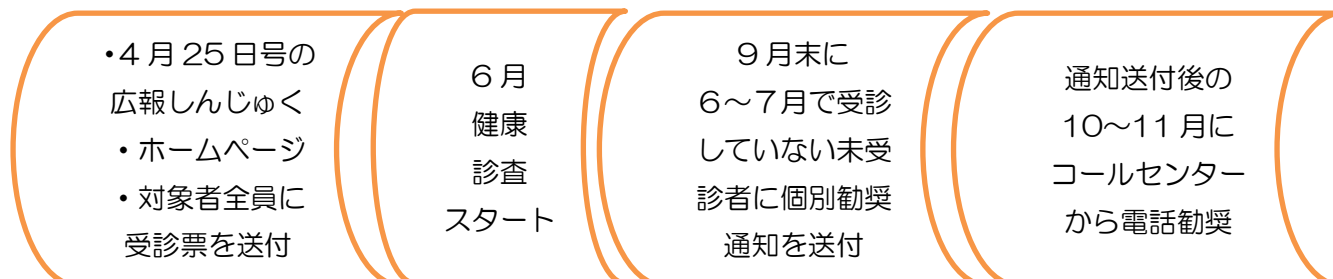
平成25年6月～10月受診者分までの実績

()内の数値については、前年度6月～10月分

年代	年代別対象者数 ※新宿区国民健康保険加入者(25年4月1日現在)	年代別受診者数	年代別受診率
40～49歳	15,357人 (15,067人)	1,209人 (1,192人)	7.9% (7.9%)
50～59歳	11,924人 (12,130人)	1,228人 (1,221人)	10.3% (10.1%)
60～69歳	20,217人 (20,531人)	3,291人 (3,734人)	16.3% (18.2%)
70～74歳	10,551人 (10,377人)	2,845人 (2,900人)	27.0% (27.9%)
計(40～74歳)	58,049人 (58,105人)	8,573人 (9,047人)	14.8% (15.6%)

■勸奨等について

未受診者全員に、受診勸奨通知を送付した。(平成25年9月末)。また健康診査ご案内センター(コールセンター)を、平成25年10~11月に開設し、電話による受診勸奨を行った。ホームページ、広報しんじゅく等での定期的な広報活動を実施している。



②③ 特定保健指導等の実績

■委託等の実施状況について

医療機関での実施のほか、民間委託により、土日・休日・夜間の受け入れも可能とし、受診者のライフスタイルに応じ、選択可能とした。

実施機関	対象となる支援区分	支援の特徴	面談実施体制	対象年齢・面談実施場所
① 医療機関	特定保健指導のみ	<ul style="list-style-type: none"> 医療機関の医師・保健師・管理栄養士・看護師等が支援 持病がある方、治療が必要になった場合に安心 	医療機関の体制による	40~74歳 医療機関
② 食事指導中心型 (※株式会社タニタ)	特定保健指導 非肥満保健指導	<ul style="list-style-type: none"> タニタの管理栄養士による支援 歩数計・体組成計(プレゼント)を用いて「はかる」ことを中心に支援 	平日 (9時~17時)	40~74歳 区内4保健センター
③ 運動施設併設型 (株式会社ティップネス)	特定保健指導 非肥満保健指導	<ul style="list-style-type: none"> ティップネスの管理栄養士が支援 夜間・休日も利用可能。 <u>施設を無料で利用可能</u> (所定回数まで) 	平日夜間、休日の支援も可能	40~64歳 ティップネス 東新宿店 中野店

※株式会社タニタには、保健指導の利用勸奨業務(電話・文書)を委託しており、勸奨時に予約の希望がある場合には即時予約を受け付けている。

■利用状況について

実施機関別実績（平成25年9月～12月までの初回面接実施分）

- ① 特定保健指導利用率 15.5%（利用者 90名/対象者 579名）
- ② 非肥満保健指導利用率 17.3%（利用者 41名/対象者 237名）

【実施機関別の利用状況】

実施機関	特定保健指導		区独自の保健指導	合計
	積極的支援	動機付け支援	非肥満保健指導	
医療機関	1名	7名		8名
(株)タニタ	18名	56名	40名	114名
(株)ティップネス	4名	4名	1名	9名
合計	23名	67名	41名	131名

※前年度との比較

平成24年6月～12月の初回面談利用者数 114名

(平成24年度初回面談利用率 13.3%)

(平成24年度は、自院階層化（健康診査実施医療機関における対象者の選定）を行っていたため、6月から支援が可能であった)

④健康アップ達人セミナー「血管を健康に保つコツと秘訣教えます」

■ 目的

特定保健指導に該当しないが生活習慣病の発症リスクが高いと考えられる者に対して、健康教育を実施して発症を予防する。

■ 背景

特定健康診査は、内臓脂肪蓄積と生活習慣病の関係に着目し、特定保健指導を行っている。しかし、非肥満でも血圧や血糖値が基準を超える場合は、脳血管疾患・心血管疾患の発症が増加することが明らかになってきた。そのため、そのような者に対し、適切な保健指導や健康教育が必要であることが示された。

■ 開催規模

- 25年度 月1回（6月から実施）計10回
（保健センター4所で巡回）

- 定員 30 名
- セミナー時間 14 時～16 時（2 時間）

■ 日程・会場

6 月西新宿保健センター、7 月牛込保健センター、
8 月四谷保健センター、9 月落合保健センター。
10 月以降は同順で巡回。

■ 対象

(ア) 新宿区の特定健診受診者で、非肥満かつ血圧・血糖・脂質のいずれかに関し、特定保健指導基準に該当するリスクを単一で有する者、および、その家族。

(イ) 16 歳以上の区民で参加を希望する者。【一般参加者】

■ 周知方法

(ア) 利用券と案内を郵送にて個別配付【参加は予約不要】

- 非肥満の単一リスク者は、生活習慣病発症の危機感が低いと考えられる層である。そのため、利用券を配付し事前予約をなくすことで、セミナーに参加しやすくした。

(イ) 広報「しんじゅく」、ホームページ、チラシ（保健センターに設置）、ポスター（町会掲示板）【参加は要予約】

■ 従事職員 保健師・栄養士・歯科衛生士

■ 内容

通常、数回の健康教育で行う内容を、2 時間という短い時間に集約した。短時間で行うために、新宿区保健センターとして独自の教材を作成し、解説をわかりやすくした。項目は以下の通り。

- 分かりやすい健診結果の見方をご紹介
- 動脈硬化の話：注目したいのは血管の損傷度
- 今日からできる食生活改善のヒント
- 「私の生活習慣改善プラン」作成
- 意外と知らない歯周病と全身疾患との関係
- 5分のできる歯周病チェック

■ 実施結果

利用券の発送は特定健康診査の実施時期に合わせて8月末から行った。そのため、6月、7月、8月は一般の希望者のみであり、参加者が少ないと事前に予想されたため、実施内容の点検期間とした。9月以降は参加者が増え、11月、12月には定員に近い参加人数となった。

11月、12月の参加者の内訳は、約8割が利用券での参加者であった。特に12月は、通常健康教育では参加率が低い50代やその家族の参加者が多かった。

参加者に対して行ったアンケートの結果では、「初めて知る内容が多く興味深かった」「講師の話や教材が具体的でわかりやすく、大変勉強になった」という意見が多かった。一方、75歳以上の高齢者から内容がやや多いといった感想があった。

【6～12月実施分の参加者数】

6月	6人
7月	11人
8月	4人
9月	12人
10月	12人
11月	29人
12月	27人
計	101人

【参加者の内訳】

年代	男性	女性
40歳未満	2	4
40代	2	3
50代	5	6
60代	11	30
70代以上	12	26
計	32	69

■ 26年度の実施予定

月1回 計12回を予定（保健センター4所で巡回）