

7 疾病の発症・重症化予防

健康で長生きするためには、市民一人ひとりが、普段から自分の体に関心を持ち、疾病の早期発見・早期治療を心がけていく必要があります。

本市の現状から、自分の体の状態を知るために、毎年健診（検診）を受けることが定着するよう、効果的な啓発を図ることが必要です。また、医療費が高く、合併症により生活への影響が大きい糖尿病の重症化予防を行うために、発症リスクが高い市民に対する医療機関への受診勧奨や治療が途切れないような働きかけと生活習慣の改善に向けた継続支援を行います。

更に、女性の健康寿命の延伸を図るために、介護の原因として大きい「骨折・転倒」を防ぎ、早期から骨を守るための取り組みを行います。

課題

- ◎平均寿命と健康寿命の差が、県と比較し、女性が長い傾向にあります。また、介護の原因として、「骨折・転倒」が上位にあげられ、市民ワークショップでも特に女性の骨量は50代以降減少するため、早期から丈夫な骨をつくり、骨折を防いで健康寿命を伸ばす必要があるとの指摘がありました。
- ◎がん、心疾患、脳血管疾患で亡くなる人が約半数を占めています。
- ◎糖尿病に直結する「内分泌・栄養及び代謝疾患」の一人あたりの医療費が、県内で一番高い状況です。
- ◎特定健診の結果から、血圧は男女ともに県平均よりも高い状況にあり、市民ワークショップでも、血圧や血糖値が高い人が多いと指摘されており、血管を守るための予防が必要です。
- ◎健診（検診）の受診率は、上昇傾向ではあるものの、県平均と比較しほとんどの健診（検診）で低い傾向です。特に、がん検診では60代、特定健診では40、50代が県平均と比較し、受診率の低さが目立っています。市民ワークショップでも、若い世代の健康意識の低さや、症状がないから大丈夫、何か見つかると怖いという理由から健診（検診）を受けないとの指摘があり、元気なときに毎年受けるという、健診（検診）本来の目的について啓発していくことが必要です。

長期目標

- ◎生活習慣病の発症・重症化（死亡）する人を減らします。

短期目標（6年間）

- ◎健診（検診）の必要性の啓発活動を強化し、健診（検診）を受けやすい環境を作ること、健診（検診）受診率向上を図ります。
- ◎糖尿病予防を重点対策とし、発症リスクがある人に、医療機関への受診勧奨と治療の継続による重症化予防を推進します。
- ◎女性を対象として、早期から骨を守るための健康づくりに取り組むきっかけを作ります。

取り組み

【重点にすること】

○一人ひとりの取り組み（自助）

- 毎年継続して健診（検診）を受けよう。
- 健診（検診）結果で自分の体の状況を知り、生活習慣の改善、健康づくりに努めよう。
- 健診（検診）結果で、要精密検査、要治療の場合は、早期に医療機関を受診し、病気の早期発見、重症化予防に努めよう。

○地域での取り組み（互助・共助）

- 身近な人に健診（検診）受診の声かけを行おう。
- 事業所からも従業員と家族に健診（検診）を受診するよう働きかけよう。

○市の取り組み（公助）

- 実態に合わせた受診勧奨により、受診率の向上を図ります。
【初めて特定健診を受ける40歳と受診率が県より特に低い60代中心】
 - ・新規国保加入者に勧奨通知を送り、受診勧奨。
 - ・事業所訪問を行い、受診状況の実態調査と受診勧奨。
- 集団検診時に託児サービスを設定するなど、受診しやすい環境を作ります。
- 女性を対象に、丈夫な骨づくりに関する啓発活動や骨密度検査を実施し、それをきっかけとして、自身の身体に関心を持ってもらうことで、その他の健診（検診）の受診率向上につなげます。
- 精密検査対象者への受診勧奨と、前年度健診結果で血糖値が高い人に対する保健指導を行います。
- 県と連携し、がん検診推進パートナー企業を増やします。

【ライフステージ別】

柱		取り組み(○重点取り組み ◆既存事業)			
		妊娠期、乳幼児期	学齢期 (6～19 歳)	成人期 (20～64 歳)	高齢期 (65 歳以上)
自分の体を知る	一人ひとりの取り組み	・妊婦健診、乳幼児健診を受ける	・学校健診を受ける	・毎年健診（検診）を受ける ○女性は骨密度検査を受ける	→
	地域での取り組み	・医療機関からの健診受診、健康づくりに関する声かけ、助言		◆検診すすめ隊等による受診勧奨・声かけ	→
			・家族全員が健診(検診)を受けるよう声かけ		→
					→
	市の取り組み	◆妊婦健診で子宮がん検診	◆学校健診 ◆身体測定 ◆運動機能健診	◆ヤング健診・講座 ◆特定健診、がん検診 ○骨密度検査(女性) ○受診率の低い対象の実態把握と受診勧奨 ○がん検診推進パートナー企業を増やす ○検診時の託児の設定や、40 歳の受診料の補助の検討 ◆医師会等と連携した普及啓発 ◆啓発の工夫（具体例の提示・受診率公表・医療費への影響等）	◆長寿健診 →

健康に関心をもつ・生活習慣のふりかえり	一人ひとりの取り組み	・健診（検診）結果に応じて、精密検査等を受け、生活習慣病の予防に努める ・食生活の見直しや、ライフステージに応じた運動を取り入れる	・生活習慣病の予防方法を知り、健康に対して意識する ・適正体重の維持に努める	・健康に関する講演会等に参加する	・フレイル予防に取り組む
	地域での取り組み	◆公民館講座 ・隣近所、所属団体、関係機関等での声かけ	◆学校で生活リズムに関する健康教育	○丈夫な骨づくりの啓発チラシをスーパー等で掲示・配布	◆認知症カフェ ◆認知症予防サークル活動 ◆フレイルチェック
	市の取り組み	◆予防接種 ◆乳幼児健診時に規則正しい生活習慣の講話	◆WYSH 教育 ○がん、生活習慣病に対する教育	◆健康教育（講演会等） ○骨に関する講演会	◆認知症予防サークル活動支援 ◆認知症サポーター養成
	一人ひとりの取り組み	・健診で異常が見つければ、必ず受診する			
	地域での取り組み		◆学校健診後の受診勧奨		
	市の取り組み	○乳幼児健診、子宮がん検診精密検査対象者への受診勧奨の強化 ○生活習慣病リスク発症年代の精査		○健診結果で血糖値が高い人への保健指導、受診勧奨の強化 ○精密検査勧奨の強化 ◆糖尿病重症化予防の保健指導、特定保健指導、健診説明会	◆認知症初期集中支援チーム設置 ◆認知症地域支援推進員の配置

評価指標

評価項目 モニタリング項目（毎年評価）

指標	現状値(年度)		目標値	出典
	市	県		
特定健診受診者のうち、メタボリックシンドローム該当者の割合	(H28) 17.4%	(H28) 16.3%	減少	法定報告値
特定健診の受診率	(H28) 22.1%	(H28) 31.4%	60%	法定報告値
特定保健指導の受診率	(H28) 12.9%	(H28) 29.0%	60%	法定報告値
がん検診受診率	(H28) 胃がん検診 26.3% 大腸がん検診 30.7% 肺がん検診 23.7% 乳がん検診 17.5% 子宮がん検診 22.2%	(H28) 胃がん検診 26.8% 大腸がん検診 30.6% 肺がん検診 28.9% 乳がん検診 11.5% 子宮がん検診 24.2%	70%	地域保健・健康増進事業報告
がん検診精密検査受診率	(H28) 胃がん検診 80.0% 大腸がん検診 86.3% 肺がん検診 91.5% 乳がん検診 92.9% 子宮がん検診 85.7%	(H28) 胃がん検診 86.5% 大腸がん検診 77.1% 肺がん検診 90.1% 乳がん検診 94.2% 子宮がん検診 83.3%	100% (年齢等により検査適応外の人を除く)	地域保健・健康増進事業報告
介護が必要となった原因のうち「骨折・転倒」の割合	(H28) 13.8%	-	減少	介護予防・日常生活圏域二一ズ調査報告書
がん検診推進パートナー企業数	(H29) 51 事業所	-	増加	鳥取県