

佐渡市における現在の取組

1 健康増進事業

<健康診査>

	特定健康診査	後期高齢者健康診査
対象者	40～74 歳	75 歳～
背景	<p>疾病全体に占める生活習慣病の割合は増加しており死亡原因でも生活習慣病が約 6 割、医療費も国民医療費の約 3 分の 1 は生活習慣病である。</p> <p>そのため、生活習慣病の予防のための特定健康診査、特定保健指導が義務付けされた。</p>	<p>高齢化が急激に進行しており、特に後期高齢者の増加は顕著である。団塊の世代が後期高齢者に移行する 2025 年には全高齢者数に占める後期高齢者の割合はおよそ 6 割となり、社会保障費の増加が予想される。人生 100 年時代を見据え、保健事業と介護予防が一体的に実施されることが求められる。</p>
目的	<p>生活習慣病の発症や重症化を予防することを目的として、内臓脂肪症候群に着目し、この該当者及び予備軍を減少させるため特定保健指導対象者を的確に抽出する。</p>	<p>自立期間の延伸、機能の維持向上を図るために、高齢者の特性を踏まえた健康支援、相談を行う。</p>
重点	生活習慣病対策（肥満対策が重点）	フレイル対策、疾病予防、重症化予防

<健康教育・健康相談>

(1) 健康相談・健診結果説明会

健康診査の結果や健康一般の不安等に対して、適切な指導・助言を行う。

病気の予防・健康な生活を維持または回復することを目的とする。

(2) 家庭訪問

健康診査の結果により、生活習慣病の改善や必要に応じ早期受診につなげるよう訪問による指導を行う。

<健康増進事業の課題>

平成 20 年度以降、国から健診受診率や特定保健指導実施率の目標が示されたこともあり、壮年期のメタボリックシンドローム対策を中心として取り組んでいた。高齢者の健康診査も実施していたが健診後の支援が十分ではなかった。

2 介護予防事業

<介護予防・生活支援サービス事業>

(1) 通所型サービス

3か月程度の短期間で、自立した日常生活を継続できるよう筋トレや体操の実践を中心に、口腔機能向上や低栄養予防などについての知識の習得や実践を行う教室。

- ①通所介護相当
- ②通所型サービスC

(2) 訪問型サービスC

保健師や栄養士が訪問し介護予防に関して相談や指導を行う。

- ①訪問介護相当
- ②訪問型サービスC

<一般介護予防事業>

(1) 介護予防把握事業

委託事業所の相談員が65歳以上の高齢者を訪問し、介護予防に関する質問票等を行い、関係機関と連携し、必要な方は介護予防活動へつなげる。

(2) 介護予防普及啓発事業

介護予防に資する知識を普及啓発する事業。

①介護予防教室

月1～4回程度閉じこもりを予防し自立した生活を継続できるよう、筋トレや体操、趣味活動等を行う。

②地区健康学習会

保健師栄養士が地域へ出向き、介護予防のための講話や実践を行い啓発。平成29年度からはフレイル予防を全体テーマとして行っている。

③高齢期の食支援事業

健康寿命延伸のために必要な低栄養を予防・改善できるよう、関係者が協働で必要な対策やその方法を検討し実践。低栄養を予防するためのお弁当コンテスト、栄養状態の実態把握調査、フレイル予防レシピ集の作成、関係者への研修会開催等。

(3) 地域介護予防支援事業

住民主体の通いの場であるサロンや地域の茶の間の立ち上げや、運営ボランティアの養成や育成、また、継続のための支援。

(4) 地域リハビリテーション活動支援事業

リハビリ専門職等の協力を得て、通所介護事業所等での介護予防の取り組みを強化するため研修会等を実施。

高齢期の食支援事業全体計画（平成30年～令和2年度）

【現状】

佐渡市の高齢化率は40%を超え、要介護認定率は22.7%と新潟県平均18.6%を上回っている。
平成30年度のMNA-SFによる調査では、地域高齢者の約7%が「低栄養」、約38%が「低栄養のおそれあり」で、地域高齢者の約半分に低栄養のリスクがあると考えられる。

【目的】 関係機関・多職種が連携して取組を推進し、地域高齢者の低栄養、フレイルを予防する。

全体会（進行管理）

一般市民向け対策

○市民が低栄養について理解し、対応できる。
○低栄養予防、高齢者向けメニューが定着し、選択できる環境が整う。

フレイル対策

○地域高齢者の低栄養、フレイルを早期発見し適切な支援を行える体制が整う。

要介護者対策

○要介護者が質の高いサービスを受けられる。

目指す姿

目的・取組内容

評価指標

平成30年
(2018年)度

令和元年
(2019年)度

令和2年
(2020年)度

将来的に

【目的】
低栄養・フレイルについて一般市民に広く啓発し、高齢期の低栄養予防の意識を高める。
【内容】
弁当コンテスト、食を考えるつどいの開催、弁当レシピの活用、健康学習会での啓発、チラシの配布

【目的】
地域高齢者の実態を把握し、地域版NSTの実現をめざし、低栄養を改善するための対策について関係機関と検討する。
【内容】
事例検討、地域課題解決のための検討

【目的】
要介護者対策の質の向上を目指す。
【内容】
①ヘルパー向け研修
②ケアマネ向け研修
③栄養情報の共有に向けた検討（給食施設向け研修）

つどい参加人数	約80人	約40人	
弁当コンテスト応募数	33作品（一般3、健推12、高校18）	36作品（健推7、高校29）	
弁当作品集の配布	36部	37部	
弁当販売数	-	2店舗、4事業所 282個	
健康学習会での啓発	171回、約2,300人	157回、1,831人	
啓発チラシの配布数	-	約4,700枚	

MNA-SFの実施	363人	-	
多職種での事例検討	1回、2事例	2回、4事例	
媒体の配布数	-	-	

ヘルパー向け研修会	1回、18人	6回、81人	
ヘルパー向けレシピ集配布	13事業所	ヘルパー81人 ページ追加予定	
ケアマネ研修	1回、約20人	1回、26人	
給食施設研修	1回、19施設、 23人	1回、23施設、 29人	
食形態一覧表配布	給食施設37施設	給食施設4施設 ケアマネ26人	

平成30年～令和2年までの3年間で取組の枠組み作成、定着を図る。
取組の定着後、コア会議等は必要に応じて開催する。また、既存の事業を活用していく。