

# 健康みさと21(第2次)

「二十一世紀における第二次国民健康づくり運動(健康日本21(第2次))」

平成29年3月

美郷町

## 健康みさと 2 1（第 2 次）の基本的な方向

住民の QOL 向上を目的として、生活習慣病の発症予防及び腎機能低下を始めとする重症化予防を重視した取り組みを推進する。また、高齢者にあつては介護予防の視点も含めたフレイル（虚弱化）対策を進める。

1. 健康寿命の延伸
2. 生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底（NCD※の予防）
3. 健康を支え、守るための社会環境の整備・改善

### ※NCD（Non-communicable disease）について

心血管疾患、がん、慢性呼吸器疾患及び糖尿病を中心とする非感染性疾患（NCD）は、人の健康と発展に対する主な脅威となっている。

これらの疾患は、共通する危険因子（主として喫煙、不健康な食事、運動不足、過度の飲酒）を取り除くことで予防できる。

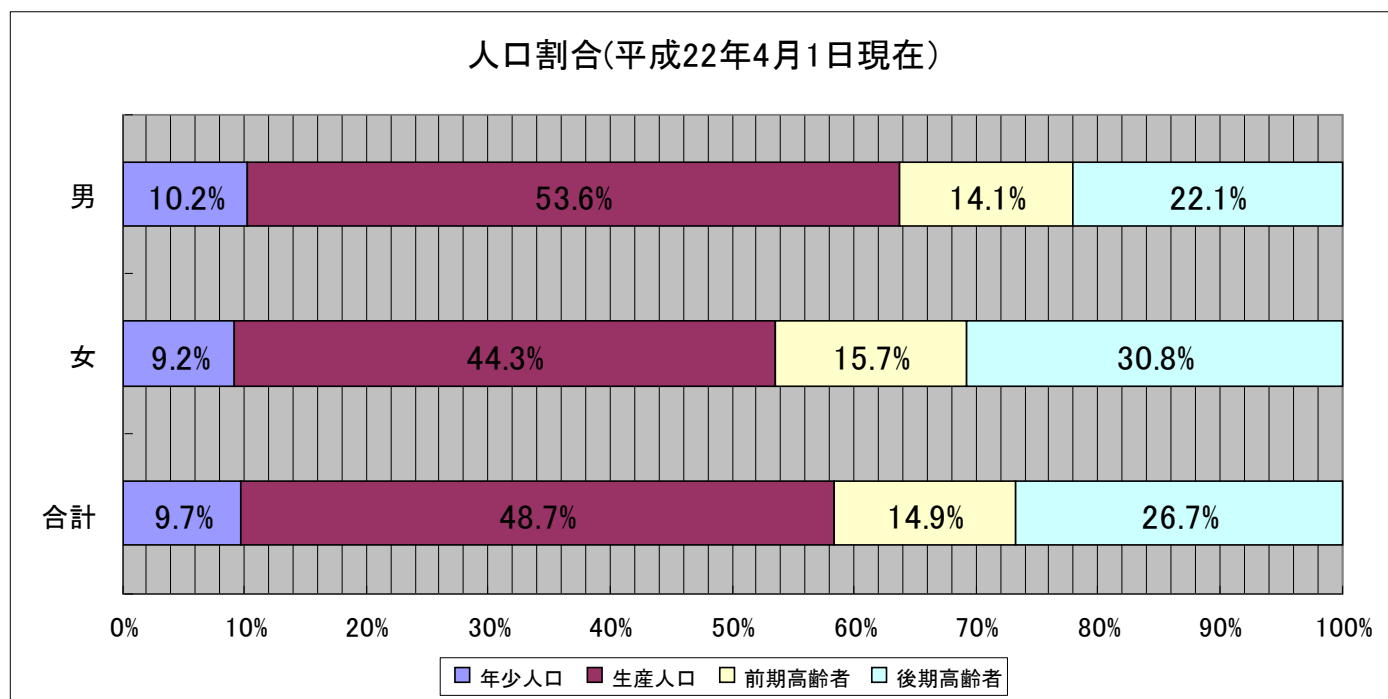
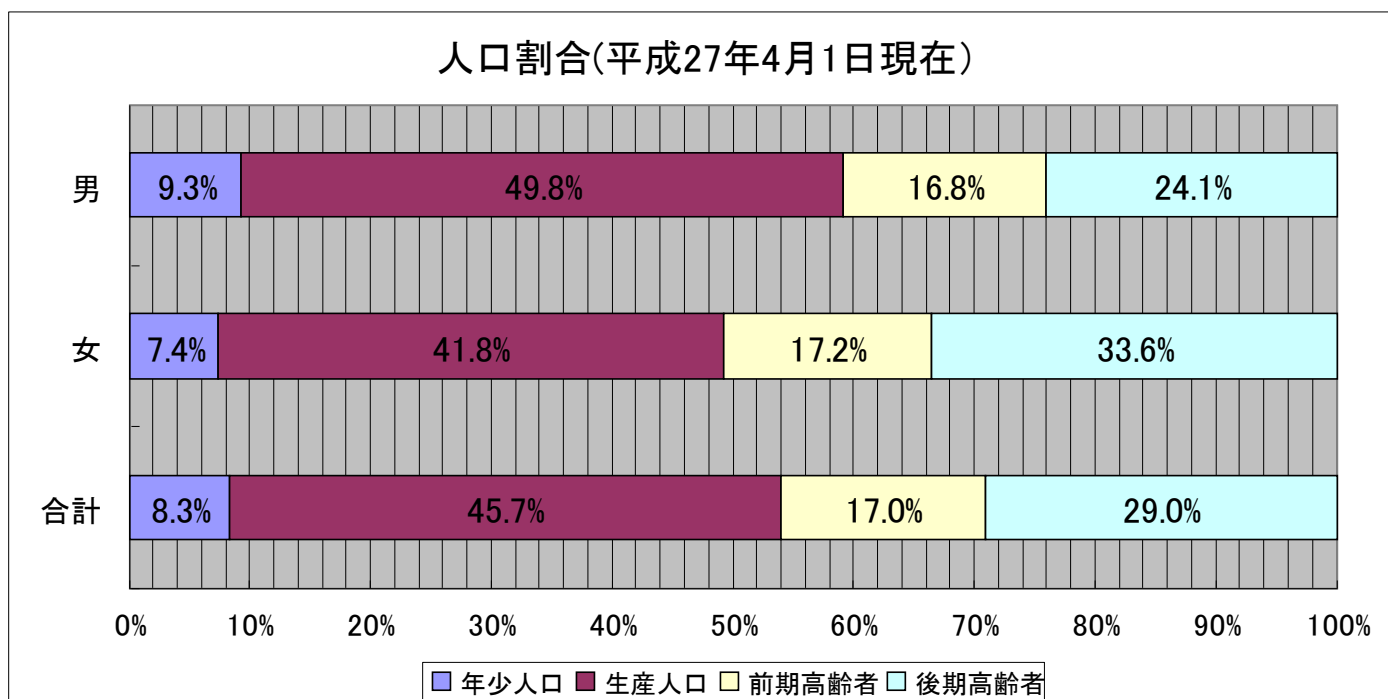
この健康問題に対処しない限り、これらの疾患による死亡と負荷は増大し続けるであろうと予測し、世界保健機関（WHO）では、「非感染性疾患への予防と管理に関するグローバル戦略」を策定するほか、国連におけるハイレベル会合で NCD が取り上げられる等、世界的に NCD の予防と管理を行う政策の重要性が認識されている。

今後、WHO において、NCD の予防のための世界的な目標を設定し、世界全体で NCD の達成を図っていくこととされている。

本町においても、生活習慣病をはじめとする予防可能な疾病について、早急に対策を講じていくことが求められている。

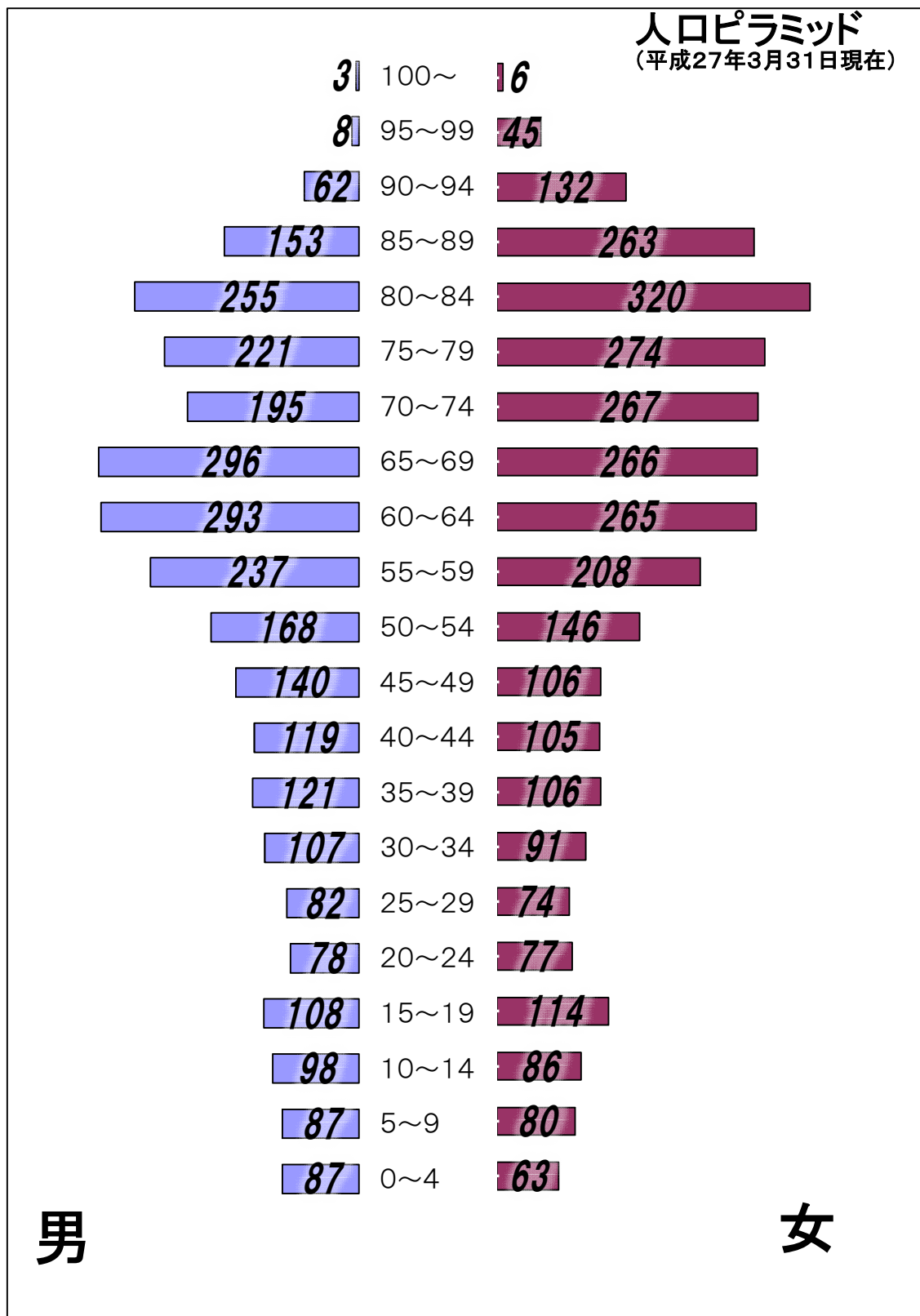
# 美郷町の現状と健康課題

## 1. 美郷町年代別人口割合



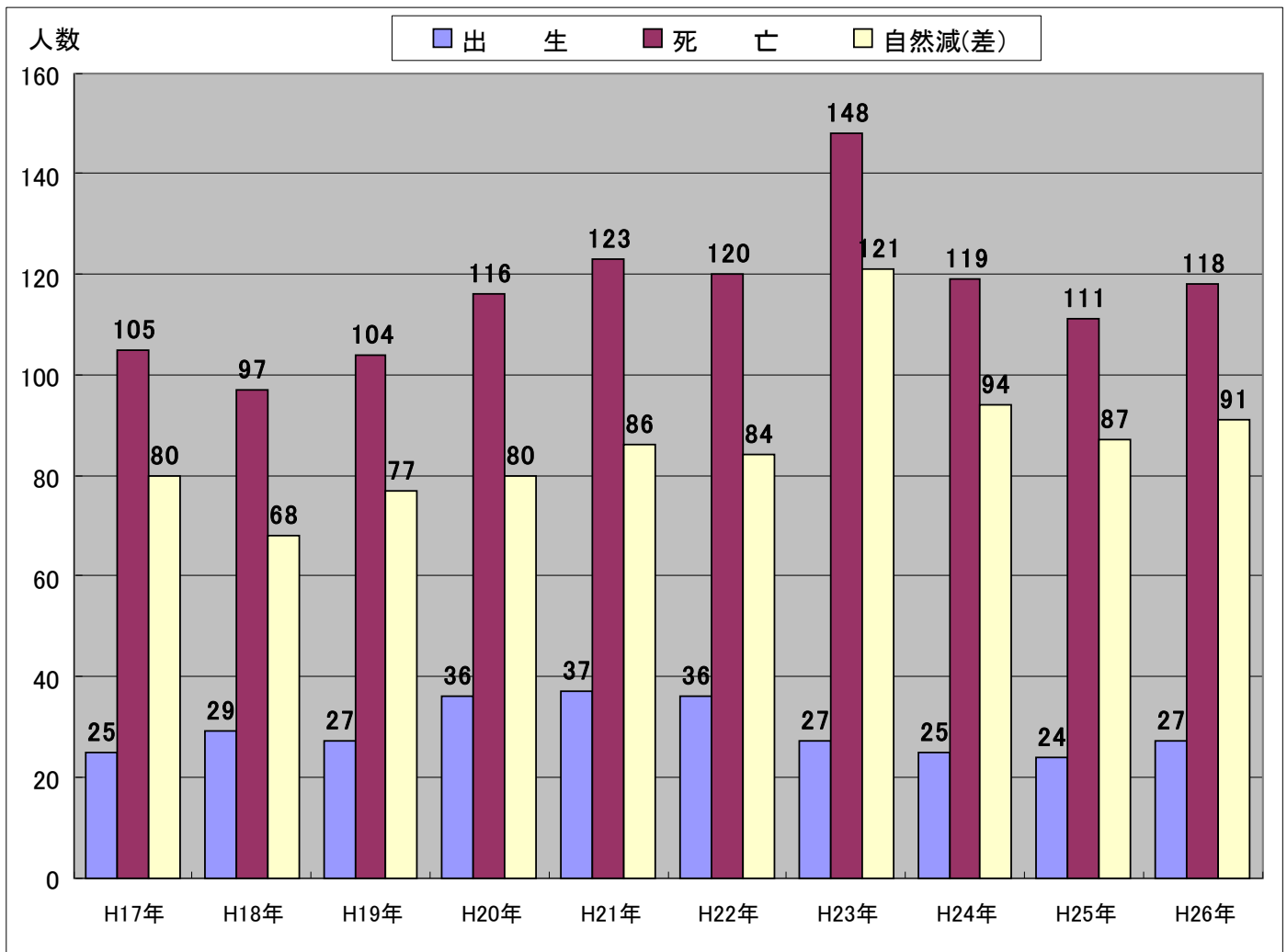
本町の人口割合は、平成22年と比較し27年は、年少人口、生産人口は減少、前期高齢者、後期高齢者の割合は増加している。高齢化率は、平成27年10月現在、48.1%と県内では依然変わらず1位である。

人口ピラミッド (平成27年3月31日現在)



年代別では、69歳以下については、15~19歳の年代を除いては、どの年代も男性の方が女性より多い。70歳以上については、全ての年代において女性の方が多くなっている。

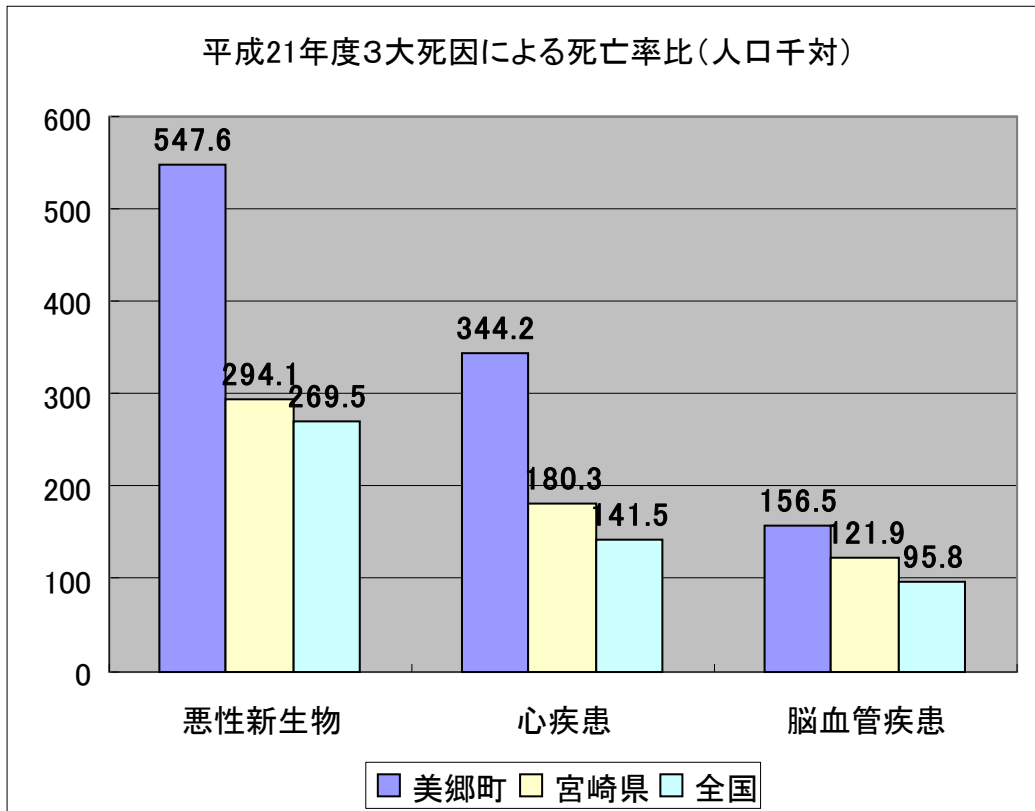
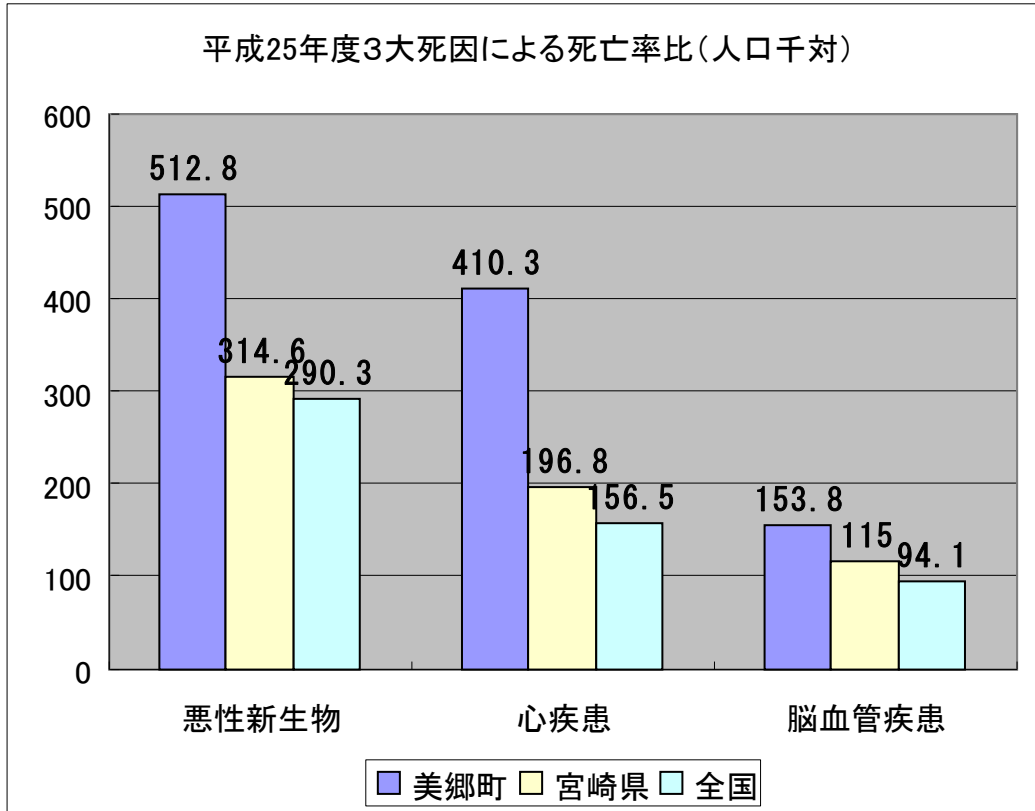
## 2. 出生と死亡



出生数は、平成20年～22年の3年間は30名を越したが、その他の年については、例年30名以下となっている。

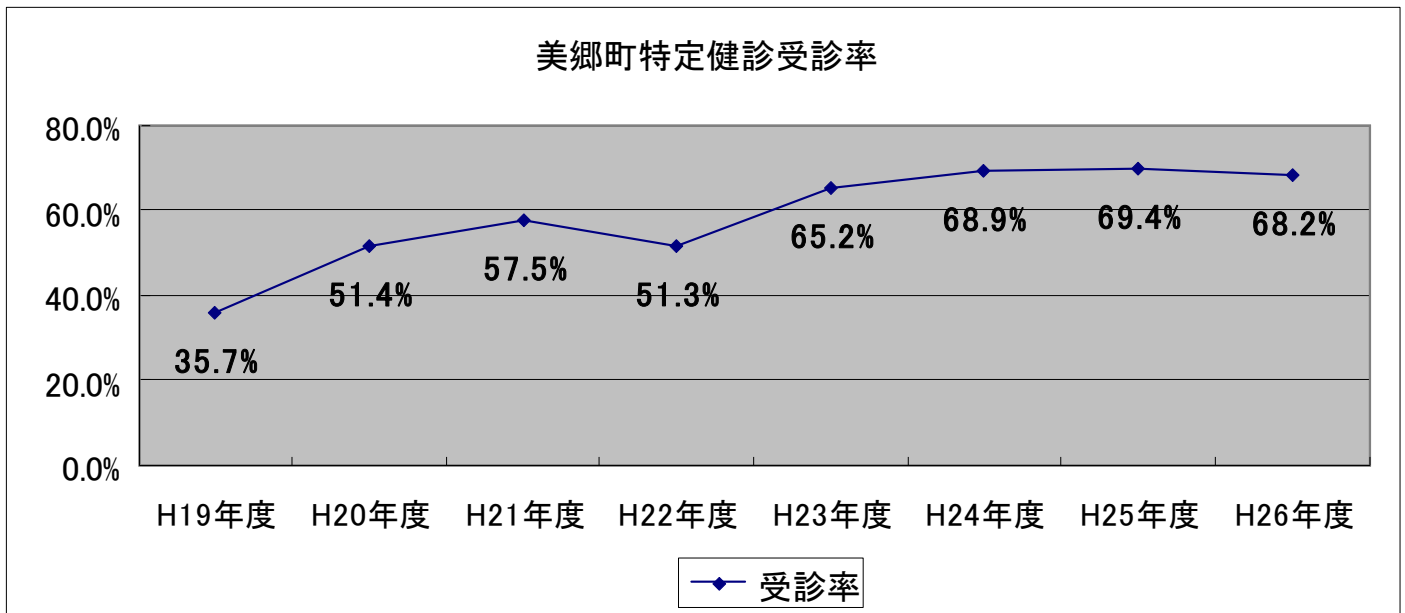
死亡については、年間約100名～150名の方が亡くなっている。

### 3. 3大死因



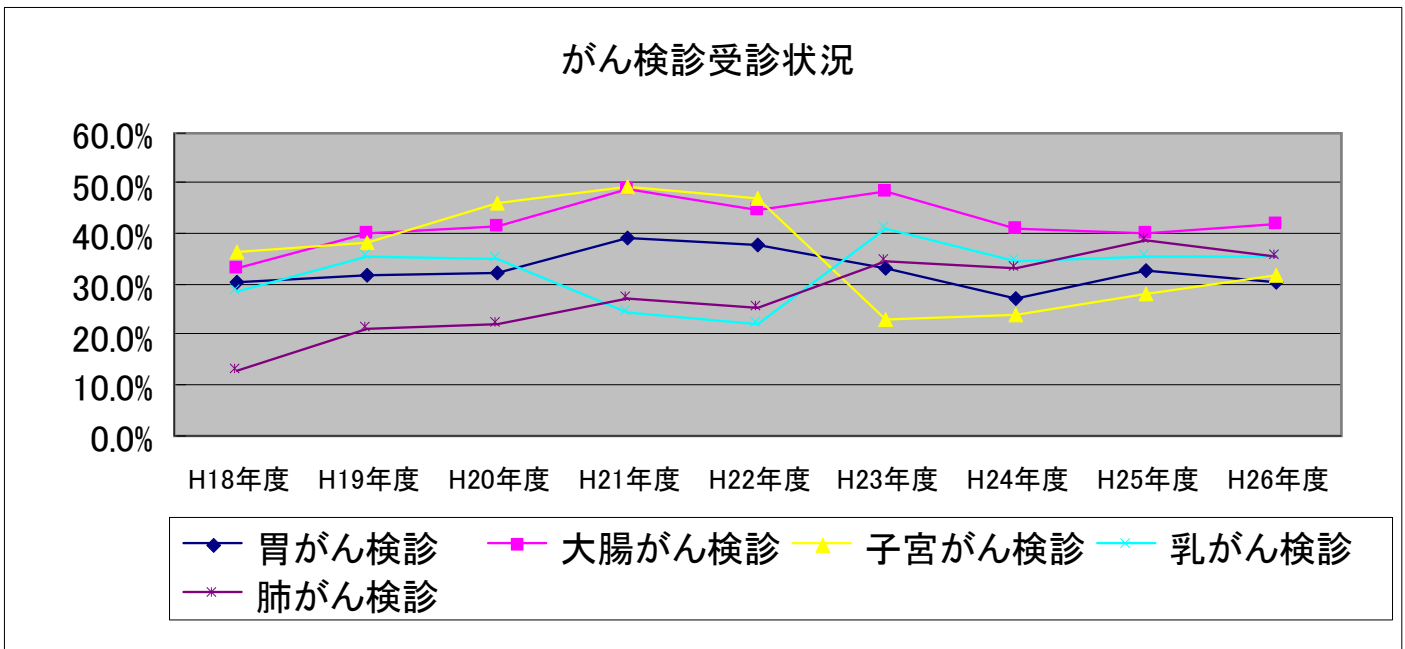
死亡の状況について、死因別疾患は、平成21年度と同じく1位が悪性新生物、2位が心疾患、3位が脳血管疾患となっている。上位3位までの疾患は全国と同じであり、死亡率は、国や県と比較し高くなっている。平成21年度と25年度を比較すると3疾患のうち心疾患の割合が伸びている。

#### 4. 特定健診受診率



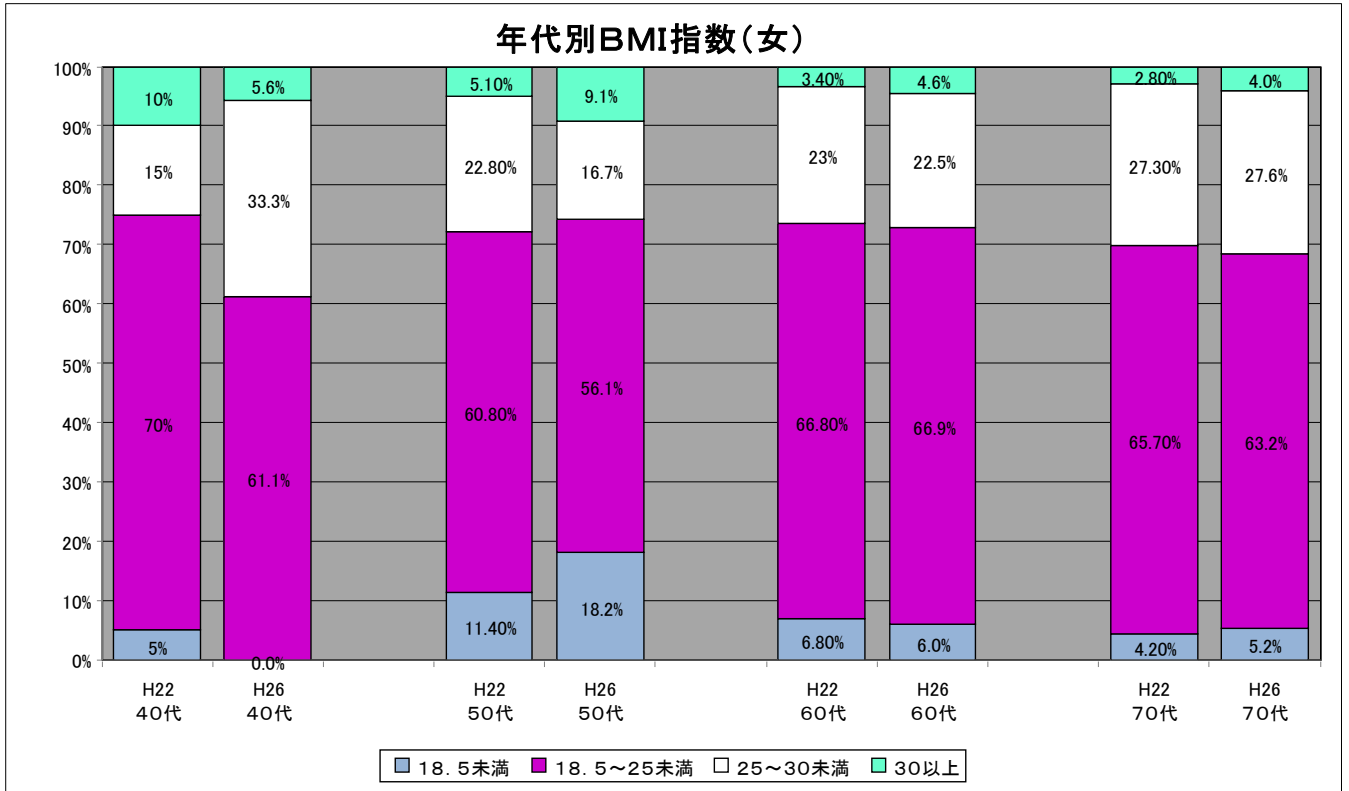
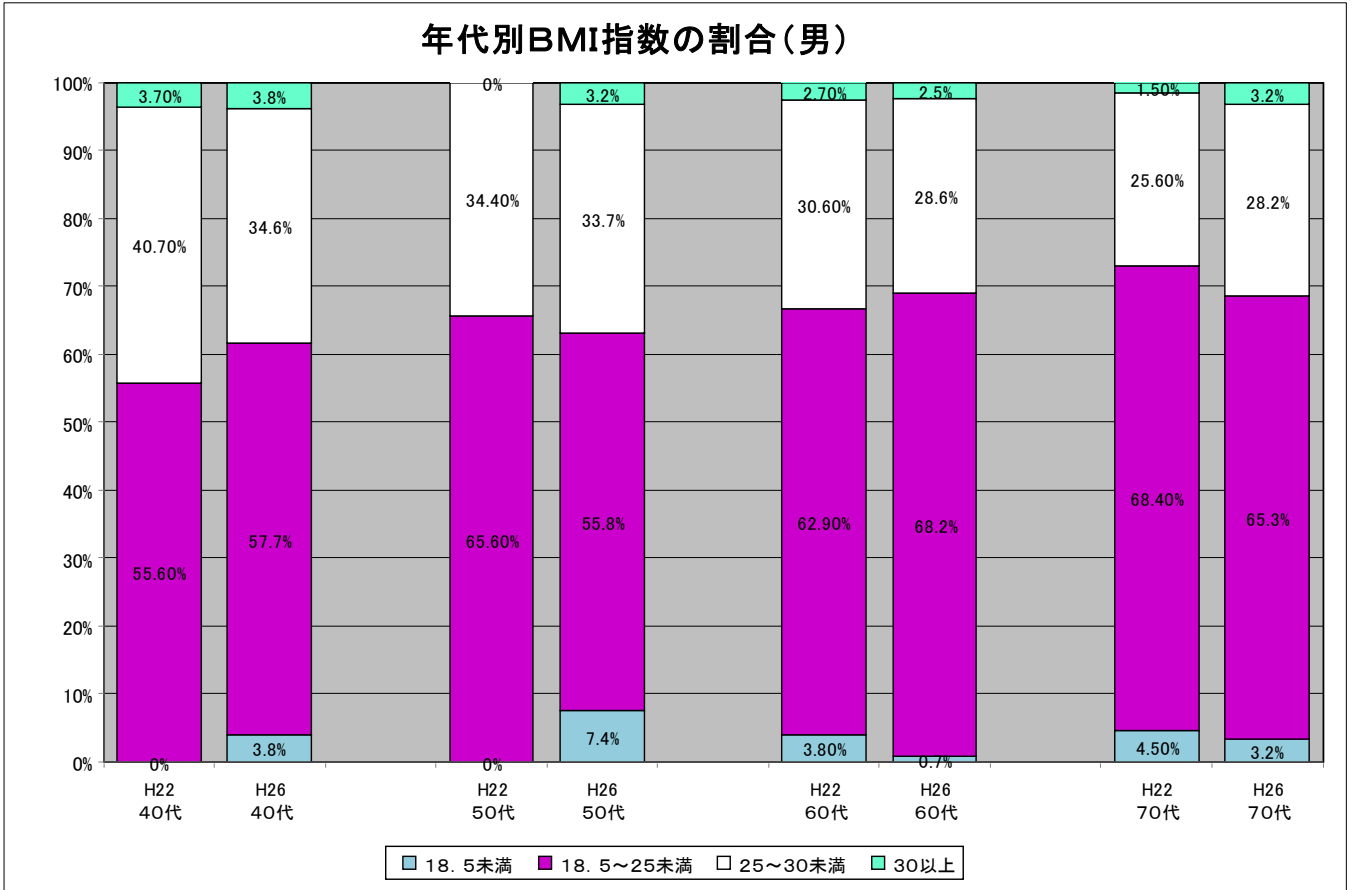
特定健診の受診率は、平成 23 年度に国の目標値である 65%を達成して以降、毎年 65%以上を維持している。平成 27 年度以降は 70%超を目標に、未受診者対策を強化し、更なる受診率アップに努めていく。

#### 5. がん検診受診率



がん検診の受診率については、近年では上位から、大腸がん、乳がん、肺がん、胃がん、子宮がんの順位となっている。平成 26 年度の受診率は 30%~40%代と、国の目標値である 50%には達していないので、今後も継続して、がん検診の受診率向上に向けた取り組みを強化していく必要がある。

## 6. 年代別 BMI 指数の割合





## 7.年代別BMI指数の割合比較

年代	性	BMI	H22(%)	H26(%)	比較	H22年とH26年の比較
40代	男	18.5未満(低体重)	0	0	0	40代男性は、普通体重の者の割合が高い。I度肥満は6.1%減少している。
		18.5～25未満(普通)	55.6	57.7	2.1	
		25～30未満(I度肥満)	40.7	34.6	-6.1	
		30以上(II度肥満以上)	3.7	3.8	0.1	
	女	18.5未満(低体重)	5	0	-5	40代女性は、普通体重の者が61.1%と多い。I度肥満は18.3%増加している。
		18.5～25未満(普通)	70	61.1	-8.9	
		25～30未満(I度肥満)	15	<u>33.3</u>	18.3	
		30以上(II度肥満以上)	10	5.6	-4.4	
50代	男	18.5未満(低体重)	0	7.4	7.4	50代男性は、普通体重のものは9.8%減少、I度肥満の者は0.7%減少している。
		18.5～25未満(普通)	65.6	55.8	-9.8	
		25～30未満(I度肥満)	34.4	33.7	-0.7	
		30以上(II度肥満以上)	0	<u>3.2</u>	3.2	
	女	18.5未満(低体重)	11.4	18.2	6.8	50代女性は、低体重の者が6.8%増加、普通とI度肥満の者がそれぞれ減少している。
		18.5～25未満(普通)	60.8	56.1	-4.7	
		25～30未満(I度肥満)	22.8	16.7	-6.1	
		30以上(II度肥満以上)	5.1	<u>9.1</u>	4	
60代	男	18.5未満(低体重)	3.8	0.7	3.1	60代男性は、普通体重のものが5.3%増加、I度肥満の者が2%減少している。
		18.5～25未満(普通)	62.9	68.2	5.3	
		25～30未満(I度肥満)	30.6	28.6	-2	
		30以上(II度肥満以上)	2.7	2.5	-0.2	
	女	18.5未満(低体重)	6.8	6	-0.8	60代女性は、低体重の者は0.8%減少、I度肥満は0.5%減少し、II度肥満以上は1.2増加した。
		18.5～25未満(普通)	66.8	66.9	0.1	
		25～30未満(I度肥満)	23	22.5	-0.5	
		30以上(II度肥満以上)	3.4	<u>4.6</u>	1.2	
70代	男	18.5未満(低体重)	4.5	3.2	-1.3	70代男性は、低体重、普通のもの減少、I度肥満、II度肥満以上の者は増加している。
		18.5～25未満(普通)	68.4	65.3	-3.1	
		25～30未満(I度肥満)	25.6	<u>28.2</u>	2.6	
		30以上(II度肥満以上)	1.5	<u>3.2</u>	1.7	
	女	18.5未満(低体重)	4.2	5.2	1	70代女性は、普通体重の者は2.5%減少し、I度肥満、II度肥満以上が増加している。
		18.5～25未満(普通)	65.7	63.2	-2.5	
		25～30未満(I度肥満)	27.3	27.6	0.3	
		30以上(II度肥満以上)	2.8	<u>4</u>	1.2	

## 8. 特定健診の実施状況

	被保険者数	健診受診者	健診受診率	生活習慣病治療なし		受診不必要		積極的支援		動機付け支援		受診必要		生活習慣病治療中		コントロール良		コントロール不良		特定保健指導対象者(合計)		情報提供(合計)	
				人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合
H22	1854	970	52.3%	531	54.7%	205	21.1%	49	5.1%	90	9.3%	187	19.3%	439	45.3%	171	17.6%	268	27.6%	139	14.3%	831	85.7%
H26	1655	1071	64.7%	536	50.0%	215	20.1%	50	4.7%	91	8.5%	180	16.8%	535	50.0%	265	24.7%	270	25.2%	141	13.2%	930	86.8%

4年間で国保被保険者数は199名減少しているものの、健診受診者数は101名増加している。また、生活習慣病の治療なしの者は、5名増、受診不必要者は10名増である。積極的支援は1名増、動機付け支援は、1名増、受診必要者は7名減、生活習慣病治療中の者は96名増となった。通院中の者では、コントロール良の者が94名増、不良の者は2名増であった。全体的には、特定保健指導対象者は2名増、情報提供対象者は99名増となった。

### メタボリックシンドローム予備群・該当者

	被保険者数	健診受診者	健診受診率	男性85cm 女性90cm以上		メタボ該当者		メタボ予備群	
				人数	割合	人数	割合	人数	割合
H22	1854	970	52.3%	392	40.4%	183	18.9%	151	15.6%
H26	1655	1071	64.7%	421	39.4%	208	19.4%	154	14.4%

特定健診の結果については、平成22年度と比較して26年度は、腹囲異常者は1.0%減少、メタボ該当者は0.5%増加、メタボ予備軍は1.2%減少した。

# 健康みさと21(第2期)

大目標	小目標	当初の現状(平成22年)	目標値 (平成27年)	現状(平成27年度)
たばこ 煙のない町づくり	<ul style="list-style-type: none"> <li>・公共施設での禁煙・分煙の徹底をしましょう</li> <li>・禁煙の輪を拡げましょう</li> <li>・受動喫煙の機会をなくしましょう</li> <li>・妊婦・未成年者は絶対にたばこを吸わないようにしましょう</li> </ul>	喫煙者の割合 17%(813人) (内)禁煙意欲あり 14%(114人) できれば禁煙したい 34%(279人) 計 393人 (平成21年健康調査より)  公民館での禁煙・分煙率 51% (平成22年公民館長アンケート)	禁煙希望者の中から喫煙者を毎年10%(39人ずつ)減らしていく  ※平成27年度喫煙者割合 13%  公民館などの公共施設での施設内禁煙率 100%	喫煙者の割合 13.0% (H26年度12.5%)  ※国14.2% 県11.7% 同規模15.5% (平成26年度KDBシステムより)  ⇒ 49.2% (公民館長アンケートより)
	禁煙に関しては、平成21年度は全戸調査により、個人の喫煙や公民館の喫煙状況を把握した。27年度は個人の喫煙状況はKDBのデータから、公民館の状況については、公民館長への聞き取りにて把握した。喫煙者の割合は、目標の13%に達した。公民館等公共施設での禁煙率については、平成21～22年度にかけては、禁煙プレートの掲示や広報誌等にて禁煙の普及啓発を行ったので、ある程度住民へ周知徹底が図られていると思われたが、4年経ってその後の経過を確認したところ、飲み会会場として利用する時などは、喫煙者がなし崩し的に喫煙していると思われる箇所が数多くみられ、公民館での禁煙・分煙率も49.2%と平成22年度を下回る結果となった。このことより、一度啓発に力を入れたからといって、それが継続していくわけではないことが分かった。継続した住民への普及啓発の必要性を感じたので、今後また新たに喫煙の害、禁煙の普及啓発の必要性を訴えていく必要がある。			
食生活 地元の食材をよく噛んでバランスよくおいしくいただきます	<ul style="list-style-type: none"> <li>・自分の適性体重を維持しましょう</li> <li>・バランスの良い食事をしましょう</li> <li>・うす味で野菜をたっぷり食べましょう</li> <li>・規則正しく楽しく食事をしましょう</li> <li>・積極的に学習の場に参加しましょう</li> </ul>	BMIが25以上の人の割合 (40～60歳代) 男性 34.5% 女性 26.7%  就寝2時間以内の夕食がある (週3回以上)(40～74歳) 男性17.9% 女性11.0%  朝食をぬくことがある (週3回以上)(40～74歳) 男性7.2% 女性4.6% (平成22年特定健診結果より)  食生活改善推進員の人数 平成22年現在 37人 (人口約80人に1人)	BMIが25以上の人の割合を減らす(40～60歳代)  男性30% 女性25%  男性 15%以下 女性 10%以下  男性 5%以下 女性 4%以下  現状維持する (退会者もいるので現状維持)	男性 32.9% ⇒ 女性 27.4%  男性 18.1% ⇒ 女性 9.4%  男性 8.0% ⇒ 女性 1.9% (平成26年特定健診結果より)  平成27年度28名
	平成26年度特定健診の結果と比較した。BMI25以上の人の割合は、男性では、1.6%減少、女性では、0.7%増加した。「就寝2時間以内の夕食がある」については、男性が0.2%増加、女性は1.6%減少した。「朝食を抜くことがある」については、男性は0.8%増加、女性は2.7%減少した。食習慣については、女性の方が男性より改善が見られるが、BMIの結果からみると、その効果は女性には現れておらず、男性の方が改善されている。食生活改善推進員の人数については、何らかの理由で退会された方、また新規会員の増加で、9名の減少となっている。会員数は減少したが、会の運営については、現会員の中で目的意識を持って、充実した内容で活動は行っている。			

歯	地元の食材をよく噛んでバランスよす	<p>・フッ化物洗口と歯磨きで強い歯を作りましょう</p>	<p>フッ化物洗口実施状況 4歳児のいる2施設の保育所全てで実施、幼稚園は3施設のうち1施設で実施、小中学校10校のうち3校で実施</p>	<p>町内の保育所・幼稚園・小中学校でフッ化物洗口実施率100%</p>	<p>実施率 ⇒ 100%</p>
		<p>・歯周疾患健診を受けましょう</p> <p>・8020運動を推進しましょう</p>	<p>小児のむし歯数を減らす 平成22年12歳児(永久歯) 平均むし歯数 0.57本</p> <p>歯周疾患健診受診率 節目年齢(40・50・60・70歳) 平成20年 16.8% 平成21年 20.2% 平成22年 19.5%</p> <p>80歳以上で歯が20本以上ある人の数 男性12人 女性12人 (受診者155人中)</p>	<p>12歳児永久歯むし歯数を0本にする</p> <p>歯周疾患検診受診率 25%</p> <p>増加させる</p>	<p>⇒平成26年 12歳児(永久歯) 平均むし歯数 0.41本</p> <p>平成26年度 42.9% (40・50・60・70歳)</p>
<p>フッ化物洗口については、平成22年度は町内の保育所、幼稚園、小中学校で10施設中6施設の実施であったが、平成23年度に、町内全ての4歳児以上のいる施設、学校にて実施できるようになった。これにより、本町では、4歳児以上の希望する全ての児童、生徒については週一法のフッ化物洗口が実施できるようになった。その効果もあり、12歳児の平均むし歯本数は0.16本減少した。目標にしていた0本には到達できていないが、今後継続して実施していくことで、できるだけ0本に近づけていきたい。ただし、フッ化物洗口については、希望制のため、実施するか否かは保護者が決定するので、0本にもっていくのは厳しい現状もある。同時にブラッシング指導等の啓発をしっかり保護者・児童に行うことも重要である。歯周疾患健診については、特定健診と同時実施し、受診率向上に努めているところであるが、平成26年度は22年度に比較して約2倍の受診率となった。これについては、歯周疾患検診の必要性等を広報や声かけ等により啓発できているものと思われる。</p>					
健診・がん	自分の心と体の健康状態を知って病気と上手につきあいます	<p>・精密検査をきちんと受けましょう</p>	<p>特定健診の受診率 平成20年 51.4% 平成21年 57.5% 平成22年 51.3%</p>	<p>特定健診受診率 65%以上 (平成24年度までに受診率65%を目指す)</p>	<p>特定健診の受診率 平成23年 65.2% 平成24年 68.9% 平成25年 69.4%</p>
		<p>・健診の結果を理解し、健康づくりに生かしましょう</p>	<p>がん検診受診状況 (平成21年度) 胃がん検診 39.2% 大腸がん検診48.9% 子宮がん検診49.2% 乳がん検診 24.4% 肺がん検診 27.0%</p>	<p>がん検診受診率 50%</p>	<p>がん検診受診状況 (平成26年度) 胃がん検診 32.4% 大腸がん検診 46.1% 子宮がん検診 38.5% 乳がん検診 38.5% 肺がん検診 35.6%</p>
		<p>・病気と上手につきあひ一病息災を目指しましょう</p>	<p>がん精密検査受診率 (平成21年度) 胃がん検診 72.1% 大腸がん検診 85.6% 子宮がん検診 87.5% 乳がん検診 100% 肺がん検診 70.4%</p>	<p>がん検診精密検査受診率 100%</p>	<p>がん精密検査受診率 (平成26年度) 胃がん検診 72.9% 大腸がん検診46.1% 子宮がん検診100% 乳がん検診 75% 肺がん検診 85.2% 前立腺がん 68.6%</p>
		<p>・生活習慣を見直し、改善しましょう</p>	<p>ヘルスチャレンジ参加率 平成20年 9.8% (メタボリック大作戦) 平成21年 3.0% 平成22年 3.6%</p>	<p>ヘルスチャレンジ参加率 10%以上</p>	<p>ヘルスチャレンジ参加率 平成23年 4.8%</p> <p>健康川柳提出者 (町外者含) H23年99名、H24年93名、 H25年180名、H26年316名</p>

<p>自分の心と体の健康状態を知って病気と上手につきあいます</p>	<p>特定健診の受診率については、平成23年度以降、目標の65%は達成出来ている状況である。平成28年度からは、さらに目標値を70%にし、受診率向上に努めていきたい。特定保健指導の実施率についても、26年度は64.7%と目標を超えており、今後は健診と同じく70%を目標に取り組んでいく予定である。がん検診の受診率については、どの検診についても目標の50%には達しなかった。今後も受診率向上に向けて、がん検診の必要性をアピールしていけるような普及啓発活動を行なっていく必要がある。精密受診率については、目標の100%に達したものが子宮がん検診のみなので、その他の検診についても100%を目指し取り組みを強化していく必要がある。ポピュレーションアプローチの一つとして行っているヘルスチャレンジ事業については、継続実施してきたが、町内参加者の固定化や低迷化が現れてきたため、実施内容を検討していく時期となってきているようである。今後は、また新たな目線で、住民に健康に関心や興味をもってもらえるような取り組みを考えていく必要がある。</p>				
<p>こころの健康・休養</p>	<table border="1"> <tr> <td data-bbox="165 309 469 779"> <ul style="list-style-type: none"> <li>・幸せと感じる</li> <li>・睡眠が取れている</li> <li>・生きがいを感じる</li> <li>・困った時に相談できる人がいる</li> </ul> </td> <td data-bbox="469 309 820 779"> <p>睡眠で休養が取れていない人            男性 18.1%            女性 24.6%            (平成22年特定健診より)</p> <p>自殺者の数            平成18年 1人            平成19年 2人            平成20年 4人            平成21年 4人            平成22年 1人            (宮崎県精神保健センター報告より)</p> </td> <td data-bbox="820 309 1171 779"> <p>男性 15%以下            女性 20%以下</p> <p>0にする</p> </td> <td data-bbox="1171 309 1513 779"> <p>男性 21.7%            女性 25.3%            (平成26年度特定健診より)</p> <p>自殺者の数            平成23年 4人            平成24年 3人            平成25年 1人            平成26年 1人</p> </td> </tr> </table>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・幸せと感じる</li> <li>・睡眠が取れている</li> <li>・生きがいを感じる</li> <li>・困った時に相談できる人がいる</li> </ul>	<p>睡眠で休養が取れていない人            男性 18.1%            女性 24.6%            (平成22年特定健診より)</p> <p>自殺者の数            平成18年 1人            平成19年 2人            平成20年 4人            平成21年 4人            平成22年 1人            (宮崎県精神保健センター報告より)</p>	<p>男性 15%以下            女性 20%以下</p> <p>0にする</p>	<p>男性 21.7%            女性 25.3%            (平成26年度特定健診より)</p> <p>自殺者の数            平成23年 4人            平成24年 3人            平成25年 1人            平成26年 1人</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>・幸せと感じる</li> <li>・睡眠が取れている</li> <li>・生きがいを感じる</li> <li>・困った時に相談できる人がいる</li> </ul>	<p>睡眠で休養が取れていない人            男性 18.1%            女性 24.6%            (平成22年特定健診より)</p> <p>自殺者の数            平成18年 1人            平成19年 2人            平成20年 4人            平成21年 4人            平成22年 1人            (宮崎県精神保健センター報告より)</p>	<p>男性 15%以下            女性 20%以下</p> <p>0にする</p>	<p>男性 21.7%            女性 25.3%            (平成26年度特定健診より)</p> <p>自殺者の数            平成23年 4人            平成24年 3人            平成25年 1人            平成26年 1人</p>		
	<p>心の健康については、本年度は健康調査を実施していないので、同じ項目での聞き取りは出来なかったが、特定健診の問診項目からは、睡眠や休養がとれている者の割合は、男性で3.6%増加、女性では0.7%減少していることが分かった。自殺者については、平成18年に合併してからは24名の方が亡くなっている。平均すると年間2.5名。男女の割合は働き盛りの男性が多い。睡眠はとれている割合が増えているが、自殺者は増えているので、今後も継続してこころの健康づくりに対する事業も行っていく必要がある。</p>				
<p>健康づくり</p>	<table border="1"> <tr> <td data-bbox="165 958 469 1644"> <ul style="list-style-type: none"> <li>・運動を楽しく続けましょう!</li> <li>・普段の生活を活動的にしましょう</li> <li>・積極的に外出をしましょう</li> </ul> </td> <td data-bbox="469 958 820 1644"> <p>週2回以上運動習慣のある人            男性41.3%            女性45.9%            (平成21年度健康調査より)</p> <p>1日30分以上運動習慣のある人            男性 38.9%            女性42.3%</p> <p>1日1時間以上の身体活動がある人            男性・女性 66.7%</p> <p>同年齢の人と比較して歩く速度の早い人            男性 41.0%            女性34.6%            (平成22年特定健診より)</p> </td> <td data-bbox="820 958 1171 1644"> <p>50%以上</p> <p>男性 40%以上            女性 45%以上</p> <p>男女70%</p> <p>男性 45%以上            女性 40%以上</p> </td> <td data-bbox="1171 958 1513 1644"> <p>1日30分以上運動習慣のある人            男性 39.6%            女性 40%</p> <p>1日1時間以上の身体活動がある人            男性・女性 52.3%</p> <p>同年齢の人と比較して歩く速度の早い人            男性 41.2%            女性37.2%            (平成26年特定健診より)</p> </td> </tr> </table>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・運動を楽しく続けましょう!</li> <li>・普段の生活を活動的にしましょう</li> <li>・積極的に外出をしましょう</li> </ul>	<p>週2回以上運動習慣のある人            男性41.3%            女性45.9%            (平成21年度健康調査より)</p> <p>1日30分以上運動習慣のある人            男性 38.9%            女性42.3%</p> <p>1日1時間以上の身体活動がある人            男性・女性 66.7%</p> <p>同年齢の人と比較して歩く速度の早い人            男性 41.0%            女性34.6%            (平成22年特定健診より)</p>	<p>50%以上</p> <p>男性 40%以上            女性 45%以上</p> <p>男女70%</p> <p>男性 45%以上            女性 40%以上</p>	<p>1日30分以上運動習慣のある人            男性 39.6%            女性 40%</p> <p>1日1時間以上の身体活動がある人            男性・女性 52.3%</p> <p>同年齢の人と比較して歩く速度の早い人            男性 41.2%            女性37.2%            (平成26年特定健診より)</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>・運動を楽しく続けましょう!</li> <li>・普段の生活を活動的にしましょう</li> <li>・積極的に外出をしましょう</li> </ul>	<p>週2回以上運動習慣のある人            男性41.3%            女性45.9%            (平成21年度健康調査より)</p> <p>1日30分以上運動習慣のある人            男性 38.9%            女性42.3%</p> <p>1日1時間以上の身体活動がある人            男性・女性 66.7%</p> <p>同年齢の人と比較して歩く速度の早い人            男性 41.0%            女性34.6%            (平成22年特定健診より)</p>	<p>50%以上</p> <p>男性 40%以上            女性 45%以上</p> <p>男女70%</p> <p>男性 45%以上            女性 40%以上</p>	<p>1日30分以上運動習慣のある人            男性 39.6%            女性 40%</p> <p>1日1時間以上の身体活動がある人            男性・女性 52.3%</p> <p>同年齢の人と比較して歩く速度の早い人            男性 41.2%            女性37.2%            (平成26年特定健診より)</p>		
	<p>運動習慣については、特定健診の問診項目から把握した。運動習慣のある人、1日1時間以上身体活動のある人は男女ともに減少している。働き盛りの年齢層は、運動の必要性は分かっているが、なかなか運動する時間が確保出来ないようである。言われるとおりに1日に30分程度のまとまった時間を確保することは困難と思われるので、日常生活に取り入れやすい「プラス10」の考え方を推進していくことが現実的に有効と考える。本町では、高齢者の健康づくり、介護予防の視点で「いきいき百歳体操」を平成27年度より推進しているところである。60代以降の方については、この運動の取り組みに参加してもらったり、特定健診後の事後フォロー運動教室への参加も促しながら、継続的な運動習慣を日常生活の中に取り込んでもらえるよう推進していく。</p>				
<p>医療</p>	<p>みんな地域医療で守ろう</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・住民・医療・行政が一体となり、大切な医療を守りましょう。</li> <li>・健(検)診と健康づくりに努め、自分の健康は自分で守りましょう。</li> </ul>				

目標項目

1、健康寿命の延伸

項目	現状(平成26年度)				目標(平成34年度)
	美郷町	同規模	県	国	
①健康寿命	美郷町	同規模	県	国	
男	64.1	65.2	65.2	65.2	65.0
女	<u>67.0</u>	66.7	66.8	66.8	68.0

2、がん検診

①がん検診受診率の向上	<p>がん検診受診状況(平成26年度)</p> <p>胃がん検診 32.4%</p> <p>大腸がん検診 46.1%</p> <p>子宮がん検診 38.5%</p> <p>乳がん検診 38.5%</p>	50%
①精密受診率の向上	<p>がん精密検査受診率(平成26年度)</p> <p>胃がん検診 72.9%</p> <p>大腸がん検診 78.0%</p> <p>子宮がん検診 100%</p> <p>乳がん検診 75%</p> <p>肺がん検診 85.2%</p>	100%

3、健診

項目	現状(平成26年度)				目標(平成34年度)
	美郷町	同規模	県	国	
①特定健診受診率	<u>66.70%</u>	41.5%	32.2%	35%	71%
②特定保健指導実施率	<u>61.9%</u>	38.8%	31.9%	19.9%	90%
③メタボ	<u>19.5%</u>	17.2%	17.4%	16.4%	16%
男	<u>25.9%</u>	25.7%	26.6%	26%	25%
女	<u>13.1%</u>	10.5%	10.5%	9.2%	9%

項目	現状(平成26年度)				目標(平成34年度)
	美郷町	同規模	県	国	
④メタボ予備群	<u>14.7%</u>	11.6%	12.7%	10.7%	10%
男	<u>19.3%</u>	17.3%	18.7%	17.1%	17%
女	<u>10.1%</u>	6.6%	8.3%	5.8%	6%
⑤腹囲	<u>39.4%</u>	32.6%	34%	30.6%	30%
男	<u>51.9%</u>	48.5%	50.7%	48.5%	48%
女	<u>27%</u>	19%	21.6%	17.1%	17%
⑥BMI(25以上)	4.2%	6.1%	4.7%	4.8%	4.0%
男	1.7%	2.3%	1.8%	1.8%	1.5%
女	6.7%	9.4%	6.9%	7%	6.0%
⑦血糖	0.6%	0.7%	0.6%	0.6%	0.5%
⑧血圧	<u>10.7%</u>	8.2%	9.6%	7.4%	7.0%
⑨脂質	<u>3.4%</u>	2.6%	2.5%	2.6%	2.6%
⑩血糖＋血圧	2.6%	3.1%	3%	2.6%	2.6%
⑪血糖＋脂質	0.3%	1%	0.8%	0.9%	0.2%
⑫血圧＋脂質	<u>11%</u>	8.3%	9%	8.2%	8.0%
⑬血糖＋血圧＋脂質	<u>5.6%</u>	4.9%	4.6%	4.8%	4.6%
⑭歯周疾患健診受診率	歯周疾患健診受診率				50%にする

※下線は、同規模より数値が高いもの

#### 4、生活習慣

項目	現状(平成26年度)				目標(平成34年度)
	美郷町	同規模	県	国	
①喫煙	13%	15.5%	11.7%	14.2%	10%
②1回30分以上の運動習慣なし	60.2%	65.7%	53.3%	58.8%	50%
③週3回以上就寝前夕食	13.7%	17%	15.7%	15.9%	13%
④週3回以上朝食を抜く	4.9%	7.3%	7.6%	8.3%	4.0%

## 5、こころの健康

①自殺者の減少	年間自殺者の数				0人
	平成23年 4人 平成24年 3人 平成25年 1人				
②睡眠不足者の減少	美郷町	同規模	県	国	20%
	23.6%	22.6%	21.5%	24.1%	

## 6、歯の健康

①フッ化物洗口の実施	4歳児以上のいる全ての施設でフッ化物洗口を実施(町内全9か所・実施率100%)				現状を維持する
	保育所	2か所	幼稚園	3か所	
	小学校	1か所	中学校	1か所	
②12歳児むし歯本数	12歳児むし歯本数 平均むし歯数 0.41本				0本にする

## 7、高齢者の健康

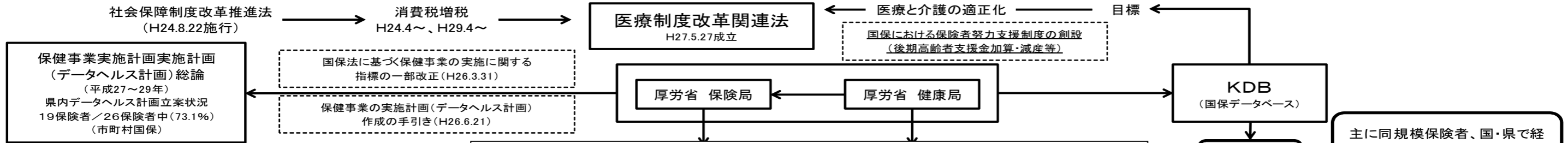
①運動の普及啓発	いきいき百歳体操の推進 実施地区11か所・参加者126名 南郷:6か所、西郷:4か所、北郷: 1か所 (平成27年3月末現在)	実施地区を50か所 600名に増やす
----------	--	-----------------------

## 8、環境づくり

公民館等公共施設での禁煙・分煙	公民館での禁煙分煙率 49.2% (平成28年3月末現在)	100%
-----------------	----------------------------------	------



# 国民健康保険事業(データヘルス)の目指すべき方向性



## ① 特定健診・特定保健指導

		H25年度	H26年度	H27年度
特定健診受診率	美郷町	67.8% 3位	66.7% 4位	68.4% 4位
	同規模	40.4%	39.3%	40.3%
特定保健指導実施率	美郷町	56.0%	61.9%	58.5%
	同規模	37.8%	7.7%	8.1%
メタボ該当者	美郷町	18.6%	19.5%	20.0%
	同規模	16.8%	17.2%	17.4%
メタボ予備群	美郷町	15.2%	14.7%	16.7%
	同規模	11.8%	11.6%	11.5%

## ② 重症化に伴う医療費

	美郷町	同規模
1人当たり医療費 (H27年度)	35,424円	26,509円
医療費に占める入院件数の割合	5.1%	3.3%
医療費に占める入院費の割合	50.4%	42.5%

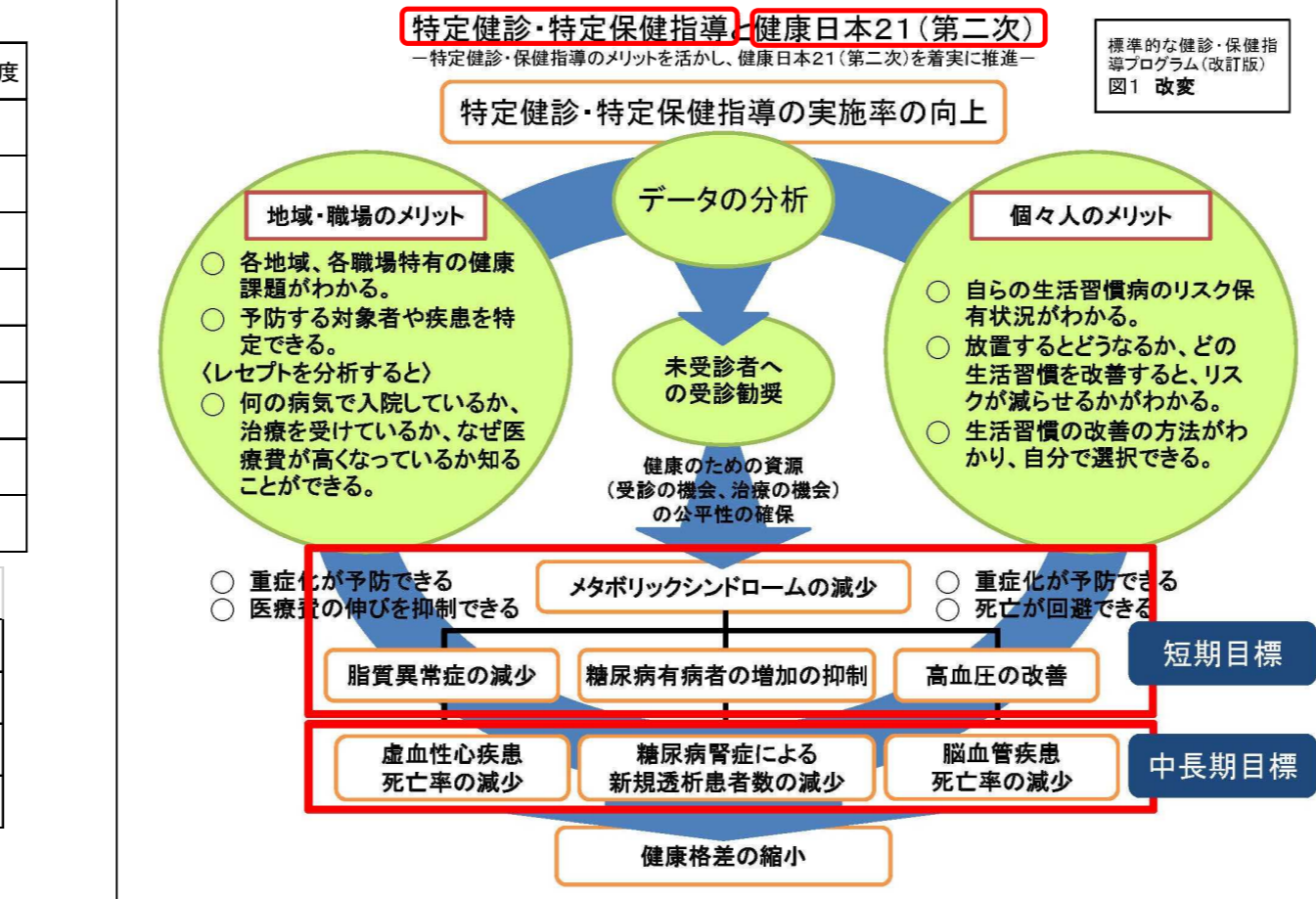
## ③ 1件当たり費用額

	(H27年度)		
	脳血管	心疾患	腎不全
入院	53.6万 20位	76.9万 3位	37.8万 25位
外来	3.1万 7位	2.7万 11位	3.2万 21位

## ④ 人工透析の実態

人工透析患者	患者数	糖尿病性腎症	脳疾患	心疾患
H26年	10人	0人	0人	3人
H27年	10人	0人	1人	3人
比較	0人増 (0.0%増)	0人増	1人増	0人増
医療費	費用額	糖尿病性腎症	脳疾患	心疾患
H26年	5,051.9万円	0.0万円	329.2万円	1,609.6万円
H27年	5,044.0万円	0.0万円	464.0万円	1,686.0万円
比較	7.9万円減 (0.2%減)	0.0万円増	134.8万円増	76.4万円増

※糖尿病性腎症は、人工透析患者の内、基礎疾患に糖尿病の診断があるものを計上  
※人工透析患者数は、H25年及びH26年5月診療分



<本県の取り組み>

人工透析新規導入・重介護者の対策

健診未受診者6万人対策

健診受診者の未治療者対策

## ⑩ 介護(重症化の結果) H27

	美郷町	同規模
1件当たりの給付費	79,113円	70,059円
1号認定率	22.3%	20.1%
新規認定率	0.3%	0.3%
2号認定率(65歳未満)	0.3%	0.4%
※介護度別5人		
要介護3~5	4人	
要介護1・2	0人	
要支援1・2	1人	

※2号認定者の有病状況	有病状況	割合
	脳卒中	40.0%
	高血圧	20.0%

【短期目標】

- 特定健診受診率70%以上 特定保健指導90%以上に
- メタボ該当者を200人以下にする

【中・長期的目標】

- 人工透析の新規導入を出さない
- 高血圧Ⅱ度以上の未治療者を減らす
- 虚血性心疾患死亡率の減少

## ⑨ 重症化予防対象者(短期目標)

	重症化予防対象者		メタボ		糖尿病		高血圧		脂質異常症		たんぱく尿	
	治療なし	治療中	治療なし	治療中	治療なし	治療中	治療なし	治療中	治療なし	治療中	治療なし	治療中
H26年度	121人 11.3%	208人	48人	160人	29人	12人	26人	14人	43人	4人	4人	9人
H27年度	111人 10.7%	217人	41人	165人	26人	22人	21人	12人	46人	2人	4人	15人
比較	10人減	9人増	7人減	5人増	3人減	10人増	5人減	2人減	3人増	2人減	0人増	6人増

## ⑤ 未受診者

H27	健診も医療も未受診	人数	割合
	196人	196人	(41.9%)

体の状態が把握出来ない

## ⑥ 生活習慣病に係る医療費

H27	健診受診者	医療費
	19,705円	
H27	健診未受診者	医療費
	29,090円	

## ⑦ 医療のかかり方

H23	患者調査	外来	入院
	11位	11位	10位

## ⑧ 1件当入院・入院外受療率

虚血性心疾患	宮崎県	全国	脳血管疾患	宮崎県	全国
入院	20 7位	13	入院	188 11位	137
平均在院日数	9.8日 16位	9.5日	平均在院日数	81.4日 32位	93.0日
外来	40 39位	49	外来	111 15位	89
腎疾患	宮崎県	全国	※糖尿病	宮崎県	全国
入院	45 6位	28	入院	25 15位	19
平均在院日数	56.2日 5位	35.9	平均在院日数	70.2日 5位	36.1日
外来	145 7位	100	外来	122 46位	166

※受療率はH23年度、人口10万対

## 重症化の結果

## 平成 30 年度～「保険者努力支援制度」に向けての美郷町での方向性

### 1. 特定健康診査の受診率向上について

平成 27 年度の特定健診受診率は 68.4%と同規模保険者と比較すると高い。ただし、未受診者対策については受診率の伸び悩みが課題となっているので、今後は更に 71%（H31）に向けて、未受診者対策の拡充を図っていく。

### 2. 特定保健指導の実施率向上について

平成 27 年度の特定保健指導実施率は 58.5%と同規模保険者と比較すると高いが、今後は残りの 42.5%の未実施者、リタイア者に対する対策が必要である。平成 28 年度は、結果説明会に個別予約制を導入したところ、実施率が格段に上がったことから、今後はこの実施方法の継続と、リタイアの実態把握等を行い、訪問等の個別対応を取り入れることで 100%の実施率を目指す。

### 3. メタボリックシンドローム該当者及び予備群の減少率について

メタボ該当者・予備群については、近年横ばいである。メタボ改善の取組みについては、行動変容に結びつくような保健指導が実施できる体制づくりを行っていく。また、モチベーションが継続できるような保健指導、仲間づくり、関係機関との連携等を図っていく。

### 4. 重症化予防の取組みについて

美郷町は同規模保険者と比較し、高血圧症、脂質異常症、心臓病、脳疾患等の生活習慣病の有病率が高い。これらの疾患が重症化し、人工透析の導入や健康寿命の縮小に陥らないように、重症化予防に重点を置くことが重要である。

本町では、平成 28 年度に重症化予防部会を立ち上げ、保健師、栄養士間で情報の共有、KDB やあなみツールを活用した対象者の抽出を行い、個別指導を強化している。今後は、より効果的な保健指導や継続した支援が出来るよう、体制づくりの強化を図っていく。