

日野市「いきいき健康プログラム」

高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施事業

事業目的：高齢者の健康寿命の延伸・医療費の適正化

事業期間：令和4年度開始

実施主体：保険年金課・健康課・高齢福祉課

被保険者数：25,776人(R4.4.1)

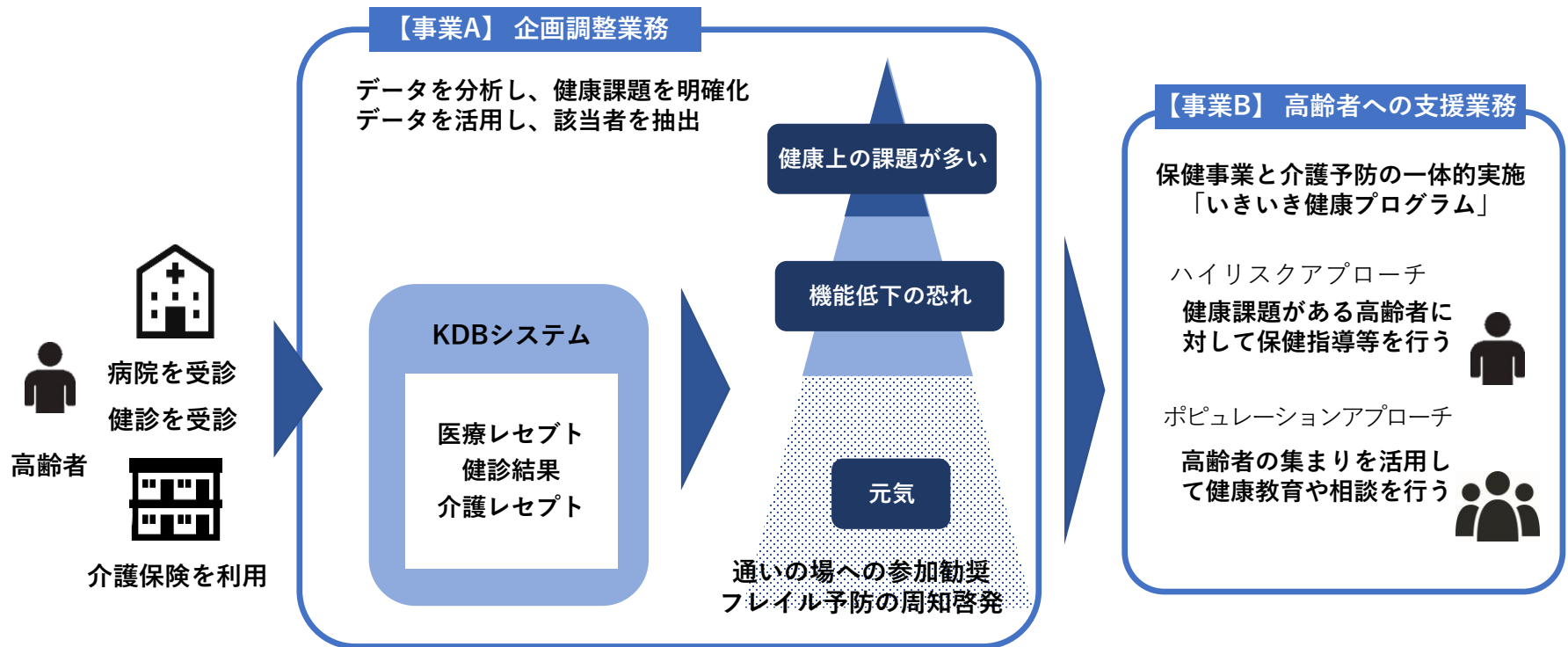
日常生活圏域数：4圏域

事業概要

事業の全体像

医療と健診と介護、それぞれが蓄積してきたデータ等を活用し、地域の健康課題を明確化し、フレイルリスクの高い対象者を抽出する。

健康課題がある高齢者に対して個別に介入するハイリスクアプローチと、高齢者の集まりを活用して健康教育や相談を行うポピュレーションアプローチを行う。



事業概要

国の示す事業区分と要件

【事業A】 企画調整業務

専従の医療専門職(保健師等)を
配置し事業全体の企画・調整を行う

企画調整保健師 1名



- ① 事業の企画調整
- ② KDBシステムを活用した健康課題の分析・対象者の把握
- ③ 医療関係団体等との連絡調整

庁内外と健康課題の共有、かかりつけ医等においても通いの場への参加勧奨を行えるように情報共有



【事業B】 高齢者への支援業務

地域を担当する医療専門職を
配置し個別支援、健康教育を行う

保健師 7名 (健康課6 高齢1)

管理栄養士 3名

歯科衛生士 3名



- ① **ハイリスクアプローチ** (個別支援：訪問指導などのアウトリーチを行う)
 - ア) 低栄養防止・生活習慣病等の重症化予防の取組み
 - イ) 重複・頻回受診者、重複投与者等への相談・指導の取組み
 - ウ) 健康状態が不明な高齢者の状態把握、必要なサービスへの接続
- ② **ポピュレーションアプローチ** (通いの場等への積極的な関与)
 - ア) フレイル予防の啓発、健康教育・相談
 - イ) 質問票を活用しフレイル状態の高齢者への保健指導、状況に応じて体力測定を実施
 - ウ) 日常的に気軽に相談できる環境づくり、通いの場等への参加勧奨
 - エ) 上記で把握した状況に応じて、健診・医療の受診勧奨や介護サービス等の利用勧奨

後期高齢者の健康課題

日野市の健康課題の整理と取組の方向性

令和3年度の入院と外来を加えた全医療費が最も高い疾病は骨折。
令和2年度までは慢性腎不全（透析あり）が最も高かった。

骨折の医療費は高いが、骨粗しょう症の医療費は同規模自治体等と比較して低い状態。

「運動を週に1回以上している」と回答した者は、同規模自治体等と比較して高い。一方で「歩く速度が遅くなった」「ここ1年で転んだ」と回答した者がR2年度より増えており、転倒リスクの増加傾向がみられる。

他市と比較して60自治体中40位と「やせリスク」が目立っている。

口腔機能リスクは、都平均よりも3.4%低いですが、令和2年度の当市の結果と比較すると0.3%上昇している。

R3年度 医療費に占める割合の高い疾病

入院+外来 (%)

1位	骨折	4.9%
2位	慢性腎臓病（透析あり）	4.9
3位	不整脈	4.7
4位	関節疾患	4.1
5位	糖尿病	3.8
6位	脳梗塞	3.0
7位	高血圧症	2.8
8位	骨粗しょう症	2.3
9位	脂質異常症	2.0
10位	パーキンソン病	1.9

初年度の取組の方向性

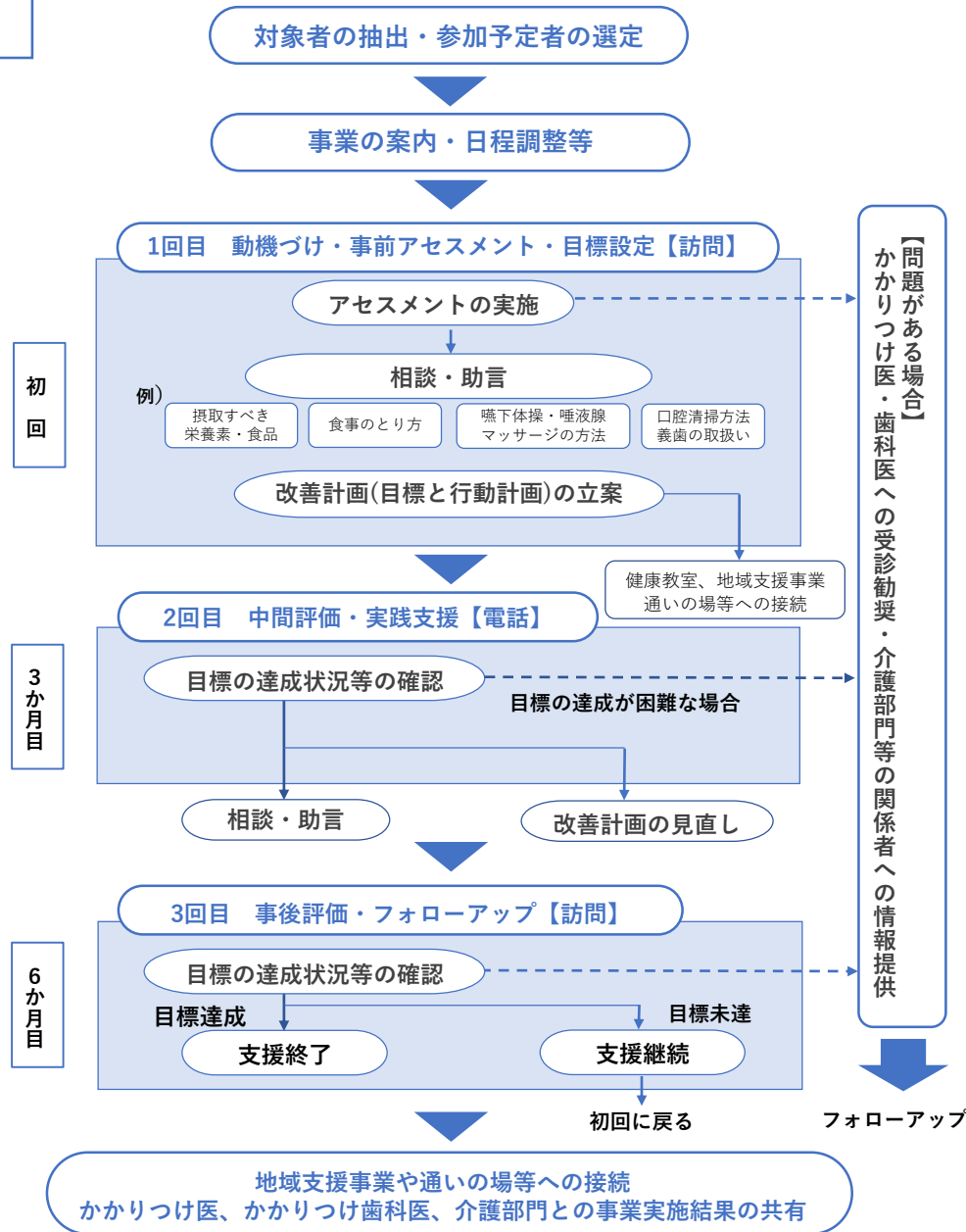
骨折・転倒は、要介護となった原因の4位であり、健康課題の重点として事業全体の中で意識していく。
低栄養、咀嚼機能の低下はフレイルの進行リスクを高めるため、個別の課題として取り組んでいく。

- **ハイリスクアプローチ** 低栄養予防 口腔機能低下予防
- **ポピュレーションアプローチ** フレイル予防に関する健康教育、健康相談

「いきいき健康プログラム」実施方法

ハイリスクアプローチ実施内容

目的	低栄養・口腔機能低下防止を図る
対象	低栄養・口腔機能低下の恐れがある高齢者
方法	栄養士、歯科衛生士、保健師等による6か月を1クーとする面談、電話による支援
内容	口腔機能低下は栄養状態の悪化にもつながることから、口腔に関する支援にとどまらず、栄養士等との連携の上、栄養に関する支援を行う。高齢者本人による取組だけでなく、専門的ケアの提供も必要となる場合は、かかりつけ歯科医師やかかりつけ医と連携する。



抽出条件

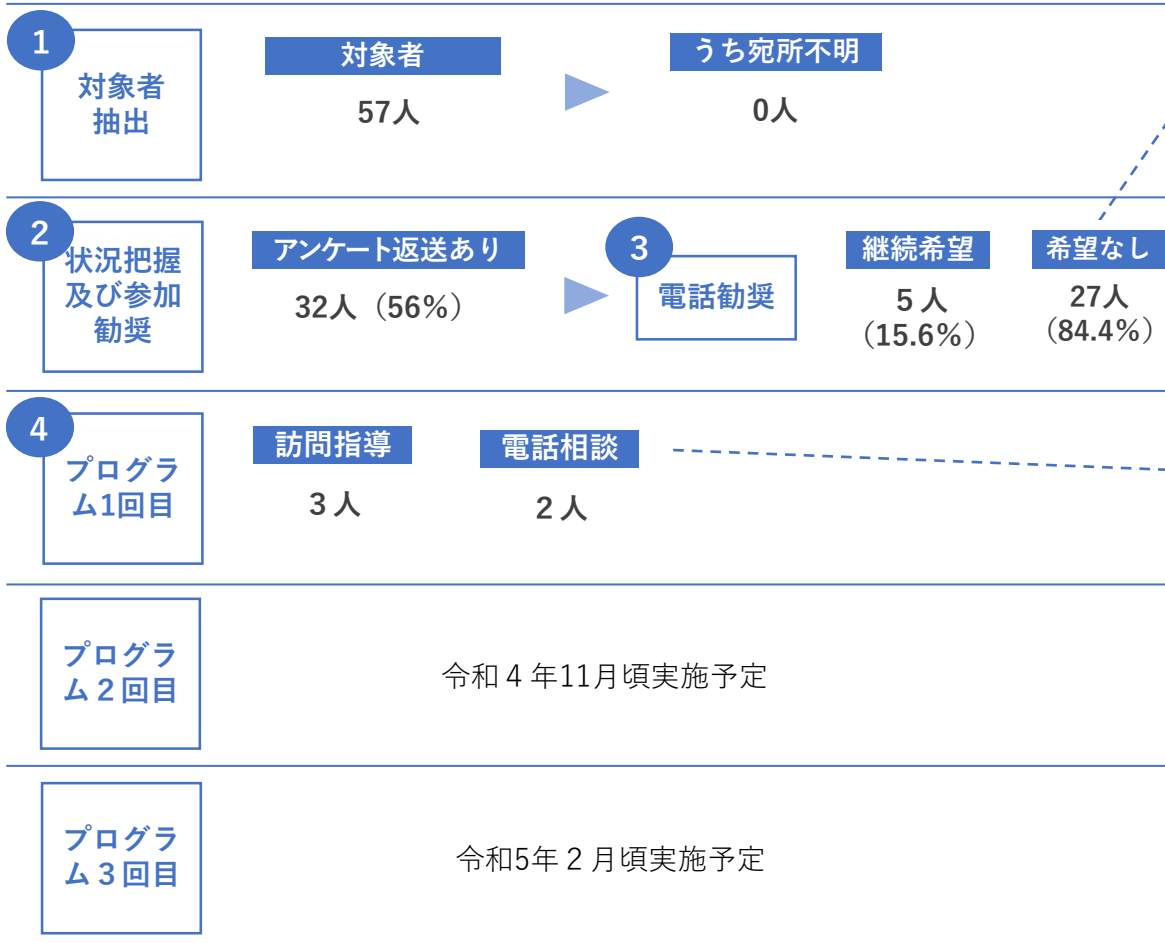
R3 年度後期高齢者健診結果で、選定条件(ア)に該当し、かつ(イ)もしくは(ウ)に該当する者

※特定の疾患(がん、認知症、うつ病等の精神疾患)を有する者と要介護3~5、年齢86歳(年度末年齢)以上を除外

(ア)BMIが20.0kg/m²以下で、質問票⑥「6カ月間で2~3kg以上の体重減少があった」

(イ)質問票⑧「この1年で転んだ」

(ウ)質問票⑬「週1以上外出してない」



継続支援の希望がない方の状況

- ・相談希望なし 9名(資料送付9名)
 - ・他に相談場所がある 5人
 - ・体調不良・疾患の治療中 5人
 - ・通院のため多忙 3人
 - ・コロナ流行のため 1人
 - ・電話が繋がらない 3人
 - ・電話番号不明 1人
- ※2名の方を保健師につないだ

プログラム1回目の実施状況

訪問2人

- ・82歳女性(ひの) 食事量の不足
- ・85歳女性(ひの) 食事量の不足

来所1人

- ・80歳女性(ひの) 食事量、間食の不足あり

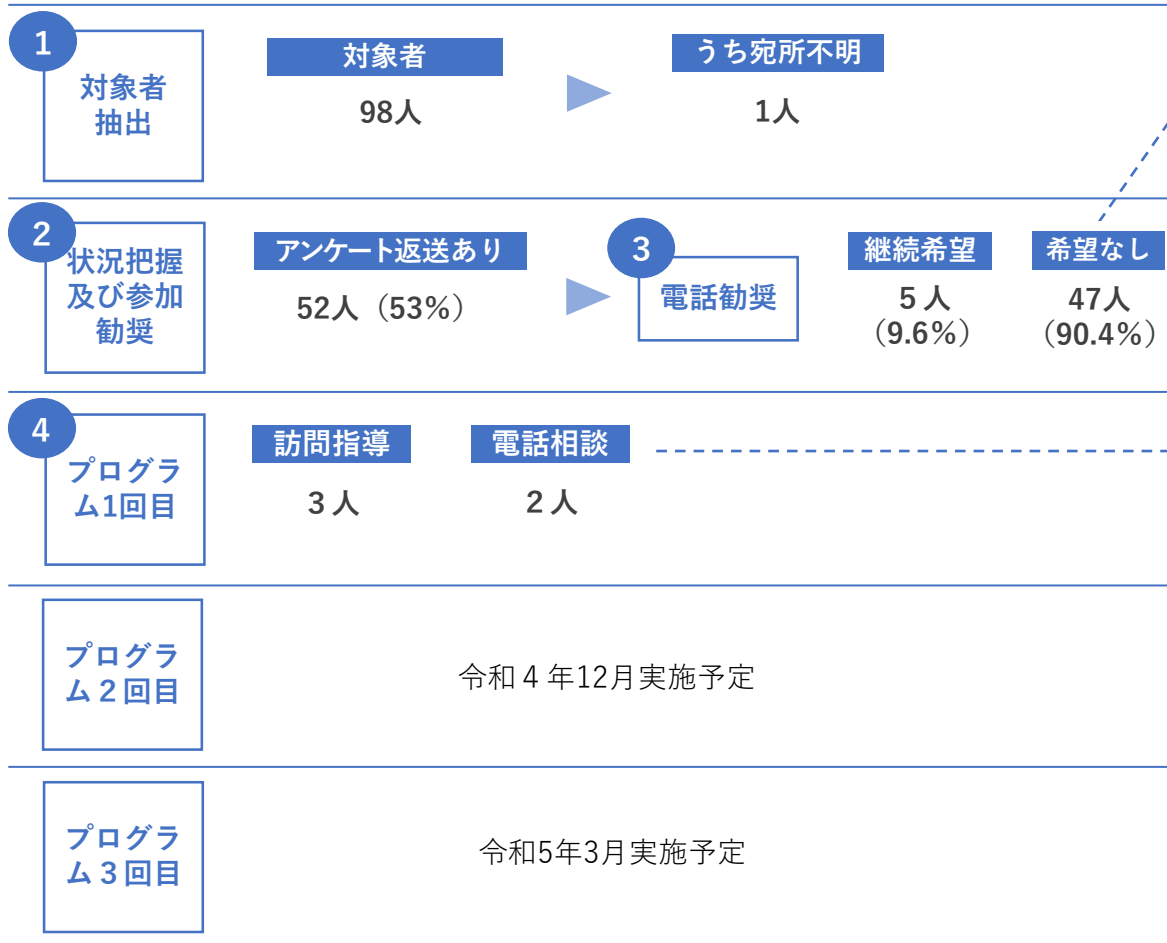
電話2人

- ・80歳女性(ひらやま) 食事量の不足、フレイルの訴えあり
- ・83歳女性(とよだ) 主食量の不足、フレイルの訴えあり※保健師と連携して支援

抽出条件

R3年度後期高齢者健診結果で、選定条件(ア)に該当し、かつ(イ)に該当する者

(ア)質問票④「さきイカたくわん噛みにくい」、質問票⑤「汁物むせる」のいずれかに該当し、レセプトで過去1年間歯科受診なし
 (イ)質問票⑭「家族や友人との付き合いなし」



継続支援の希望がない方の状況

- ・相談希望なし 25人
※内1名パンフレット送付終了
- ・かかりつけ歯科医に相談 16人
※内1名パンフレット送付終了
- ・電話が繋がらない 3人
- ・電話番号不明 3人

プログラム1回目の実施状況

訪問3人

- ・85歳男性（とよだ）歯茎の痛み
- ・86歳男性（とよだ）義歯について
- ・78歳女性（ひの）義歯について

電話2人

- ・84歳女性（ひの）フレイルに関する訴え
- ・83歳女性（たかはた）飲み込みについて

「いきいき健康プログラム」実施内容

ポピュレーションアプローチ実施内容

目的

フレイル予防に関する知識を習得し、必要な健康行動がとれる。

対象

通いの場に通う後期高齢者

方法

保健師・栄養士・歯科衛生士による健康教育、健康相談

実施予定

- ・ ふれあいサロン：10か所
- ・ 自主グループ：9か所
- ・ 介護予防教室：9か所
- ・ シルバー人材センター

実施状況

生活圏域	計画（4月）	実績（9月）	延べ人数	相談希望者
たかはた	5か所	2か所	27人	0人
とよだ	5か所	2か所	54人	8人
ひの	3か所	2か所	40人	8人
ひらやま	7か所	3か所	35人	4人



- ・ 健康課地区担当保健師が中心となり、高齢福祉課保健師、包括支援センターと連携して、必要な通いの場の選定を行う。
- ・ 1つの通いの場への関与については、基本1回。
(必要性があればこの限りではない)
- ・ 3年くらいかけて担当地区の通いの場を把握していく。

「いきいき健康プログラム」実施状況

R4年度の実施スケジュール

- ・前年度分のKDBデータがすべて整うのが7月上旬であるため、ハイリスクは8月ぐらいから動き出している。
- ・ポピュレーションは、地区担保健師が地域との調整、進捗管理を行い通年で実施している。

4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
----	----	----	----	----	----	-----	-----	-----	----	----	----

ハイリスクアプローチ

● R4年度事業計画作成 ● 広域連合に計画提出		● KDBから対象者抽出 ● 勧奨通知送付 ● 電話勧奨	● 初回訪問			● 2回目電話			● 3回目訪問		● R4年度事業評価 ● 広域連合に報告書提出
-----------------------------	--	------------------------------------	--------	--	--	---------	--	--	---------	--	----------------------------

ポピュレーションアプローチ

● R4年度事業計画作成 ● 高齢の保健師と打合せ ● 広域連合に計画提出		● 各包括の看護師と地区担当保健師が打合せ ● 健康教育の実施									● R4年度事業評価 ● 広域連合に報告書提出
---	--	------------------------------------	--	--	--	--	--	--	--	--	----------------------------

協議会・庁内外の連絡会議等

● 庁内連携会議 ● 6/7 包括支援センターへの事業説明	● 庁内連携会議 ● 7/11 歯科医会への事業説明	● 庁内連携会議 ● 9/15 包括医療職部会への事業説明	● 10/6 第1回協議会実施								
----------------------------------	-------------------------------	----------------------------------	-----------------	--	--	--	--	--	--	--	--