

# 高齢者の保健事業と介護予防の 一体的実施について

～健康寿命延伸に向けた取組み～



令和5年11月29日（水）

市民健康部国保医療課

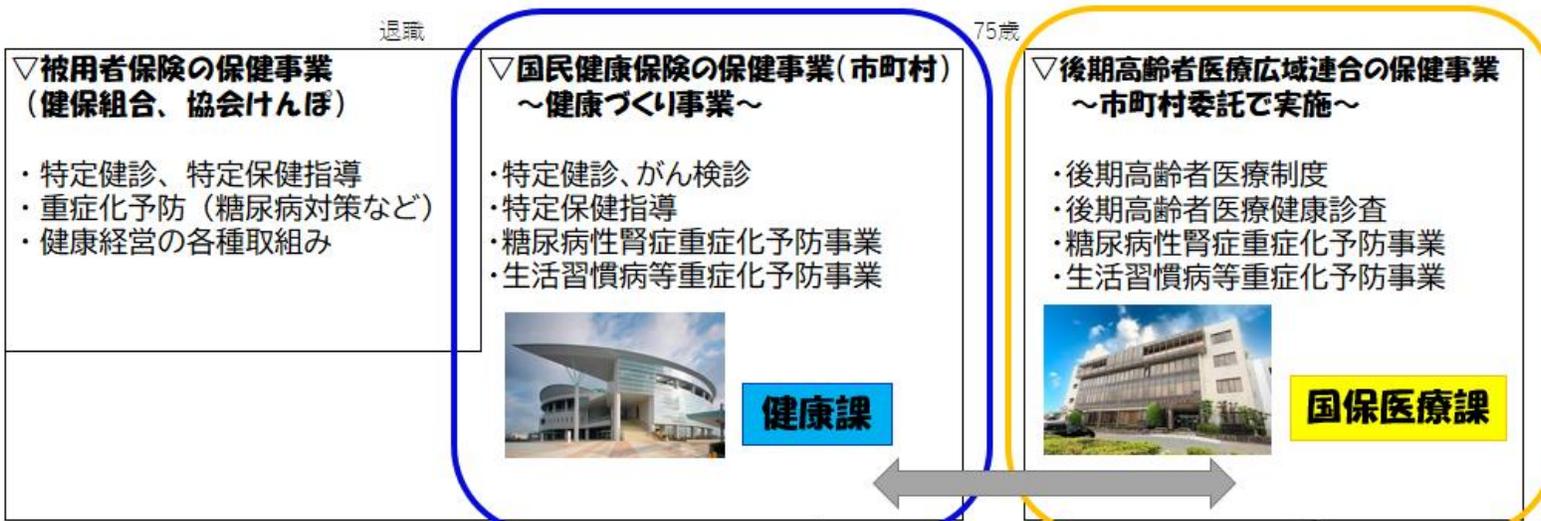
# お話しする内容♪

- 1 高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施の概要
- 2 北名古屋市の現状・健康課題
- 3 一体的実施の取組み

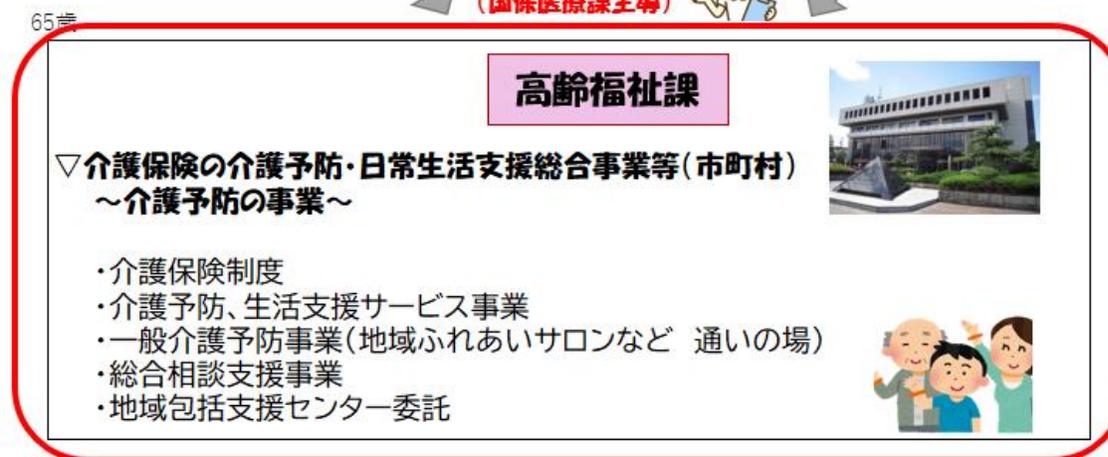


# 1 高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施の概要

医療保険



介護保険



## 課題

- ① 国保と後期高齢者の保健事業の連携が不十分。
- ② 保健事業と介護予防を一体的に実施。  
(データの分析必須)
- ③ フレイル状態に着目した疾病予防の取組が必要。

# 1 高齢者の保健事業と介護予防等一体的実施の概要

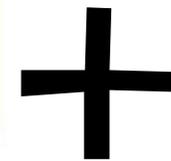
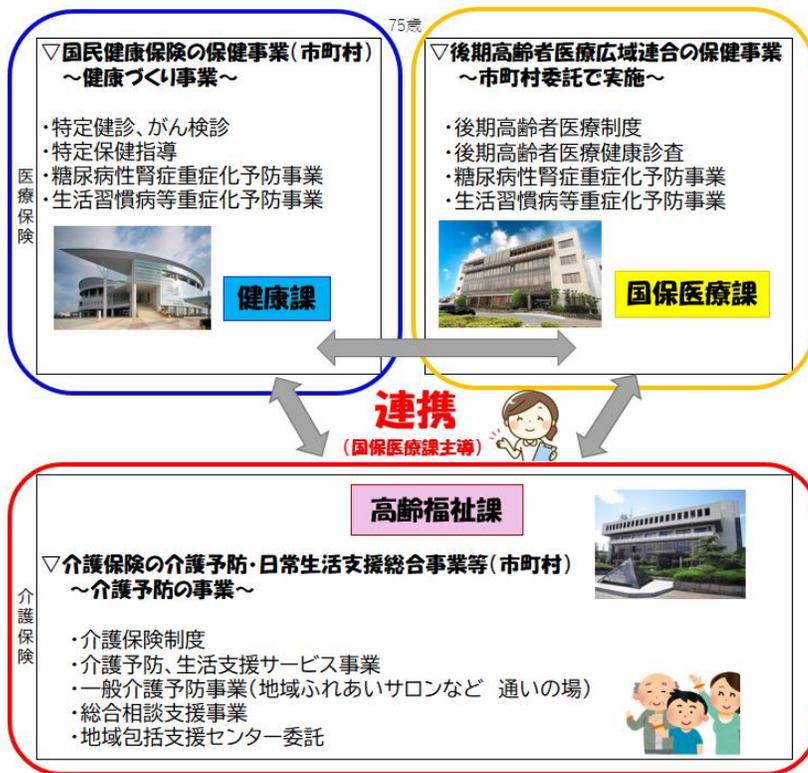
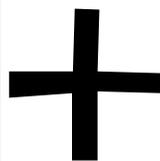
## 目的：健康寿命の延伸

- ☆地域の健康課題をみつけて、課題解決のための対策を行う。
- ☆高齢福祉課、健康課、国保医療課の3課が連携して実施する。
- ☆フレイル予防に取り組む。

## データ分析

(健診、医療、介護)

地域の健康課題  
へのアプローチ



## フレイル 予防対策

体操クラブやサロン等  
通いの場が重要♪

## 2 北名古屋市の現状・健康課題

### 北名古屋市の人口の推移

	H25	H30	R5
人口	82,865人	85,584人	86,181人
高齢者数 (65歳以上)	18,032人	20,454人	20,569人
高齢化率	21.76%	23.90%	23.87%

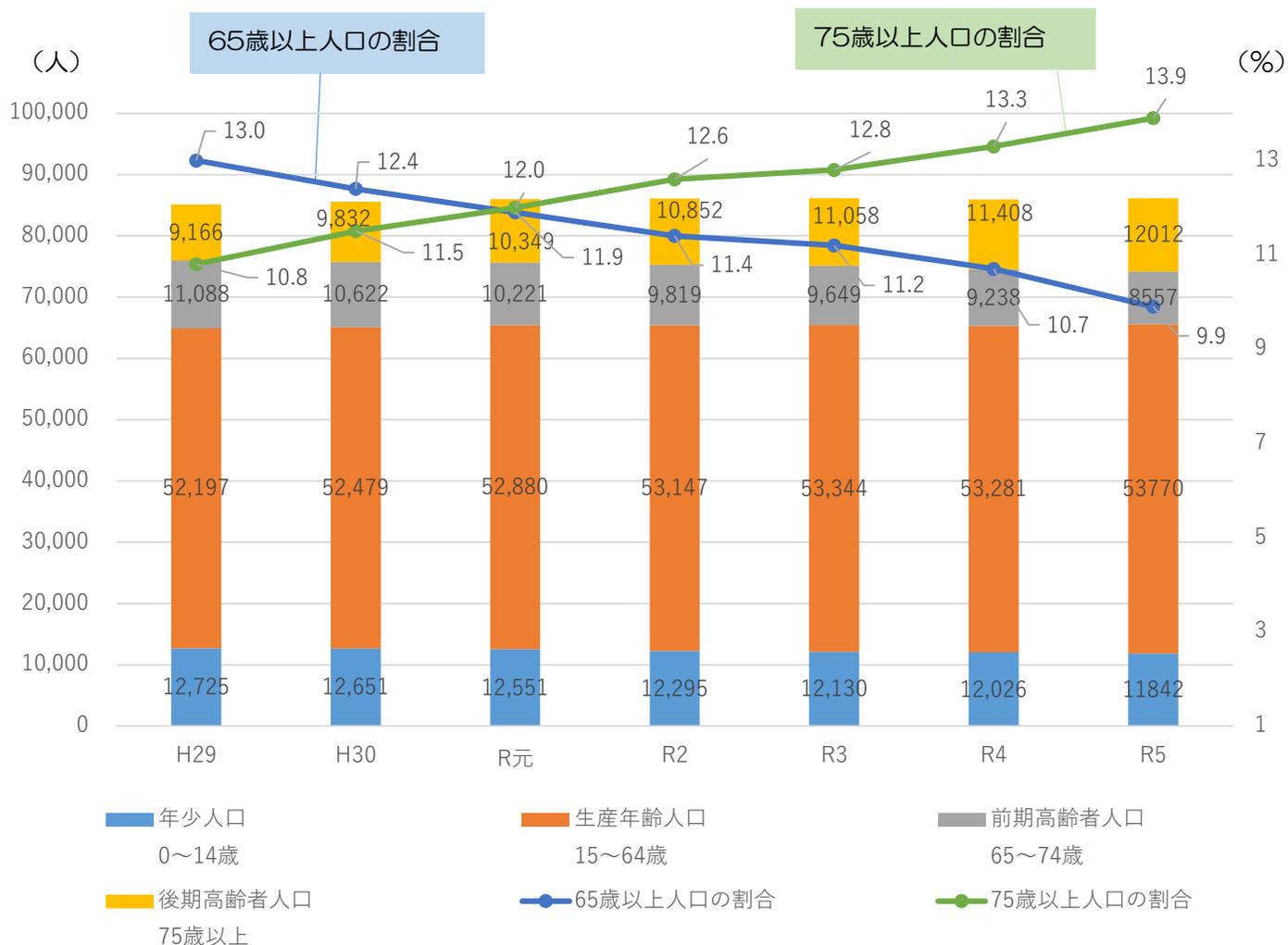
住民基本台帳より（各年4月1日現在のデータ）

### 《現状》

- ・ 高齢化率は、令和元年頃まで年々緩やかに増加していたが、令和元年以降は横ばい。

# 2 北名古屋市の現状・健康課題

## 北名古屋市の年齢区分別人口の推移



住民基本台帳より（各年4月1日現在のデータ）

### 《現状》

- 75歳以上の方の割合が年々増加



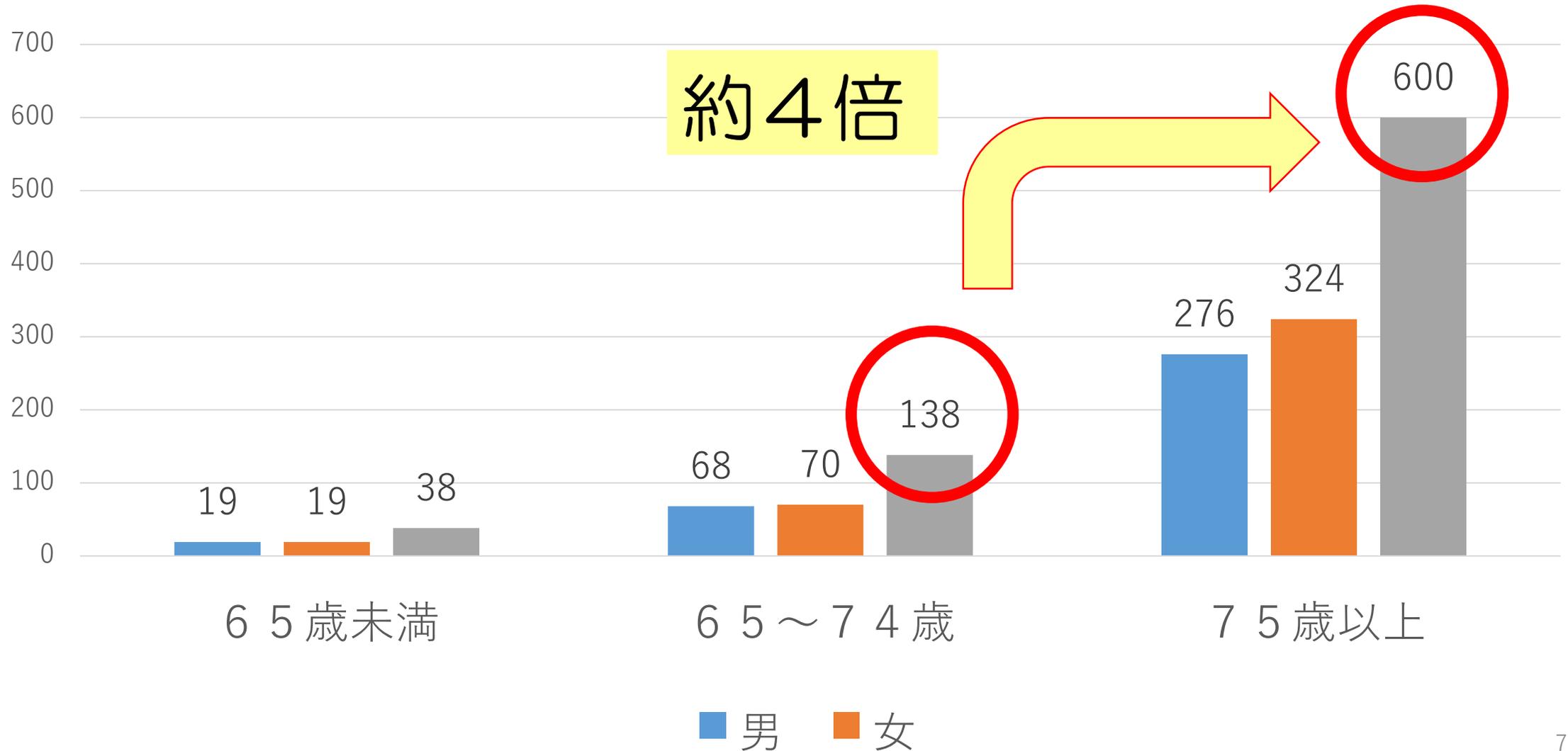
### 《今後の予測》

- 団塊の世代が75歳以上となり

今後も後期高齢者が増加

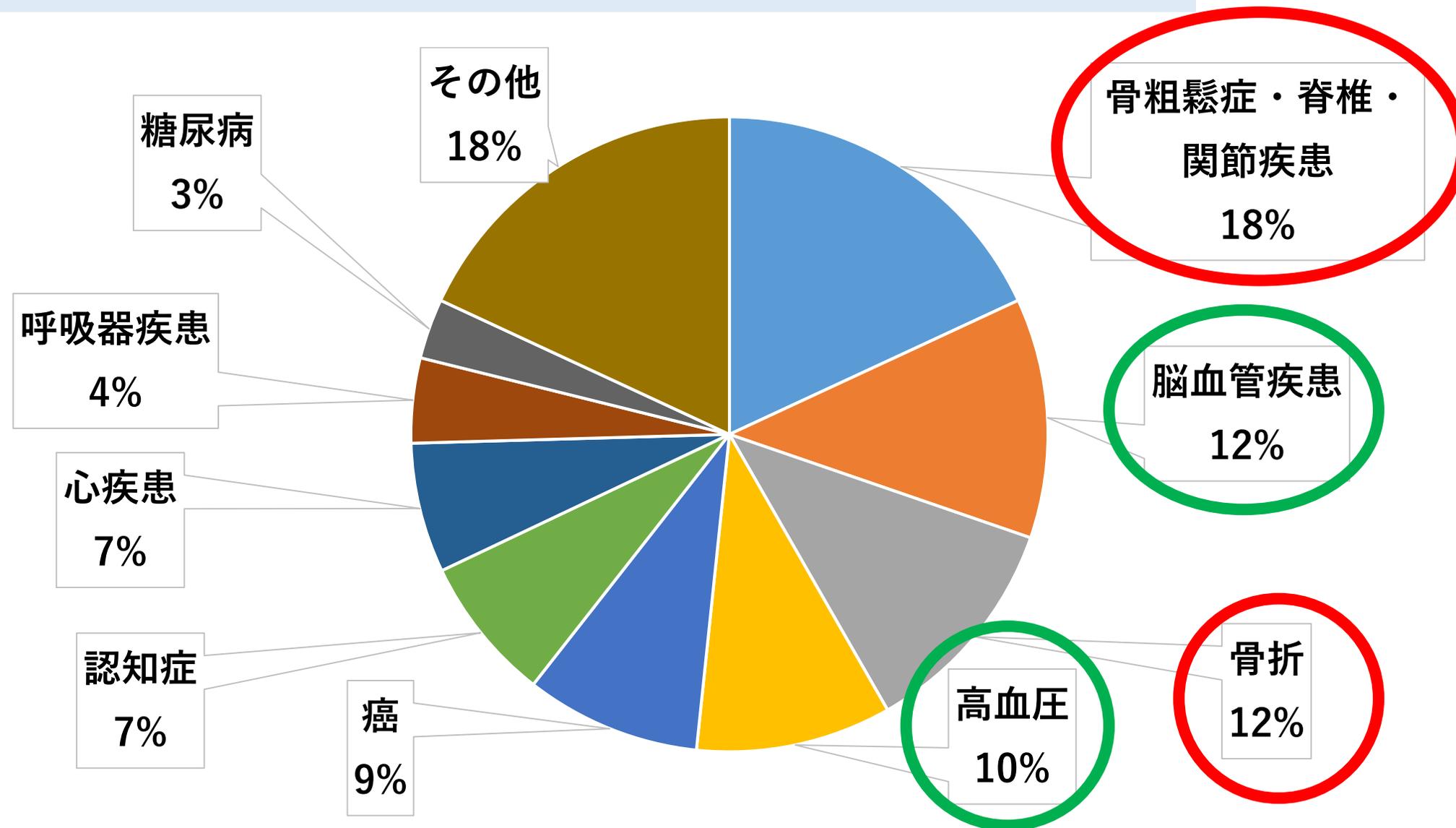
## 2 北名古屋市の現状・健康課題

令和4年度 北名古屋市新規介護認定者数



## 2 北名古屋市の現状・健康課題

令和4年度北名古屋市の新規介護認定の原因疾患 要支援1・2の人（総数）



## 2 北名古屋市の現状・健康課題

後期高齢者の入院、外来を合わせた医療費の割合（R4）

1位	慢性腎臓病（透析あり）	7.3%
2位	糖尿病	4.3%
3位	不整脈	4.2%
4位	骨折	4.0%
5位	関節疾患	3.4%
6位	高血圧症	3.3%
7位	脳梗塞	2.9%
8位	骨粗しょう症	2.4%
9位	肺がん	1.8%
10位	脂質異常症	1.6%

KDBシステム「医療費分析（2）大、中、小、細小分類より

### 《現状》

- 慢性腎臓病（透析あり）、糖尿病、不整脈、骨折の順に高い。
- 慢性腎臓病（透析あり）の割合は、県6.6%よりも高い。

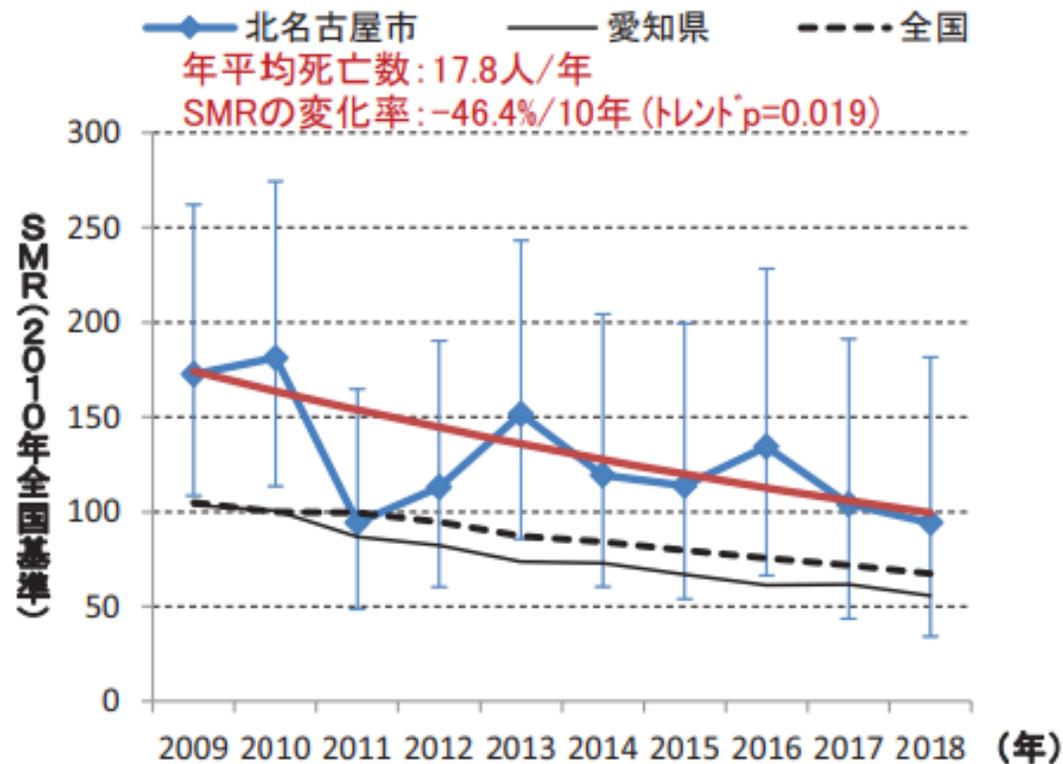


# 2 北名古屋市の現状、健康課題

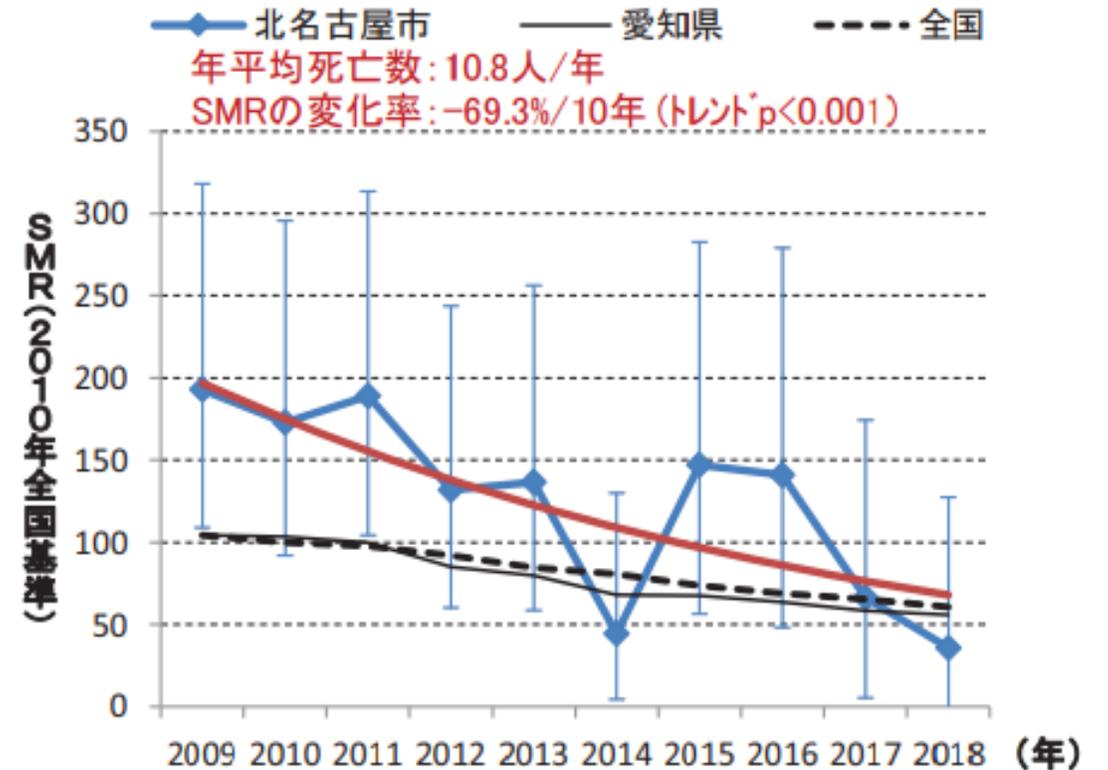
## 現状 急性心筋梗塞

で亡くなる人が県・国と比較が高い！

男性



女性



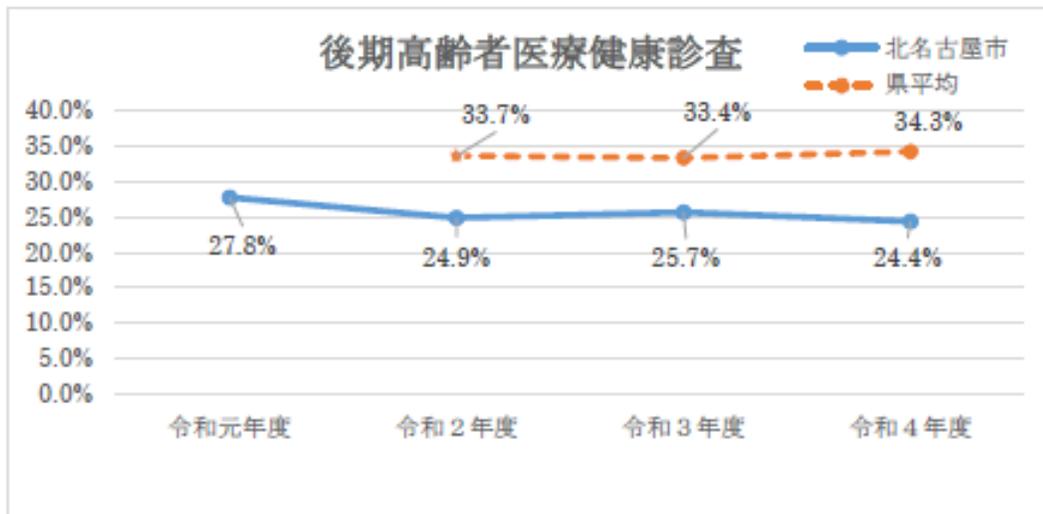
※死因別標準化死亡比 (SMR) 国立保健医療科学院HPより

# 2 北名古屋市の現状・健康課題

## 後期高齢者医療健康診査 受診状況

	対象者	受診者	受診率	県内順位
R元年度	11,161人	3,106人	27.8%	—
R2年度	11,351人	2,821人	24.9%	47位
R3年度	11,647人	3,017人	25.7%	48位
R4年度	12,208人	3,016人	24.4%	51位

KDBシステムより



## 《現状》

- 健診の受診率が低い。  
(県の平均 30%前半)
- 健診未受診＋医療未受診  
R4年度 301人  
R3年度 278人





# 3 一体的実施の取組み

〈令和5年度〉

## ○リスクが高い人への個別的支援（ハイリスクアプローチ）

健診結果が、受診勧奨判定値以上（血圧、血糖）のうち、医療につながっていない人にアプローチをして医療につなげる。



## ○幅広い支援（ポピュレーションアプローチ）

サロン等通いの場でフレイル予防や地域の健康課題についてのミニ講話を実施。健診受診勧奨を行い、受診率アップを目指す。

R5年度：サロン35か所のうち31か所で実施（88.6%達成）  
複数メニューの申込みあり 全体で48回実施



### 3 一体的実施の取組み

〈令和6年度〉

#### ○リスクが高い人への個別的支援（ハイリスクアプローチ）

継続

健診結果が、受診勧奨判定値以上（血圧、血糖）のうち、  
医療につながっていない人にアプローチをして医療につなげる。



#### ○幅広い支援（ポピュレーションアプローチ）

拡充

フレイル予防や地域の健康課題についてミニ講話を実施。

R6年度は、体操クラブ・コグニサイズ、サロン等通いの場等を  
対象として実施予定。



# 3 一体的実施の取組み

## 幅広い支援（ポピュレーションアプローチ）について

サロン等通いの場でフレイル予防や地域の健康課題についてのミニ講話を実施。

### ミニ講話メニュー（1講話15分程度）

- ① 放っておくと怖い病気 ～糖尿病、高血圧～
- ② フレイル予防 ～若返り大作戦～
- ③ オーラルフレイル ～口から始める老化予防～

※オーラルフレイルは、みのり会に委託をして実施。

- ④ フルコース ※内容は要相談(60～90分程度)

※フルコース実施時は、健康測定会（骨波形など）を同日開催することも可能。  
その場合、日程等は要相談。

**今日からできる運動** 身体活動  
複合的な運動プログラムがおすすめ！

筋力を維持する運動	歩行運動	バランス運動
机につかまりながら屈伸運動 ※楽にできたら、手を放して屈伸運動	背筋を伸ばして！ 「楽」と感じる、または会話できる速さで	机につかまりながら片足立ち
		
10回を1～2セットを目標	10分から、30分を目標	30秒～60秒を目標

タンパク質摂取も一緒に！ 参考 国立高齢医療研究センター・東浦町作成「健康長寿教室テキスト第2版」厚生労働省 健康づくりのための身体活動基準 2013 アクティブガイド

**②主食+主菜+副菜をそろえる**  
～バランスの良い食事～ 栄養

**主菜**  
肉・魚・卵・豆腐など  
筋肉をつくる、エネルギーになる  
(メインのおかず)

**副菜**  
野菜類・海藻・きのこ  
からだの調子を整える  
(小さいおかず)

**主食**  
ご飯・パン・麺  
エネルギー源になる

●食欲がないときには 特におかずを先に食べ、ご飯はあとで  
参考 国立高齢医療研究センター・東浦町作成「健康長寿教室テキスト第2版」

ご清聴、ありがとうございました。

