

国保ヘルスアップモデル事業市町村会議の設置について

1 目的

平成14年度から実施する国保ヘルスアップモデル事業において、当該事業の指定を受けた市町村が事業実施状況報告及び意見交換等を行い、事業の円滑な推進を図るため、国保ヘルスアップモデル事業市町村会議を設置する。

2 会議の構成メンバー

構成メンバーは、別紙のとおり指定市町村の実務責任者、事業実施責任者及び事業評価する者の3名程度とする。

3 会議の運営

(1) 会議の運営(議事進行)については、進行役、副進行役を置き、議事進行を行う。

(2) 会議の構成メンバーは、事業の実施状況や課題について会議の中で報告し、意見交換を行う。

会議は、年度内に3回程度開催するものとする。

(3) 必要に応じて、会議の中に部会を置くことができる。

(4) 事務局は、国民健康保険中央会に設置する。

平成15年度 国保ヘルスアップモデル事業市町村計画の概要

No. 1

都道府県 市町村	北海道 札幌市	宮城県 涌谷町
総人口 (13年度末)	1,830,902 人	19,526 人
国保被保険者数 (13年度末)	521,859 人	8,594 人
老人保健医療給付 対象者数 (13年度末)	146,211 人	2,292 人
老人保健医療給付 対象者数の割合 (13年度末)	28.02%	26.67%
対象とする 予備軍の 生活習慣病名	高血圧症 高脂血症 糖尿病 肥満 喫煙	高血圧症 高脂血症 糖尿病 肥満
年齢層	高血圧症・高脂血症・糖尿病・肥満 40歳～ 喫煙 年齢制限なし	40歳～79歳
介入群の実践者数	1,020人	120人
対照群の数	900人	40人
個別健康支援 プログラムの タイプ	運動を中心とした健康支援プログラム 喫煙を「休む」ための支援プログラム	
個別健康支援 プログラムの 内容	<ul style="list-style-type: none"> ・次の3コースを実施 ・「しっかりコース」 公共・民間の健康づくり施設(スポーツクラブ)を複数活用し、個別運動プログラムを半年間しっかりと実践してもらうコース ・「たのしくコース」 家庭、地域、専門の運動施設などさまざまな社会資源を活用した運動メニューの中から、参加者が継続していけるものを自ら選択し、たのしく実践してもらうコース。行動科学的な観点から必要な支援を適切に行う。 ・「休煙コース」 肺のCT撮影のほか、喀痰・肺機能・呼気中Co濃度などを検査。その結果とアドバイスに基づき、極力長く「休煙」してもらうコース 	<ul style="list-style-type: none"> ・意識啓発型：総合コーディネーターを中心に20人を2グループ作り、少人数(4人)で進める。生活習慣力(人間関係・社会活動・自己実現・ゆとり)の向上と本人の健康意識と知識を高める運営方法や人材育成を目指す。 ・学習援助型：20人2グループに対して食事と運動指導を集団・個別指導を組み合わせて実施。病気になるための知識を学び、実践力をつけ、継続した健康行動を取りながら、豊かな人生を過ごすことを目指す。 ・意識啓発型+学習援助型：20人2グループに対して健康意識と知識の両面から働きかけを行うことによって自己実現が図られ、豊かな人生を過ごすことを目指す。
市町村の担当部署	国保年金課	健康福祉課地域ケア室
事業実施者	札幌市健康づくり事業団ほか	涌谷町国保病院
事業実施者の 主なメンバー	<ul style="list-style-type: none"> ・札幌市健康づくり事業団、コナミスポーツクラブ、スポーツクラブZip、全国訪問健康指導協会、ベクセル倶、北海道労働保健管理協会(札幌市スポーツ振興事業団は除く) 医師(4) 保健師(5) 看護師(8) 管理栄養士(1) 運動指導員(25) X線技師(2)、事務・研究員ほか(14) 	<ul style="list-style-type: none"> ・町 保健師(1) 管理栄養士(1) 健康運動実践指導者(1) 臨時栄養士(1) 事務補助員(1) ・町国保病院 保健師(2) 医師(1) ・宮城県成人病予防協会健康運動指導士(1) ・日本ヘルスサイエンスセンター 総合健康コーディネーター(1)
評価者	札幌医科大学医学部公衆衛生学講座 教授 森 満	東北大学大学院医学系研究科社会医学部 公衆衛生分野 助教授 坪野 吉孝

平成15年度 国保ヘルスアップモデル事業市町村計画の概要

No. 2

都道府県	福井県	岐阜県
市町村	名田庄村	坂下町(協力町村:川上村、山口村、南木曾町)
総人口 (13年度末)	2,976人	14,336人
国保被保険者数 (13年度末)	1,063人	5,438人
老人保健医療給付 対象者数 (13年度末)	410人	2,995人
老人保健医療給付 対象者数の割合 (13年度末)	38.60%	55.1%
対象とする 予備軍の 生活習慣病名	高血圧 肥満 高脂血症 糖尿病	高血圧症 肥満 高脂血症 糖尿病
年齢層	30~74歳	20歳~59歳 60歳以上
介入群の実践者数	120人(内国保加入者85人)	210人(内国保加入者210人)
対照群の数	40人	200人(内国保加入者200人)
個別健康支援 プログラムの タイプ		セミナー群 運動教室群
個別健康支援 プログラムの 内容	<p>・個人単位の健康カルテ(電子化)を作成し、個人単位の健康支援プログラムに基づく個別教育・集団教育を実施。</p> <p>・住民に事業内容を説明し、同意を得た上で事業を実施する。</p> <p>(1) 専門家主導による健康教育群 医師、保健師、管理栄養士、健康運動指導士による個別・集団教育</p> <p>(2) 健康ボランティア育成介入群 既存の社会資源を活用した健康ボランティアを育成する研修会を開催し、住民巻き込み型で健康について学習する。</p> <p>(3) IT(携帯電話)による介入群 携帯電話による情報提供と個別指導</p> <p>(4) 従来群</p>	<p>・20~59歳(セミナー群と運動教室群の年代別健康維持増進)</p> <p>セミナー群 60人:セミナーによる栄養摂取意識、運動実施意識への効果及び生体機能の変化を検討する。</p> <p>糖尿病、肥満、高脂血症、高血圧症 各15名</p> <p>運動教室群 30名:個別に運動指導を行い生理機能の変化の検討並びに運動種別による相違を検討する。糖尿病、肥満 各15名</p> <p>・60歳以上(セミナー群と運動教室群の健康度アップ・身体機能向上)</p> <p>セミナー群 80人:セミナーによる栄養摂取意識、運動実施意識への効果及び生体機能を検討する。</p> <p>糖尿病、肥満、高脂血症、高血圧症 各20名</p> <p>運動教室群 40人:高齢者のための最も効果的な運動プログラムの開発</p> <p>糖尿病、肥満 各20名</p> <p>・介入期間:3年間</p>
市町村の担当部署	保健福祉課	坂下町健康づくり課
事業実施者	名田庄村保健福祉課 国保名田庄診療所	坂下町健康福祉会館「おおぞら」 国民健康保険坂下病院
事業実施者の 主なメンバー	<p>・国保直診 医師(2)看護師(5)</p> <p>保健師(2)管理栄養士(1)</p> <p>臨時管理栄養士(2)</p> <p>臨時運動指導士(1)</p> <p>臨時事務補助員(2)</p>	<p>・坂下町健康づくり課 保健師(1)管理栄養士(1)事務員(2)</p> <p>・国保坂下病院 医師(1)保健師(2)管理栄養士(1)理学療法士(1)運動指導士(1)</p> <p>臨時運動指導士(2)事務員(1)</p> <p>川上村保健師(1)</p> <p>山口村保健師(1)管理栄養士(1)</p> <p>南木曾町保健師(1)管理栄養士(1)</p>
評価者	神戸大学大学院医学系研究科医科学専攻 環境応答医学講座分子疫学分野 助手 坂根 直樹	愛知医科大学衛生学教室 教授 小林 章雄 愛知医科大学ヘルスプロモーション講座 助教授 岩尾 暢子

平成15年度 国保ヘルスアップモデル事業市町村計画の概要

No. 3

都道府県 市町村	滋賀県 山東町	大阪府 泉佐野市
総人口 (13年度末)	13,441 人	99,963 人
国保被保険者数 (13年度末)	4,213 人	34,192 人
老人保健医療給付 対象者数 (13年度末)	1,591 人	7,647 人
老人保健医療給付 対象者数の割合 (13年度末)	37.76%	34.26%
対象とする 予備軍の 生活習慣病名	高血圧症 高脂血症 肥満 糖尿病	高血圧症 高脂血症 糖尿病 喫煙
年齢層	30歳以上65歳未満	30歳～69歳
介入群の実践者数	120人	350人
対照群の数	120人	350人
個別健康支援 プログラムの タイプ	個別支援を中心に、集団指導及び通信指 導で健康づくりを支援していく併用型	個別支援を中心に、集団健康教育で健康づく りを継続支援していく併用型
個別健康支援 プログラムの 内容	<ul style="list-style-type: none"> ・個別指導 参加者自身が自ら問題点を認識し、目標 を決定し、達成度合いを評価できるよう、 訪問あるいは施設で2ヶ月に1回行う。 ・集団指導 楽しさや仲間とのつながり・改善成功者 の工夫を取り入れる、など集団指導のメリ ットを生かした教室を開催する。運動と栄 養の改善を目的とした教室を2～4週間に 1回開催する。また、介入群は、2ヶ月に 1回程度で各自の実践報告・情報交換を行 う。 ・通信指導 個別指導を行わない隔月にコントロール 群を含め資料と共にパンフレット等を送付 する。介入群には検査結果等も通知し、自 己認識できるものとする。 	<ul style="list-style-type: none"> ・個別支援プログラム(ときめきプラン) 350人個別支援プログラムを発行し、運動 ・栄養・健康の相談・健康チェックを定期的 に実施し、健康づくりの個人目標を継続するた めの支援を行う。 ・にこにこヘルス教室(集団) 全13回 1コース 25人 個人にあった食生活・運動・休養の生活習慣 改善するために、グループワークを組み合わ せた教室運営を行う。 ・にこにこヘルス地域教室(集団)全4回 2コース 40人 個人に合った食生活・運動・休養の生活習慣 改善をするために、グループワークと個別相談 を組み合わせた教室運営を行う。教室終了後、地 域での仲間づくりと継続を目指す。 ・すこやか・はつらつ・いきいき教室 200人 運動を中心とした生活習慣予防の ための教室運営を行う。 ・フォロー教室 地域での健康づくりを継続支援するための教 室運営を行う。
市町村の担当部署	健康福祉課	国保年金課
事業実施者	町	市
事業実施者の 主なメンバー	町 保健師(2) 臨時看護師(2) 臨時事務職員(1) 臨時栄養士(1) 健康運動指導士(1) 臨時健康運動指導士(1) 臨時運動指導員 (2)	市 保健師(9) 管理栄養士(1) 運動指導員(1) 臨時保健師(2) 臨時栄養士(1) 臨時健康運動指導士(1) 臨時事務職員(1) 健康運動指導士(1)
評価者	大阪教育大学健康科学講座 教授 山川 正信	大阪府立健康科学センター 所長 嶋本 喬 大阪市立大学大学院医学研究科 運動生体医学分野 教授 藤本 繁夫

平成15年度 国保ヘルスアップモデル事業市町村計画の概要

No. 4

都道府県	香川県	福岡県
市町村	観音寺市・山本町・大野原町 豊浜町・財田町（1市4町）	宇美町
総人口 （13年度末）	80,056人	37,375人
国保被保険者数 （13年度末）	30,117人	10,461人
老人保健医療給付 対象者数 （13年度末）	10,345人	2,703人
老人保健医療給付 対象者数の割合 （13年度末）	34.3%	25.8%
対象とする 予備軍の 生活習慣病名	高血圧症 高脂血症 糖尿病	高血圧症 糖尿病 喫煙
年齢層	40歳～69歳	30歳～75歳
介入群の実践者数	300人	160人
対照群の数	300人	160人
個別健康支援 プログラムの タイプ	食生活の確立 運動習慣の獲得	・小集団指導 ・小集団指導＋訪問指導 ・夜間集団指導
個別健康支援 プログラムの 内容	<p>・各市町の保健センターを利用し、参加者と対面方式で保健師・看護師による生活指導を行う。</p> <p>・三豊総合病院（健康管理センター）でメディカルチェックを行い個人に適した生活習慣の改善目標を定める。</p> <p>・各市町で運動プログラムを提供し、希望者は、市町の枠を越えて集団指導に参加する。</p> <p>（1）個別指導（300人） （2）集団指導（対照群300人） （3）夜間生活習慣病教室 （4）在宅指導群：ビデオ・ウェルナビでの栄養指導・メール指導などを実施。 （3）及び（4）については、オプション</p>	<p>【小集団指導】</p> <p>・4ヶ月間、地区小学校で3教室、健康福祉センターで1教室実施。（各教室20人）</p> <p>・5人を1グループとした2時間の運動・栄養指導。毎回2～3人の個別指導を実施。</p> <p>【小集団指導＋訪問指導】</p> <p>・4ヶ月間、地区小学校で2教室、健康福祉センターで1教室で実施。（各教室20人）</p> <p>・5人を1グループとした2時間の運動・栄養指導。毎回2～3人の個別指導を実施。教室期間中に健康運動指導士、管理栄養士、保健師が教室生自宅を訪問し、指導実施。</p> <p>【夜間集団指導】</p> <p>・4ヶ月間、健康福祉センターで1教室実施（20人）運動を1時間、集団指導を1時間実施</p>
市町村の担当部署	健康福祉課（豊浜町が代表）	健康課
事業実施者	1市4町 三豊総合病院	町
事業実施者の 主なメンバー	<p>・各市町担当部署 保健師（5） 管理栄養士（1）事務（10）</p> <p>・三豊総合病院 医師（1） 臨時看護師（1）臨時栄養士（2） 保健師（1）事務（2）</p>	<p>・町 保健師（1）事務（1） 臨時保健師（1）</p> <p>・健康科学研究所 健康運動指導士（3）</p> <p>・福岡労働衛生研究所 健康運動指導士（1） 管理栄養士（1）柔道整復師（1） 保健師（1）</p>
評価者	高知女子大学（岡山大学名誉教授） 学長 青山 英康 岡山大学大学院消化器肝臓感染症内科学 助手 福田 哲也	九州大学健康科学センター 助教授 馬場園 明

平成15年度 国保ヘルスアップモデル事業市町村計画概要

No. 5

都道府県	長崎県	熊本県
市町村	小浜町	植木町
総人口 (13年度末)	11,378人	31,594人
国保被保険者数 (13年度末)	6,028人	13,551人
老人保健医療給付 対象者数 (13年度末)	1,658人	4,744人
対象とする 予備軍の 生活習慣病名	高脂血症 肥満症 糖尿病	高血圧 糖尿病
年齢層	35歳～65歳	30歳～69歳
介入群の実践者数	150人 肥満60 高脂血症60 糖尿病30	120人 高血圧90 糖尿病30
対照群の数	150人	120人 (高血圧90 糖尿病30)
個別健康支援 プログラムの タイプ	温泉施設(リフレッシュセンター)を活用した運動・休養指導に栄養指導を併用した短期集中型の集団および個人プログラム	健康福祉センター(運動施設)を拠点とし、集団と個別教育と運動実践のプログラム
個別健康支援 プログラムの 内容	・健康運動教室：地域住民を対象に運動を柱とした健康運動教室を実施し、本対象者を健康づくり推進員として育成し、本事業への協力体制を整える。 ・健康教室：本事業の対象者となる生活習慣病予備軍に運動(温泉での運動を含む)、休養(温泉浴を含む)、栄養の3つの側面から健康教室を実施する。健康教室は短期集中型(週2回/月、3カ月間)で行い、その後は、個々で健康づくりを推進していただけるようにフォローする。運動日誌、食事日誌、自己血糖測定評価などを積極的に利用して個人が自己管理して自立できるよう促す	・健康運動教室(高血圧、糖尿病)運動療法を中心とした個別プログラムに基づき、個別・集団健康教育を行うと共に、健康推進員としての人材を育成する。 集団教育8回、個別教育3回、一週間に3回の運動教室に参加しながら運動プログラムを実践。
市町村の担当部署	町民課	住民課
事業実施者	町	町・国保病院
事業実施者の 主なメンバー	・町 保健師(3) 臨時保健師(2) 臨時管理栄養士(1) 臨時栄養士(2) 臨時看護師(3) 事務(1) 臨時事務(1) ・運動指導士(2) ・健康増進車職員 管理栄養士(1) 測定員(1) ・町リフレッシュセンター 運動トレーナー(4) ・医師(1) ・臨時臨床検査技師(1) ・臨時レントゲン技師(1)	・町健康福祉センター 保健師(5) 臨時保健師(2) 管理栄養士(1) 臨時管理栄養士(2) 臨時健康運動指導士(1) ・町国保病院 医師(2) 臨床検査技師(1) ・山鹿保健所 保健師(1) 管理栄養士(1) ・NPO法人スポーツ福祉くまもと 健康運動指導士(3)
評価者	長崎大学教育学部 教授 田原 靖昭他	熊本大学大学院医学薬学研究部衛生学 教授 上田 厚 熊本大学大学院医学薬学研究部代謝内科学 教授 荒木 栄一 熊本大学教育学部 名誉教授 川崎 順一郎

平成15年度 国保ヘルスアップモデル事業市町村計画の概要

No. 6

都道府県	大分県	
市町村	臼杵市	
総人口 (13年度末)	36,505人	
国保被保険者数 (13年度末)	13,533人	
老人保健医療給付 対象者数 (13年度末)	5,116人	
老人保健医療給付 対象者数の割合 (13年度末)	37.80%	
対象とする 予備軍の 生活習慣病名	高血圧症 糖尿病 高脂血症 高尿酸血症 肥満症	
年齢層	30歳～74歳	
介入群の実践者数	250人	
対照群の数	2500人	
個別健康支援 プログラムの タイプ	・教室型指導(集団/対面) ・通信教育・IT型指導(個別/非対面) ・対面型指導(個別/対面)	
個別健康支援 プログラムの 内容	・教室型指導(集団/対面)年150名 ①ミックスコース 体の仕組み、病態の基礎知識、バランス食などの栄養指導、運動の基礎知識と実践、歯の健康を取り混ぜての教室 ②栄養コース 病気と食事の関わり、栄養の基礎知識、バランス食、歯と食事、味付けなど実践を取り入れた教室 ③運動コース 筋肉の働き、有酸素運動の効果、筋力アップメニューの実践など楽しく体を動かすことを行う教室 ・通信教育型・IT型指導(個別/非対面) ①通信教育型にて非対面指導を月に1回、6ヶ月間継続して行う ②IT型(光ケーブル網を活用し、インターネットによる)にて非対面指導を月1回、6ヶ月間継続して行う。 ・対面型指導(個別/対面) ①医師による対面指導を月に1回、6ヶ月間継続して行う ②保健師による対面(訪問)指導を月に1回、6ヶ月間継続して行う	
市町村の担当部署	健康課	
事業実施者	市	
事業実施者の 主なメンバー	・市 保健師(5) 管理栄養士(1) 看護師(2) 栄養士(1) 運動助手(2) ・市医師会立市民健康管理センター 医師(1) 運動トレーナー(1) ・協力医療機関 医師(6) ・大分大学スポーツ・健康分野学生	
評価者	福岡女学院大学人間関係学部 教授 山本 文夫 大分大学教育福祉科学部スポーツ福祉分野 教授 石橋 健司 臼杵市医師会立市民健康管理センター 医師 國廣 潔	