

# 国保ヘルスアップモデル事業の概要

## 1 目的

一次予防に重点を置いた健康づくり事業として、糖尿病、脳卒中等生活習慣病の予備軍に対する個別健康支援プログラムを開発・実践し、モデル事業の分析・評価を行う。

## 2 事業の内容

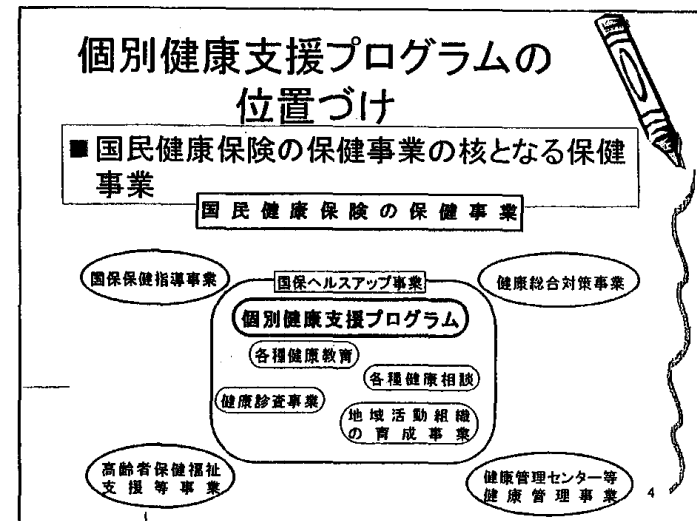
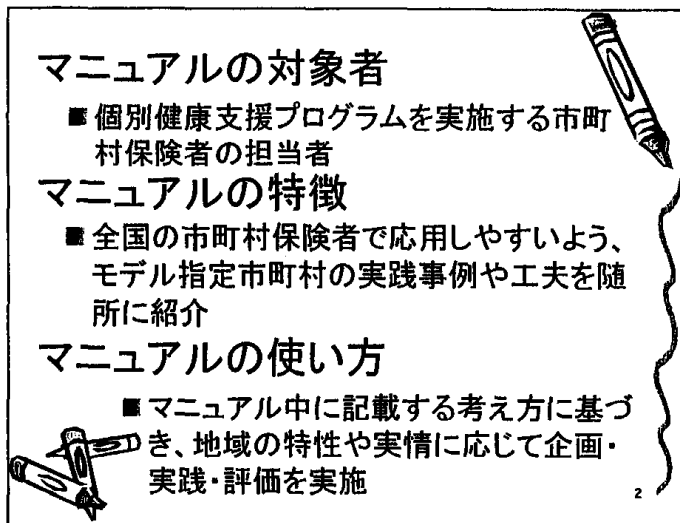
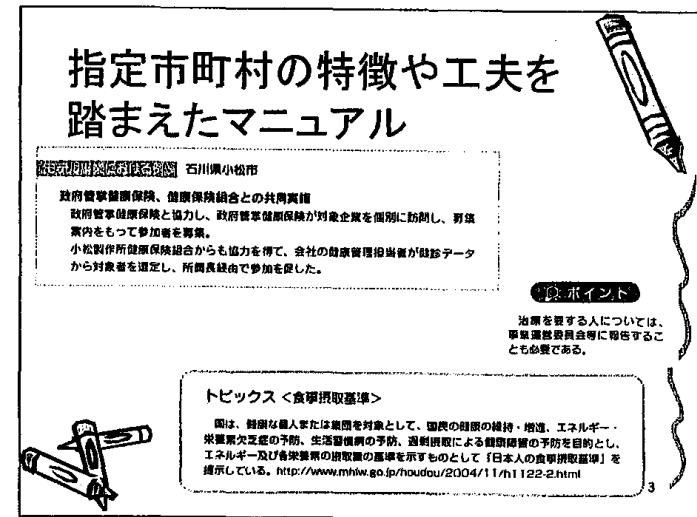
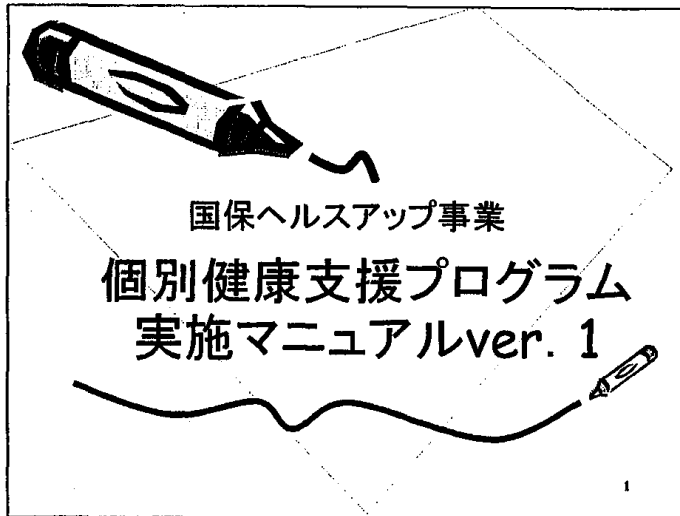
- (1) 指定市町村（平成14年度から16年度にかけて、原則、都道府県に1カ所を指定）において、指定を受けた年度から3年間モデル事業を実施する。
- (2) 実施手順
  - 対象とする生活習慣病の選定
  - 健康度指標の選定及び健康度の策定
  - 個別健康支援プログラムの実践者の選定
  - 保健サービス実施計画の作成及び実施
  - 個別健康支援プログラムの作成
  - 個別健康支援プログラムの実施
  - モデル事業の分析及び評価
    - ・個別健康支援プログラムの効果
    - ・個別健康支援プログラムのコスト
    - ・医療費への効果
- (3) 全指定市町村におけるモデル事業の分析・評価を通して、国保の保健事業として有効な個別健康支援プログラムの具体的手法を取りまとめ、全国の市町村に提供する。
- (4) 「国保ヘルスアップ事業」として国庫助成の対象とする。

## 3 実施体制

市町村、国保直営診療施設等、評価委員会（大学の研究機関等）、事業推進協議会（地域団体、住民等）

# 国保ヘルスアップモデル事業実施市町村一覧

14年度から実施		15年度から実施		16年度から実施	
都道府県	市町村名	都道府県	市町村名	都道府県	市町村名
青森県	大鰐町	北海道	札幌市	山形県	鶴岡市
岩手県	矢巾町	宮城県	涌谷町	茨城県	協和町
福島県	二本松市	福井県	名田庄村	埼玉県	草加市
神奈川県	藤沢市	岐阜県	坂下町	東京都	東久留米市
石川県	小松市	滋賀県	山東町	新潟県	中条町
長野県	茅野市	大阪府	泉佐野市	三重県	四日市市
広島県	加計町	香川県	豊浜町	兵庫県	稲美町
鹿児島県	鹿屋市	福岡県	宇美町	奈良県	香芝市
		長崎県	小浜町	島根県	仁多町
		熊本県	植木町	岡山県	柵原町
		大分県	白杵市	高知県	梶原町
				佐賀県	大和町・富士町
				宮崎県	日南市
				沖縄県	佐敷町
8県	8市町	11道府県	11市町村	14都県	14市町村



## 個別健康支援プログラムの定義

- 生活習慣病の予備群を対象に、健康状態と生活習慣のアセスメントを行い、改善すべき課題を明確にしながら、生活習慣の改善に向けた個人の努力を支援するプログラム

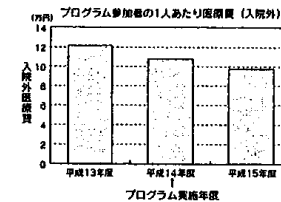
5

## 「経済的」なプログラムの例

岩手県矢巾町

### 個別健康支援プログラムの入院外医療費への影響

高血圧、高脂血症、糖尿病の危険因子を持つ人に対し、生活習慣改善に向けたプログラムを実施。その結果、多くの参加者の中で身体状況に効果がみられた。また、プログラム参加者の1人あたり入院外医療費はプログラム実施前年度、実施年度、実施次年度を比較すると年々、低下傾向にあり、平成13年度から15年度にかけて約2万円低減している。



## プログラムの特徴

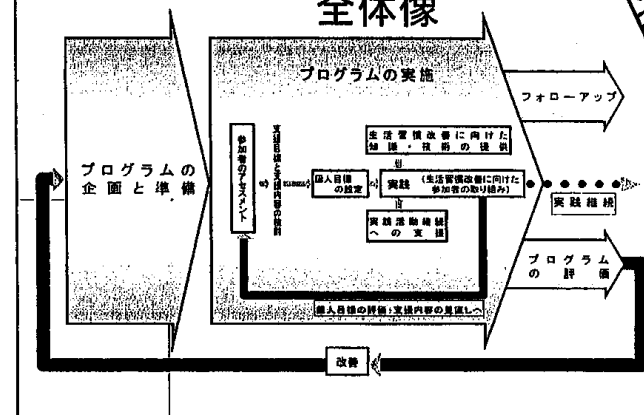
- 「指導」ではなく「支援」するプログラム
- 「個」の特性に応じた支援
- 「個別」と「集団」の組み合わせ
- 食生活と運動を中心にした生活習慣改善

## 優れたプログラムの4大条件

- 「効果」のあるプログラム
- 「継続性」のあるプログラム
- 「波及性」のあるプログラム
- 「経済的」なプログラム

6

## 個別健康支援プログラムの全体像



8

## プログラムの企画に先立って

- 庁内体制の構築: 健康づくり主管課と連携
- 外部機関との連携
- 事業運営委員会の設置
- プログラムに広がりをもたせるための工夫
  - 複数の国保保険者の連携
  - 被用者保険者との連携
  - 保険者協議会における事業実施



9

## 支援材料

- アセスメントに関する材料
- 目標設定のための材料
- 知識・技術提供のための材料
- 自己実践を支援するための材料
- 支援スタッフ用の材料



11

## プログラムの企画と準備

- 対象集団の選定
- プログラムの目標の設定
- プログラム構成の検討:
  - 支援手段、支援形態、期間・回数
- プログラム提供体制の確立
  - 支援スタッフの確保、委託時の留意点、実施場所
- 支援材料の準備
- 事業実施要綱・事業計画書の作成
- 参加者の募集



10

## プログラムを 円滑に進める工夫

- 治療を必要とする人への対応
- 国保ヘルスアップ事業以外の保健事業の活用
- 支援スタッフの研修
- 安全管理
- 情報管理
- 地域住民への広報・周知

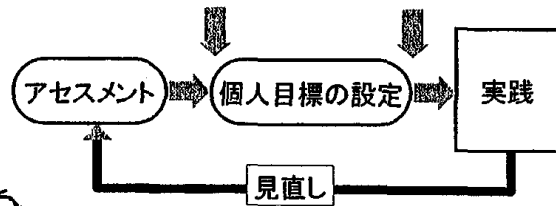


12

## 個別健康支援プログラムの実施

### 個別健康支援プログラムの構成要素

知識・技術の提供／実践活動継続の支援  
(食生活・運動等)



13

## 個人目標の設定

### ■参加者による主体的な目標設定への支援

客観的に評価できる目標設定と目標の明文化  
段階的な目標設定

### ■個人目標の評価と支援内容の見直し

15

## 参加者のアセスメント

### ■必要な情報の収集

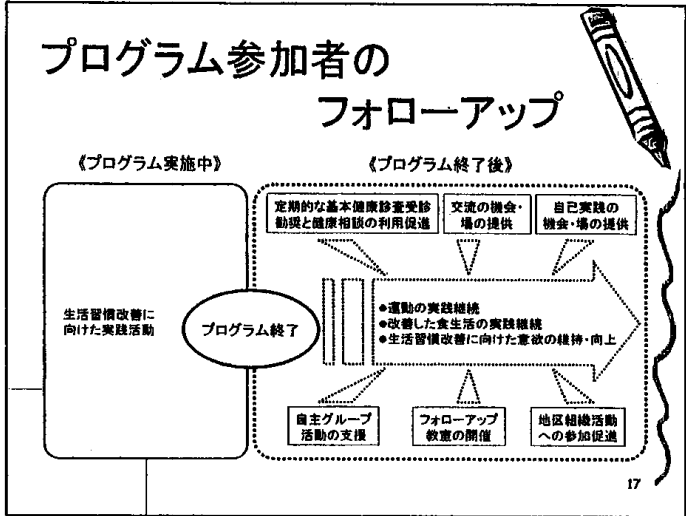
### ■支援目標と支援内容・方法の検討

14

## 実践活動継続への支援

- 実践記録
- 支援レター等
- 実践の場の提供
- 相談の受付・対応
- 交流の機会の設定

16



## 個別健康支援プログラムの 評価と改善

＜目的＞

- 効果性・経済性を配慮して行う基礎とする
- 保健事業に対する保険者としての説明責任を果たす
- 効率的な事業運営への改善点を明らかにする

19

- ## 個別健康支援プログラムの例
- 北海道札幌市
  - 石川県小松市
  - 岩手県矢巾町
  - 滋賀県米原市  
(旧山東町)
  - 福島県二本松市
  - 香川県三豊地区
  - 神奈川県藤沢市
  - 長崎県小浜町
- 18

## 評価の種類

＜プロセス評価＞

- 企画・実施の段階における内容・実施方法等の評価

＜アウトカム評価＞

- 身体状況や生活習慣の改善状況、医療費等の変化状況の評価

＜総合評価＞

20

### <評価の主体>

- 自己評価
- 第三者による評価

### <評価の観点>

- 効果性
- 波及性
- 経済性
- 継続性



21