

事例報告

滋賀県国保連合会における  
医療費分析

約5,000人、10年間の追跡調査

滋賀医科大学社会医学講座

上島弘嗣

# 地域健康づくり検討委員会

滋賀県国民健康保険団体連合会が設置

1. 医師会
2. 国保直営医療機関、
3. 保健所
4. 県の担当課
5. 市町村保健師会
6. 学術団体(滋賀医科大学)

等、

事務局：国保連合会

# 地域健康づくり検討委員会

## 目的

1. 国保加入者の健康づくりを支援
2. 予防活動により、被保険者の健康増進を図り、ひいては、国保財政の健全化にも貢献する———途中より、医療費の分析も加わった。

委員会の活動：平成5年から10年間実施した。

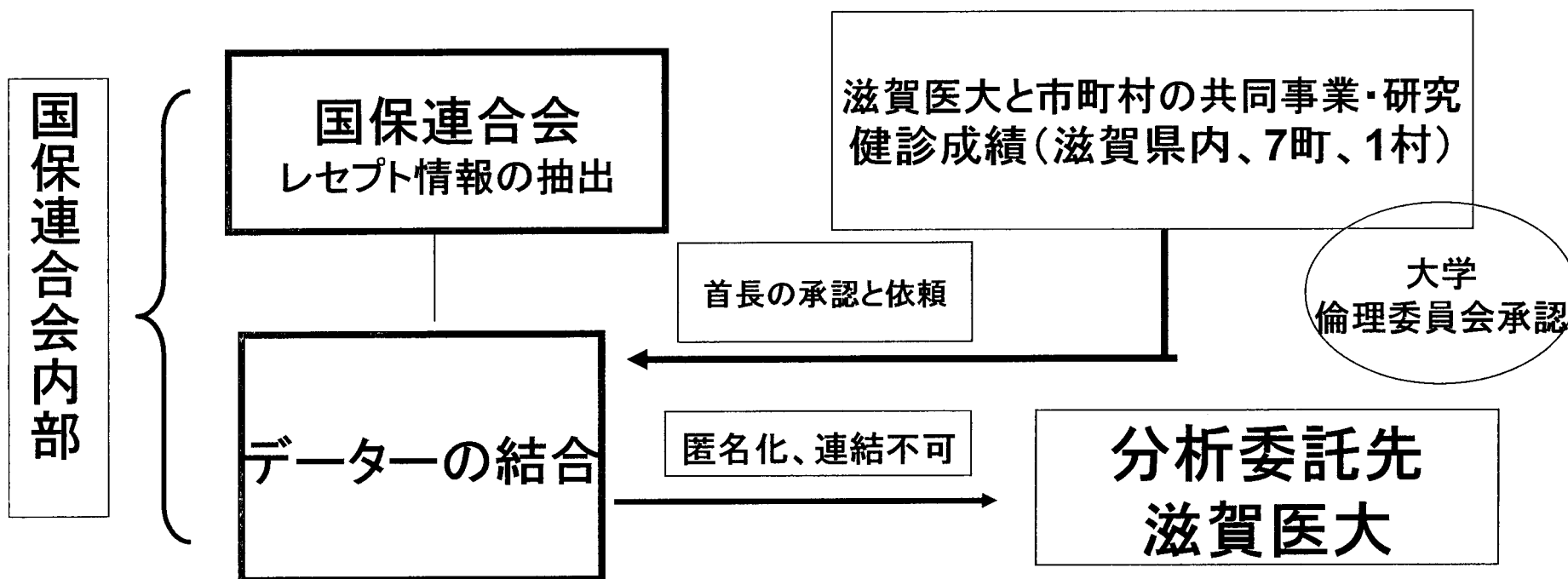
# 地域健康づくり検討委員会

## 活動の成果と経過

1. 「健康づくり虎の巻」の作成  
保健師、等の保健医療従事者の技術向上
2. 保健師を対象とした講習会
3. 医療費分析  
報告書、論文、  
被保健者への成果公表(パンフレット作成)

# 地域健康づくり検討委員会(平成5-15年) 医療費分析

## 方針の決定(委員会)



# 健康づくり虎の巻

## 総目次

### 第1部 健康教育マニュアル

第1章 健診成績・生活習慣と入院日数・外来受療日数・医療費との関連 ：国保レセプトからみた解析結果のまとめ	1
第2章 寝たきり予防のための生活習慣	17
第3章 効果的な健康診断の実績と評価	29
第4章 運動指導と肥満予防	42
第5章 栄養指導	53
第6章 適正飲酒指導	77
第7章 禁煙教育	97
第8章 高血圧の健康教育	123
第9章 コレステロール低下健康教育の実際	159

### 第2部 健診成績とその後の受療状況の関係 －給付データの有効活用のために－

第1章 方法	183
第2章 解析結果	187
第3章 今後の健診情報と給付情報の活用に向けて	236

### 地域健康づくり検討委員会委員等名簿

滋賀県国民健康保険団体連合会

# 健康づくり虎の巻

## II



滋賀県国民健康保険団体連合会

## 目 次

はじめに

### 第1章 目 的

### 第2章 方 法

- 2-1 基本健診受診者と医療費との解析…………… 3
- 2-2 健診受診者と未受診者との解析…………… 4
- 2-3 平成6年、平成7年度に死亡した者の生前2年間医療費の解析 …… 4
- 2-4 各市町村別地域差指数と、それに関連する因子との解析…………… 4

### 第3章 結 果

- 3-1 性・年齢階級別、町村別の分布表…………… 7
- 3-2 健診受診者と医療費との解析…………… 8
  - 3-2-1 平均値の分布…………… 8
  - 3-2-2 健診受診者と医療費との解析……………13
    - ・性年齢階級別にみた血圧区分と医療点数との関連……………13
    - ・性年齢階級別にみた総コレステロールと医療点数との関連……………16
    - ・性年齢階級別にみた肥満度と医療点数との関連……………20
    - ・性年齢階級別にみた喫煙習慣と医療点数との関連……………24
    - ・性年齢階級別にみた飲酒習慣と医療点数との関連……………27
    - ・健診結果と医療費の解析……………28
  - 3-2-3 基本健診受診者と未受診者の医療点数・医療日数……………29
  - 3-2-4 2年間の死亡者と医療点数との関連……………31
    - ・死亡前2年間の医療点数……………31
    - ・死亡前2年間の医療日数……………33
    - ・受療者の死亡前2年間の医療点数……………35
    - ・受療者の死亡前2年間の医療日数……………38
    - ・死因と死亡前2年間の医療点数の関連……………40
    - ・悪性新生物の死亡前2年間の医療点数……………46
    - ・悪性新生物の死亡前2年間の医療日数……………48

# 成果の被保険者への公開 パンフレットの作成

健康な毎日をすごすために

生活習慣病を予防しよう！

高血圧編

肥満編

喫煙編

飲酒編

糖尿病編

高血圧糖と糖尿病の合併編





## ① 血圧と健康

皆さん、血圧はよく測定されていると思います。血圧（血管にかかる内側からの血液の圧力）が高くなると、血管が固くなったり脂肪が溜まりやすくなったりして、いわゆる“動脈硬化”の状態となります。そしてある日突然に、脳の血管が詰まったり（脳梗塞）、破れたり（脳出血）します。これが脳卒中です。脳卒中は、手足が不自由になったり、舌がまわらなくなったり、時には命の危険もある怖い病気です。

また、高血圧は心臓病の原因にもなります。心臓が肥大して動きが悪くなったり、心不全を起こしたりします。また心臓の筋肉に酸素を運んでいる血管（冠状動脈）が突然詰まると、強い痛みが胸や左肩に走り、ショック状態となります。これが心筋梗塞と言われるもので、病院ですぐに行かないと突然死することがあります。

### 血圧区分（米国合同委員会第7次報告の分類を参照）

	収縮期血圧 (mmHg)		拡張期血圧 (mmHg)	
正常血圧	< 120		かつ	< 80
高血圧前症	120	139	又は	80 - 89
ステージ1高血圧	140	159	又は	90 - 99
ステージ2高血圧	≥ 160		又は	≥ 100

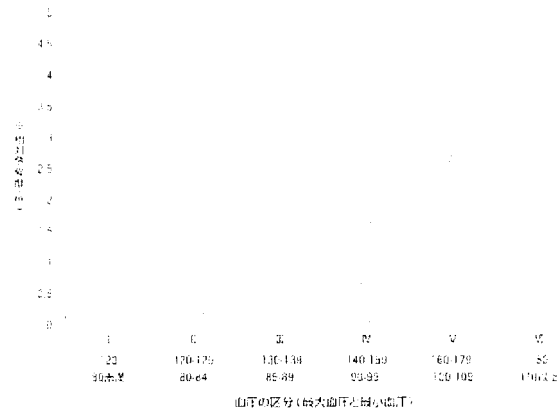
※収縮期血圧（最高血圧）、拡張期血圧（最低血圧）

※ステージ1高血圧（高血圧軽症）、ステージ2高血圧（高血圧中等症・重症）

## ② 血圧が高いほど 脳卒中、心臓病で死亡しやすい

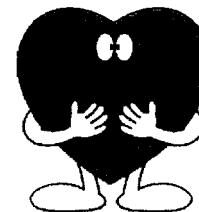
ここでは最大血圧が120未満で最小血圧も80未満の人を1とした時の脳卒中の死亡率を示しています。血圧が高いほど、脳卒中で死亡する危険性が高くなることがわかります。160以上（図のVのグループ）の人は、約3.5倍高くなっていました。

図1 血圧の高さ別の脳卒中死亡危険度、男性、NIPPON DATA 80より



注) ※相対危険度とは、ある基準とする状態と比べて病気の発症や死亡の確率がどの程度上昇するかを示す指標。基準を1とした時の死亡率や発症率のこと。

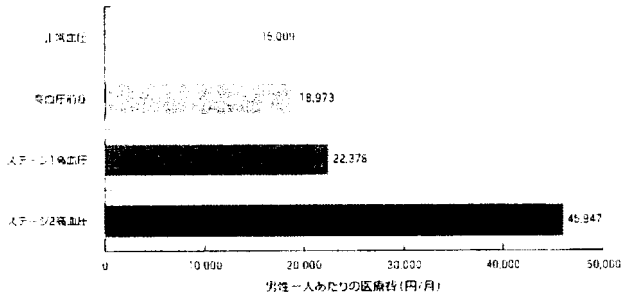
図1で示した結果は、心臓病でもほぼ同じでした。同じように、心臓病でも血圧が高いほど、心臓病死亡危険度が高くなるのがわかっています。



### ③ 血圧が高いと医療費も高くなる

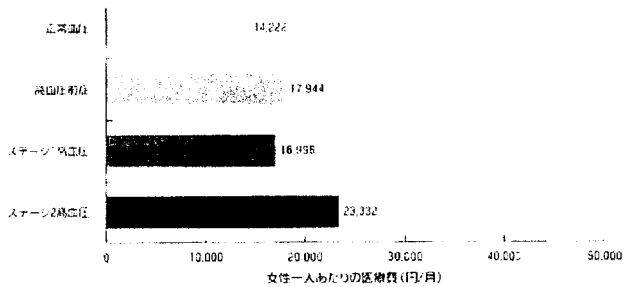
血圧と1人あたり1ヶ月の平均医療費との関係を図2と図3に示しました。男女とも、血圧が高いほど医療費が高くなるのがわかります。ここで示した医療費は血圧測定から10年間の平均値を示しています。血圧が高いほど脳卒中や心臓病などになりやすく、それらの治療の結果として、医療費も高くなると考えられます。

図2 血圧と一人あたり一ヶ月の医療費の関係(男性) (健康づくり虎の巻IV)



	収縮期血圧 (mmHg)	かつ	拡張期血圧 (mmHg)
正常血圧	< 120		< 80
高血圧前症	120 - 139	又は	80 - 89
ステージ1高血圧	140 - 159	又は	90 - 99
ステージ2高血圧	≥ 160	又は	≥ 100

図3 血圧と一人あたり一ヶ月の医療費の関係(女性) (健康づくり虎の巻IV)



### ④ 高血圧を予防するために

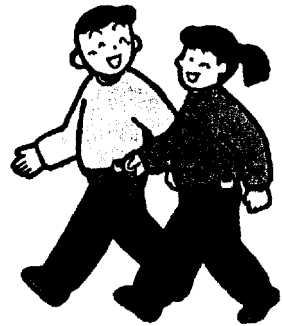
高血圧を改善し、高血圧によって引き起こされる脳卒中などを予防するためには、以下の点に注意しましょう

1 高血圧は薬で治療することができます。主治医に服薬を勧められた人は治療が必要です。また服薬は、勝手に止めないようにしましょう。主治医と相談しながら高血圧と上手に付きあいましょう。

生活習慣の改善によって血圧をかなり下げることができます。

- ① 肥満している人は、体重減量に努めましょう。
- ② 塩分の摂取を減らし、できるかぎり薄味の食事にしましょう。
- ③ 野菜、果物を積極的にとりましょう。
- ④ お酒を飲み過ぎないようにして、飲酒は1日日本酒なら1合まで、ビールなら大瓶1本くらいまでにしましょう。
- ⑤ 1日30分程度は、歩きましょう。
- ⑥ 毎日、血圧を測る習慣を持ちましょう。最近は市販の安価な血圧計がたくさんあります。毎日決まった時間に測定して記録しておくとういでしょう。
- ⑦ 禁煙、節煙に取り組みましょう。

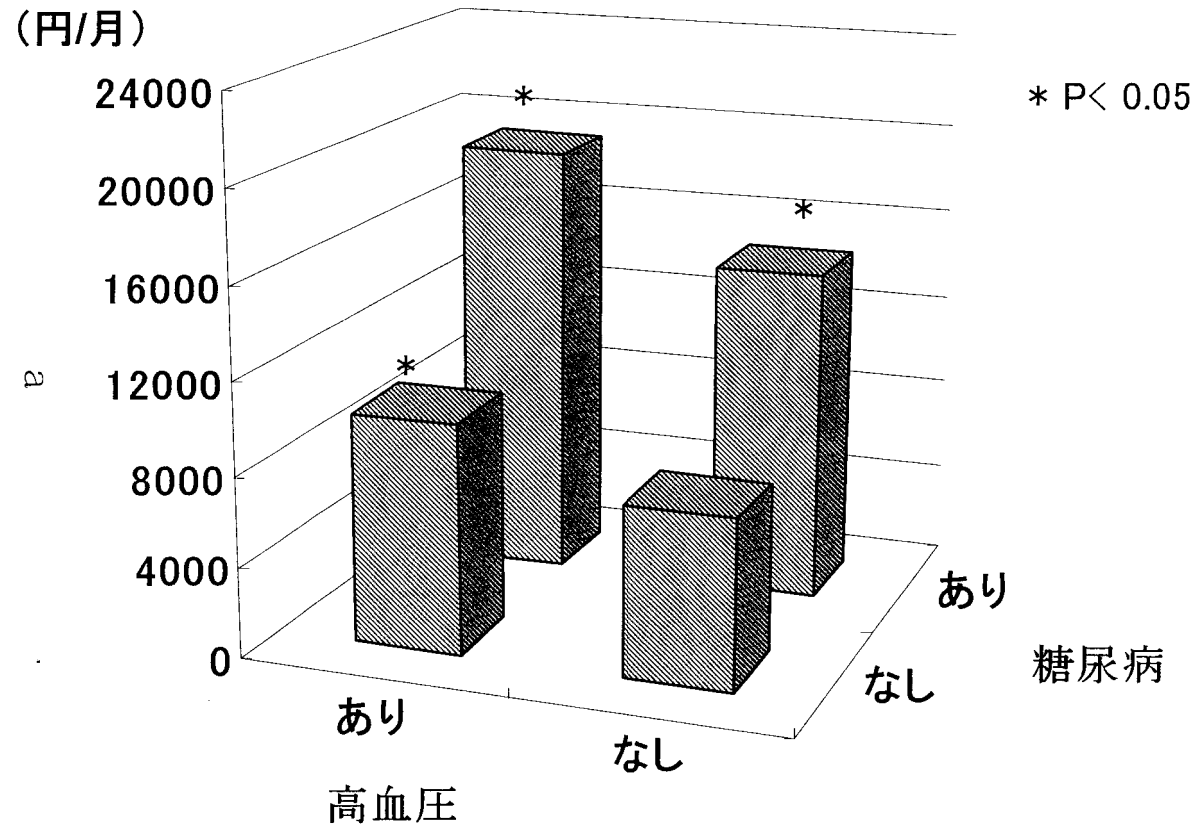
2



■発行/滋賀県国民健康保険団体連合会  
 ■監修/地域健康づくり検討委員会(委員長 滋賀医科大学福祉保健医学講座教授 上藤弘嗣)

# 高血圧、糖尿病と国民健康保険医療費の関連

5,000人の国民健康保険加入者を10年追跡



† 年齢、BMI、喫煙、飲酒、総コレステロールを調整した幾何平均

# まとめ

- 滋賀県国保連合会
- 地域健康づくり検討委員会
- 予防の動機づけの一環としての医療費分析
- 医療費の突出市町村の原因探求  
高額医療費の分析——透析医療費  
糖尿病性腎症の予防の重要性