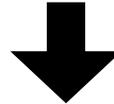


草津市糖尿病対策ガイドラインの経緯

- 「保健医療・介護等総合診断事業」（平成22年度）

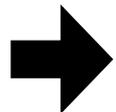
滋賀県国民健康保険団体連合会



提
言

『医療費適正化対策として、特に脳卒中予防と糖尿病重症化予防対策を重点的に取り組む必要がある』

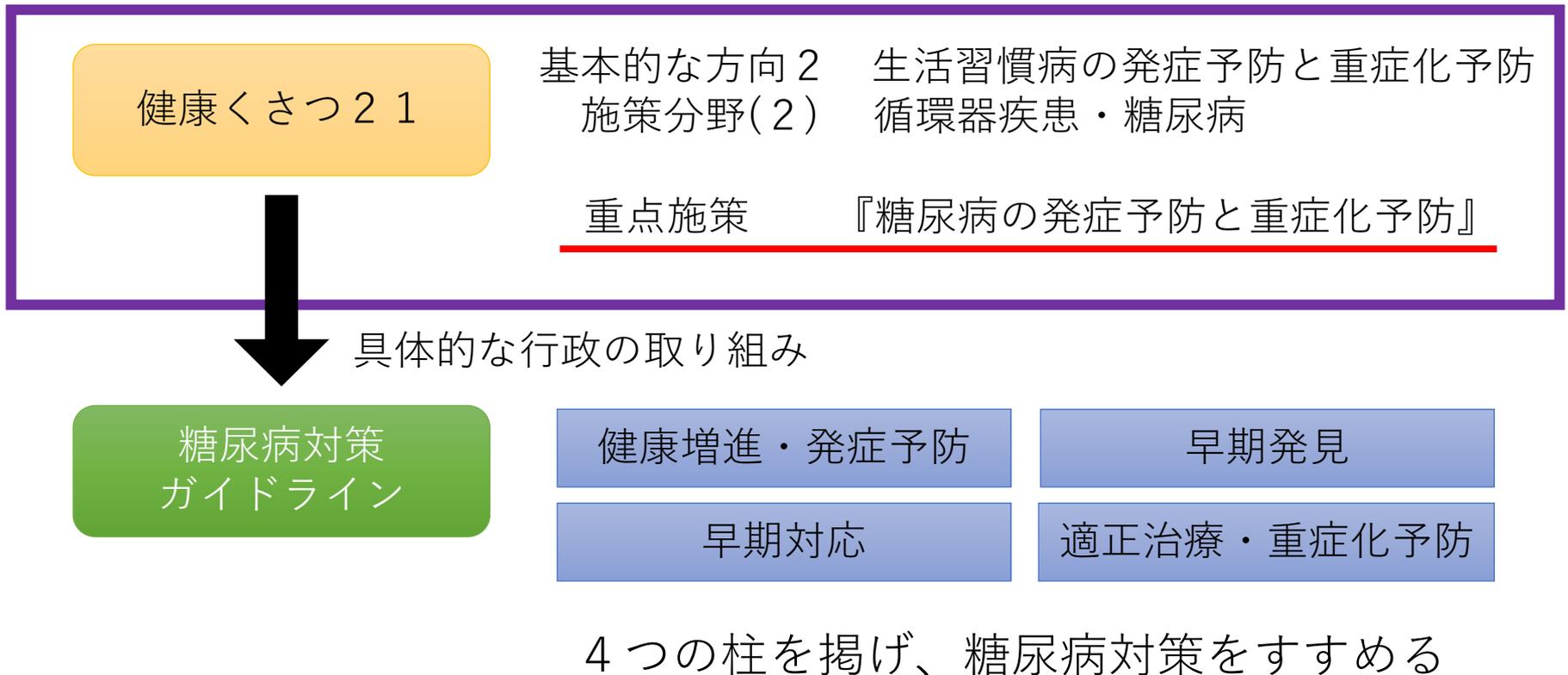
- 草津市糖尿病対策ガイドラインH24～H26
- 草津市糖尿病対策ガイドライン（第2期）H27～H29
- 草津市糖尿病対策ガイドライン（第3期）H30～R2



～健康くさつ21～糖尿病対策ガイドラインの策定へ

ガイドライン(第3期)について

- 全庁横断的に効果的な取り組みと連携を進め、糖尿病対策を推進するため策定



第3期ガイドラインの成果と評価

健康増進・発症予防

目標：市民が糖尿病について正しく知ることができる

重点施策 全年代の市民へ健康増進・発症予防の啓発活動の実施

【取組目標1】健康増進の取り組みを支援します

【取組目標2】糖尿病予防に関する知識の普及、啓発を行います

• 健康啓発推進事業

健康啓発イベント・食育の推進・健康推進アプリ「BIWA-TEKU」の活用等により、働く世代をはじめ様々なライフステージの市民への健康増進に繋がった。

• 各まちづくり協議会の健幸宣言実現に向けた取組の推進

各学区の健康データをもとに、地域の健康状態の見える化を行い、地域の特性に応じた健康づくりを進めることができた。

• 糖尿病予防についての啓発

広報紙や講演会等により、世界糖尿病デー(毎年11月14日)に合わせて継続して糖尿病予防についての啓発をすることができた。

講演会

「糖尿病ってどんな病気？」

講師 滋賀医大 荒木准教授

[広報くさつ11月1日号(2019)]

同時開催：滋賀県栄養士会
による栄養相談
血圧等測定会

慢性腎臓病を予防しましょう

腎臓は運動不足といった長年の生活習慣が原因になることが多く、生活習慣の改善と食生活（糖質、脂質、塩分）の適切な管理、早期発見のための検診が重要です。

塩分・脂肪の摂り過ぎを避けよう

塩分過多は腎臓に負担がかかります。味噌、みそ、しょうゆの調味料を減らしても、塩はパンや漬物、バター、ハムやお肉などの加工食品、インスタント食品などにも多く含まれます。減塩調味料を使ったり、塩分の量を減らしたり、減塩の旨は奪えない工夫をしましょう。

肥満、運動不足の解消に努めよう

運動不足を解消するために、健康増進アプリ「BIWA-TEKU」を使って楽しくウォーキングしましょう。
▶ appStoreの健康増進アプリ「BIWA-TEKU」で検索してください

禁煙、節酒に努めよう

- 禁煙外来、禁煙相談などを利用しましょう
- 休肝日をつくりましょう
- 禁煙に成功し、糖尿病、高血圧、肥満、高脂血症、高尿酸血症などを適切に治療（コントロール）しましょう

2 糖尿病から腎臓を守るために「糖尿病予防セミナー」

糖尿病を予防し、生活習慣を改善することで腎臓の機能を不撓に保ちましょう。

- 11月24日 14:00-16:30 (13:30-受付)
- 会場 長狭グランド (新築)
- 15:30-16:30 (健康相談)
- 14:00-15:30 「糖尿病ってどんな病気？」
- 15:30-16:30 「健康相談」
- 11月15日までに、氏名・電話（ファクス）を事前登録
- 参加人数を要す。ファクスがオススメです
- 健康増進アプリ「BIWA-TEKU」
0565-8333, 016-kono@mkw.dns.jp

2019年11月1日

3 健康増進アプリ「BIWA-TEKU」で健康づくり

楽しく運動にポイントを集めよう！歩数を増やすスタンプラリーや、健康ポイントへの参加、けいせいの発動などの物、運動や健康、買い物でポイントが貯まる、高いポイントを集めると豪華景品が当たるなど、楽しみながら健康増進ができます。

check! こんな人は要注意!

1つでもチェックが入ったら、必ずpage28を参考に生活を見直しましょう！

- 血圧が中程度、肥満など生活習慣病やメタボリックシンドロームがある
- 過去に心臓病や腎臓病になったことがある
- 家族に腎臓病の人がいる
- 腎臓などの臓器でタンパク尿が出ていることがある
- タンパクを食べている
- 高齢者

2019年11月1日



様々な手法により啓発を実施できたが、働きかける対象にあわせた啓発内容とし、糖尿病予防のために取組を継続していく必要がある。

第3期ガイドラインの成果と評価

早期発見

目標：市民が健診を受診することで自らの健康状態を知ることができる

重点施策 健診受診率の向上

【取組目標】 健診受診率の向上を目指します

• 特定健康診査の実施

糖尿病予防や腎機能などを調べる追加健診項目を実施するとともに、被用者保険と集団健診を同時実施するなど、受診しやすい環境づくりを行った。

• 特定健康診査未受診者への取組

特定健診の未受診者に対し、電話勧奨や対象者を抽出した通知を行う等、効果的・効率的な受診勧奨を行った。

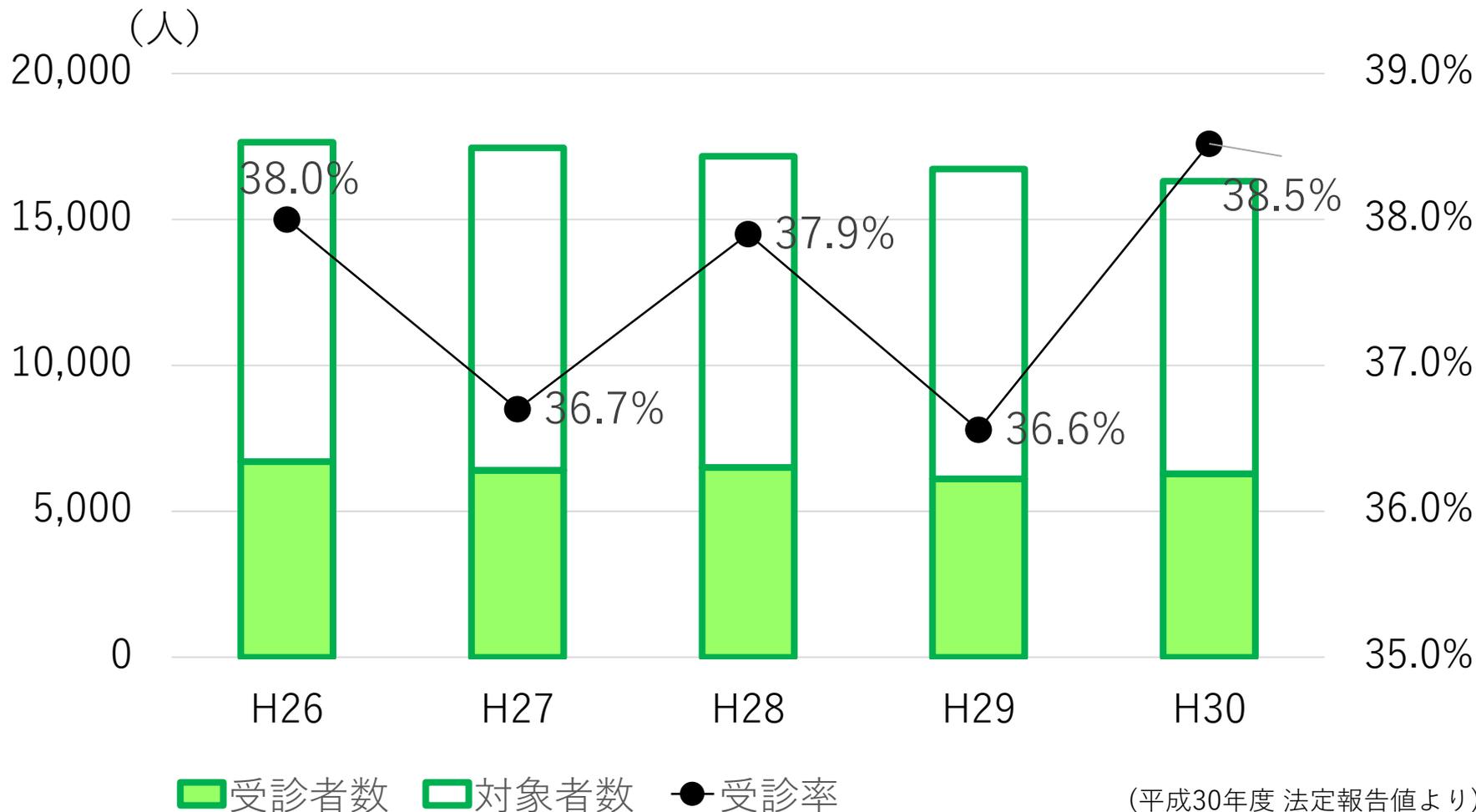
• メタボ予防健康診査の実施

プレ特定健康診査(19～39歳)、生活保護受給者健診等を実施し、健診を受ける機会の充実を図った。また、各種がん検診のクーポン発送時に受診勧奨の内容を含めて啓発を行った。

早期発見

特定健康診査受診率

【第3期ガイドラインの成果指標】



特定健康診査受診率は、緩やかに増加傾向にあるが、県下では低い実施率であり、受診率の向上に努める必要がある。

第3期ガイドラインの成果と評価

早期対応

目標：市民が生活習慣を見直し、改善することができる

重点施策 糖尿病予防に向けた生活習慣改善のための保健指導の徹底

【取組目標1】生活習慣改善・早期対応のための情報提供を行います

【取組目標2】生活習慣改善のための保健指導を徹底します

• 特定保健指導の実施

特定保健指導を医療機関・事業所へ委託し、参加の機会を増やした。また、健診の結果返し会を利用した保健指導の実施や、初回分割等を取り入れる等工夫して実施した。

• 国民健康保険特定健康診査情報提供者への取組

特定健康診査情報提供者において、HbA1c・TG・LDL-C・血圧のいずれかが保健指導判定値の40歳代に対し、生活習慣病相談の案内や予防のためのリーフレットを送付し、生活習慣の見直しの機会を提供した。

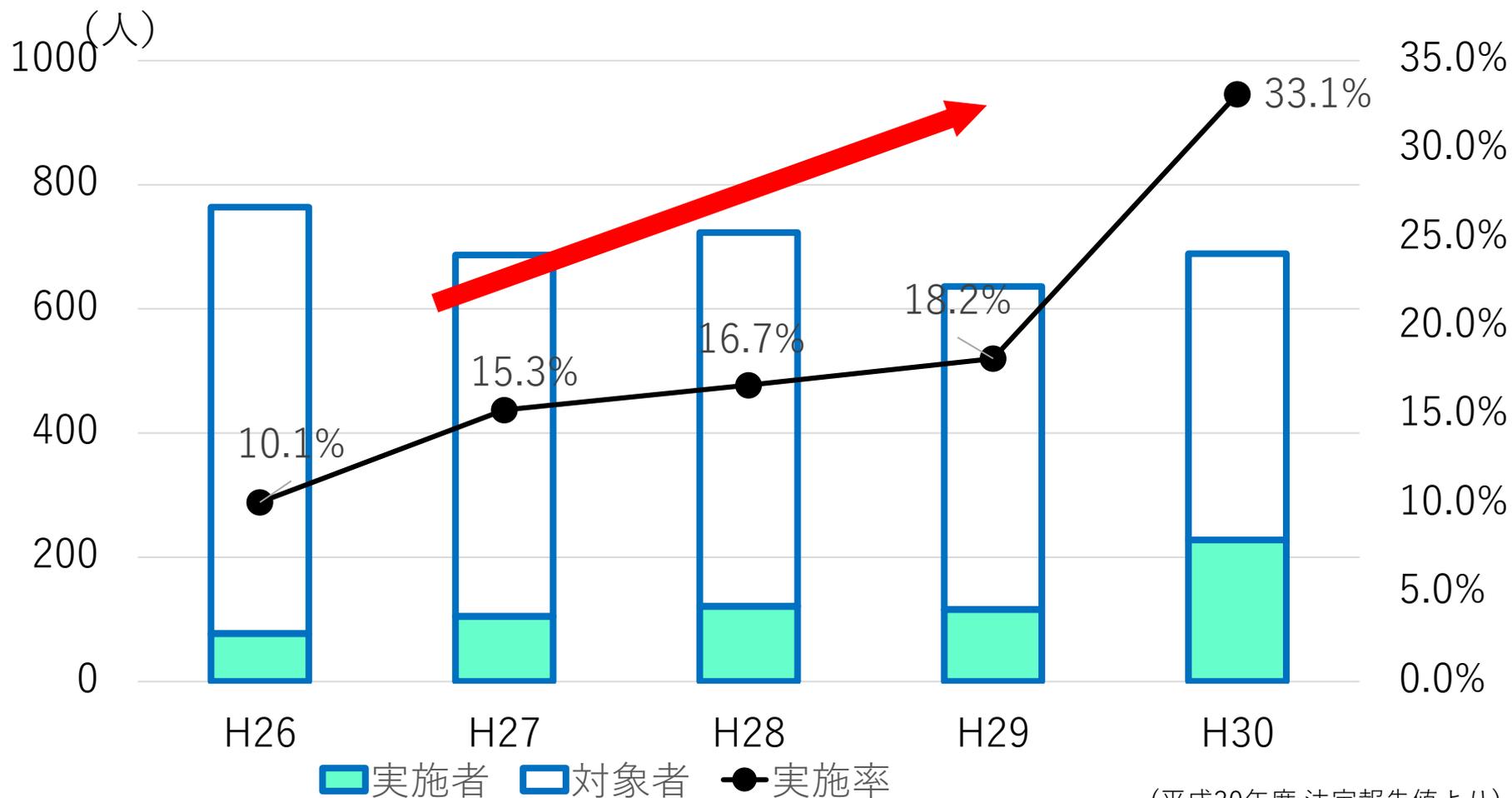
• 健康推進員への研修会の実施

健康推進員に対して糖尿病予防・重症化予防に関する講演会を実施し、生活習慣を改善する方法について知識を深めた。

早期対応

特定保健指導実施率

【第3期ガイドラインの成果指標】



(平成30年度 法定報告値より)



特定保健指導の実施率は増加しているが、依然低い状況であり、さらなる実施率の向上と、内容の充実を図る必要がある。

第3期ガイドラインの成果と評価

適正治療・重症化予防

目標：市民(糖尿病発症者)が適正な治療を受け、重症化を防ぐための行動に移せる

重点施策 関係機関との連携による継続治療の勧奨・支援

【取組目標】 適正治療の受診支援、継続治療の勧奨支援を行います

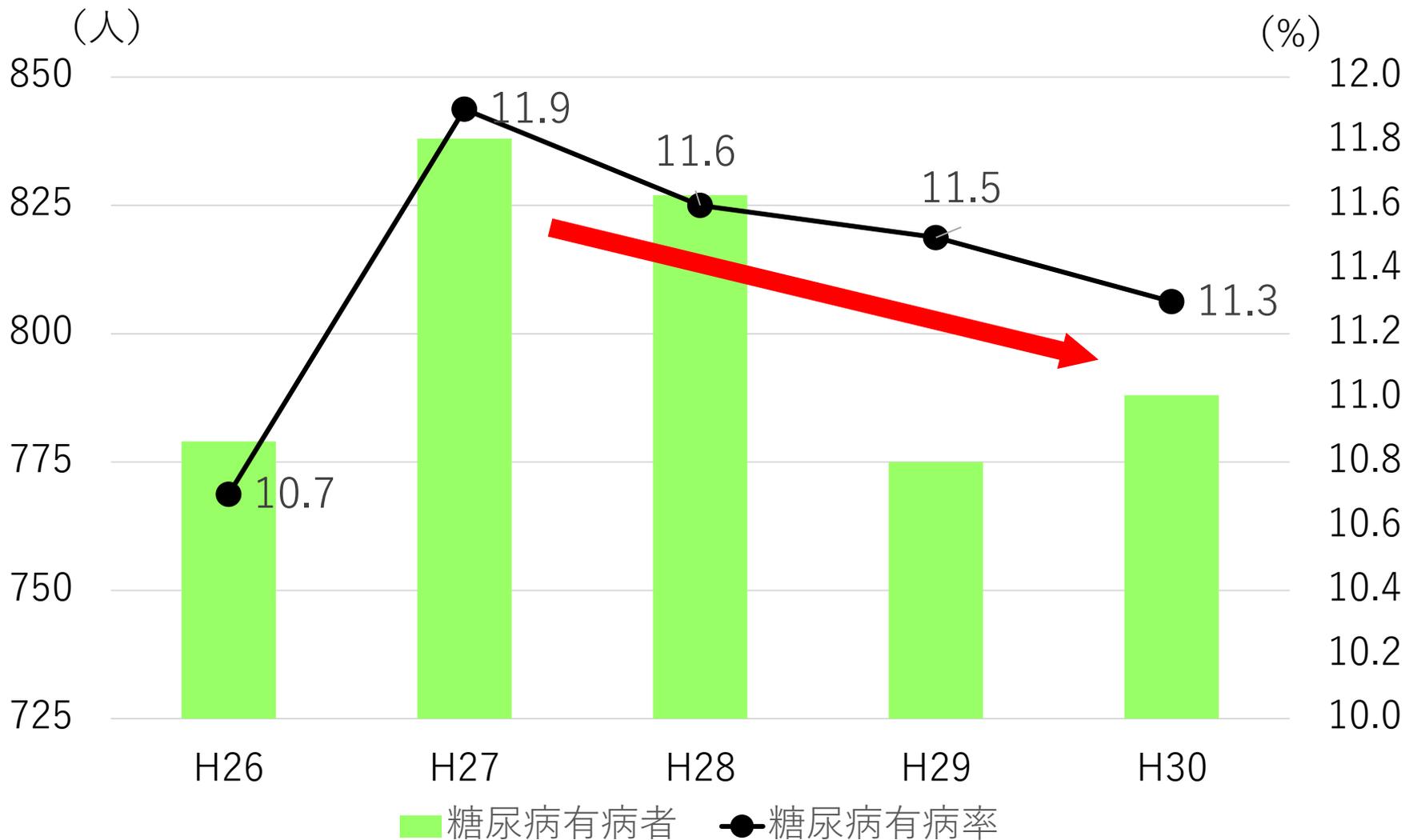
主な取組

- 特定健康診査要受診者の受診勧奨
- 糖尿病性腎症重症化予防対象者への受診勧奨

特定健康診査の結果、受診勧奨域の者に対し医療機関への受診勧奨を電話や通知にて実施し、対象者を明確にした取組を実施した。また、糖尿病性腎症重症化予防プログラムに基づき、設定した対象者に対し、訪問による受診勧奨を実施した。

糖尿病有病者の増加抑制

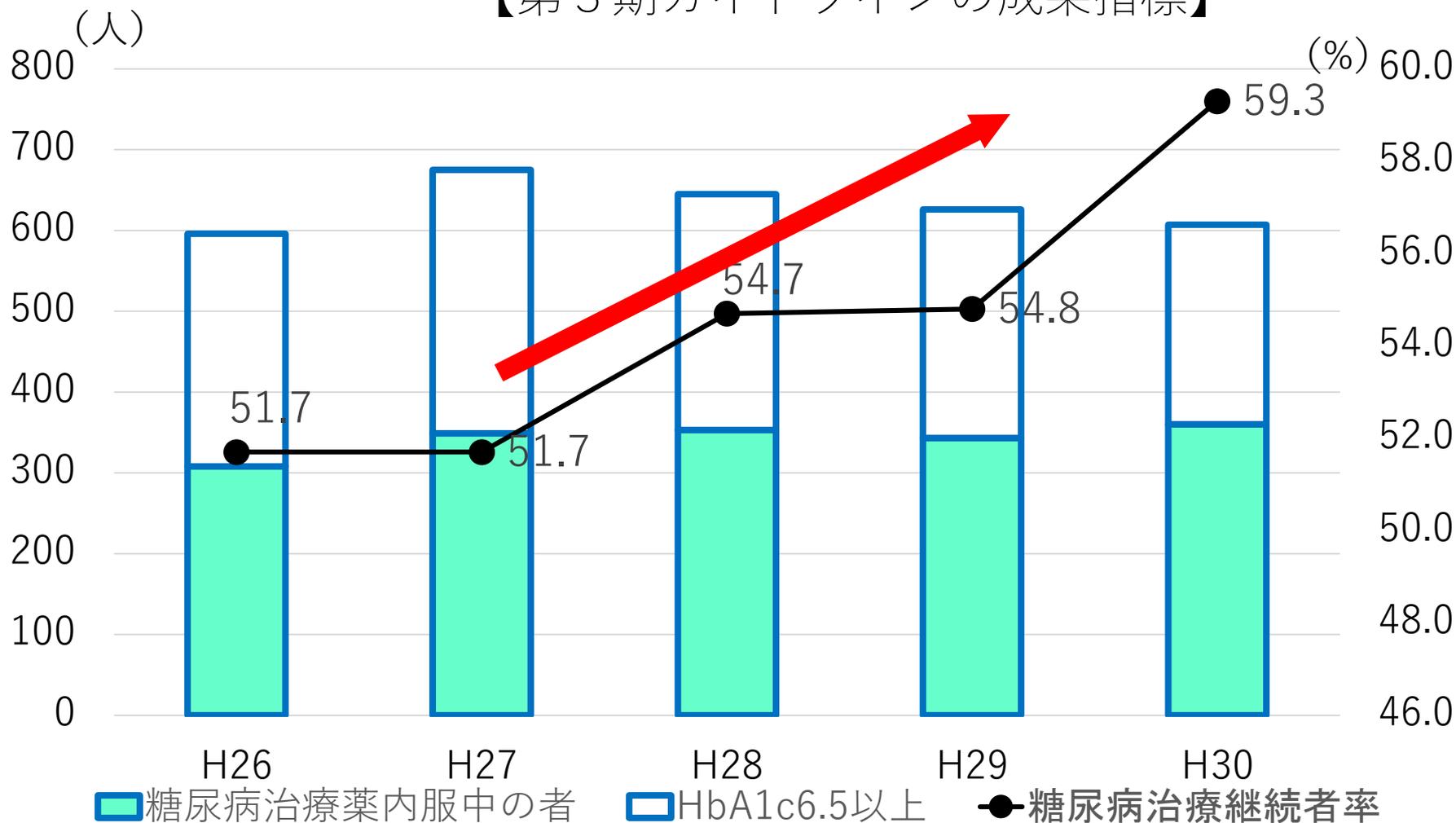
【第3期ガイドラインの成果指標】



(平成30年度特定健診結果(健康カルテ)より算出)

糖尿病治療継続者の増加

【第3期ガイドラインの成果指標】



➡ 糖尿病の有病者が減少、糖尿病治療継続者が増加している傾向にあり、今後も引き続き、関係機関と連携した取組を継続する必要がある。

(平成30年度特定健診結果(健康カルテ)より算出)

評価とまとめ

- ◆様々な手法により啓発を実施できた。働きかける対象にあわせた啓発を実施し、糖尿病予防のために契機を捉えた取組を継続していく必要がある。
- ◆特定健康診査受診率・特定保健指導実施率は、近年上昇傾向にあり、さらなる受診率の向上と保健指導の充実を図ることが大切である。
- ◆契機を捉えた生活習慣病予防の取組や受診勧奨等、一定効果があったため、より一層の改善に向けて、取組を強化・継続する必要がある。
- ◆糖尿病の重症化予防対策として、関係機関と連携した取組を推進する必要がある。

※今後の市民の目指す姿

市民が自身の管理により健康増進を図ることで、糖尿病の発症を予防する。
また、糖尿病になっても、合併症を予防し、病気の悪化を防ぐことで、
自立した生活を続けることができる。