

令和4年度市町村における「健康長寿に係るイチオシ事業」

市町村名

皆野町

1 事業名(タイトル)

健診から始まるフレイル予防

2 事業概要

後期高齢者医療における令和3年度の入院医療費のトップは「骨折」であり、次いで「関節疾患」であった。国民健康保険における令和3年度の入院医療費のトップは「関節疾患」であった。

令和3年度の要介護（支援）度別有病状況では、第1位は心臓病（59.0%）であるが、第2位は筋・骨疾患（51.0%）と、「骨折」は医療経済的にも生活の質（QOL）の面からも大きな健康課題となっている。

皆野町では平成30年度からフレイル状態に着目した住民健診（特定健診・後期高齢者健診）を実施している。具体的には、住民健診に開眼片足立ち検査を導入し、転倒リスクのある者を層別抽出し、筋力低下等の状態に応じた保健指導を実施するものである。

令和2年度からは、栄養面の指導を充実させるため、後期高齢者健診にInBody（体成分分析装置）による筋肉量測定を追加した。

本事業は住民健診の検査項目に「開眼片足立ち」と「筋肉量」を追加することで、健診受診者の中からサルコペニアのリスクのある者を抽出し、運動・栄養両面から保健指導を実施するものである。

3 参加者数	365 人	備考	開眼片足立ち検査実施者数
--------	-------	----	--------------

4 予算	353 千円	備考	開眼片足立ち検査委託料 (税込) 110円×910人＝
------	--------	----	--------------------------------

5 事業効果等

令和4年4月から10月末時点での集計結果を報告する。

【開眼片足立ち検査の結果】

令和4年4月から10月までの開眼片足立ち検査実施者は350名（男性178名・女性172名）。

健診受診者の約35%に転倒リスク（開眼片足立ち時間<20秒）があり、約10%がハイリスク（開眼片足立ち時間 \leq 5秒）であった。男女別では、男性39%、女性30%にリスクがあり、男性の方が転倒リスクのある者が多かった。

【筋肉量測定の結果】

令和4年4月から10月までの筋肉量測定実施者は135名（男性61名・女性74名）。

健診受診者の約55%が筋肉量低下群（男<7.0kg/m²・女<5.7kg/m²）であった。男女別では男性63%、女性48%が筋肉量低下群に属し、男性の方が筋肉量が低下している者が多

6 その他(課題等)

コロナ禍前は、開眼片足立ち測定の結果により、転倒リスクのある者（開眼片足立ち時間<20秒）を抽出し、健診結果説明会場で追加の動的評価（椅子立ち上がり検査・ビー玉運び検査）を実施、その結果に基づき、保健師が健診結果を説明し、理学療法士が運動指導、管理栄養士が栄養指導を実施していた。しかし、コロナ禍以降、結果説明会の開催が困難となり、追加の動的評価が実施できない状態である。

7 写真・グラフ等

タイトル

【令和4年度開眼片足立ち時間の結果】（R4.10月末現在）n=350

	左右とも5秒未満	どちらかが5秒未満	どちらか5秒以上 20秒未満	左右とも20秒以上
男	7	15	48	108
女	4	9	39	120
計	11	24	87	228

【令和4年度筋肉量測定の結果】（R4.10月末現在）n=135

	筋肉量正常群	筋肉量低下群
男	24	40
女	37	34
計	61	74