

健康長寿に係る先進的な取組事例

横瀬町

～特定健康診査結果説明会～

(1) 取組の概要

当町の特定健康診査は集団と個別の両方を実施しているが、町民のほとんどは集団健診を受診している。

生活習慣病を予防するためにはリスクを早期に発見し、対処していく必要がある。特定健康診査は自身の健康状態を把握する一つの方法であり、その結果を住民が日々の生活習慣改善に結びつけていくことが重要である。そのために、結果説明会において集団指導を実施することとした。また、特定保健指導の初回指導も同時に実施することで、指導実施率を上げることも目的としている。

(2) 取組の契機

横瀬町の死因の上位3位は、悪性新生物・心疾患・脳血管疾患と生活習慣病が占めている。平成26年度に「第2次健康よこぜ21プラン」を策定し、基本方針の1つとして「生活習慣病の予防を重視する健康づくり」を挙げている。生活習慣病を予防し、健康づくりに取り組むことが将来の介護予防につながる。

特定保健指導の実施率は近隣市町と比べて低く、生活習慣病予防のためにも指導実施率を上げる必要があった。

(3) 取組の内容

事業名	結果説明会
事業開始	平成27年度

	平成28年度	平成27年度
予 算	予算 10千円 ・消耗品費 10千円	予算 60千円 ・講師謝金 56千円 ・消耗品費 4千円
対 象	特定健康診査受診者	特定健康診査受診者
参加者数	157人	158人
期 間	平成28年8月～平成28年11月	平成27年8月～平成27年10月
会 場	横瀬町総合福祉センター	横瀬町総合福祉センター

① 参加者への周知（平成28年7月）

- ・ 特定健康診査受診当日に、受付において開催のチラシを配付。
- ・ 特定保健指導対象者には個別に電話をかけて来所を促す。

② 結果説明会の実施（平成28年7月～11月）

- ・受付

特定健康診査結果通知を返却

- ・集団指導

- 1) 運動指導

生活習慣病予防に必要な要素である、運動について集団指導。秩父地域で推進している「秩父お茶のみトレーニング」を取り入れ、筋トレについて講話と実技を行う。

- 2) 健康長寿サポーター養成講座

健康づくりへの意識づけと周囲の人への波及効果を目的として実施。

- ・特定保健指導の初回指導

積極的支援及び動機づけ支援の対象者に、個別指導を実施。待ち時間には集団指導の内容を聞いてもらう。

（4）取組の効果

特定健診の結果を自身の健康に役立てる機会となった。運動指導の内容は自宅で気軽に取り組めるものであり、年齢を問わずに行える。実技を行いながら注意点を伝えることができた。

健康長寿サポーター養成講座は、役に立ったとの意見が多く、健康に関する意識の高さがわかった。

特定保健指導実施率は、平成26年度18.9%から平成27年度37.0%と上昇した。集団指導の場に、特定保健指導対象者を呼ぶことで、待ち時間を有効に活用できた。

（5）創意工夫した点

特定健診受診当日に結果説明会を実施することを周知し、健診を受けることとその結果をふまえた取組が重要であることの意識づけを行った。また、集団健診の会場ごとに日程を設定し、都合がつかない場合は他の日程に参加することも可能とし、参加しやすい工夫を行った。

（6）課題、今後の取組

結果説明会への来所者は、受診者に対する割合が平成27年度は34.8%、平成28年度は33.6%となっており少ない状況である。取組を始めて2年度目となるが、もっと住民に認知してもらう工夫が必要である。集団指導の内容も、住民にとって興味を持てる内容を考えていき、結果説明会が自身の健康管理に必要な事業であるとの認識を持てるような働きかけが必要である。