

# 山口県 萩市

- 介護予防や健康教室等、内容や対象者が重複していた既存事業を可能な範囲で整理し、複数課の職員と連携しながら一体的に実施。
- 萩市社会福祉協議会や地域ささえあい協議体（第2層）と連携、「島の保健室」といった気軽に住民が集える場づくりを行う等、地域の強みや特性を活かした健康づくり、地域づくりにより、健康寿命の延伸を目指す。

## 【実施体制】

### 市の概況（令和3年3月31日時点）

人口	45,105人
高齢化率	43.9%
後期被保険者数	10,497人
日常生活圏域数	10圏域

### 一体的な実施推進チーム

主担当課  
企画・調整担当

#### 市民課

国保・後期高齢者の医療保険担当  
(データヘルス計画主管課)  
特定健康診査、後期高齢者の健康診査

#### 健康増進課

健康増進事業担当（地域担当制と業務担当制を併用）

#### 高齢者支援課

通いの場、協議体、介護予防・生活支援サービス事業

#### 萩市地域包括支援センター

高齢者の総合相談窓口、介護予防、認知症施策の推進

## 取組経緯

- 萩市では、人口減少、高齢化率が進み、健康増進課が実施する健康教室は、参加者の9割近くが65歳以上という状況だった。また、萩市地域包括支援センターが実施する、介護予防及び認知症予防等の教室と内容や対象者が重複することもあったため、地域の課題を全庁的に分析すると同時に、それぞれ実施している事業を整理し、これらの事業を一体的に実施することで、地域の特性を活かした健康づくり、さらには地域づくりにより、健康寿命の延伸を目指すこととした。

### 企画・調整等

### ハイリスクアプローチ

### ポピュレーションアプローチ

#### ○ KDBの活用

健診・医療・介護のデータから健康課題を分析し、地域ごとの実施事業内容やハイリスクアプローチの対象者を抽出。健診受診率が低く、生活習慣病予防の指導が本来必要な人が、対象者に上がってこないため、まずは、医師会と連携して健診の受診勧奨に取り組んだ。

#### ○ 健康状態不明者等

KDBから対象者を抽出後、地域包括支援センター等へ実態把握の有無を確認、地域の医師等に相談の上選定。計2回程度の指導を実施し、健診、医療、介護保険サービス、通いの場等に繋げる。

#### ○ 低栄養防止

健康診査の結果（BMI・貧血検査）から対象者を抽出後、診療所医師、地域の担当保健師と相談、協議を行い、対象者を選定。実施開始時、食生活（食行動・栄養・口腔状態等）について後期高齢者の質問票等により把握し、対象に応じた保健指導を訪問等で2～3回程度実施する。

#### ○ 糖尿病性腎症重症化予防

健康診査の空腹時血糖・HbA1c・eGFR・尿蛋白の値から対象者を抽出後、地域の診療所医師に相談し、対象者を選定。初回訪問で生活状況及び心身機能を把握し、アセスメント結果に応じて目標を設定。3ヶ月後に目標の達成状況を評価し、必要に応じ、医療機関や栄養指導等に繋げる。

#### ○ 重症化予防（筋力低下予防）事業

既存の通いの場等において、質問票や在宅介護支援センター相談員等によるアセスメントにて、対象者を選定。対象者1人につき、リハビリテーション専門職による月1～2回の訪問指導を実施。ADL向上等の目標を設定し、個々の機能に応じた筋力低下予防の運動指導等を行い、概ね6ヶ月後に目標の達成状況を評価する。

#### ○ 服薬指導

KDBから重複受診者を抽出後、計3回程度の指導を実施する。事業の前後で、服薬状況と健康状態、医療機関の受診状況等を把握し、必要に応じ、かかりつけ医や薬剤師または介護サービス等に繋ぐ。

#### ○ 通いの場でのフレイル予防、健康教室

通いの場にて、定期的に医療専門職がフレイル予防（運動、栄養等）に関わる健康教室を実施し、必要に応じて個別の健康相談も行う。

#### ○ 気軽に相談できる環境づくり

離島において、地区社協の協力を得て、誰もが気軽に相談できるように島民が集う場所で「島の保健室※」を開催し、健康相談を実施。

#### ※「島の保健室」

萩市の離島3地区（見島、相島、大島）において、「通いの場に集まる方以外の方でも気軽に立ち寄れるような場所を」という観点で、令和3年度より新たに開始。作業の途中でも、普段着で長靴のままでも立ち寄れる、船着き場近くのスペースや地区社協の事務所等を活用し、定期的に保健師・看護師が島を訪れ、高齢者以外（乳児等）も含めた島民を対象に実施している。

## 今後の展望

- 三師会と相談をしながら、健康状態不明者や糖尿病性腎症、低栄養等の対象者を訪問する際の指導・助言の必要なケースの情報提供の流れ（仕組み）を改めて整理をする。
- 服薬に問題のあるケースについて、医療機関と薬剤師会や介護職との連携の体制整備を萩圏域地域包括ケアネットワーク協議会で一緒に考えてもらえるよう提案する。
- 医療専門職の人材を確保し、丁寧に取組を実施する。特に、管理栄養士による糖尿病性腎症や低栄養の予防のための栄養指導を充実させる。