

岐阜県後期高齢者医療広域連合における 低栄養・重症化予防の取り組み



全国市町村セミナー

平成29年7月18日(金) 厚生労働省2階講堂

岐阜県の概要(全体像)

岐阜県総人口	2,023,969人
面積	10,621km ²
市町村数	42 (13番目)
後期高齢者人口	279,843人
高齢者人口	573,411人 (28.3%)

H28年4月1日岐阜県推計人口



岐阜県 (KDB統計H29年6月)

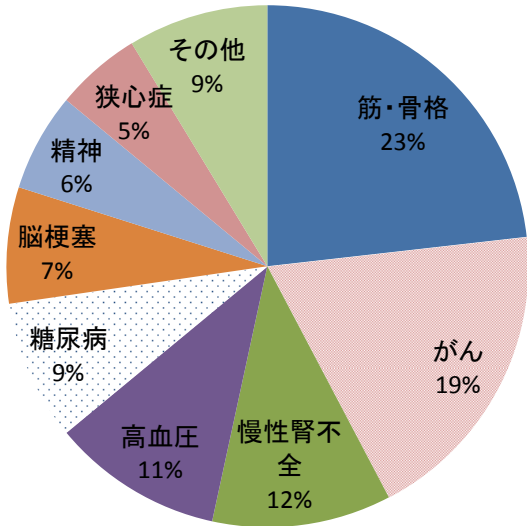
	H24年	H25年	H26年
一人当たりの医療費	838,110円	853,995円	848,740円
全国順位	33位	32位	33位
全国平均	932,290円	929,573円	919,452円

H26 (人口10万対)

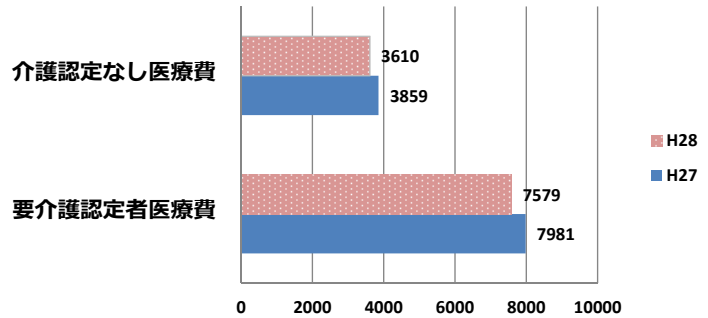
入院受療率【総数】	821.0	42位
一般病床数	845.2	43位
入院・外来(費用割合)	47%	53%

岐阜県の概要（疾病構造）

医療費の割合（H28年度累計）



介護認定の有無別医療費



要介護者の有病状況（%）

	岐阜広域	中津川市	国
糖尿病	25.8	28.5	21.9
心臓病	64.8	68.4	57.5
脳血管疾患	26.5	30.1	25.3
筋骨格疾患	55.6	58.4	49.9
精神	37.4	40.8	34.9

KDB統計H29年6月

3

岐阜県広域連合の保健事業

平成28年度

目的	事業名	実施方法等	その他
被保険者の健康管理	ぎふ・すこやか健診	全市町村委託	
	ぎふ・さわやか口腔健診		
医療費適正化	医療費通知	広域実施	
	後発医薬品普及事業		
	重複・頻回受診者訪問事業	一部市町村委託	
	低栄養・重症化予防事業	広域実施（1市）	
	訪問口腔健診	一部市町村実施（7市町）	モデル事業申請
健康増進事業	円滑運営補助金（長寿健康増進事業）	市町村への補助	健康相談 健康教育 （介護予防等の事業） 健診事後指導
保健事業促進・連携	市町村連携会議	広域実施	モデル事業申請

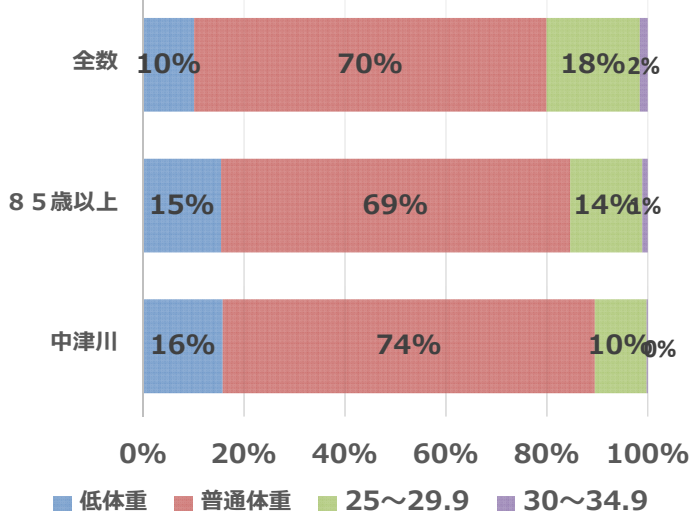
中津川市との連携

中津川市総人口	78,430人
面積	676.45km ²
後期高齢者人口	13,190人
高齢者人口	24,383人 (31.0%)



H28年4月1日現在岐阜県人口動態統計

低体重者の状況(H27すこやか健診)



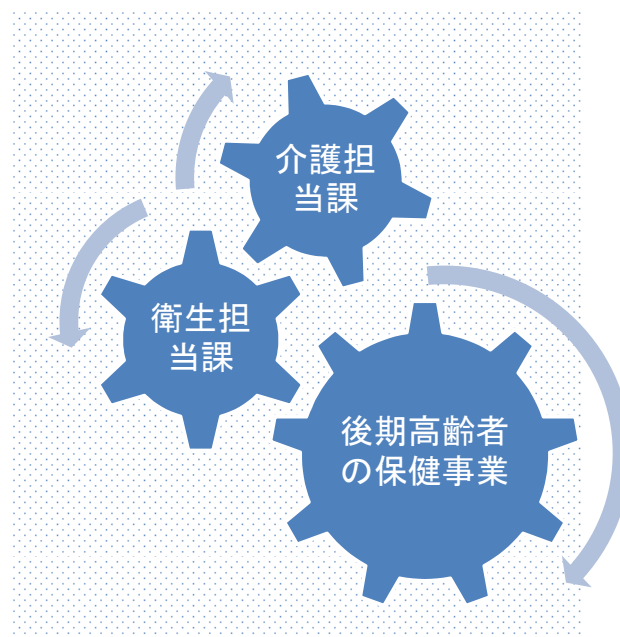
すこやか健診受診率

	H25	H26	H27
中津川市	3.2%	3.1%	3.4%
岐阜広域	18.8%	21.3%	21.0%
国	25.1%	26.0%	26.8%

事業の基本方針

- 市町村等関係機関との連携
- 職員研修によるフレイル概念の周知と事業立案に関する底上げ
- 大学との連携によるデータ分析と岐阜広域モデルの確立

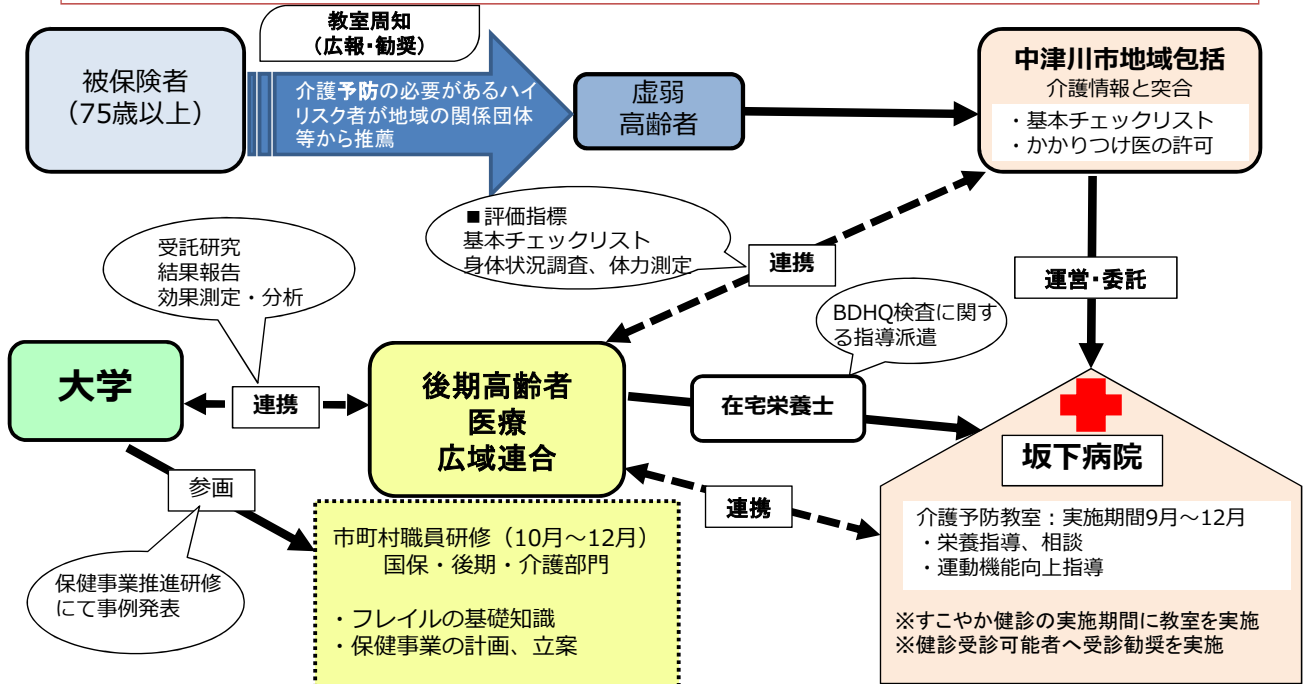
後期高齢者医療の保健事業の図



岐阜県広域における複合的取組(全体図)

事業目的

広域連合が、「市町村等関係部門との連携構築」、「既存の介護予防事業の活用と検証及び実践」、「担当者の資質向上」を目的に保健事業と研修事業を実施する。



7

岐阜県広域における複合的取組

1. フレイル対策事業 (中津川市)

対象者・指導実施者

地域の関係団体から紹介のあった虚弱高齢者等(基本チェックリスト該当者)

具体的な取組内容

中津川市が実施する介護予防事業(9月~12月に週1回全12回実施される運動の維持・向上のための教室)と連携した取り組み。

- ① 栄養状態の確認(BDHQ調査、健診結果等)、結果に基づく個別指導(管理栄養士) 参加者の体力等の身体状況調査(開始前・後)
- ② 事業効果の検証(受託研究として岐阜大学に依頼)
- ③ 関係部門との連携構築(事前・実施中・実施後)

実施体制・予算

実施：打合せ5回(中津川市他、大学)、報告会1回
 栄養調査1回・個別指導2回(管理栄養士)各9名実施
 大学効果測定(計測、アンケート調査等)
 予算：総事業費30万円(大学受託研究費用含む)



8

フレイル対策の実際

日程		中津川市実施	広域連合実施
1	9月 1日	体力測定	栄養調査
2	8日	運動指導	転倒スコア測定
3	15日	運動指導	
4	29日	運動指導・栄養講話(集団)	
5~7	10月6・13・20日	運動指導	
8	27日	運動指導・栄養講話(集団)	
9	11月10日	運動指導	
10	17日	体力測定	
11	24日	運動指導	栄養指導(個別) 転倒スコア測定
12	12月 1日	運動指導・体力測定結果説明	栄養指導(個別)

※1例は地区担当保健師につなげ、その後の継続指導につなげた。

9

実施結果

・体力測定結果

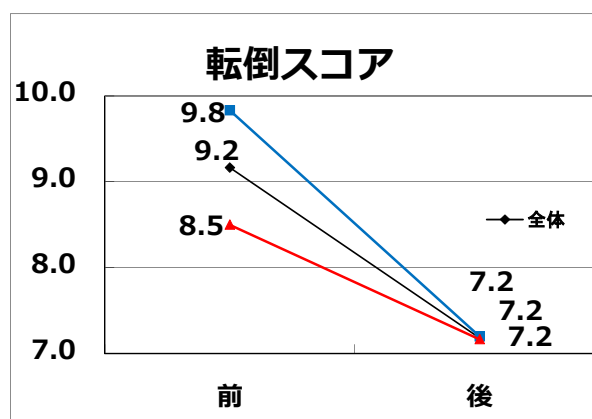
	教室前	教室後		教室前	教室後
BMI	24.0	24.2↑	開眼片足立ち	24.8	28.8 ↑
握力	20.1	20.8↑	長座体前屈	39.5	38.3 ↓
5M歩行	4.1	3.9↑	TUG	7.5	6.7 ↑

・転倒スコア

初回平均スコアは9.2、10点以上の高転倒リスク者は6名該当していた。

終了時の平均スコアは7.2となり、10点以上は、3名となっていた。

「つまづくこと」、「膝の痛み」、「めまい、ふらつき」がある人が減少し、「手すりにつかまらず、階段の上り降り」、「片足立ち」のできる人が増加した。



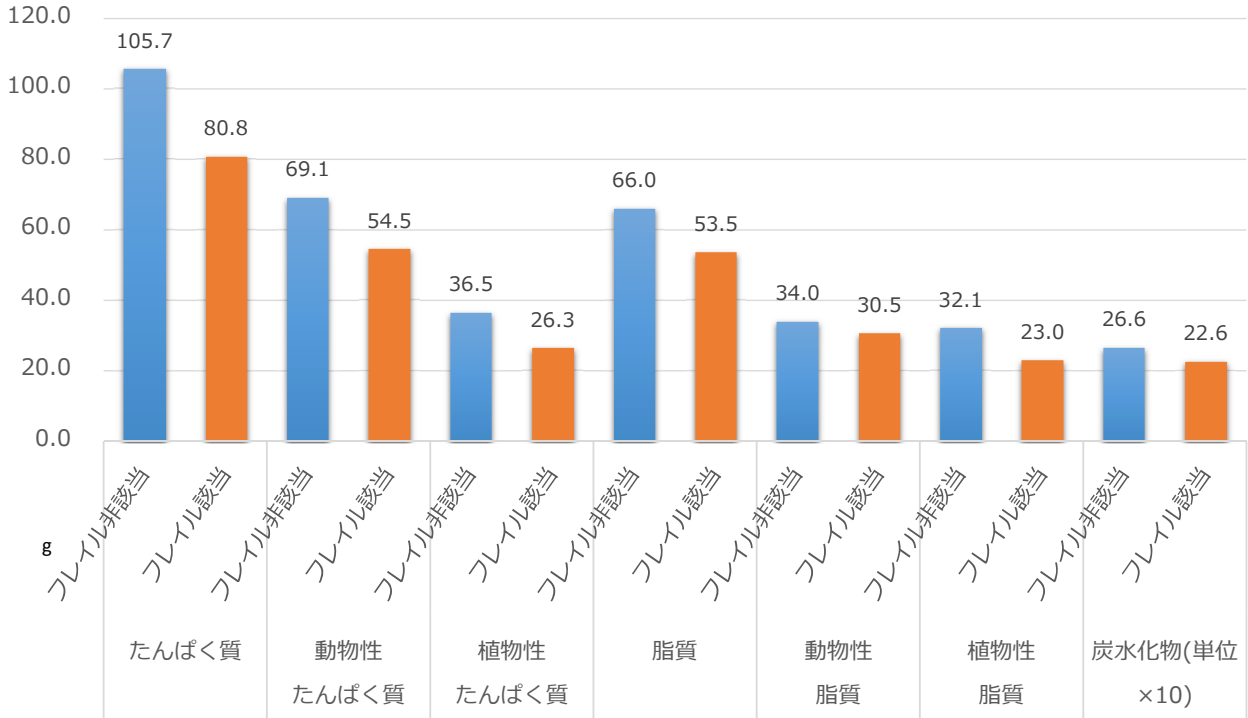
P=0.008

岐阜大学 提供

10

・ 栄養指導

三大栄養素 (たんぱく質、脂質、炭水化物)



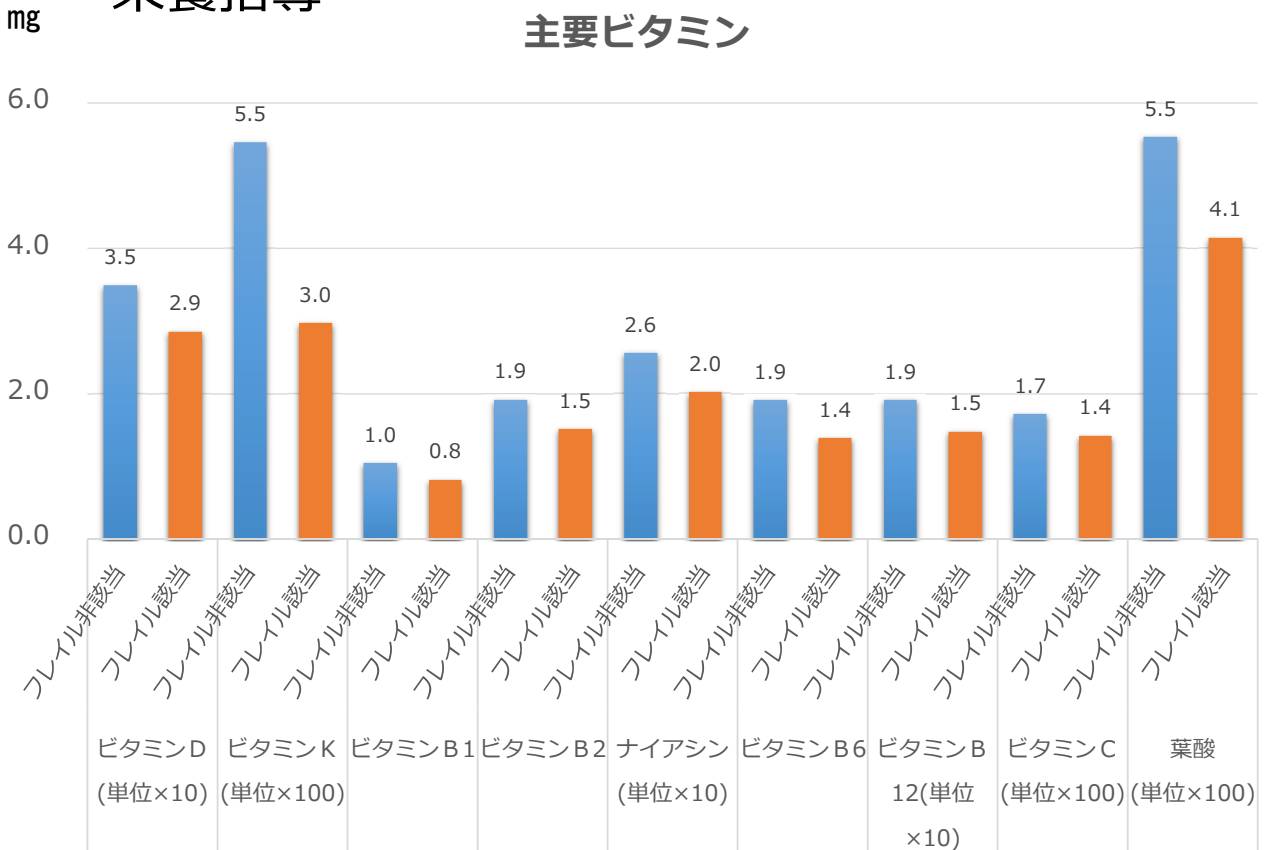
フレイルの定義①体重減少②疲労感の自覚③筋力の低下(握力)④歩行速度の低下⑤活動量の低下
3項目でフレイル、1~2項目フレイルの前段階(プレフレイル)とし、アンケート・基本チェックリスト・体力測定の結果より抽出

岐阜大学 提供

11

・ 栄養指導

主要ビタミン

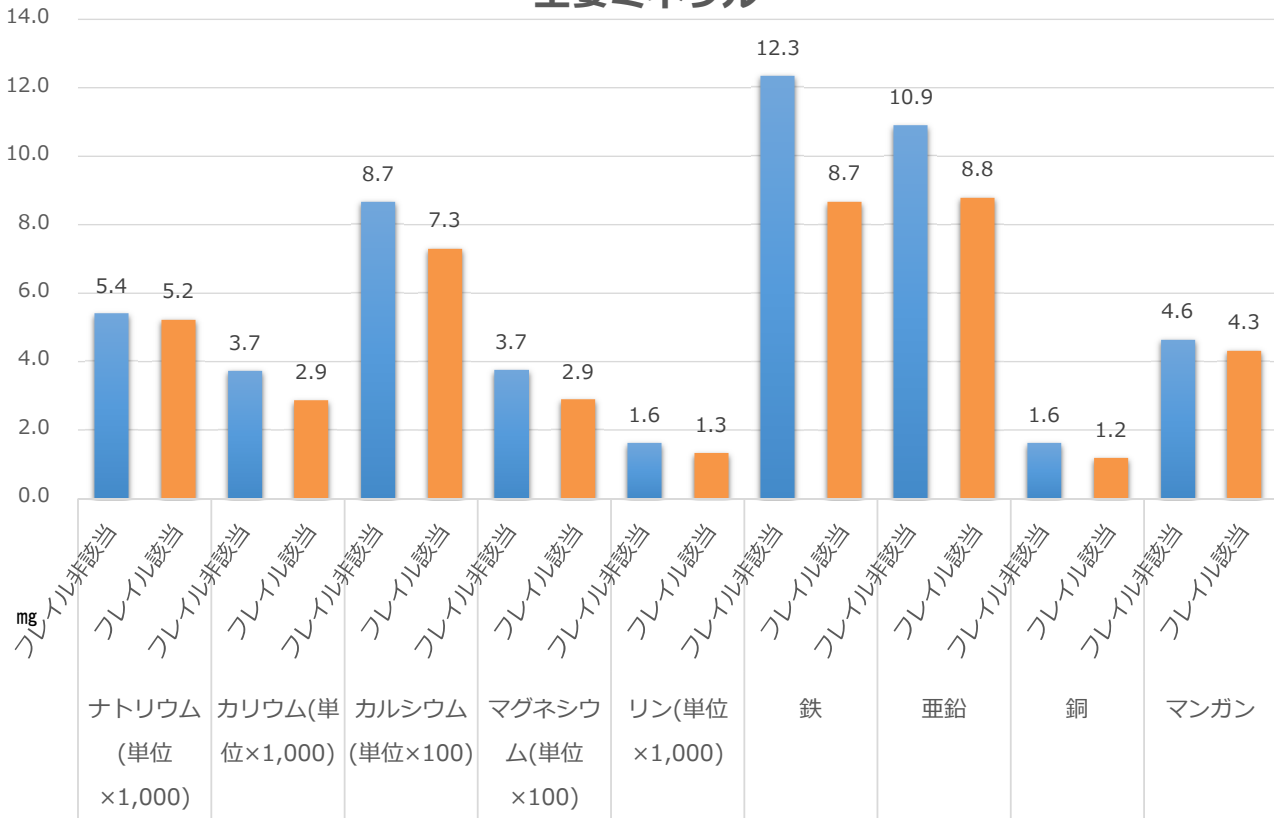


岐阜大学 提供

12

・栄養指導

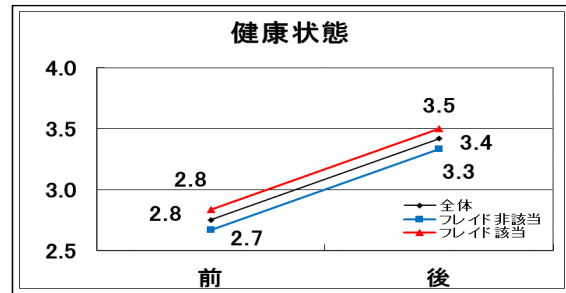
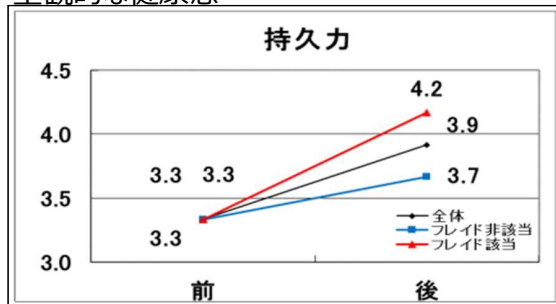
主要ミネラル



岐阜大学 提供

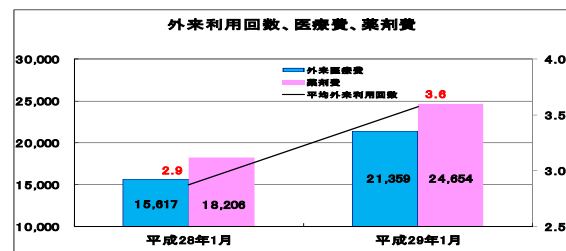
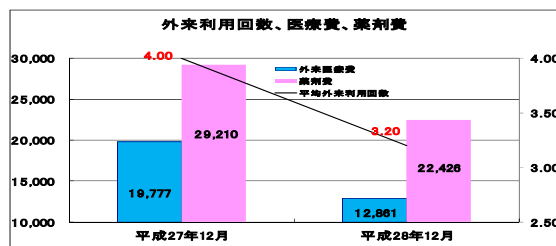
実施結果

・主観的な健康感



外に出る機会ができたことともに集団の仲間意識やお互いの支え合いから、特に虚弱判定者にとって効果が現れたようです。

・医療費など

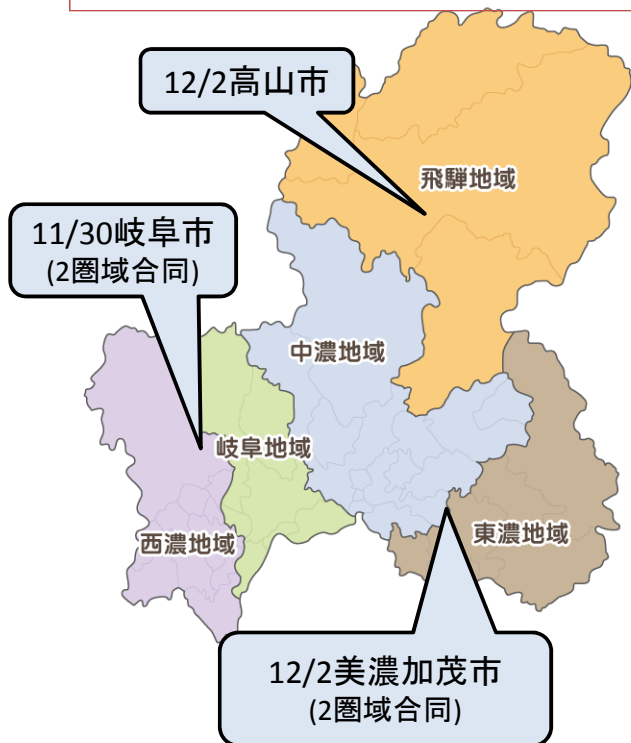


教室終了時は、医療機関の受診回数、薬剤費も減少していますが、翌1月には昨年よりも増加、12月よりも増加しており、継続した取り組みが課題とも言えました。

2. 研修事業

対象者・指導実施者

保健事業実施関係部門(後期高齢者医療、国保、介護、衛生)や県・国保連合会の実務担当者及び専門職



	内容
1.	オリエンテーション 低栄養・重症化予防事業の紹介
2.	効果的な保健事業の進め方 (講義)
3.	後期高齢者の保健事業を考える (後期、国保、介護担当者とグループワーク)
4.	高齢者の健康課題「フレイル」について、対策の実践例 地域包括ケアについて(演習と講義)

実施体制・予算

人員： 事務職4人、講師1人
 予算： 総事業費60万円(委託)

15

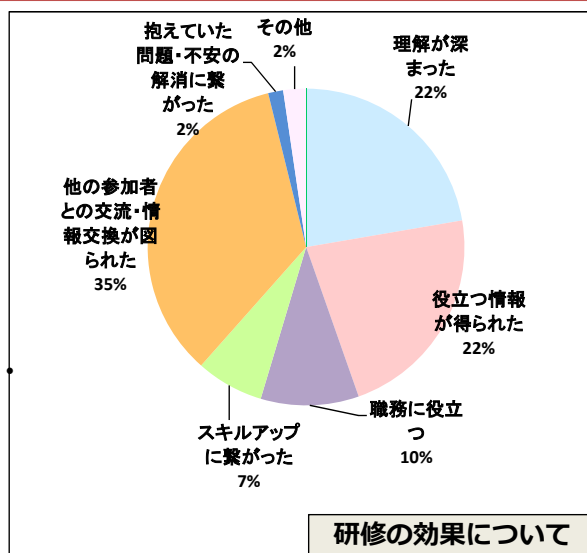
実施結果

- ・国保担当者、介護保険担当者
後期高齢担当者、42市町村中
36市町村63名と県の主管課職員、
国保連合会の専門職3名の参加。



<参加者の声>

- ・後期高齢の担当として、保健事業は受診率を少しでも上げることぐらいしか、考えていませんでしたが、ヘルス部署の人たちの話や講師のお話を聞くうちに、もっと他部署との情報交換や連携をする必要性を感じ、そのような機会を持つと思う。
- ・後期高齢担当(広域連合)でも文書だけでなく、直接共有ができるような会があれば大変ありがたいです。
- ・もう少し多くの人に参加してもらいたかったが、部局が違うので難しかった。



16

市町村が事業に取り組みやすい環境づくり

財政支援

- ・ 事業充実のための予算確保

人材支援

- ・ 在宅保健師会と連携し保健師の派遣
- ・ NPOとの連携による栄養士の派遣

事業成果の見える化

- ・ 大学と受託研究によるデータの分析
- ・ 事業実施内容の助言、指導

低栄養指導の モデル提案

- ・ 栄養状態の客観的なデータを示す
- ・ 対象者抽出の方法の提案

人材育成

- ・ 研修による後期、国保、介護担当者の知識向上
- ・ 事業立案のための技術研修
- ・ 各担当者の意見交換の場の設定

17

今後の活動について

モデル事業を通し見えてきたこと)

フレイル予防事業に関して

- ・ 対象者の選定に際し、軽度のフレイル者であれば集団指導で状態の改善効果がみられた。フレイルが進行している対象者では、個別指導を充実させる必要がある。対象者の選定は連携市と調整して、アウトリーチ介入できる体制も今後整えていく。
- ・ 県内横展開にむけてマニュアル等作成し、標準化を行っていく。

研修事業に関して（連携会議）

- ・ 企画、展開、評価など保健事業の具体化にむけた実践的な研修内容とする。
- ・ より多くの専門職、関係部門が参加できる日程と開催地の検討をする。

まとめ

- ・ 県内の保健事業推進にむけた現状分析、実施、評価、計画のサイクルをまわし、効果的・効率的な事業実施(広域連合の役割)。
- ・ 実施のために、医師会・歯科医師会・県・市町村・国保連等連携、調整しながら、つながりある事業をすすめる。
- ・ 効果的な実施にむけては、ガイドラインを活用しながら市町村の状況に沿う形で実務担当者連携をしていく。



18

BDHQ-BOX

あなたの食習慣についておたずねします
最近1か月間の食習慣について、お答え下さい

たくさん質問がありますが、あまり考え込まずに、第一印象でお答えください。

- 質問の内容が難しい場合には、あなたの家庭で食事の準備をおもにしているひとといっしょに考えながら、答えてください。
- すべての質問にお答えいただいた場合には、あなたご自身の健康維持・増進に役立てていただけるように、簡単な結果【あなたの食事・栄養の特徴】を後日お返しいたします。



お答えいただいた内容は、食・物と健康との関連を明らかにし、だれもが健康な生活を送れるようにするための貴重な資料として活用させていただきます。その場合、結果はたくさんの方の平均値などの統計として公表させていただきます。あなたの個人がわかるような形で公表されることは絶対にありません。

【記入の仕方】

- 太い黒の鉛筆でご記入ください。
- この用紙は機械で読み取ります。文字は枠線にかからないように丁寧に記入ください。

数字の記入例

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9

✓の記入例

- 枠線の中にある3点を結んでください。
- まわりの枠線も結んで記入してください。

良い例 悪い例

必須ご記入ください。

性別(✓を記入) 生年月日(年号は✓を記入)

男性 女性 大正 昭和 平成

年 月 日

今日(この質問に答える日)の日付 身長 体重

平成 2 年 月 日 cm Kg

妊婦中・授乳中の方は下記該当に記載(もしくはチェック)下さい。

妊婦 週目 授乳中

BDHQ1-1 2012.04版OCR

あなたは、この1か月のあいだ、以下の食べ物をどのくらいの頻度で食べていましたか？
もっともあてはまる回答をひとつ選んで、✓を記入してください。

枠線の中にある3点を結んでください。

良い例 悪い例

コップ1杯(約100ml)の牛乳・ヨーグルト1人前	鶏肉 (焼き肉を含む)	豚肉・牛肉・羊肉 (焼き肉を含む)	ハム・ソーセージ・ベーコンなどの加工肉	レバー
毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上
毎日1回	毎日1回	毎日1回	毎日1回	毎日1回
週1~6回	週1~6回	週1~6回	週1~6回	週1~6回
週2~3回	週2~3回	週2~3回	週2~3回	週2~3回
週1回	週1回	週1回	週1回	週1回
週1回未満	週1回未満	週1回未満	週1回未満	週1回未満
飲まなかった	飲まなかった	飲まなかった	飲まなかった	飲まなかった
数回なかったり、食べなかったり	数回なかったり、食べなかったり	数回なかったり、食べなかったり	数回なかったり、食べなかったり	数回なかったり、食べなかったり

いか・たこ・えび・貝	骨ごと食べる魚	ツナ缶 (まぐろの油漬け)	魚の干物・塩干・魚介類・すり製品 (塩干は塩辛いもの、干物はかまぼこなど)	脂が乗った魚 (いわし、さば、にしん、さけ、まぐろ、白身の魚など)	脂が少なめの魚 (さけ、まぐろ、白身の魚など)	たまご (鶏の卵1個程度)
毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上
毎日1回	毎日1回	毎日1回	毎日1回	毎日1回	毎日1回	毎日1回
週1~6回	週1~6回	週1~6回	週1~6回	週1~6回	週1~6回	週1~6回
週2~3回	週2~3回	週2~3回	週2~3回	週2~3回	週2~3回	週2~3回
週1回	週1回	週1回	週1回	週1回	週1回	週1回
週1回未満	週1回未満	週1回未満	週1回未満	週1回未満	週1回未満	週1回未満
食べなかった	食べなかった	食べなかった	食べなかった	食べなかった	食べなかった	食べなかった

とうもろこし・厚揚げ・豆乳	納豆	いも (すべての種類)	その他すべて (梅干は除く)	生(サラダ)	トマト
毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上
毎日1回	毎日1回	毎日1回	毎日1回	毎日1回	毎日1回
週1~6回	週1~6回	週1~6回	週1~6回	週1~6回	週1~6回
週2~3回	週2~3回	週2~3回	週2~3回	週2~3回	週2~3回
週1回	週1回	週1回	週1回	週1回	週1回
週1回未満	週1回未満	週1回未満	週1回未満	週1回未満	週1回未満
食べなかった	食べなかった	食べなかった	食べなかった	食べなかった	食べなかった

緑の濃い葉野菜 (ブロッコリー、ブロッコチ、アスパラ) (煮込み)	キャベツ・白菜	にんじん・かぼちゃ	だいこん・かぶ	その他の野菜すべて (たまねぎ、ごぼう、れんこんなど)	きのこ (すべての種類)	海藻 (たし用は除く)
毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上
毎日1回	毎日1回	毎日1回	毎日1回	毎日1回	毎日1回	毎日1回
週1~6回	週1~6回	週1~6回	週1~6回	週1~6回	週1~6回	週1~6回
週2~3回	週2~3回	週2~3回	週2~3回	週2~3回	週2~3回	週2~3回
週1回	週1回	週1回	週1回	週1回	週1回	週1回
週1回未満	週1回未満	週1回未満	週1回未満	週1回未満	週1回未満	週1回未満
食べなかった	食べなかった	食べなかった	食べなかった	食べなかった	食べなかった	食べなかった

平成 年 月 日

記入者名 ()

転倒スコア

項目	配点	
	1	0
1 最近(過去1年)に転んだことがありますか(転倒回数 回)	はい	いいえ
2 つまづくことがありますか	はい	いいえ
3 手すりにつかまらず、階段の上り下りができますか	はい	いいえ
4 歩く速度が遅くなってきましたか	はい	いいえ
5 横断歩道を青のうちに渡りきれますか	いいえ	はい
6 1キロメートルぐらい続けて歩けますか	いいえ	はい
7 片足で5秒くらい立っていられますか	いいえ	はい
8 杖を使っていますか	はい	いいえ
9 タオルを固く絞れますか	いいえ	はい
10 めまい、ふらつきがありますか	はい	いいえ
11 背中が丸くなってきましたか	はい	いいえ
12 膝が痛みますか	はい	いいえ
13 目が見えにくいですか	はい	いいえ
14 耳が聞こえにくいですか	はい	いいえ
15 もの忘れが気になりますか	はい	いいえ
16 転ばないかと不安になりますか	はい	いいえ
17 毎日お薬を5種類以上飲んでいませんか	はい	いいえ
18 家の中で歩くとき暗く感じますか	はい	いいえ
19 廊下、居間、玄関によけて通るものが置いてありますか	はい	いいえ
20 家の中に段差がありますか	はい	いいえ
21 階段を使わなくてはなりませんか	はい	いいえ
22 生活上、家の近くの急な坂道を歩きますか	はい	いいえ
5, 6, 7, 9は「いいえ」を、それ以外は「はい」を1点とし、合計します。		
合計		点

10点以上で転倒の危険が高くなります！

ご清聴ありがとうございました