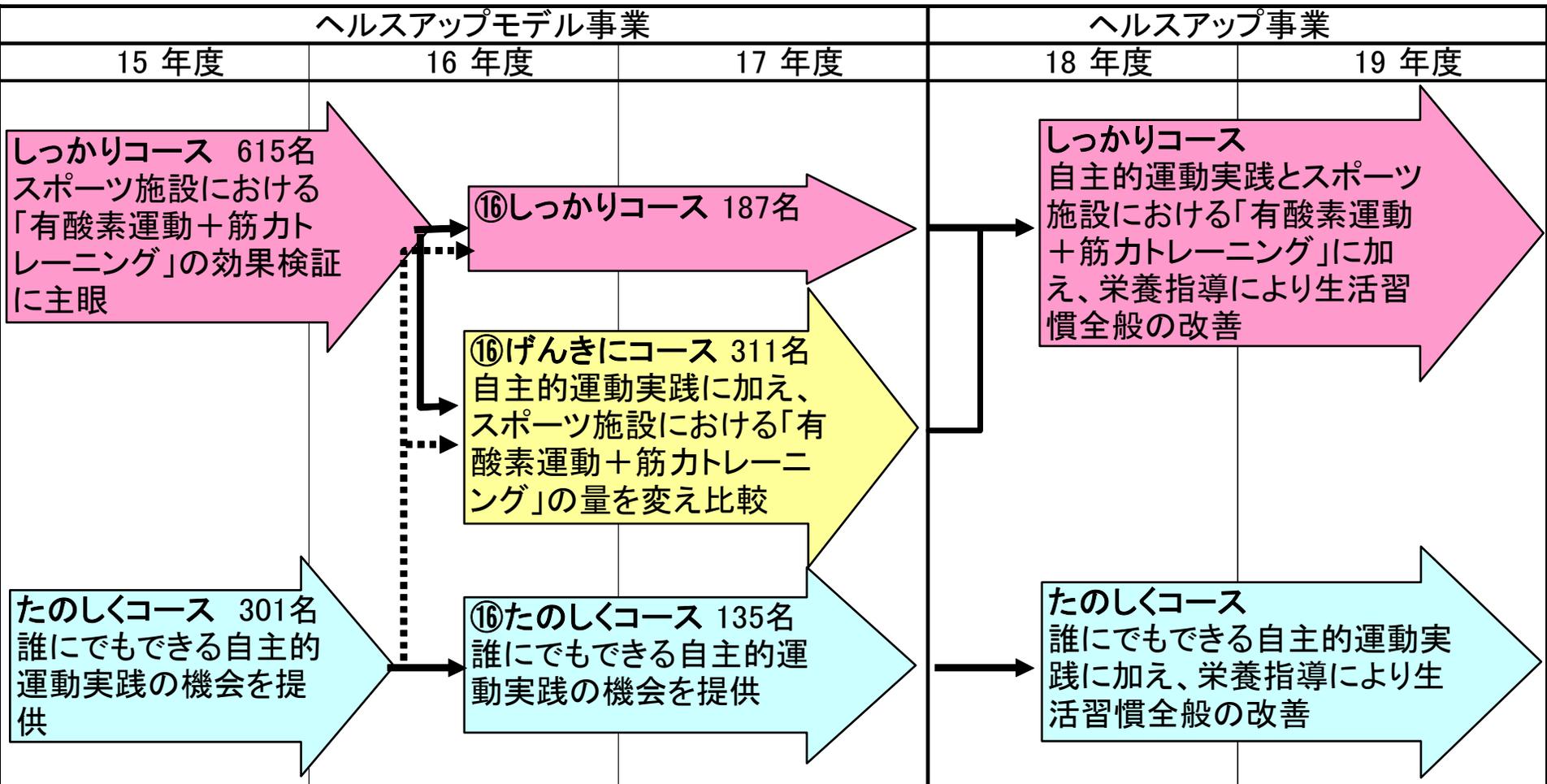


札幌市

国保ヘルスアップ
モデル事業の経験
から

国保ヘルスアップ
モデル事業の
企画・実施状況

札幌市国保ヘルスアップ(モデル)事業の概要



当初企画

- モデル事業の趣旨から、最初に医学的検証を重点に行うコースを企画。国保主管課にノウハウがなく、市出資の健康関連財団に相談。
- これに参加できない人(指標・体力・時間)に向け、誰にでも気兼ねなく参加できるコースの必要を認め、外部のプランナーの提案に基づき別のプログラムを企画。

モデル事業後半

- 既存の2コースを参考に、将来の普及事業化に向けての効率的なプログラムを見つけて出すために運動量を段階化して再編成

ヘルスアップ事業

- 身体状況改善の効果が検証された「しっかりコース」及び誰にでも負担なく取り組める「たのしくコース」に再統合。
- 栄養指導を追加し、生活習慣全般を対象とする。

企画・事業実施内容—留意点

- 国保主管課に保健師が未配置
- 専門性がないと、評価・監督・指導が困難
- 企画の良し悪しも評価できない
- 主導権が取れない

受託者が優秀

・・・提案内容と事業趣旨に齟齬があっても、いったん提示されるとなかなか否定できなくなる

委託者と対等でない

受託者に不安がある

…あるべき姿を具体的に示して指導できない
結局、期待する水準に達しない

国保(保険者)と衛生の連携

・・・大規模自治体では相当の覚悟がないと実現しない

だが特定健康診査・特定保健指導と後期高齢者など既存の老健事業から外れる部分は一体で考えなければならない

・・・自治体直営・委託の範囲は

多人数にプログラム提供をするにはどうすることが効率的か

- 個別相談 + (集団教室)
- 集団教室 + (個別相談)
- 小集団 + (個別相談)

募集

- 医学的範囲
- 基本健康診査
(アセスメントと評価)
- 医師との連携
- 参加しやすさ

ヘルスアップ事業参加条件

① 肥満度 ($24.2 \leq \text{BMI} < 35.0$) で、かつ、次の3項目のうちいずれか**1項目以上**に該当する者

② 収縮期血圧 $\geq 130\text{mmHg}$

③ LDLコレステロール $\geq 120\text{mg/dl}$

④ 空腹時血糖 $\geq 110\text{mg/dl}$

又は 随時血糖 $\geq 140\text{mg/dl}$ かつ HbA1c $\geq 5.5\%$

■ ただし、下記の何れかに該当する者は除外

収縮期血圧 $\geq 180\text{mmHg}$, 拡張期血圧 $\geq 110\text{mmHg}$

空腹時血糖 $\geq 140\text{mg/dl}$, 随時血糖 $\geq 200\text{mg/dl}$

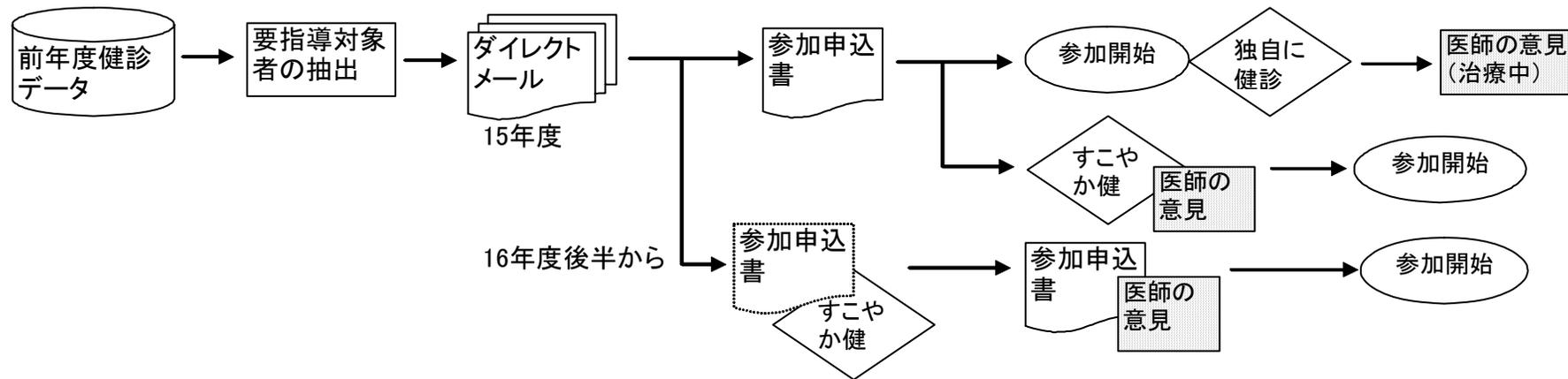
LDLコレステロール $\geq 220\text{mg/dl}$, 中性脂肪(空腹時) $\geq 400\text{mg/dl}$

生活習慣病予備群

基本健康診査受診者(平成16年度)のうち、
参加基準を満たすもの(上段BMI \geq 24.2、
下段BMI \geq 25.0)

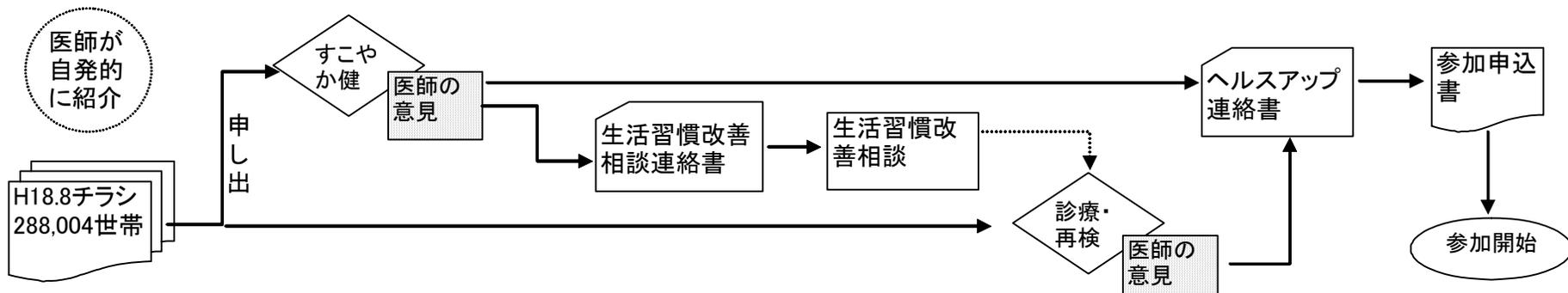
年齢	受診者	該当者	該当率
40～59歳	64,586	19,660	30.4
		15,522	24.1
60～69歳	22,892	8,829	38.6
		6,878	30.0
70歳～	46,364	17,309	37.3
		13,568	29.3
合計	133,842	45,798	34.2
		35,968	26.9

ヘルスアップモデル事業(15-17年度)



コース	募集	参加	参加率
し っ かり	10,421	615	5.9%
た の し く	4,930	301	6.1%
16,17年度 運動系3 コース	⑩たのしく	135	
	⑩げんきに	311	
	⑩しっかり	187	
	計	21,990	633

ヘルスアップ事業(18年度)



募集—留意点

- モデル事業参加者の修了料は9割
- 基本健診と申込みの順序により参加率に大きな差
- 医師による「連絡書」の浸透には時間がかかる

- 特定健康診査・特定保健指導では健診結果で階層化を行う
- したがって動機付けされていない、意識の低い人が対象
- どの様に参加に結びつけるかが課題

国保ヘルスアップ
モデル事業 の
具体的実施状況

しっかりコース

前半6カ月

後半6カ月

前半運動群

スポーツ施設での運動

自主的に健康づくり

ホームエクササイズ等

自主的に健康づくり

スポーツ施設での運動

保健指導

無作為割付

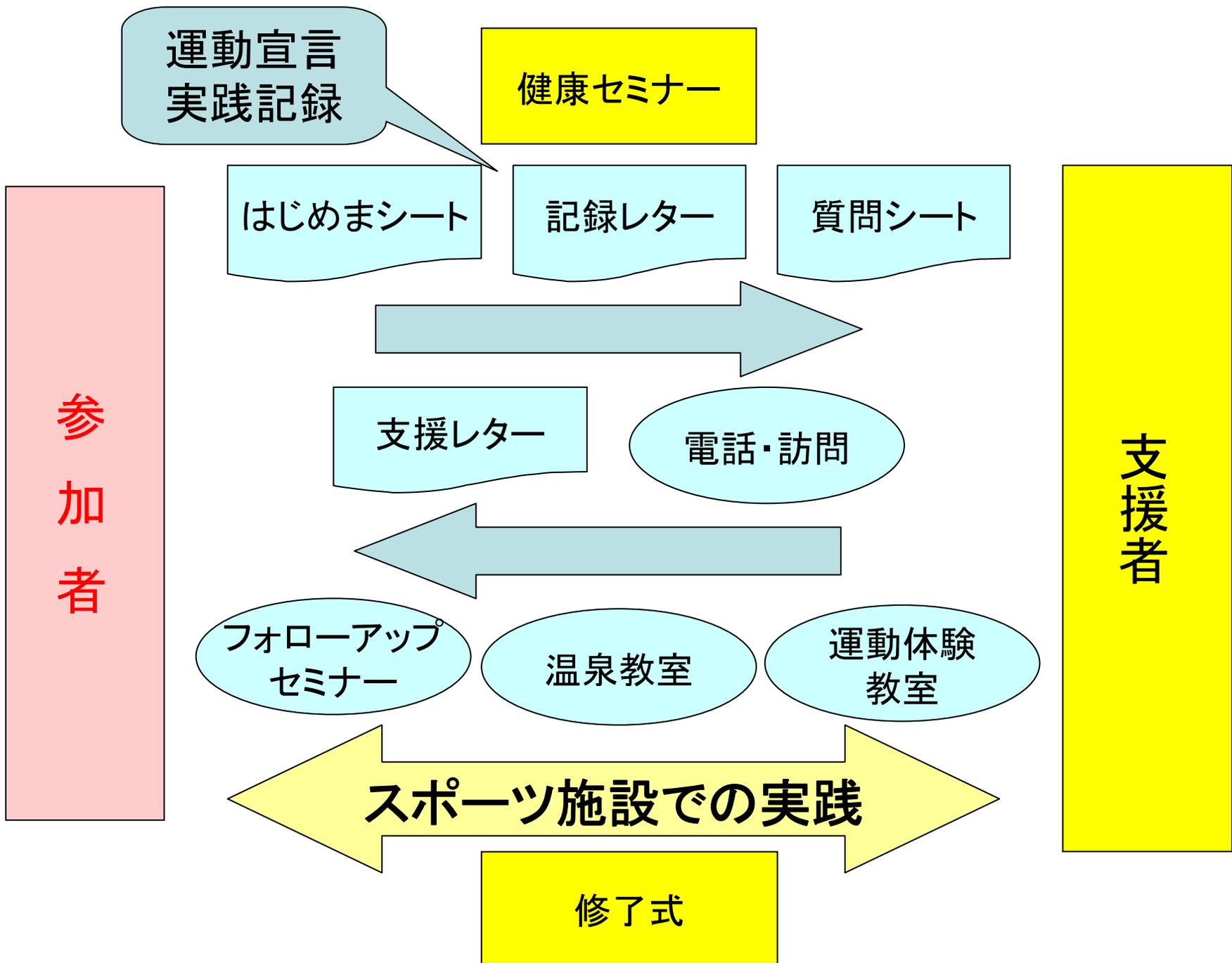
健診

健診

健診

後半運動群

必要に応じ意見書



アウトソーシング

モデル事業で見られた課題

①「アセスメント⇒個人目標の設定⇒フォロー」
が適切になされているか

基本健康診査結果・生活習慣アンケート結
果などが活用されているか

② 参加者が現在どのような状況なのか常に把握しているか。

何に取組み、どう考え、何が変わっているか
特に、通信制の場合

③ 参加者の特性、参加状況に応じてフォローしているか(画一化されていないか)

脱落防止

④ 実施時期は適切か

アウトソーシング

委託先選定の観点

① 統括者

統括する保健師が鍵を握る

能力・経験・職員指導力は十分か

② 職員体制

(医師)・保健師・管理栄養士・健康運動指導士等の確保

参加者の状況を常時把握可能か

参加者の取り組み状況に応じて、柔軟な対応が可能か

③ 職員の資質

能力・経験

研修等の機会

④ 職員の意欲

⑤ 企画力

事業進捗に伴い改善が進められるか

アウトソーシング

履行状況の確認

- ① 定期的な状況確認
 - ・・・脱落してしまってから報告される
- ② データベースによる情報管理
 - ・・・適切な更新が前提
- ③ ケースレファレンス
 - ・・・委託者の出席は現実的か

アウトソーシング—留意点

- 優良なアウトソーシング先は限定される
 - …能力の見極め、仕様書の明確化
 - 委託者の監督による水準向上
- 経営であること
 - …すべての事業者が協力するわけではない



研修

- 保健指導業務は委託先の研修に委ねた
 - ・・・市に体制がない
- スポーツ施設については従事者研修を実施
 - ・・・指導方針・実施内容、使用様式の統一



おわり
参考になりましたら幸いです