

平成28年度 大江町国民健康保険保健事業実施計画

1 健康教育

生活習慣病予防に向け、運動習慣、食習慣、喫煙、飲酒、歯の健康、心の健康を保持するために、個人並びに集団での指導、教育を行う。

(1) 健康づくり講演会

健康は、栄養、運動、休養のバランスが大切であることから、それらのテーマに沿い、医師等による講演会を開催し、町民の心身の健康づくりの支援を行う。

(2) 生活習慣病予防教室

生活習慣病予防のため大江町国民健康保険保健事業実施計画（データヘルス計画）の疾病分析に着目した対策が求められる。平成28年度は「高血圧予防」をテーマに日常生活の食習慣、運動習慣を見直し、生活習慣予防が図られるように、栄養指導、運動指導を実施する。

また、ノルディックウォーキングについては運動指導の中に取り入れていく。

(3) ロコモティブシンドローム（運動器症候群）予防

運動器の障害による移動機能の低下、介護が必要になるリスクを軽減し、健康寿命を延ばしていくため、ロコモティブシンドロームに着目した対策として、食事指導や運動指導を実施する。

(4) 健康マイレージ事業

健診や健康教室等の参加によるポイント制度を導入し、自分のための健康づくりへの意識の向上を図る

2 健康相談

健康診査結果の相談や生活習慣の改善のための相談等の機会を設け、個人毎の健康の保持・増進のための支援を行う。

毎月1回、保健センターや地区公民館を会場に定期的健康相談日を開設し、保健師や管理栄養士による健診の事後相談や健康に関する相談、精神保健福祉士による心の健康相談を実施する。

また、地区の公民館を会場に保健師や管理栄養士が身近な所で健康教室を実施する。

3 特定健康診査・特定保健指導

生活習慣病の予防のため、メタボリックシンドロームに着目した「特定健康診査」が義務づけられている。40歳以上の者を対象に健診機関にて、一日人間ドック・ミニドック（総合健診）で、特定健診・がん検診を同時受診できる体制により実施する。

また、未受診者への受診勧奨や節目年齢において個人負担軽減クーポン券の発行などを実施し、受診率の向上を図る。

特定健診受診者の結果から、メタボリックシンドロームに該当し、糖尿病、高血圧症、高脂血症等の生活習慣病のリスクの高い者を対象に生活改善のための指導を行う。

一日人間ドックでの動機付け支援対象者は健診機関に委託し、一日人間ドックの積極的支援対象者は健診機関にて町の保健師と管理栄養士が訪問し指導を行う。

ミニドック（総合健診）の動機付け支援及び積極的支援対象者は、保健センターにて保健師と管理栄養士により指導を行う。

4 歯周疾患健診

定期的な歯科検診受診を勧め、生涯にわたり口腔機能の維持向上を図る。

5 訪問指導

個人の心身の状況や生活環境、各種健診結果や医療機関の受診状況を把握して、健康な日常生活が維持できるように指導・支援を行う。

(1) 特別保健指導

医療費の適正化事業の一環として、重複・頻回受診者に保健師が家庭訪問し、適正受診、保健福祉サービスの利用について紹介し、外来医療費の適正化を図る。

- (2) 各種健診の事後指導
特定健診やがん検診の結果において、生活習慣の改善や精密検査の必要な者を訪問し、個人指導や早期受診の勧奨を行う。
- 6 保健師等の資質向上
各種事業の制度見直しや現在のライフスタイル、町民の健康に関するニーズに適応した保健事業を展開するため、専門的な研修会等に積極的に参加し、保健師や従事する職員の質の向上を図る。
 - (1) 各種研修での知識技術の取得
各種研修会へ参加することにより、事業の実施方法や評価のスキルアップを行うとともに他の市町村の情報を収集し、現在の事業の見直しや事業計画に活用する。
 - (2) 健康運動指導士の資質の向上
メタボリックシンドロームやロコモティブシンドロームの予防には、運動・栄養・休養等、生活習慣改善が必要である。継続的に指導・支援ができるように保健師等が健康運動指導士として資質の向上を図り、生活習慣病予防・介護予防の運動指導を実践する。
- 7 医療費の削減
 - (1) 被保険者の健康管理と医療機関の受診状況の把握に役立てるため、受診した医療機関や医療費総額をお知らせする医療費通知を年6回行うとともに、広報などで通知の趣旨の啓発を行う。
 - (2) 後発医薬品の利用率向上のため、後発医薬品と先発医薬品の差額の通知を年6回行うとともに、広報などで周知・啓発を行う。
- 8 体力づくり事業
町民ソフトボール大会、町縦断駅伝大会、舟唄健康マラソン大会など被保険者が数多く参加する体力づくり事業への協賛を行い、健康保持に不可欠な運動習慣の推進と啓発を行う。
- 9 さわやか健康づくり推進事業
温泉の効能を活用した日常的な健康づくり推進のため、町内温泉施設の利用料に対する助成を行い、健康の保持増進を推進する。
- 10 疾病統計作成事業
被保険者の疾病傾向及び対策を検討するため、疾病分析を行い、各種保健事業（地区健康教室、生活習慣病予防教室など）に活用し健康づくりを推進する。