

重点取り組み

■甲州市 糖尿病発症・重症化予防事業

第2期計画における重点的な取り組み

・甲州市ヘルスアップ教室

糖尿病はインスリンの作用不足（インスリン抵抗性）によっておこる病気であるが、このインスリン抵抗性は代償的に高インスリン血症をひきおこす。このインスリン抵抗性、高インスリン血症は内臓脂肪蓄積とあわせ、高血圧や脂質異常、脂肪肝、高尿酸血症などさまざまな生活習慣病、メタボリック症候群をひきおこす。そのため、糖尿病予備群対象者へ教室での指導を実施する。

・かかりつけ医と連携した糖尿病対策事業

糖尿病は心血管疾患発症（合併症）のリスクが高く、透析導入される患者より心血管疾患（合併症）により死亡する患者のほうが多いことが明らかとなっている。合併症を発症してしまうと、日常生活に大きな影響を及ぼすため、しっかりとした服薬管理と生活習慣の改善を行うことが重要である。なかでも、かかりつけ医等、対象者に関わっている様々な職種との連携はとても重要で、対象者の生活状況や取り組み状況を共有していくことで重症化を予防していく必要がある。そのため、糖尿病連携手帳を使用し対象者の重症化予防に努める。

・糖尿病治療中断者への受診勧奨事業

糖尿病の治療には、生活習慣の改善の他に定期的な診療や、継続的な服薬が必要である。しかし、糖尿病治療者の中には服薬を適切に行わないケース、定期的な診療を自己判断により止めてしまうケースがある。糖尿病の治療を中断した場合、再度医療機関を受診したときには重症化している可能性もある。そのため、治療中断者へ定期受診を促し、適正な検査や内服治療を継続することを指導する。

・健診異常値者への受診勧奨事業

糖尿病は自覚症状なく進行していく病気である。重症化する前に、血糖が高くなってきた段階でしっかり受診し、必要な治療等を行っていくことで悪化の防止を図る必要がある。そのため、健診結果説明会にて対象者へ医療機関への受診勧奨を実施する。

第1期計画からの継続した取り組み

- ・特定健診・特定保健指導事業
- ・特定健診未受診者対策事業
- ・健診結果説明会事業
- ・早期介入保健指導事業
- ・慢性腎臓病予防（CKD対策）事業
- ・地区組織及び関係機関との連携による周知啓発事業

市健康増進計画におけるポピュレーションアプローチ

- ・おいしくたべる
- ・こまめにからだを動かす

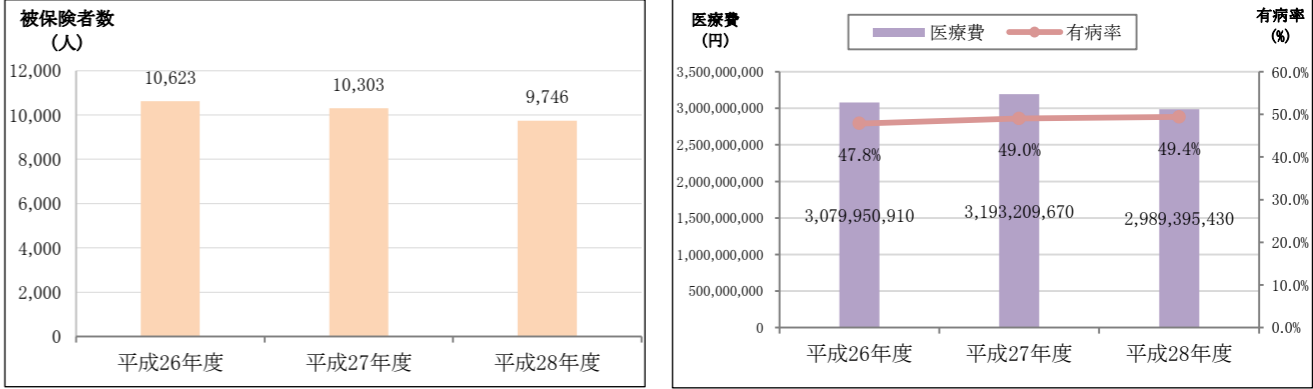
を目標に取り組みを実施。

甲州市国民健康保険
第2期データヘルス計画【概要版】

本計画では、これまでの計画に加え、生活習慣病を取り巻く様々なデータを分析し、「住み慣れた地域で自分らしく生活できる」よう、何をすべきか本市が取り組む内容をまとめた。

現状

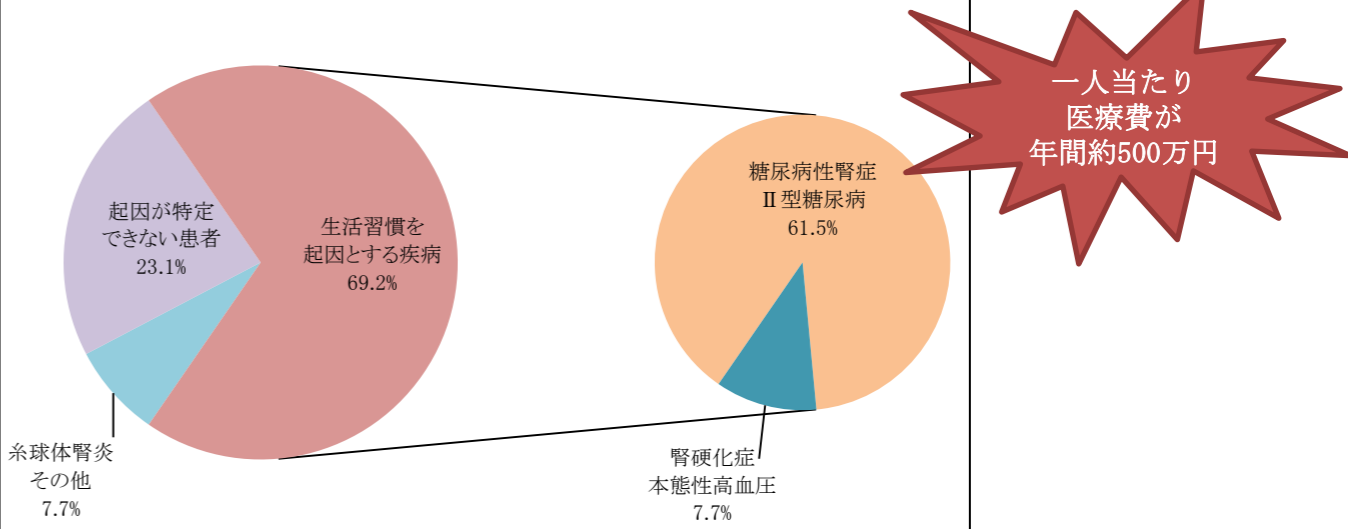
年度別 被保険者数・医療費及び有病率



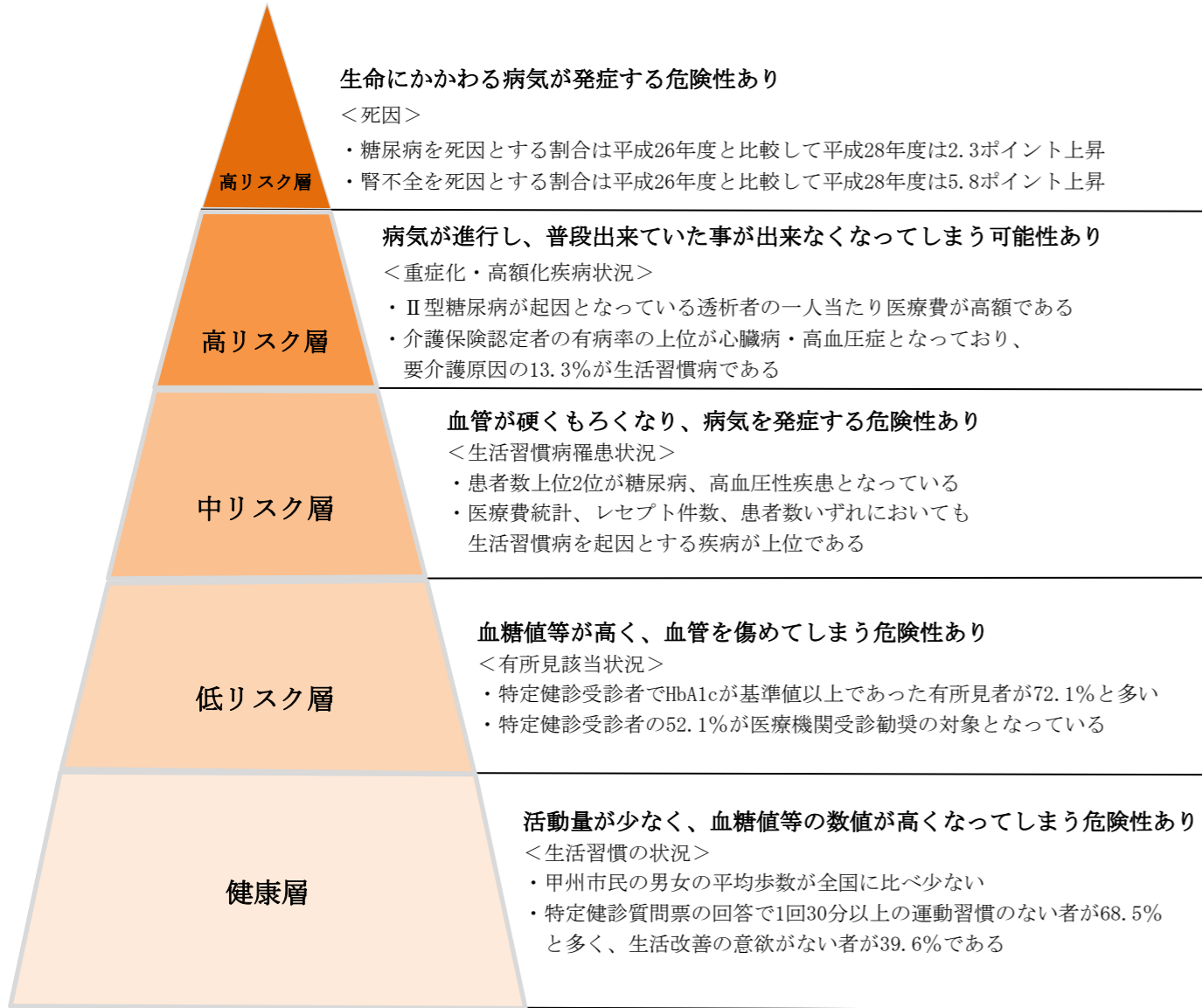
生活習慣病の主な発症状況（平成28年）

疾病分類	患者数 (人)	患者数全体に対して占める割合 (%)	医療費 (円)	医療費全体に対して占める割合 (%)	医療費全体に対して占める割合 (%)
糖尿病	3,059	33.8%	152,906,609	5.1%	14.0%
高血圧性疾患	2,970	32.8%	163,786,530	5.5%	
脂質異常症	2,346	25.9%	100,533,902	3.4%	

透析患者の起因



■医療費データ、健診データ、市の特性から見える甲州市の健康課題



重点目標

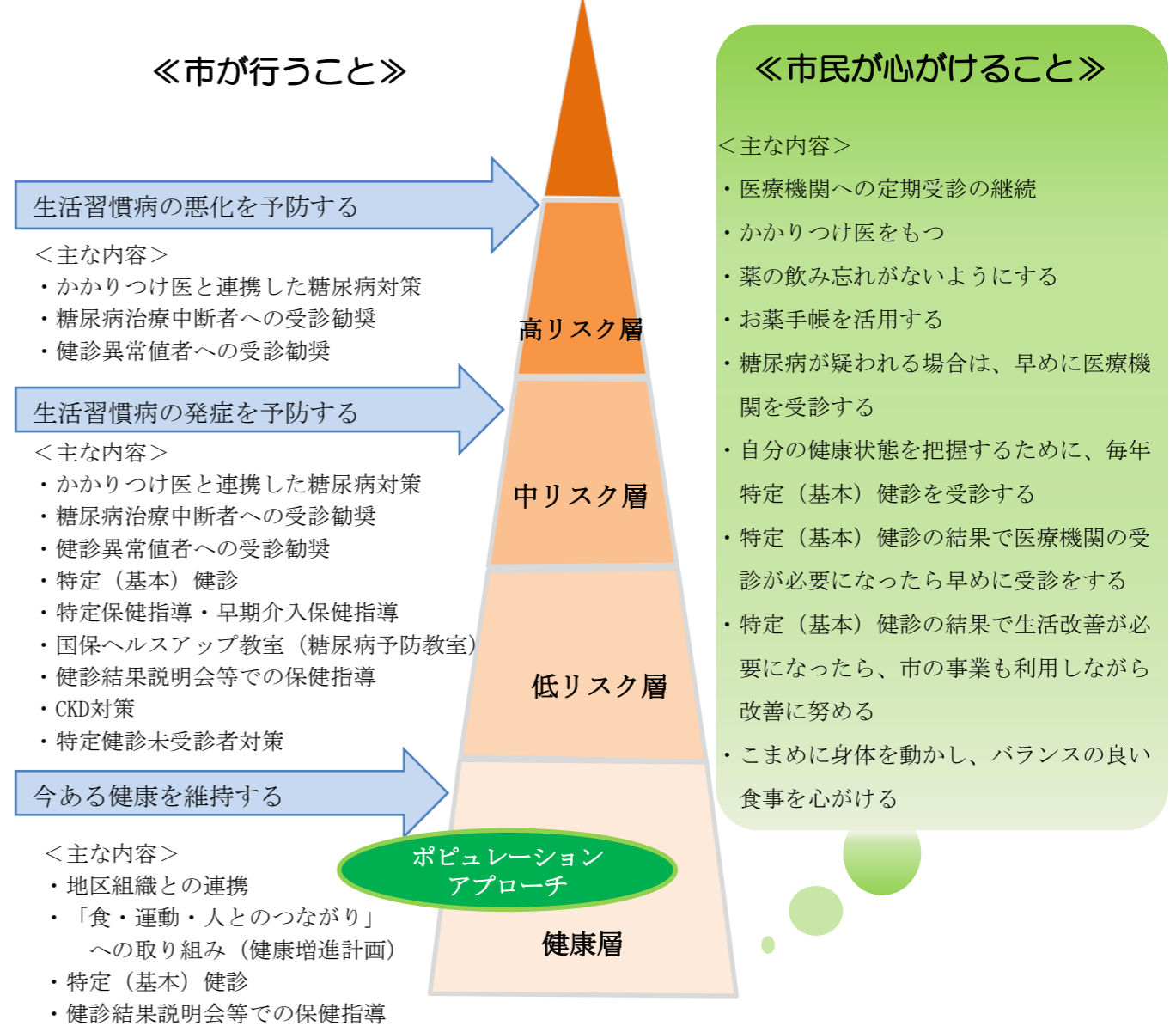
「住み慣れた地域で自分らしく生活できる」ためには・・・

生活習慣病（糖尿病）の発症・重症化予防

に取り組む必要があります

特に糖尿病は重症化すると生活の質を下げってしまうような合併症を発症する危険が高いため、糖尿病の発症・重症化予防をしていくことが大切です

■生活習慣病(糖尿病)のリスク層に向けた保健事業の取り組み



《市民が心がけること》

- <主な内容>
- ・医療機関への定期受診の継続
 - ・かかりつけ医をもつ
 - ・薬の飲み忘れがないようにする
 - ・お薬手帳を活用する
 - ・糖尿病が疑われる場合は、早めに医療機関を受診する
 - ・自分の健康状態を把握するために、毎年特定（基本）健診を受診する
 - ・特定（基本）健診の結果で医療機関の受診が必要になったら早めに受診をする
 - ・特定（基本）健診の結果で生活改善が必要になったら、市の事業も利用しながら改善に努める
 - ・こまめに身体を動かし、バランスの良い食事を心がける

市と市民の一人ひとりが一緒に取り組むことで、住み慣れた地域で自分らしく生活することができます！！

