

## 令和2年度第1回地域保健審議会 資料

1	寝屋川市健康増進計画の進捗状況及び次期計画の策定について	1
2	食育について	3
3	特定健診の取組について	6
4	各種検診の受診率向上について	10
5	地域・職域連携について	13
6	自殺対策について	16



## 案件1 寝屋川市健康増進計画の進捗状況及び次期計画の策定について

### 1 現状

本市では、「健康寿命の延伸」を基本目標とし、市民の健康増進を総合的に推進するため、平成30年3月に食育・歯科口腔・自殺対策等を包含した「寝屋川市健康増進計画」を策定した。

本計画は平成30年度から令和4年度までの5か年計画であり、目標については、計画策定時に市民アンケートを実施し、各事業の推進によって実現すべき将来像をあらわす具体的な数値や目標を設定している。

### 2 課題

平成29年12月に示した大阪府のデータでは、本市の健康寿命は男性が33位、女性が33位（府内43市町村中）と下位に位置しており、本市の目指す「健康寿命の延伸」が第一の課題となっている。

また、平成29年10月に実施した市民アンケートでは、生活習慣病のリスクを高める喫煙と飲酒が男性の中高年層での割合が高いこと、また寝屋川市国民健康保険のレセプトデータでは、高血圧、糖尿病、新規透析患者の割合が多く、生活習慣病の発症予防と重症化予防を行う必要がある等、前回計画策定時からの変化、アンケートの分析結果で明らかになった新たな課題踏まえ、本市の5年後を見据えた新たな計画を策定する必要がある。

### 3 市の対策案

令和5年3月に策定を予定している「第2次寝屋川市健康増進計画」に向けて、前計画と同様に、本市における現状を分野別に分析し、取り組むべき課題を設定するため、生活習慣や健康に関する意識についての実態を把握する。

#### 4 諮問内容

「第2次寝屋川市健康増進計画」を策定するに当たり、本市の実情に合った計画の策定、計画の推進によって実践すべき目標値を設定するための、生活習慣や健康に関する意識についての実態の把握方法について、前回計画策定時と同様にアンケートを予定しておりますが、より効果的と考えられる実態把握手法について、ご意見くださいますようお願いいたします。

##### (前計画策定時の実態把握方法)

18歳以上の市民3,000人を無作為抽出し、郵送によりアンケート調査を実施（回答率 50.4%）

##### (今後の予定)

令和3年度 実態の把握、分析

令和4年度 計画の策定（令和5年3月策定予定）

## 案件2 食育について

### 1 現状

令和2年9月から、「塩対応」をキャッチコピーに「適塩推進事業」を実施している。

#### 【主な取組内容】

- (1) 特定非営利活動法人ななクラブの協力で作成した、簡単でおいしい適塩レシピの紹介として「はちかづキッチン」の広報誌等での掲載
- (2) 市内飲食店が考案し、保健所が監修した適塩メニューの料理動画「おうち de クッキング」の市公式 YouTube での配信
- (3) 株式会社タニタヘルスリンクによる「タニタ健康セミナー」のライブ配信（令和3年3月予定）

### 2 課題

- (1) 子どもの頃から適塩な食生活を送るためには、家庭での食習慣が重要であるため、時間に制約のある子育て世代が実践できる内容及びその周知啓発の方法。
- (2) 健康に関心が薄い若い世代に対する食塩の過剰摂取がもたらすリスクと、望ましくない生活習慣の積み重ねが将来の生活習慣病に繋がることの周知啓発の方法及び内容。

### 3 市の対策案

#### 【令和3年度に予定している取組】

- (1) 子育て世代が参加する市主催イベントにおける啓発ブースの出展
- (2) 小学生がいる子育て世代対象の親子料理教室の開催  
(子どもを通じた、比較的若い世代でもある親への啓発効果も狙う)
- (3) 市内大学の学内イベントへの啓発ブース出展  
(生活習慣病の中でも特に高血圧の予防に重点をおき、料理に含まれる食塩の量や現在の食塩摂取量について啓発を行う)

#### 4 諮問内容

適塩推進事業の今後の方向性や啓発内容等を検討及び決定していくため、イベント等の機会に市民アンケートを実施予定であるため、効果的と考えられるアンケートの内容について、ご意見くださいますようお願いいたします。

【現在のアンケート項目案】

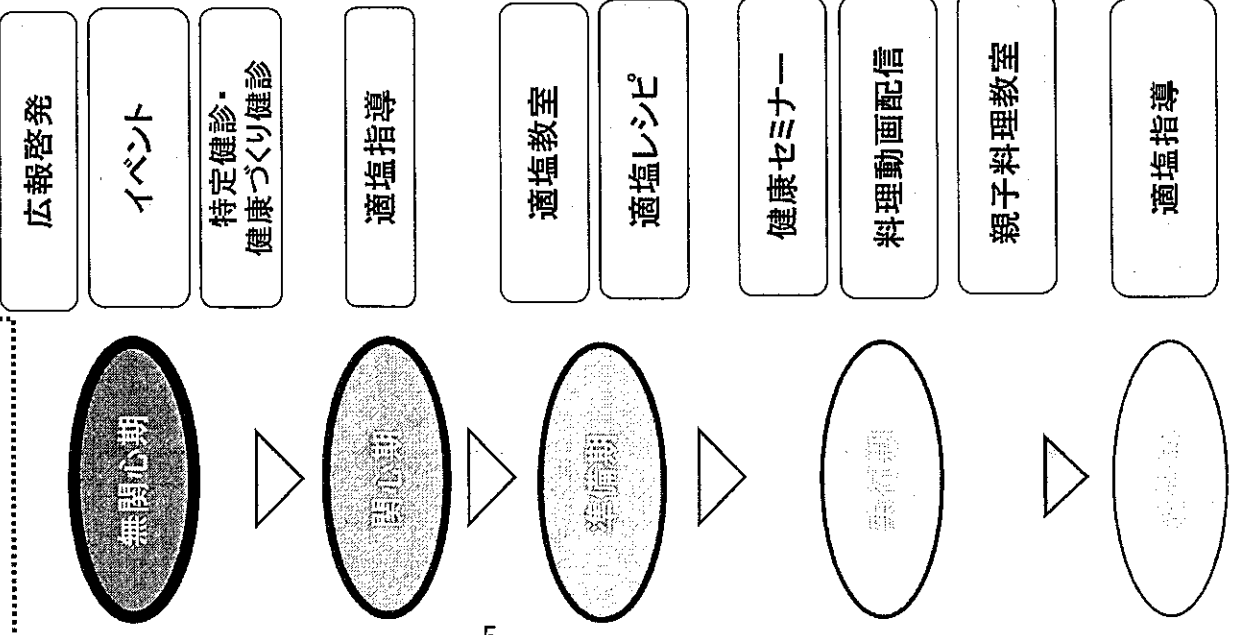
- ・ 普段の食生活における食塩摂取量の意識状況
- ・ 適塩の工夫点の知識の有無
- ・ 適塩の実行意欲や実行状況

# 適塩推進事業

## 《目的》

適塩の推進に集中的に取り組むことをきっかけに、自身の健康づくりに関心を持つ市民の増加を図り、高血圧に関連する脳卒中・心筋梗塞・腎不全等の様々な疾患を予防し、健康寿命の延伸を図る。

行動変容ステージモデル



【保健総務課】

懸垂幕やのぼり、ポスター等の掲示、啓発グッズ(リーフレットやクリアファイル等)の配布

イベント

【保健総務課】市のイベント、市内大学のイベントにて、「適塩啓発ブース」を出展（令和3年度予定）  
 <内容>減塩みそ汁の試飲、減塩フードモデルの展示、アンケートの実施、啓発グッズの配布等

特定健診・健康づくり健診

【健康づくり推進課】特定健診の重症化予防の二次検査の尿検査項目に、推定食塩摂取量・ナトリウム/カリウム比の追加

適塩指導

【保健総務課】24時間採尿(主催:市薬剤師会)を受けられた方を対象に「個別適塩指導」を案内

適塩教室

【保健総務課】健康長生塾・食選科で、「適塩」をテーマにした講座を実施

適塩レシピ

【健康づくり推進課】自分で健康プロデュース・ヘルスアップ教室・知って得する血管の話で、「適塩」をテーマにした講座を実施

【保健総務課】広報誌・市公式アプリ・SNS等で適塩レシピを掲載

健康セミナー

【保健総務課】タニタによる、タニタならではのコツをテーマにしたセミナーをWeb配信（令和2年度予定）

料理動画配信

【保健総務課】

市民を対象に適塩レシピの料理動画を配信(場所:保健福祉センター)

<講師>市内飲食店(ゴマジェットカフェキッチン)

親子料理教室

【保健総務課】

市民を対象に適塩レシピの料理教室を実施(場所:保健福祉センター)（令和3年度予定）

<講師>大阪ガス・市内飲食店

適塩指導

【健康づくり推進課】

・特定保健指導・重症化予防事業実施者のうち、対象に二次検査を実施し、3～6か月間の指導の中で、適塩の生活習慣を定着

・重症化予防事業・・・薬剤師による個人面談を実施(2回)

### 案件3 特定健診の取組について

#### 1 現状

本市の特定健診受診率、特定保健指導実施率は、第2期データヘルス計画において定めている目標値とは大きく乖離している状況である。

〔目標値〕 特定健診受診率：60%、特定保健指導実施率：60%

〔現状値〕 特定健診受診率：36.17%、特定保健指導実施率：29.7%

#### 2 課題

特定健診の受診率向上に向け、受診状況の分析結果をもとに啓発ポスターやチラシの内容を検討するとともに、AIによる分析から対象者に合わせた受診勧奨はがきを送付するなど、様々な工夫・取組を進めてきた。

しかしながら、新型コロナによる健診の中止や受診控えなどの影響もあり、受診率は大きく変化していない。引き続き、受診率向上に向けた取組を検討・実施していく必要がある。

#### 3 市の対策案

①特定健診受診率の向上に向け、AIによる受診勧奨はがきを送付する。

②特定保健指導実施率の向上に向け、未利用のハイリスク者に対する市保健師の支援を強化する。

#### 4 諮問内容

特定健診受診率及び特定保健指導実施率の向上に向けた効果的な取組についてご教示いただくとともに、本市の取組についてご意見くださいますようお願いいたします。



## 地域保健審議会資料

### 3 特定健診の市での取組と実態

#### (1) データヘルス計画の説明と市の実情

##### ① データヘルス計画の概要

寝屋川市では、国民健康保険被保険者に対し、糖尿病を始めとする生活習慣病対策や重症化予防等の事業を実施するとともに、それらの事業の評価を行っている。

健診結果やレセプト情報を分析し、実情に応じた健康課題・目標を明確にした上で、効果的な保健事業を実施するため、寝屋川市第2期国民健康保険事業実施計画（データヘルス計画）を策定し、「健康寿命の延伸」及び「健康格差の縮小」の実現、また、「医療費の適正化」を目指している。

##### ② 市の実情（健康課題）

###### ア 特定健診

- ・健診受診率が横ばいである。
- ・40歳代の受診率が低い。
- ・健診も医療機関も未受診の者が27%。
- ・単年度受診者が多い。

###### イ 特定保健指導

- ・実施率は上昇傾向であるが、目標値には大きく乖離している。
- ・メタボリックシンドローム該当者が大阪府平均より高い。

###### ウ 脳血管疾患

- ・医療費総額、高額レセプトが横ばいである。
- ・65歳未満の発症で要介護状態になり、介護保険を利用している者が多い。

###### エ 虚血性心疾患

- ・標準化死亡比での心臓病の死亡比が男女ともに高い。
- ・レセプト件数が増加している。
- ・40～50歳代の件数が全国や大阪府と比べて多い。

#### オ 人工透析

- ・医療費が全国や大阪府と比べて高い。
- ・総額医療費に占める割合も高い。
- ・レセプト件数がどの年代においても多い。
- ・透析患者はどの年代においても50%以上糖尿病のレセプトがある。
- ・第2期データヘルス計画の中間評価において、新規透析患者の3分の2が健診未受診者であった。

#### カ 高血圧

- ・Ⅱ度高血圧以上の未治療者は全体の約2%。

#### キ 糖尿病

- ・糖尿病域の未治療者は全体の約3%。

### ③ 現状

	特定健診受診率	特定保健指導実施率
平成28年度	36.5%	21.4%
平成29年度	36.8%	23.9%
平成30年度	35.5%	25.4%
令和元年度	36.17%	29.7%
目標値	60%	60%

#### (2) 計画の進捗についての検証の方法

第2期データヘルス計画は、平成30年度から令和5年度までの6か年計画で策定されており、令和2年度は中間評価を行う年度となっている。

「国保・後期高齢者ヘルスサポート事業ガイドライン」及び大阪府国民健康保険団体連合会の支援・評価委員会で作成されている「データヘルス計画の評価・見直しの整理表」を活用し、中間評価の準備を進めている。

令和3年1月に支援・評価委員会ワーキングチームから、特定健診受診率と特定保健指導実施率については、中間評価案に基づき、

向上に向けた取組を継続するよう助言を受けた。

### (3) 次年度の取組

#### ① 特定健診受診率の向上に向けた取組

- ・受診啓発ポスター、リーフレットの作成（継続）
- ・AIによる受診勧奨はがきの送付（継続）

※AIを活用した未受診者対策に対する受診勧奨は、令和元年度から開始した事業であるが、以下の影響により事業の効果を十分に検証できていない状況である。

- ・令和2年2月後半から3月末まで特定健診の実施を中止
- ・令和2年度の健診開始時期を1か月延長（6月→7月開始）
- ・新型コロナに対する不安による医療機関の受診控え

よって、令和3年度も引き続き実施する中で、事業の効果を検証したいと考えている。

#### ② 特定保健指導実施率の向上

- ・特定保健指導の外部委託（新規）
- ・特定保健指導の未利用のハイリスク者に対し、市保健師が訪問、面談、電話等にて支援し、医療の受診へつなぐ（新規）

## 案件4 各種検診の受診率向上について

### 1 現状

本市の各種がん検診の受診率は、大阪府下で下位に位置付けられる。近年では、平成29年度までは微増を続けていたが、平成30年度は下降に転じた。

また、令和元年度は新型コロナウイルス感染症の影響により、集団検診を中止していた期間もあり、引き続き、受診率が低下している。

### 2 課題

受診率の向上を目指して、様々な取組を実施してきたが、その効果は限定的であり、大きな受診率の向上には至っていない。

受診率向上に向けた有効な施策の検討が課題である。

### 3 市の対策案

(1) 5大がん全てにおいて個別医療機関での受診が可能となったため、市民への周知を強化する。

(2) 集団検診の休日検診や出張検診を拡充し、市民の利便性向上を図る。

(3) 対象世代を明確にした受診勧奨を実施する。

### 4 諮問内容

検診受診率の向上に向け、効果的な取組についてご教示いただくとともに、引き続き実施する取組の改善点等についてご意見くださいますようお願いいたします。

## 地域保健審議会資料

### 4 各種検診受診率向上の取り組みについて

#### (1) 受診率

	健康増進計画 策定時 (H28)	令和元年度	健康増進計画 目標値 (R 4)
胃がん検診	2.36%	2.39%	3%
肺がん検診	2.99%	3.09%	4%
大腸がん検診	4.82%	4.64%	6%
乳がん検診 (マンモグラフィ検査)	4.16%	4.03%	6%
子宮頸がん検診	5.22%	4.81%	7%

※受診率＝市のがん検診受診者数／対象年齢の全市民

＜大阪府が発表した、令和元年度の府下市町村別の受診率順位＞

胃がん検診 : 8.6% (27位)      肺がん検診 : 6.1% (38位)  
 大腸がん検診 : 7.6% (41位)      乳がん検診 : 13.2% (36位)  
 子宮頸がん検診 : 16.0% (27位)      ※対象者は国民健康保険の被保険者

#### (2) これまでの取組

##### ① 個別検診の拡充 ( ) 内は開始年度

子宮頸がん検診 (H5以前)、大腸がん検診 (H23)、乳がん検診 (H30)  
 胃がん検診 (R1)、肺がん検診 (R2)

##### ② がん検診推進事業の実施 ( ) 内は開始年度

乳がん及び子宮頸がん検診の無料クーポン券送付 (H21～)  
 大腸がん検診の無料クーポン券送付 (H23～H27)  
 5大がんの個別受診勧奨実施 (H28～)

##### ③ セット検診の実施

平成29年度から集団検診において、がん検診と特定健診を同日に受診できるセット検診を実施。

④ 個別受診勧奨の実施

平成 29 年度から特定健診の案内時にがん検診受診申込ハガキを同封。

⑤ 休日乳がん検診の実施

平成 24 年度から休日に乳がん検診（集団検診）を年に 1 回実施。

⑥ 出張がん検診の実施

令和元年度にイオンモール四條畷において、肺がん検診を実施。

⑦ 検診予約サービスの導入

令和元年度にスマートフォンアプリによる、検診日の指定が可能な予約サービスを導入。

(3) 令和 2 年度 of 取組

① 個別検診の拡充

肺がん個別検診を開始。

これにより、5 大がん全てにおいて個別検診を実施。

（効果）利便性向上による個別検診受診者数の増加

② 出張がん検診の実施

イオンモール四條畷において、乳がん検診を実施。

（効果）新規受診者層の獲得

③ 乳がん検診受診率向上対策事業の開始

40 代の女性全員に対し、大型圧着ハガキによる個別受診勧奨を実施。

（効果）40 代の乳がん検診受診者数の増加

(4) 令和 3 年度以降の取組予定

令和 2 年度の取組に加え、以下の新規・拡充の取組を実施予定。

① 休日乳がん検診の拡充

休日に乳がん検診（集団検診）を年に 2 回実施。

② 医療機関における個別検診受診勧奨のポスター掲示

個別検診の実施医療機関に、受診可能な検診項目を記載したポスターを掲示する。

## 案件5 地域・職域連携について

### 1 現状

- ・令和元年度、寝屋川市の中核市移行に伴い、大阪府保健所が実施していた寝屋川市域健康づくり連絡会を引き継ぎ、令和2年2月に第1回地域・職域連携推進会議を開催した。
- ・令和3年2月に第2回地域・職域連携推進会議を開催予定であったが、新型コロナウイルス感染症拡大のため緊急事態宣言が出されたことに伴い、中止となった。
- ・その他、商工会議所の健診会場において健康啓発、講師派遣等を実施している。

### 2 課題

府保健所からの移管後、市の事業として実施した歴史が浅く、新型コロナウイルス感染症の影響もあり、以下の点について十分な取組ができていない。

- ・地域・職域間の健康課題の情報共有
- ・地域・職域間の健康課題の整理
- ・働く世代の健康課題の解決に向け、地域と職域が連携して取り組む共通の取組の検討

### 3 市の対策案

- ・令和3年度の地域・職域連携推進会議では、各団体の健康管理担当実務者が参加し、働く世代への健康管理に関するアンケートの結果をもとにその課題を明確化するとともに、市と関係団体との共通の取組の検討を行う。
- ・健診会場での健康啓発、講師派遣等を継続して行うことで、働く世代の健康増進を図る。

### 4 諮問内容

地域と職域が連携し、共通の取組を進めていくために必要な会議の方向性や参加メンバーなどについてご意見くださいますようお願いいたします。

## 地域保健審議会資料

### 5 地域・職域連携について

#### (1) これまでの取組と現状について

##### ① 地域・職域連携推進会議

令和元年度、寝屋川市の中核市移行に伴い、大阪府保健所が実施していた「寝屋川市域健康づくり連絡会」を「地域・職域連携推進会議」として引き継ぎ、実施している。

##### ・第1回地域・職域連携推進会議

令和2年2月に開催。

寝屋川市医師会・歯科医師会・薬剤師会、関西医科大学香里病院、協会けんぽ、市関係部署職員が参加。

健康づくり推進課職員から市の健康課題（高血圧の現状と今後の課題）と受動喫煙防止対策について説明するとともに、各団体が取り組んでいる働く世代の健康対策について情報交換を行った。

##### ・第2回地域・職域連携推進会議

令和3年2月に開催予定であったが、新型コロナウイルス感染拡大による緊急事態宣言が発出されたため中止。

企業や健康保険組合の健康管理担当実務者等を招き、働く世代への健康管理に関するアンケート結果をもとに、働く世代の健康課題を明確にするとともに、市と関係団体による共通の取組について検討する予定であった。

##### ② 健康啓発

##### ・北大阪商工会議所主催の定期健診会場における健康啓発

令和元年度は、がん検診や適切な食事習慣等について啓発するとともに、枚方市や四條畷市と合同で受診者に対し、生活習慣に関するアンケートを実施した。

令和2年度は新型コロナウイルス感染拡大により、啓発活動のみを行った。

##### ・協会けんぽ扶養者対象の特定健診会場における健康啓発



令和元年度及び令和2年度は、市の検診や適切な食事習慣等について啓発活動を実施した。

③ たばこに関する研修会の実施

令和元年度は、令和2年2月に産業振興センターにおいて飲食店関係者を対象にした受動喫煙防止対策説明会を開催し、喫煙可能室設置施設届出や受動喫煙防止条例について説明した。

令和2年度は、令和3年2月に開催予定であったが、新型コロナウイルス感染拡大による緊急事態宣言が発出されたため中止した。(市内事業所関係者、健康保険組合関係者、学校関係者等を対象に、大阪国際がんセンター医師による講演会を予定していた。)

④ 健康に関する情報の周知

健康教室、特定健診、がん検診に関するポスターの掲示を市内の医療機関、自治会、庁内関係機関等へ依頼した。

また、地域の回覧板に特定健診の勧奨チラシの回覧を依頼した。

⑤ 講師派遣

依頼があった企業に対し、保健師を派遣して健康に関する講話を実施。

令和元年度は、出前講座として2事業所、令和2年度は講師派遣事業として1事業所を訪問した。

(2) 令和3年度以降の取組予定

令和2年度と同様、以下の取組を継続して実施する。

- ① 地域・職域連携推進会議の開催
- ② 各団体の健診会場を訪問し、健康啓発の実施
- ③ たばこに関する研修会の開催
- ④ 各団体へ市の健康教室や健(検)診についての情報の周知
- ⑤ 働く世代等への健康啓発のための講師派遣

## 案件6 自殺対策について

### 1 現状

本市における自殺者は、例年30人前後で推移しており、令和元年は28名であった。また、高齢者や生活困窮者の割合が高い傾向にあり、平成26年～平成30年の自殺者のうち60歳以上が占める割合は、男性が35.5%、女性が22.3%であった（JSCP, 2019, 地域自殺実態プロファイル）。

しかし、令和2年は新型コロナウイルス感染症の影響により、1月から11月までの自殺者が38人（暫定値）と急増している。その中で40歳未満の自殺者が、令和元年3人に対して、令和2年1月から11月までが14人（暫定値）となっており、若年層の自殺が増加傾向にある。また、無職者の自殺も昨年に比べて増加している。

本市は、これまで自殺予防週間と自殺対策強化月間に合わせてゲートキーパー養成研修や広報活動の実施等、悩みや問題を抱えた際に適切な相談窓口へつなぐための啓発活動や、自殺未遂者相談支援事業等の自殺の未然防止に向けた取組を行っている。

また、自殺未遂者相談支援事業においては、大阪府警と連携し、再企図の防止を目指しているが、対象者が自殺に至った背景にある貧困問題や幼少期の親子関係等の複合的要素に対して相談窓口の周知が必要である。

### 2 課題

自殺予防に関する市民の理解促進のための啓発や、相談窓口の周知方法の更なる充実、また、自殺の危険性の高い事案に対応するための関係機関の連携等が課題である。

ゲートキーパーの言葉の意味を知っている人の割合は9.7%  
(H29 健康づくりアンケート)

### 3 市の対策案

「2 課題」でも記載のとおり、自殺予防に関する市民の理解促進のための啓発や、相談窓口の周知の更なる充実、また、自殺の危険性の高い事案に対応するための関係機関の連携を推進するため、本市では2つの基本方針を柱とした対策を行う。

#### 1 市民が抱える様々な悩みを相談できる窓口の周知と啓発活動の充実

- (1) 様々な悩みを抱えている人が相談できる窓口を知ること、また身近にいる人が自殺のサインに気づき、受け止め、相談窓口適切につなぐことができるよう、相談先一覧の市ホームページ等への掲載に加えて、インターネットへのアクセスが難しい人に対するリーフレットを作成し配布する。また、若年層に接する機会が多い職種へのゲートキーパー研修の実施等、自殺予防に対する理解促進及び知識、技術の普及に努める。
- (2) 市民が自身や周りの人のこころの状態について、インターネットで簡単にストレスチェックができるメンタルチェックシステム「こころの体温計」を活用し、自身によるうつ状態の早期発見や相談窓口の利用を促進する。

#### 2 自殺の危険性の高い事案に対応するための関係機関の連携

精神保健福祉担当による事例検討会議等において、支援に関係する機関の役割を再確認し、連携できる関係づくりを図る機会や体制の構築を行う。

### 4 諮問内容

更なる自殺対策の推進のため、2つの基本方針を柱として取組内容を検討しておりますが、昨今の状況を鑑みて、若年層や生活困窮者の自殺予防のための効果的な啓発方法についてご意見くださいますようお願いいたします。

# 大阪府・寝屋川市の自殺者数の推移(発見日・住居地)

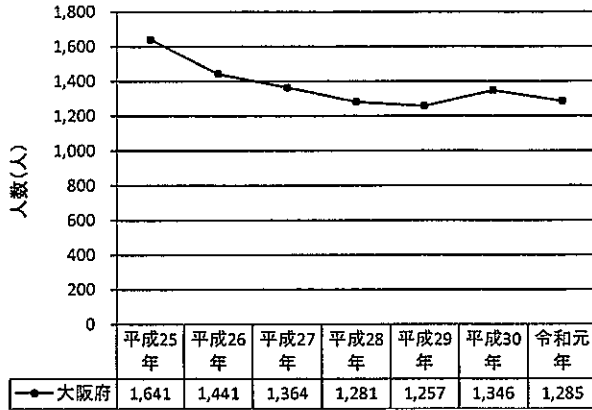
## 大阪府・寝屋川市の自殺者数及び自殺率

	平成25年	平成26年	平成27年	平成28年	平成29年	平成30年	令和元年
大阪府	1,641	1,441	1,364	1,281	1,257	1,346	1,285
府・自殺率	18.5	16.2	15.4	14.5	14.2	15.2	14.5
寝屋川市	49	34	28	38	29	29	28
市・自殺率	20.2	14.1	11.6	15.9	12.2	12.3	12.0

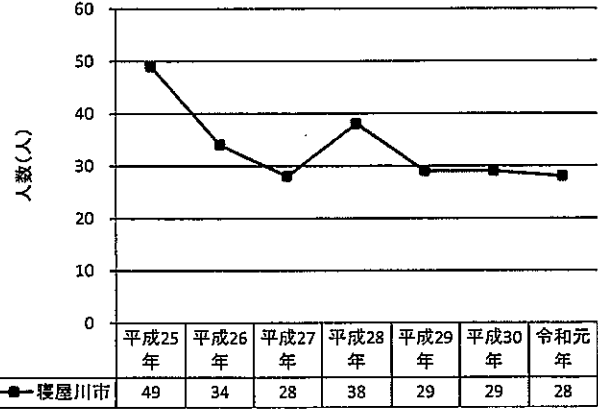
「地域における自殺の基礎資料(発見日 住居地)」  
 平成26年以前:内閣府  
 平成27年以降:厚生労働省

※自殺率:自殺者数を当該地方公共団体の人口で除し、  
 10万人当たりの数値に換算したものの。

### 大阪府の自殺者数



### 寝屋川市の自殺者数



大阪府は5年間減少を続けたが、平成30年に再び増加した。  
 寝屋川市は平成28年に増加したが、平成29年以降はほぼ横ばいである。

## 大阪府・寝屋川市 男女別累計自殺者数(発見日・住居地)

