

令和2年度第1回大分県医療費適正化推進協議会

令和2年11月30日(月)16:00~17:00

【資料2】

データヘルス推進事業について

現状

- 県民医療費が増加
 - ▼ 11年間で1.2倍、734億円増 (H17;3,822億円 → H28;4,556億円)
 - 特に75歳以上の一人当たり医療費が高い
 - ▼ 県平均の2.61倍 (県平均;393千円、75歳以上平均;1,027千円)
- 「団塊の世代」が全て75歳以上となる2025年に向けて県民医療費は引き続き上昇することが予想されている。
- 医療費の3割は糖尿病性腎症などの生活習慣病が占める
 - ▼ 重症化による人工透析では年間約500万円の医療費が必要 (国保の場合:国 92万円、県 95万円、保険料 69万円、被用者保険支援金等126万円)

課題

すべての保険者が平成27年度から「データヘルス計画」に基づいた取組を実施中だが、

- 1 働き盛りから後期高齢者に至るまでの生涯にわたる分析ができていない
- 2 国民健康保険、協会けんぽ、後期高齢者医療など各保険者のデータを連結した県全体・地域ごとの健康課題が明確でない
- 3 重複・多剤服薬の弊害(飲み合わせ、飲み残し)や、後発(ジェネリック)医薬品の効能について県民への周知が十分ではない

データヘルス推進によるさらなる取組が必要

※データヘルスとは、保険者が健診・レセプトデータ等の分析により健康課題を可視化し、保健事業を効果的・効率的に実施すること

保健・医療・介護データを連結・分析しさらに効果的なデータヘルスを実施

- 国→平成32年度から保健・医療・介護のデータを一括したデータベースを構築予定
- 大分県→平成30年度からデータを連結した分析を先行的に実施(県レベルで初)



1) 分析による課題の明確化、施策の立案

- 1 保健・医療・介護データ連結による分析(拡充)
 - ・ 専門家を交えたデータヘルス検討会の開催と実践(令和元年度モデル市:大分市・杵築市・豊後高田市・豊後大野市)
 - ・ 国保・協会けんぽ・後期高齢者医療広域連合の保健・医療・介護データ連結による医療費分析(H30:糖尿病性腎症、R1:心疾患、R2:脳血管疾患及び生活習慣病のリスク因子の明確化と保健指導への活用体制構築)
- 2 PDCAサイクルに基づくデータヘルスの推進(拡充)
 - ・ 保健・医療・介護データの分析結果に基づく特定健診等の受診勧奨・生活習慣改善等の普及啓発の徹底(各種広報媒体の活用)
 - ・ データヘルス拠点としての保健所の分析体制整備による市町村支援の強化
- 3 減薬支援による医療費適正化(拡充)
 - ・ レセプトデータ分析に基づく、重複多剤・禁忌薬剤服薬の是正による医薬品の適正使用に向けた個別指導(モデル保険者での実施)
- 4 データヘルス推進・医療費適正化に向けた基盤体制の整備(継続)
 - ・ 医療、保健、福祉、学識経験者からなる協議会より助言を得てデータヘルスを推進

- ▼ 特定健診未受診者は、発症・重症化後に医療機関を受診、健診受診者に比べて医療費が高い傾向
- ▼ 就業中(社保)から疾病を発症し、退職後国保に加入時点ですでに重症化している住民
- ▼ 国保時代に関わっていない加入者が、後期高齢者医療加入後に重症化し、治療を開始、医療費も高額
- ▼ 重複多剤投与が散見される薬剤は、眠剤・胃腸薬・湿布薬等

2) 生活習慣病予防・早期発見・治療に向けた特定健診・がん検診等受診率の向上

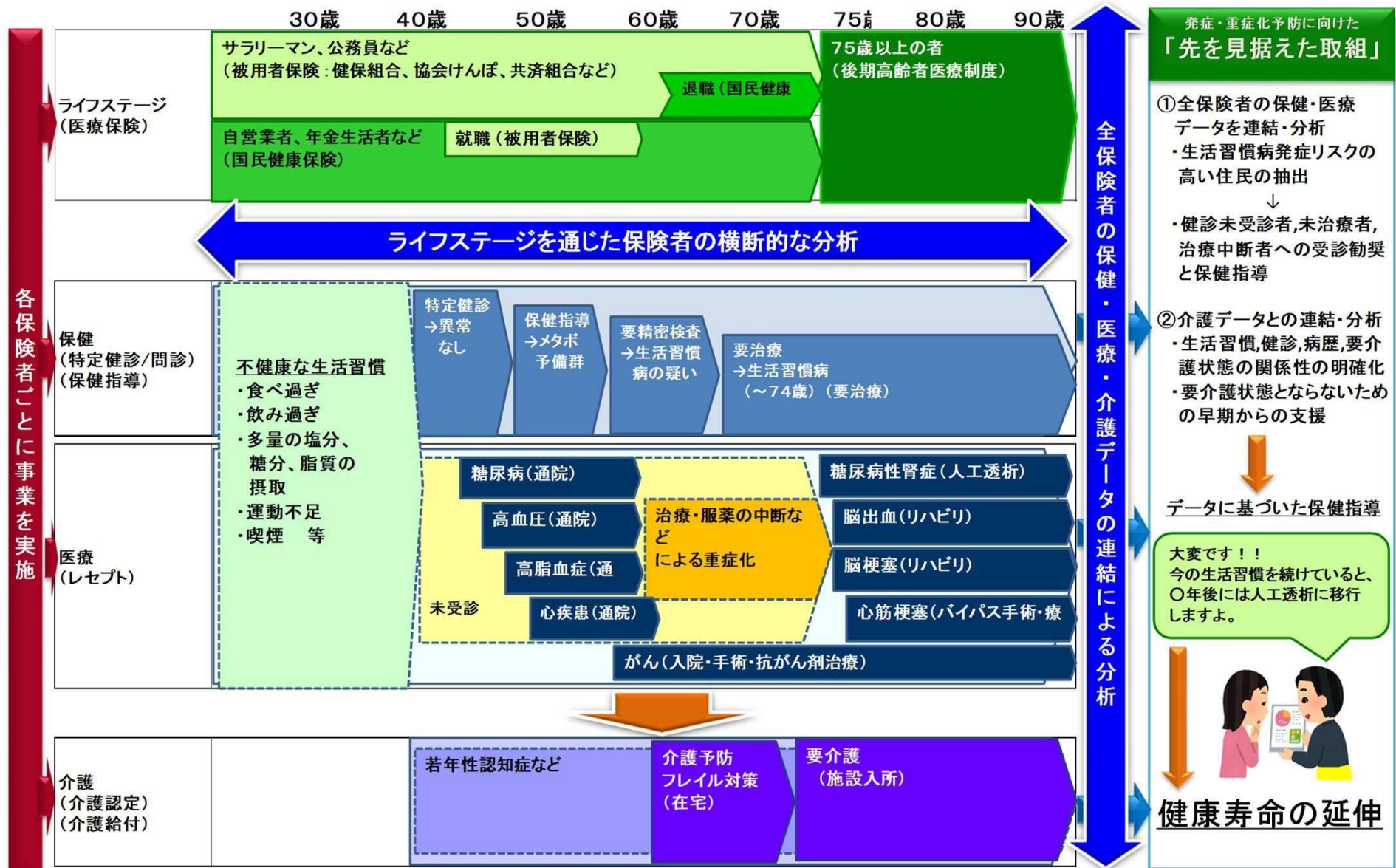
- 1 特定健診等受診率向上のための体制整備(拡充)
 - ・ ハイリスク者を早期に抽出し支援につなげるため治療中の検査データを特定健診とみなすための体制づくり
 - ・ 特定健診・がん検診等未受診者の要因や受診パターン等の分析による対象者の行動特性を踏まえた受診体制づくり



3) 生活習慣病重症化予防による健康寿命の延伸と医療費の適正化

- 1 生活習慣病重症化予防体制整備(拡充)
 - ・ 特定健診・医療レセプト・介護データ等を活用して迅速・適切・効果的な保健指導を行う体制づくり
 - ・ 生活習慣病重症化予防に向けた国保加入者への普及啓発の徹底(公共広告等の効果的な活用による戦略的な啓発実施)

ライフステージを通じたデータヘルスの推進



資料：国保医療課

高齢者の保健事業と介護予防の一体的な実施（市町村における実施のイメージ図）

④多様な課題を抱える高齢者や、閉じこもりがちで健康状態の不明な高齢者を把握し、アウトリーチ支援等を通じて、必要な医療サービスに接続。

国保中央会・国保連が、分析マニュアル作成・市町村職員への研修等を実施

市町村が一体的に実施

医療・介護データ解析

- ②高齢者一人ひとりの医療・介護等の情報を一括把握
- ③地域の健康課題を整理・分析

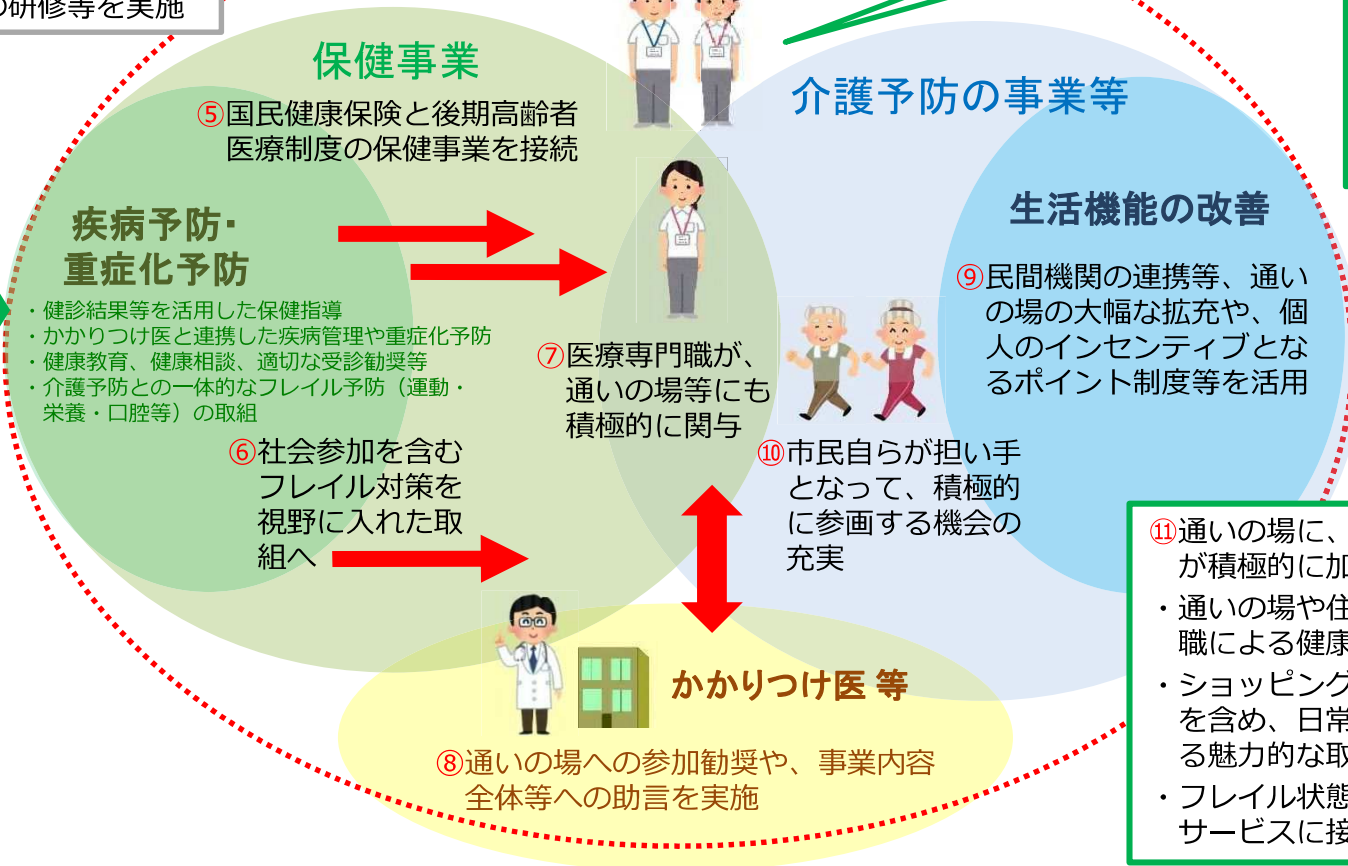


- ①市町村は次の医療専門職を配置
- ・事業全体のコーディネートや企画調整・分析を行うため、市町村に保健師等を配置
 - ・高齢者に対する個別的支援や通いの場等への関与等を行うため、日常生活圏域に保健師、管理栄養士、歯科衛生士、理学療法士、作業療法士、言語聴覚士等を配置

経費は広域連合が交付（保険料財源+特別調整交付金）

- 企画・調整・分析等を行う医療専門職の配置
- 日常生活圏域に医療専門職の配置等に要する費用（委託事業費）

高齢者
※フレイルのおそれのある高齢者全体を支援



⑤国民健康保険と後期高齢者医療制度の保健事業を接続

疾病予防・重症化予防

- ・健診結果等を活用した保健指導
- ・かかりつけ医と連携した疾病管理や重症化予防
- ・健康教育、健康相談、適切な受診勧奨等
- ・介護予防との一体的なフレイル予防（運動・栄養・口腔等）の取組

⑥社会参加を含むフレイル対策を視野に入れた取組へ

⑦医療専門職が、通いの場等にも積極的に関与

⑩市民自らが担い手となって、積極的に参画する機会の充実

かかりつけ医等

⑧通いの場への参加勧奨や、事業内容全体等への助言を実施

介護予防の事業等

生活機能の改善

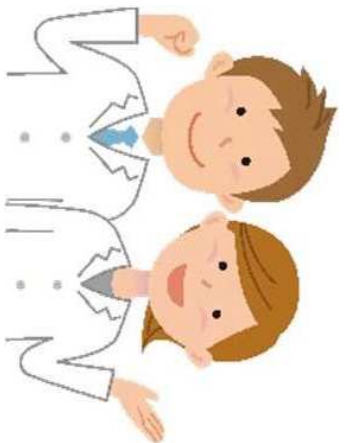
⑨民間機関の連携等、通いの場の大幅な拡充や、個人のインセンティブとなるポイント制度等を活用

- ⑪通いの場に、保健医療の視点からの支援が積極的に加わることで、
- ・通いの場や住民主体の支援の場で、専門職による健康相談等を受けられる。
 - ・ショッピングセンターなどの生活拠点等を含め、日常的に健康づくりを意識できる魅力的な取組に参加できる。
 - ・フレイル状態にある者等を、適切に医療サービスに接続。

～2024年度までに全ての市区町村において一体的な実施を展開（健康寿命延伸プラン工程表）～

お薬手帳は 「安全な服薬」への パスポート





お薬手帳は1人1冊!
どこの医療機関でも使える
共通のパスポートです



どうしてお薬手帳を
病院ごとに分けたらダメなの？

複数の医療機関に受診している場合、お薬手帳が別々だと他の医療機関の処方薬は確認できません。

お薬手帳を1冊にまとめてあれば、他の医療機関から処方されているお薬について把握することができます。

同じ成分のお薬や飲み合わせの良くないお薬が処方されていないかなどをチェックすることができます。

処方薬のチェックができないと、こんなことが起こるかも……



お薬手帳を複数お持ちの方は

1冊にまとめてもらいましょう

かかりつけの薬局・病院にご相談ください



獣医さんに「猫：ですか？」

と聞かれてから俺の夕飯が半分になった。

コッチは世の中のために

フードロスなくしてんだよ。

お前こそ自分の餌減らせよ。

そんなに太ったら

生活習慣病まっしぐらだぞ。

生活習慣病は重症化する病気です。

大分国保 チェック 啓発

大分県・大分県国民健康保険団体連合会

「生活習慣病リスクチェックリスト」はこちら→



「スタイルがいい」なんて言われてる人を見ると
なんだか腹が立つ。

私だって若い時はモデル志望だったのに
いつの間にかメタボ脂肪。



そんなこと考えてたら

また血圧が上がったみたい。

糖尿病や脳卒中も怖いし

そろそろ本気で考えよう。

生活習慣病は
重症化する病気です。

大分国保 チェック

検索

大分県・大分県国民健康保険団体連合会

独占激白 巻頭総力特集!!

一線を越えた後では遅い!!
好きなことを続ける! 生活を守る! 人ごとじゃない!!

だから私は健診を受ける!!

特定健診・がん検診を必ず毎年受ける
生活習慣を改善する
医師の指示は必ず守る



大丈夫!? あなたの習慣、その危険性を暴く!!

健診を受けた県内国保加入者の二人に一人が高血圧!!

検査結果を自慢しながら、ビール飲んでませんか!?

笑っていられるのも今の内!? 治療中断はもつての外!

新型コロナウイルス禍

減量と減塩を
表明!
サボると
倍返し!!
緊急取材



夫婦生活二十五年

二人で蓄えたのは脂肪だけ!

体重計に八つ当たりする前に生活習慣を改善!

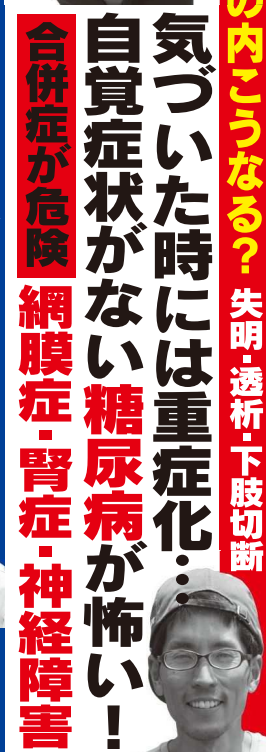
ほこりを被った体重計
口ばかりダイエット
足の爪が切れない

知らない内に重症化
その危険信号!!

その内こうなる? 失明・透析・下肢切断

気づいた時には重症化!
自覚症状がない糖尿病が怖い!

合併症が危険 網膜症・腎症・神経障害



月刊こくほ

このポスターは大分県・大分県国民健康保険団体連合会の広告です。
〈書店・駅売店では売ってありません〉 [大分国保 チェック](#) [検索](#)



たまがった!!
徹底比較
大分県民の医療費は高い!

1人当たりの年間医療費

生活習慣病によるもの



なんと、全国平均より約6万円高!

受けないと
もったいない!
特定健診は皆さんの
納めた税金で行っています!

検査、診察、指導など 約8,000円分!
当日お支払いなし!?

生活習慣病リスク

チェック

リスト



チェック
してみてください。



- 40歳以上である
- 20歳から体重が10kg以上増えた
- たばこを吸う
- 毎日飲酒する
- 睡眠不足・寝ても疲れがとれない
- ストレスがたまっている
- 体のことは後回し
- 毎年健診を受けていない
- 健診結果は見ても見ぬふりをしている
- ものすごく悪くなるまで受診しない
- 自分の判断で、通院や内服をやめる

- 濃い味付けが好み
- 脂っこいものが好き
- つい醤油やソースを追加する
- ご飯やパン、麺類など(炭水化物)が中心
- 野菜や海藻類をあまり食べない
- 缶コーヒーやジュースなどをよく飲む
- 深夜によく飲食する
- 朝食や昼食を抜くことが多い
- 早食い・ドカ食い・ながら食が多い
- つい間食する

- 運動不足だと感じている
- 筋肉が減ったと感じる
- 継続しているスポーツや運動はない
- 移動は車をよく使う
- エレベーターがあれば階段は使わない
- 1日の歩数は7,000歩未満

多くの方にみられる現代の多忙な生活スタイルは、生活習慣病になりやすい環境です。
40歳をすぎたら必ず特定健診を受けて自己管理に活かしてください。

チェックに当てはまるものをひとつでも減らし重症化を防ぎましょう。

生活 **判定!**
☑5つ以上で
要注意

まず健診を受けよう!
あなたの体の状態や生活を見直し、
☑4つ以下をめざそう!

食事 **判定!**
☑5つ以上で
要注意

あなたが変わられる習慣は
どれですか?
☑4つ以下をめざそう!

運動 **判定!**
☑3つ以上で
要注意

あなたが変わられる習慣は
どれですか?
☑2つ以下をめざそう!

生活習慣病は、重症化する病気です。 今の自分をチェックして 改善しましょう。



大分県・大分県国民健康保険団体連合会



大分国保 チェック 検索

生活習慣病は 重症化する 病気です！

重症化
するんだ

毎年の特定健診を受ければわかります！

受けないともったいない!! 特定健診は皆様が納めた税金で行っています。

■対象者／40歳～74歳までの国民健康保険に加入されている方が対象

■健診内容／身体計測、肝機能、血中脂質、血糖検査、尿検査など

※まだ受けていない方はお住まいの市町村の国民健康保険担当窓口または医療機関へ

(当日のお支払いはありません)

特定健診を受ければ
将来かかる医療費も
減らせる!

一年にわずか数時間程度の健診で一生もののオトクが手に入る!

▼ まずはチェック! ▼

生活習慣病リスクチェックリスト

生活

- 40歳以上である
- 20歳から体重が10kg以上増えた
- たばこを吸う
- 毎日飲酒する
- 睡眠不足・寝ても疲れがとれない
- ストレスがたまっている
- 体のことは後回し
- 毎年健診を受けていない
- 健診結果は見ても見ぬふりをしている
- ものすごく悪くなるまで受診しない
- 自分の判断で、通院や内服をやめる

▶ 結果をみる

食事

- 濃い味付けが好き
- 脂っこいものが好き
- つい醤油やソースを追加する
- ご飯やパン、麺類など（炭水化物）が中心
- 野菜や海藻類をあまり食べない
- 缶コーヒーやジュースなどをよく飲む
- 深夜によく飲食する
- 朝食や昼食を抜くことが多い
- 早食い・ドカ食い・ながら食いが多い
- つい間食する

▶ 結果をみる

運動

- 運動不足だと感じている
- 筋肉が減ったと感じる
- 継続しているスポーツや運動はない
- 移動は車をよく使う
- エレベーターがあれば階段は使わない
- 1日の歩数は7,000歩未満

▶ 結果をみる



チェックにあてはまるものをひとつでも減らし
重症化を防ぎましょう。

あなたに知ってほしいんです！

生活習慣病は知らないうちにあなたに確実に迫ってきます…



まずは生活習慣
を見直そう!

危険
レベル
1

大分県民の生活習慣の特徴を発見!
塩分摂取量が多い
野菜・果物摂取量が少ない
運動習慣がある人が少ない
参考：平成28年度 県民健康意識行動調査

おくと...

- こんな病気を引き起こします!
- 高血圧
- 脳梗塞
- 心疾患
- がん
- 糖尿病
- 高脂血症

ここで防がず
いつ防ぐ!

危険
レベル
2

腹 囲
男性 85cm 以上
女性 90cm 以上

⊕ 高血圧
⊖ 高血糖
脂質異常

2項目以上
該当

参考：糖尿病情報センター(国立国際医療研究センター)HPより

メタボリックシンドロームです
メタボの人はそうでない人に比べて
2型糖尿病になるリスクが3～6倍。
心血管疾患とそれによる死リスクが
1.5～2倍になります!

ついに
生活習慣病!

危険
レベル
3



特に自覚症状のない
糖尿病は怖いんです!
大分県の糖尿病患者数は10年前の
1.5倍に増えていきます。
参考：患者調査(平成26年度、平成14年度)厚生労働省

合併症の危険

網膜症、腎症、神経障害
特に人工透析になると...
●毎週3日の通院と1回に4時間以上の
治療時間が必要になります。
●年間約500万円の医療費がかかります。



多くの方にみられる現代の多忙な生活スタイルは、
生活習慣病になりやすい環境です。
40歳をすぎたら必ず**特定健診**を受けて自己管理に
活かしてください。

大分県 令和2年度
特定健診のご案内

大分県 うま塩 (減塩) レシピ

大分県国民健康保険団体連合会
Oita National Health Insurance Organization

大分県 働く世代向け
運動プログラム動画

大分県 めざせ!
健康寿命日本一おおいた

大分県 e-ヘルスネット

大分県 おお
歩 得

健康寿命をのばそう!
Smart Life Project