

# 健康な地域づくりにおける ポピュレーションアプローチの重要性

香川県・三豊市健康福祉部健康課

保健師 **好川真理子**

## 三豊市の概要

平成18年1月に7町が合併し、誕生した三豊市は、香川県西部に位置している。(図1) 北西部は瀬戸内海に面し、砂浜の美しい海岸線や、栗島、志々島、鳶島等の島しょ部も見られ、中央部には田園地帯である三豊平野が広がり、美しい自然に囲まれた観光名所も多い。(写真1、写真2 提供：三豊市観光交流局)



写真1 インスタ映えする父母ヶ浜の夕日

図1



写真2 荘内半島から一望できる丸山島

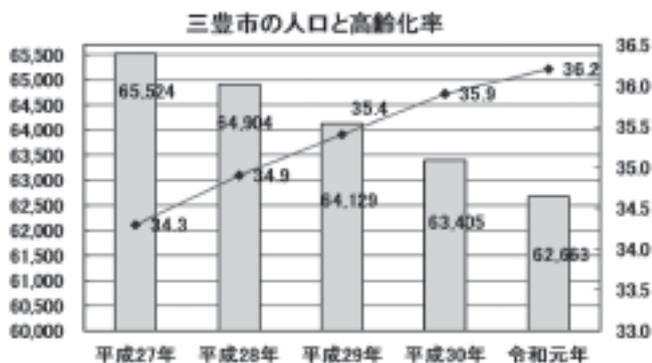
## 三豊市の保険者としての現状

三豊市の人口は、令和元年時点で約62,000人、高齢

化率は、36.2%を占めている。(図2)

出生率5.7(人口千対)に対し死亡率15.5(人口千対)、人口減少と超少子高齢化は、どんどん加速している。国保加入率は21.2%、被保険者平均年齢は57.8歳となっている。国や県と比較すると、被保険者の平均年齢は高めの傾向である。三豊市国民健康保険全体の医療費中分類を見ると、上位に糖尿病と腎不全がある。一人あたりの医療費が高額である人工透析患者の分析を行ったところ、起因が明らかになった患者のうち、半数以上は生活習慣病が原因で、そのほとんどがⅡ型糖尿病を起因としていた。また、KDB(国保データベース)の平成28年度健診結果を年齢調整し国と

図2



比較したところ、三豊市はHbA1c値5.6以上の人の割合が男女ともに高いことが判明した。(図3) 同じく、特定健診質問票による回答もKDBを通して見たところ、運動習慣や食習慣において、血糖値の上昇に悪影響を与えるような習慣が、三豊市は国と比較して高かった。糖尿病は、動脈硬化のリスク要因であり、生活習慣病の予防と重症化を防ぐための取り組みは重要である。

### 三豊市・健康課の基本方針

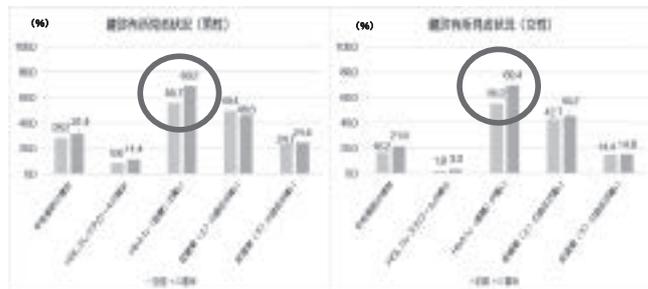
「三豊市第2次総合計画」の健康・福祉・医療の分野は、子どもが健やかに育ち、誰もがいくつになっても心身ともに健康で暮らせるまちをテーマに掲げ、施策を進めている。「第2次三豊市健康増進計画」では三(み)んなで元気に豊かな人生を基本理念とし「健康寿命の延伸」と「生活の質の向上」を目標に市民の健康づくりを推進している。その基本方針のひとつに一次予防及び重症化予防の重視を掲げている。国の健康日本21(第2次)における基本方針の中でも、がん、循環器疾患、糖尿病及びCOPDに対する取り組みが重要視されているのはご存じの通りである。

### KDBによる地区分析のはじまり

介護予防・健康づくりのためには、まずは地区分析が重要である。これまでも健診結果や医療費等から、地区分析は行われていたが、ここではKDBを活用し分析した健康課題をどのように住民と共有するきっかけを作ったか、そして、健康課題に対してどのように

図3

平成28年度 特定健康診査結果 三豊市と全国の比較 (年齢調整済)



取り組んできたか、について述べさせていただく。

平成26年、香川県国民健康保険団体連合会を通してKDBの本稼働が始まった。KDBは、医療費、健診結果等を合併前の7町別や、さらに細かく地区別にみることができ、県や国、同規模保険者と比較できる。

今は退職しているが、当時の先輩保健師達の、「せっかくKDBがあるのだから、まずは、三豊市の健康課題が何か分析してみよう。それを基に、健康課の保健師みんなで共有しよう。そして他職種や地区組織等みんなで三豊市の健康課題を共有することを始めたい」という思いから始まり、KDBを活用した「三豊市地区別健康状況」が誕生した。わかりやすい資料となるようにKDBから抽出したCSVデータをグラフ化し、町ごとの特色をまとめた資料は誰でも理解できるように工夫され、伝えたいという強い思いを感じる。

また、地区担当者が、自分の担当地区を理解することにも役立つ。当時の先輩保健師は、地域の健康課題は、保健師だけが頑張るのではなく、各町の地区組織にも理解してもらうことが大切との思いが強く、活動が活発な各町のまちづくり推進隊にも働きかけるために、その主管課にも説明に行ったと伺っている。

まちづくり推進隊とは、自主的に地域コミュニティ活性化のために活動する、三豊市の認定を受けた旧町単位の7つの組織である。環境・文化・社会教育・健康等まちづくり推進隊によって特色があり、熱心に取り組んでいる。その特色ある活動をしているまちづくり推進隊に、まずは「お話を聞いてください」とお願いし、三豊市地区別健康状況の説明の時間をいただくことから始まり、今日に至っている。(図4、図5)

## ポピュレーションアプローチの重要性と取り組み

ポピュレーションアプローチが重要であると感じたきっかけは、平成29年度に香川県が実施する中堅保健師研修会に参加したことである。担当して下さった先生に、自分たちが働きかけている対象を確認してみるものの重要性についてご助言いただいた。

三豊市人口の約2割の国民健康保険加入者の中で、特定健康診査対象者は40歳～74歳としている。しかし、その全ての人が受診するわけではない。三豊市特定健康診査受診率は、平成29年度43.9% (4,970人) なので、三豊市人口のわずか8%でしかない。その人達の受診結果から、保健指導が始まる。

指導の必要な対象者に案内しても参加率次第では、関わることのできる人はほんの一握りとなってしまう。市の健康度向上を目指すためには、自分たちが関

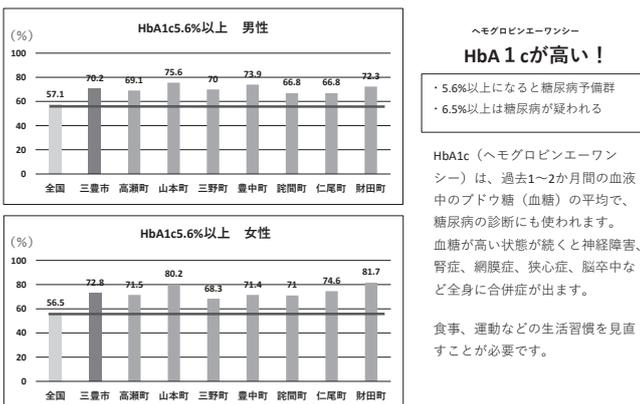
図4 三豊市地区別健康状況表紙(左)と、地区組織に持参の際の地区の特色をまとめた説明(右)



図5

### 平成29年度特定健康診査結果 各町男女別比較

※各町の人口や高齢化率は様々ですが「年齢調整」という統計方法で平等に比較できるデータにしています。



#### ヘモグロビンエーワンシー HbA1cが高い!

- ・5.6%以上になると糖尿病予備群
- ・6.5%以上は糖尿病が疑われる

HbA1c (ヘモグロビンエーワンシー) は、過去1~2か月間の血液中のブドウ糖(血糖)の平均で、糖尿病の診断にも使われます。血糖が高い状態が続くと神経障害、腎症、網膜症、狭心症、脳卒中など全身に合併症が出ます。

食事、運動などの生活習慣を見直す必要があります。

わる対象を市民全体から認識し、支援するだけでなく、多くの人にポピュレーションアプローチを実施することが大切であるとわかる。そのためには、職員だけでなく地域で活躍している地区組織の協力は欠かせない。先輩保健師のおかげで、地区組織のひとつであるまちづくり推進隊への健康課題の説明の場を継続させていただいているのは、ありがたかった。

中堅保健師研修会参加の次年度である平成30年度に、自分の担当地区である詫間町のまちづくり推進隊へ三豊市地区別健康状況の説明に伺った際、三豊市の健康課題である糖尿病に関する三豊市の状況を多くの方にお知らせし、予防についての普及啓発ができないものか、ご協力をお願いした。まちづくり推進隊詫間は、いくつかの部会ごとに活動しており、健康度向上部会では健康増進活動に熱心に取り組んでいる。

その部会総会を4月に開催するとのことで、部会役員より「ぜひ部員へ三豊市地区別健康状況の説明をお願いしたい」と声をかけていただいた。また、部会の活動の中で毎年専門医を招いての健康講演会開催の折には、前座として三豊市の健康課題の説明の時間をいただけるなどの協力を得られた。平成30年度講演会参加者450名へのアンケート(回収率36.2%)では「健康課題が理解できた(88.3%)、健診結果から生活習慣を見直すことの重要性が理解できた(89.5%)」という結果となった。

前座として三豊市の健康課題を説明することで健康講演会の意義を参加者に実感してもらえたと、まちづくり推進隊詫間の皆さまには大変喜ばれ、次年度も声をかけていただけた。これからも地元の地区組織といろいろな形で地域の健康づくりに取り組んでいきたい。

健康増進に取り組んでいる地区組織は地域にたくさんあるが、健康課との関係が深い食生活改善推進協議会の理解も欠かせない。毎年講座を実施しているが、平成30年度は単なる「糖尿病」に関する病態等の内容でなく、三豊市の健康課題のチラシと合わせて説明した。それは今までとは少し異なる働きかけである。すると、食生活改善推進協議会の皆さんがとても興味を持ってくださり、地域での「糖尿病予防」をテーマにした会員の皆さんによる講座開催数が増えた。平成28年度、平成29年度と比較しても、チラシ等を配布

後は講座開催数が1.6倍増加していた。

地区別の健診結果を見て、自分たちの町が国と比較してもずいぶん有所見の割合が高いことに驚いている人も多くみられた。自分たちの活動の意義を再確認していただき、地域での普及啓発に協力いただけるのは本当に心強い。行政だけの取り組みのみでは限界がある。地区組織活動において三豊市の健康課題を認識し、解決のためにそれぞれが活動の中に普及啓発や健康増進活動を取り入れてくださると大きな広がりを見せることがわかった。

香川県もポピュレーションアプローチとして、大型スーパー等でHbA1c測定等糖尿病予防の普及啓発に力を入れている時期であったので、より関心を寄せやすかったこともあると推測する。三豊市においても同様に、若い子育て世代が集まるイベント等で何かできないものかと、子育て支援課に相談してみた。三豊市は保健師が5課に分散配置されているため、課を超えての取り組みは容易ではない。(図6)

しかし、当時の子育て支援課のN課長補佐保健師が、三豊市地区別健康状況の作成やまちづくり推進隊への働きかけを始めてくれた方だったので、「小さなことからでも始めたらいい」と後押しをしてくださり、「歯と口の健康フェスタ」や「乳幼児健康診査」での啓発を行うことができた。「歯と口の健康フェスタ」では、アンケート結果から若い子育て世代は、特定健康診査やHbA1c値への関心がとても低いことが改めてわかり、次にどんな働きかけをしたらいいか考える良い機会になった。(図7) 組織としての人数が多くなればなるほど、課内での担当を超えての目的の共有が必要であり、課を超えての目的の共有のためには、健康課題の見える化をして、発信していくことが大切である。発信することで、各事業担当者が、自分なら何ができるかを考えて取り入れてくれ、全ての事業が関連しながら実施できている手ごたえを感じた。

## ハイリスクアプローチの重要性と取り組み

ハイリスクアプローチに関しては、KKDA(香川県国保データ分析システム)を用いて対象者を抽出し支援する糖尿病重症化予防事業と、健診結果やレセブ

図6 三豊市における保健師配置

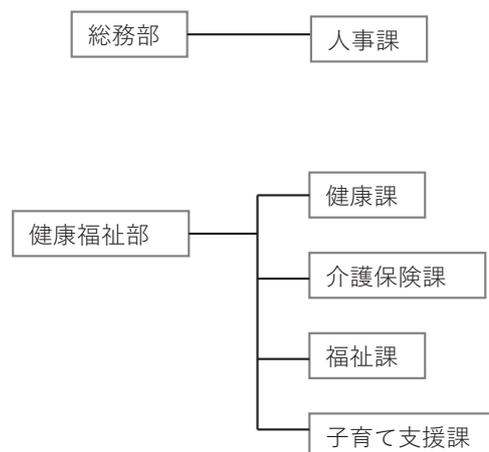
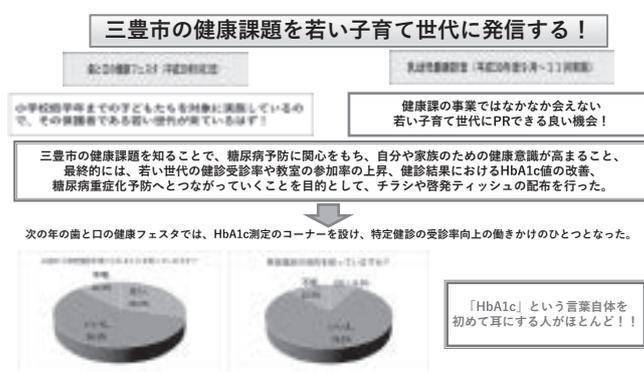


図7



ト状況から主治医に相談しつつ対象者を選定する糖尿病性腎症透析移行予防事業があり、第1期データヘルス計画から重点的に実施している。

第2期データヘルス計画においても、継続的に糖尿病の重症化予防に力を入れている。これらは香川県糖尿病性腎症等重症化予防プログラム等に基づいており、香川県や香川県国民健康保険団体連合会の支援や助言をいただきながら、PDCAを繰り返している。(図8) その他、健康増進法に基づいた一般健康教育や病態別健康教育も行っているが、参加率の低迷はどの自治体も悩んでいる点である。

生活スタイルの多様化や、テレビや本、インターネット等からいつでも情報が得られる時代に教室等に足を運んでもらえずとも、いかに興味をもっていただく情報を発信するかが課題である。

まさに無関心期の層に「自分の生活や自分との接点」を感じ取ってもらえるためには、ポピュレーションアプローチとハイリスクアプローチのバランスを取りながらの取り組みの継続は大切と感じた。

## 取り組みに関するアウトカム

取り組みに対するアウトプット（事業実施量）評価はすぐにできる。アウトカム（成果・効果）評価は、短期では見えづらく何年かかけて見てみないとわからない。しかしKDBを用いると、数値で経年変化をみることができ、毎年の「三豊市地区別健康状況」の積み重ねがここで生きてくる。令和元年度の特定健康診査結果を年齢調整し、平成28年度の国と比較した際のHbA1c値の有所見者割合の有意差に変化があった。男性は、1.2倍から1.1倍、女性も1.3倍から1.2倍と有意差の縮小がみられた。（図3、図9）

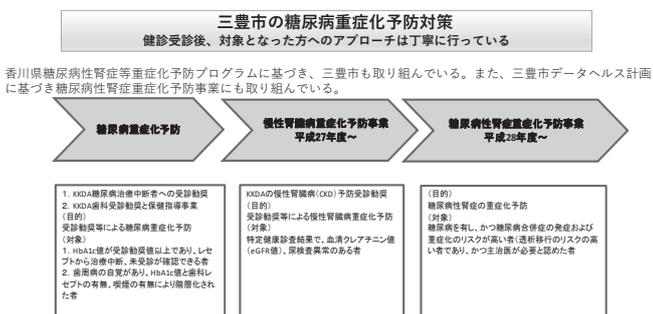
また、三豊市のみでのHbA1c値有所見者割合も減少傾向がみられた。（図10）アウトプット評価とアウトカム評価を合わせてみていけるので、KDBを用いた「三豊市地区別健康状況」の作成と、課内や地区組織との健康課題の共有、評価の共有は今後も継続していきたい。

## 新型コロナウイルス感染症の影響

令和2年度以降、新型コロナウイルス感染症の影響を受け、健診や保健事業の中止や延期が相次いだ。

まちづくり推進隊の地区活動や会議、講演会、食生活改善推進協議会の中央研修や養成講座、地域での講座等も影響を受け、中止や延期、書面でのみの開催となる等、地域活動が停滞してしまった。

図8



## 課題と今後の展望

令和3年度以降は、少しずつ感染状況を見ながら、健診や保健事業の実施ができるようになってきた。

今後の課題としては、新型コロナの影響で崩れてしまった健診と保健事業のスケジュールの立て直しを行う必要がある。また、次年度の計画立案の前に健康課題の共有を図ることや、各事業担当者同士で話しあう時間をこれからも大切にしたい。

補足だが、三豊市では令和4年度から高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施に向け、令和2年度、令和3年度と、課内事務担当者や歯科衛生士、介護保険課地域包括支援センター所属の保健師、理学療法士、香川県後期高齢者医療広域連合と何度も協議を重ねてきた。その中で、KDBを用いて後期高齢者健診結果や令和2年度から変更になった後期高齢者質問票の分析を年齢調整し、国と比較することも行ってみた。後期高齢者質問票においては、転倒に関する項目で国との有意差が見られるなど、やはり集計分析してみることの意義を感じている。

そして、見えてきた課題を発信することの重要性を改めて感じているところである。

図9

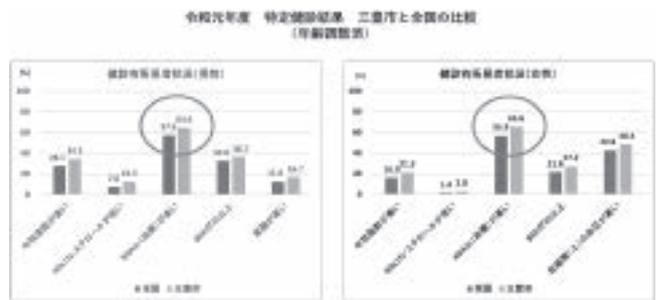


図10

## 特定健診におけるHbA1c推移

