

HEALTH LETTER



センター長よりお知らせ！！

当センターは、令和元年から 新たな相談体制でスタートします！！

2019年7月より、サブコーディネーターとして保健師を配置し、県や市町村の福祉行政等に携わる担当者の皆さんの相談支援体制の強化を図りました。身近な相談機関として努力してまいりますので、広く当センターをご活用下さい。



車谷センター長

ご挨拶

この度、富岡コーディネーターの補佐役として、サブコーディネーターを拝命しました和家佐と申します。

前職の奈良県庁や保健所及び統括保健師の経験を生かし、県や市町村の保健・福祉・医療保険等のご担当者の皆様より身近なご相談窓口としてお役に立てれば幸いです。

ご担当事業の評価や企画でのモヤモヤをお話しにお越し下さい。

皆様からのご連絡をお待ちしています。



サブコーディネーター
和家佐保健師

佐伯マネージャー



奈良医大の県民健康増進支援センターは、県や市町村の保健・福祉行政に携わる皆様を支援します。

施策の立案や評価に関わる既存資料の分析、住民の健康に関する意識調査の実施などにおいて、困りごとがあれば気軽に御相談ください。経験豊かな専門スタッフがお手伝いします。

富岡コーディネーター



和家佐保健師が新たなメンバーとして加わり、センター活動の可能性がさらに広がることを期待しています。

和家佐保健師と一緒にそれぞれの得意分野を生かしながら、県民の健康長寿に貢献できるセンターを目指して参ります。





活動報告

第92回日本産業衛生学会(2019.5.24)で、「地域高齢者における就労頻度と認知機能の縦断的関連」を発表しました

超高齢社会の到来により、高齢者の労働参加が期待されていますが、どのような働き方が高齢期の健康維持につながるのかは十分検討されていません。そこで、奈良県の自治体が行ったアンケート調査の回答を用いて、地域在住高齢者の就労頻度と認知機能との関連を男女別に検討しました。

解析対象者は、2014年のベースライン調査時に認知機能の低下がなく、かつ基本的ADLが自立していた7,426名のうち、3年後の追跡調査にも回答した5,274名(平均年齢 72.5 ± 5.7 歳、男性45.9%)としました。就労頻度については、ベースライン時に収入を伴う仕事を有する者を有職者と定義し、有職者の就労の頻度(週1日以下、週2-3日、週4日以上)を調査しました。

解析対象者において、有職者は男性で30.3%、女性で15.3%、認知機能の低下は男性で15.7%、女性で14.4%に認められました。多重ロジスティック回帰分析という統計解析手法を用いて分析した結果、男性では就労頻度と認知機能との間に関連がみられませんでした。

女性では週4日以上就労で認知機能低下のオッズ比が有意に1より低くなっていました(調整オッズ比 = 0.47、95%信頼区間 = 0.25-0.90)。

地域在住女性高齢者に対して、週4日以上就労を促す対策を講じると、認知機能の低下が予防される可能性が示唆されました。今後、健康長寿に寄与する労働時間や仕事の内容などを明らかにしたいと考えています。

<平成30年度の主な県・市町村支援活動内容>

- ◆ 健康増進計画、食育推進計画、子ども子育て支援事業計画等の評価・分析
- ◆ 県・市町村が実施した調査(なら健康長寿基礎調査、母子保健に関する調査、介護予防・日常生活圏域ニーズ調査など)や既存データ等の分析・評価
- ◆ 保健事業の評価
- ◆ アンケート調査(手法、様式、集計、分析など)に関する相談
- ◆ その他、センター研究活動、講師派遣、各種協議会委員派遣など



ちょっと気になるトピックス！

つつい忙しくて見逃しがちなあなたに！気になるニュースをちょっとだけお届けします！！

健康寿命延伸プランの概要

①健康無関心層も含めた予防・健康づくりの推進、②地域・保険者間の格差の解消に向け、「自然に健康になれる環境づくり」や「行動変容を促す仕掛け」も活用し、以下3分野を中心に取組を推進。
→2040年までに健康寿命を男女ともに3年以上延伸し(2016年比)、75歳以上とすることを旨とする。
2040年の具体的な目標(男性:75.14歳以上、女性:77.29歳以上)

①健康無関心層も含めた予防・健康づくりの推進 ②地域・保険者間の格差の解消

自然に健康になれる環境づくり 行動変容を促す仕掛け

健康な食事や運動ができる環境 居場所づくりや社会参加 行動経済学の活用 インセンティブ

I 次世代を含めたすべての人の健やかな生活習慣形成	II 疾病予防・重症化予防	III 介護予防・フレイル対策、認知症予防
◆実質70歳2020を契機とした食環境づくり(食生活改善推進員による個別指導や食生活改善講座等)の推進 ◆「食生活改善推進員」の活用による健康づくりの推進 ◆子育て世代包括支援センター設置促進 ◆社健前・社健後の健康づくり(食生活改善講座)の推進 ◆PHRの活用促進(健康改善支援、2020年度半期までに健康改善講座や健康相談サービスを提供)の推進 ◆女性の健康づくり支援の取組の実施	◆ナッジ等を活用した健診・検診受診勧奨の推進 ◆「リキッドバイオプシー」等のがん検診の普及・啓発 ◆慢性腎臓病検診連携体制の全国展開 ◆医療者のキャリア強化(研修等)の推進 ◆医学的啓蒙と運動プログラム等の一体的提供 ◆生活保護受給者への健康支援事業 ◆高齢者の認知症の予防・対応	◆「通い場」の更なる充実(2020年度までに介護予防に関する通い場への参加者を増やす) ◆高齢者の保健事業と介護予防の一体的な実施 ◆介護報酬上のインセンティブの活用 ◆介護報酬上のインセンティブの活用 ◆健康支援型配付サービスの推進等 ◆「社会」予防・福祉した認知症施策(社会福祉士による認知症予防サービス)の活用 ◆認知症対策のための福祉連携事業(認知症対策下野隊のための技能者の研修等)の推進

第2回2040年を展望した社会保障・働き方改革本部(令和元年5月29日) 厚生労働省資料より

その1

厚生労働省が「誰もがより長く元気に活躍できる社会の実現に向けた取り組み」として、2040年の健康寿命延伸に向けた目標と2025年までの工程表として「健康寿命延伸プラン」策定へ！

今後、更なる健康寿命の延伸を図るために、これまでの取組をさらに推進するとともに、「健康無関心層も含めた予防・健康づくりの推進」、「地域・保険者間の格差の解消」に向け、「自然に健康になれる環境づくり(健康な食事や運動ができる環境、居場所づくりや社会参加)」や「行動変容を促す仕掛け(行動経済学の仕組み、インセンティブ)」など新たな手法も活用し、2040年までに健康寿命を男女ともに3年以上延伸し(2016年比)、75歳以上とすることを目的に次の3分野を中心に取組を推進する。

- ① 次世代を含めたすべての人の健やかな生活習慣形成
- ② 疾病予防・重症化予防
- ③ 介護予防・フレイル対策、認知症予防

詳しくは、厚生労働省「健康寿命延伸プラン」で検索。

その2

日本人住民の人口は、平成21年をピークに10年連続で減少
世帯数は増加し平均構成人数は減少！

平成31年1月1日現在の日本人住民の人口は、「住民基本台帳に基づく人口動態及び世帯数」現行調査開始(昭和43年)以降最大の減少数である。出生者数は、92万1,000人で、本年は調査開始(昭和54年度)以降最少。死亡者数は、136万3,564人で、本年は調査開始(昭和54年度)以降最多。全国の世帯数は、現行調査開始(昭和43年)以降毎年増加(日本人住民・複数国籍の世帯)し、1世帯の平均構成人員は、現行調査開始(昭和43年)以降毎年減少(日本人住民・複数国籍の世帯)している。高齢化や少子化が問題視されているが、人々のくらしや健康を保持増進し支えあう社会を推進する上で、具体的にどういった問題がわが街にあるのかを掘り下げるのが重要。

市町村別データは、総務省「住民基本台帳人口」で検索。

その3

市町村の保健事業と介護予防の一体的な実施を進めるため「医療保険制度の適正かつ効率的な運営を図るための健康保険法等の一部を改正する法律」が、令和元年5月22日に公布！

この改正法では、市町村が後期高齢者医療広域連合からの委託に基づき高齢者保健事業を国民健康保険保健事業や地域支援事業等と一体的に実施する枠組みを構築するため、高齢者保健事業における市町村の役割等を法令上明確に規定するとともに、これらの事業の基盤となる被保険者の医療・介護・健診等の情報について後期高齢者医療広域連合と市町村の間での提供を円滑にするための規定等を整備するとされた。

詳しくは、厚生労働省「高齢者の保健事業と介護予防の一体的な実施の推進に向けたプログラム検討のための実務者検討班」資料で検索。



公立大学法人 奈良県立医科大学

県民健康増進支援センターの取り組み

～奈良県民の健康長寿を目的に取り組む地域貢献事業です～

県・市町村の保健・福祉・国保担当者の皆様を対象に
評価・調査分析等の相談支援を行なっています

+ こんなお悩みのご相談にのります

- 住民の健康問題をどんなアンケートで把握すれば良いのか
- 調査に必要な対象者の人数や選び方などを知りたい
- 調査の業務委託の際に正確なデータを得るための注意点を知りたい
- 調査結果をどのように分析し、どのようにまとめてわかりやすく見せるのか知りたい
- 保健事業やネットワーク作り等を行うための情報収集や資料についてアドバイスがほしい
- エビデンスに基づく事業が求められているが、どのように取り組めばいいのか

日時 年末年始、祝祭日等を除く毎週月曜から金曜日
午前9時から午後4時まで（完全予約制）

場所 奈良県立医科大学基礎医学棟 4階
県民健康増進支援センター

担当 専門のコーディネーターが個別に対応します。

まずはお気軽に
お電話にて
ご相談下さい

ご相談をご希望の方は下記までご連絡下さい

<連絡先>

TEL (代表) 0744-22-3051 内線 (3608) ※電話受付 平日の9:00～17:00

公立大学法人 **奈良県立医科大学** **県民健康増進支援センター**

奈良県橿原市四条町 840 奈良県立医科大学 基礎医学棟 4階