

これらの課題を解決する（市民が健康になる）キーワードを、



対策の重点目標を以下の4つに定めて具体的な事業を実施します。

- ① 壮年期の死亡率減少
- ② 重症化の予防（特定健診受診率及び特定保健指導実施率の向上）
- ③ 要介護状態の回避
- ④ 医療費の適正化

### 減塩（うま塩）の普及啓発

塩分を日常的に過剰摂取すると高血圧となり、ひいては脳血管疾患や腎疾患などを引き起こします。減塩（うま塩）の啓発と料理の普及に取り組み、集客施設でのキャンペーンブースの設置やインターネット等を活用した減塩料理の情報発信を行います。

### 運動習慣の定着

適度な運動の継続は骨の強化や筋肉の増加につながり、血糖値や血圧の改善にも役立ちます。誰もが手軽に始められるウォーキングの普及に向け、コース整備やイベント開催に取り組みます。あわせて、介護予防体操の普及にも努めます。

### 疾病理解の向上

健康維持のためには、生活習慣を見直すとともに、健康に関する知識を学ぶことも大切です。食生活や運動、身体や病気になる仕組みなどを分かりやすく学習できる場や情報を提供します。また、市内医療機関等で実施している健康講座等の開催を集約し、広く情報発信します。

### 保健指導の充実

生活習慣病の重症化予防には、早期の治療と食事や運動などの積極的な改善が必要なことから、特定健診における有所見者への早期介入を促進します。平成28年度からは保険年金課における指導体制を強化し、対象者への保健指導を拡充するとともに、市関係各課の具体的な連携も始めます。

### 特定健診の受診率向上

糖尿病や高血圧など生活習慣病の発症予防には定期的な健康診査が有効です。一人でも多くの市民に特定健診を受診していただくため、公共施設での実施や協会けんぽ及びがん検診との連携など、市民のニーズに合わせた受診環境や健診体制の整備に努めます。

このパンフレットに関するお問合せ

### 別府市役所保険年金課

別府市上野口町1番15号  
TEL (0977)21-1158  
FAX (0977)26-1888  
E-mail inp-le@city.beppu.oita.jp

## 別府市データヘルス計画（概要版）

近年、急速な高齢化によって高齢期に重い病気になったり、介護状態になる人が増加しています。医療の高度化も進み、それに伴って全体の医療費も増え続けています。

健康寿命（注1）を延ばし、医療費の適正化を図ることが国民の課題となっていることから、国は「すべての医療保険者がレセプト（注2）等のデータを分析の上、“データヘルス計画、を作成・公表すること”を努力義務としました。これを受け、別府市も平成28年3月に「別府市データヘルス計画」を策定しました。この資料は「別府市データヘルス計画」の概要（ダイジェスト）をまとめたものです。

（注1）健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間。

（注2）病院等が保険者負担分を請求するために治療の内容などを記した書類。「診療報酬明細書」のこと。

### データから見えてきた別府市民の健康課題

#### 不適切な生活習慣の積み重ね

運動（活動）不足、食生活の乱れ

特定健診を受けない人は生活習慣を見直すきっかけを失い、体の異常の発見も遅れてしまいます。

#### 内臓脂肪型肥満につながります

健診で異常があった人でも特定保健指導を受ければ改善のチャンスがありますが…。

#### 高血圧 糖尿病

おなじみの病気ですが、あなどってはいけません。悪化の先には恐ろしい病気が待っています。

#### 慢性腎臓病

#### 脳血管疾患

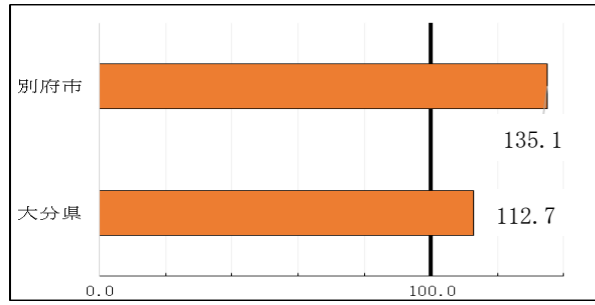
ここまで悪化すると、人工透析治療を一生受けなければならなくなったり、寝たきりや突然死の危険性が大きくなり、生活の質が大幅に低下してしまいます。

データから見えてきた別府市民の健康課題は、

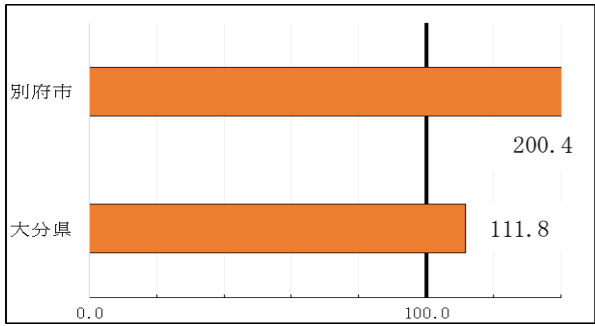
- 1 糖尿病や高血圧等生活習慣病の発症及び重症化（慢性腎臓病）の増加
- 2 脳血管疾患の発症による要介護状態の増加

でした。詳細な分析結果は中面へ…。

高血圧における女性の標準化死亡比(※)



糖尿病における壮年期男性の標準化死亡比(※)



脳血管疾患における死亡率(人口10万対)

別府市	全国
103.6 (死因4位)	94.1 (死因4位)

※ 順位は主要疾患中の死因順位

脳血管疾患における介護度別介護認定状況

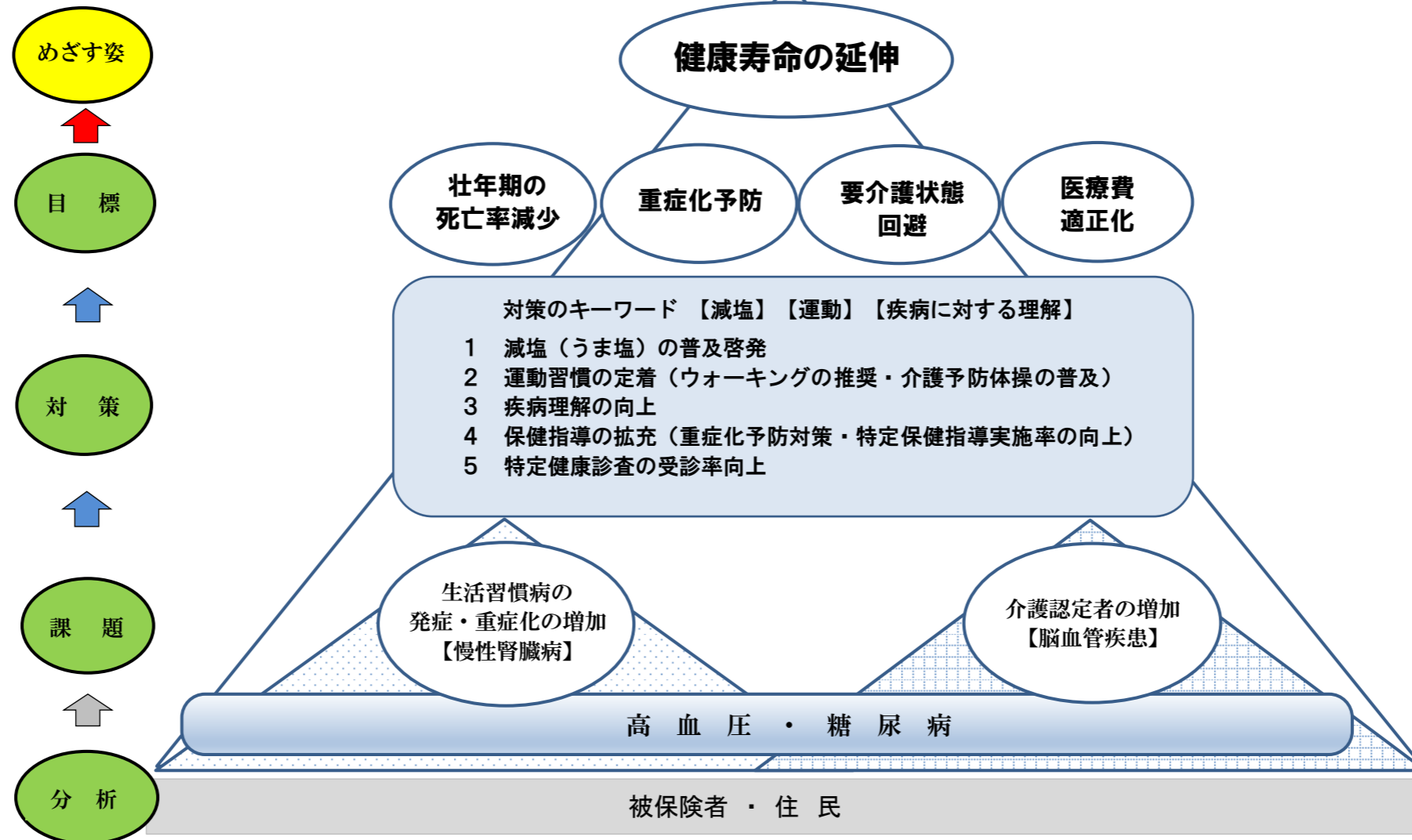
要支援1	要支援2	要介護1	要介護2	要介護3	要介護4	要介護5
9.0% (3位)	14.0% (2位)	13.3% (2位)	19.8% (2位)	19.6% (2位)	26.9% (2位)	29.5% (2位)

※ 順位は主要原因疾患中の認定順位

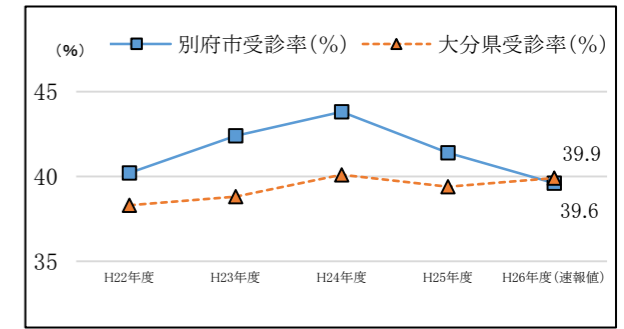
別府市国民健康保険における入院・入院外別疾患別医療費

	順位	疾病	年間累計医療費(円)
入院	3	脳梗塞	156,860,230
入院外	1	慢性腎不全	581,802,400
	2	高血圧症	521,738,220
	3	糖尿病	434,551,380

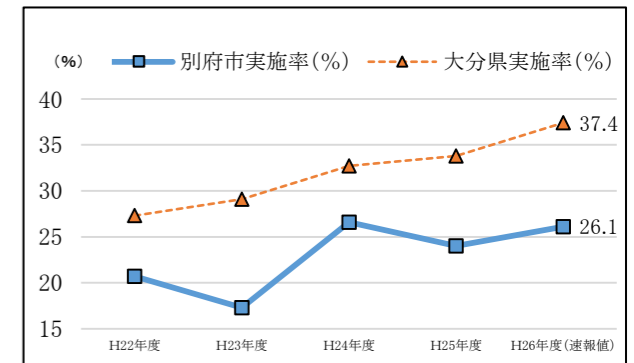
# 別府市データヘルス計画における分析結果と目指す方向性



特定健診受診率の推移



特定保健指導実施率の推移



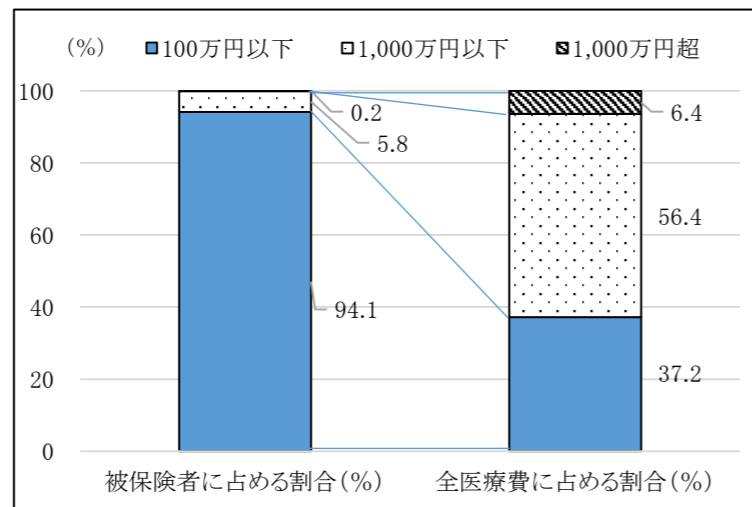
特定健康診査における内臓脂肪型肥満関係の状況

		該当者割合	標準化比(※)
BMI(25以上)	男性	31.7%	109.9
	女性	22.1%	107.9
腹囲(85cm以上)	男性	52.3%	108.5
	女性	21.9%	125.2

特定健診質問票の状況

		該当者割合	標準化比(※)
男性	高血圧症服薬者	26.2%	105.5
	糖尿病服薬者	7.1%	115.4
	脳卒中既往者	2.6%	128.0
	腎不全既往者	0.8%	230.9
	1日1時間以上運動習慣のない者	57.7%	108.3
女性	週3回以上朝食を抜く者	27.5%	168.1
	高血圧症服薬者	17.8%	101.2
	糖尿病服薬者	3.2%	98.0
	脳卒中既往者	1.8%	118.5
	腎不全既往者	1.1%	300.5
	1日1時間以上運動習慣のない者	53.6%	105.4
	週3回以上朝食を抜く者	15.5%	178.3

医療費階層別受診者状況



年間医療費総額	被保険者数(人)	被保険者に占める割合(%)	医療費(千円)	全医療費に占める割合(%)
0	8,816	23.9	0	0.0
50万以下	24,054	65.2	2,957,990	26.1
100万以下	1,849	5.0	1,265,048	11.2
200万以下	893	2.4	1,265,032	11.2
400万以下	663	1.8	1,855,068	16.4
600万以下	375	1.0	1,804,208	15.9
800万以下	137	0.4	968,085	8.5
1,000万以	56	0.2	497,844	4.4
1,000万超	57	0.2	724,606	6.4
計	36,900	-	11,337,881	-

※「標準化比」とは、全国を100(基準値)とした時の数値で示され、100より大きい場合は全国より悪く、100より小さい場合は全国より良い事を意味します。