

4-3. 国保保健指導の状況

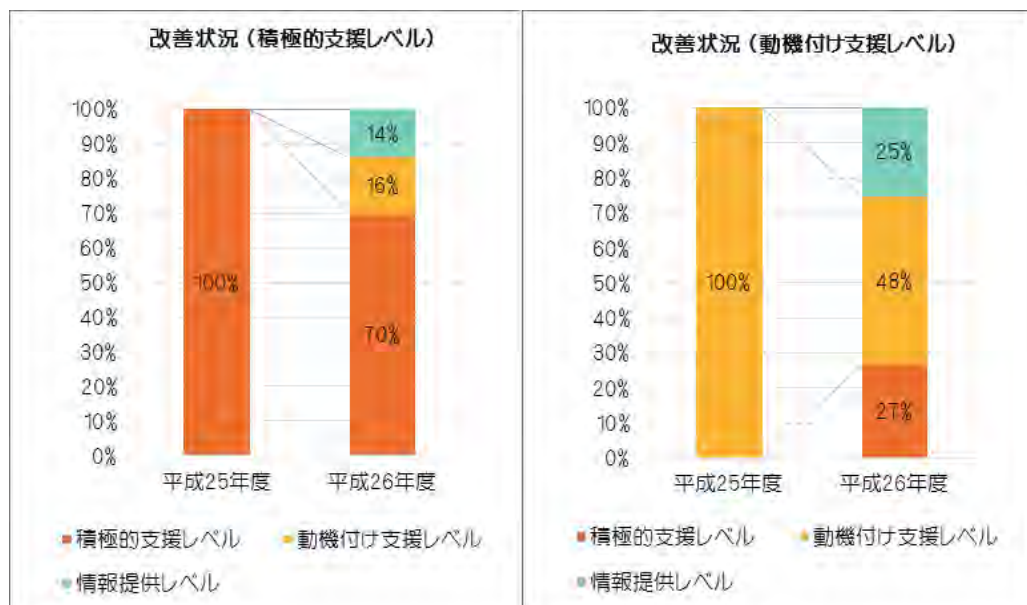
1. 平成 26 年度の国保保健指導実施率は 17.4%であった。国保保健指導実施率の推移をみると、平成 24 年度に落ち込んだものの、以降は増加傾向である。
2. 保健指導レベル別の改善状況をみると、積極的支援レベルでは 30%、動機付け支援レベルでは 25%に保健指導レベルの改善がみられた。

1) 国保保健指導実施率の推移（平成 21～26 年度）



出典：本区データより作成

2) 国保保健指導レベル別の改善状況（平成 25～26 年度）



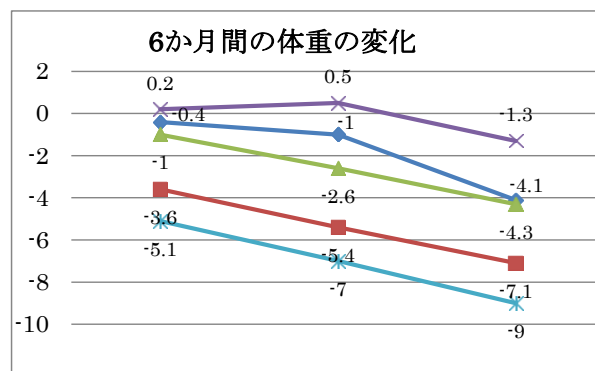
出典：本区データより作成

コラム

区職員が国保保健指導の効果を実証実験！

国保保健指導プロジェクト

品川区国保では、**国保保健指導の効果をわかりやすく実証**するため、メタボ気味！？の区職員が立ち上がり、国保保健指導の効果を6ヶ月間で実証実験する「**国保保健指導ダイエットプロジェクト**」を実施しました。その結果、なんと！全身体重減少し、**平均で体重 5.2kg 減、腹囲 6.5 cm 減**という効果が見られました。体重減少トップは9kg 減、腹囲減少トップは11cm 減でした。国保保健指導は、大変効果があることがわかりました。



Before メタボなおなかも・・・



After 6ヶ月でスッキリ！



私も（国保課長）もこれで痩せました！



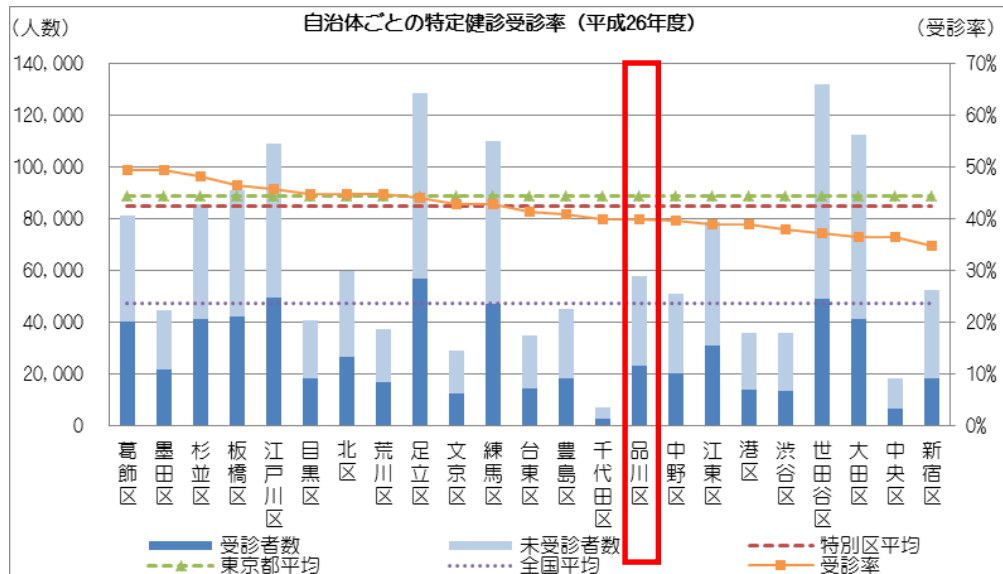
国保保健指導って本当に効果あるの？そんな疑問にお答えしようと、自分のカラダで実証実験をしました。6 か月間、特にジム等に通ったわけではなく、毎食野菜を食べる、夕食の炭水化物を7分、職場では階段を使うなどの積み重ねで、体重はマイナス4キロ！
国保保健指導の効果を実感しています。皆様にも自信を持って、国保保健指導をオススメします。

4-4. 国保基本健診（特定健診）

・国保保健指導（特定保健指導）の特別区比較

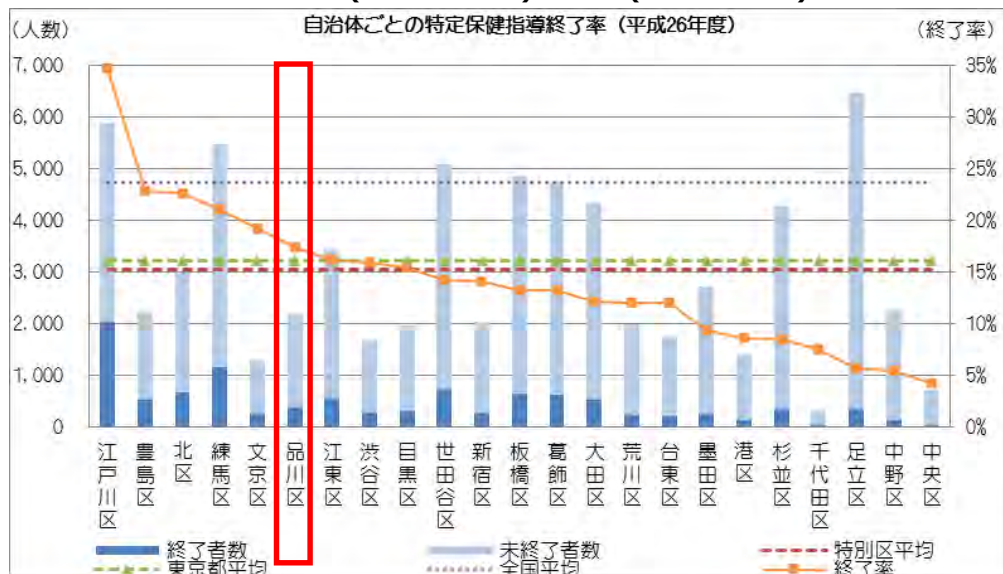
1. 国保基本健診(特定健診)受診率は 39.8%であり、特別区で比較すると平均よりやや下位である。
2. 国保保健指導(特定保健指導)終了率は 17.4%であり、特別区で比較すると平均より上位である。
3. 国保保健指導(特定保健指導)による対象者減少率は 20.0%であり、特別区で比較すると平均並である。

1) 特別区の国保基本健診(特定健診)受診率（平成 26 年度）



出典：東京都資料より作成

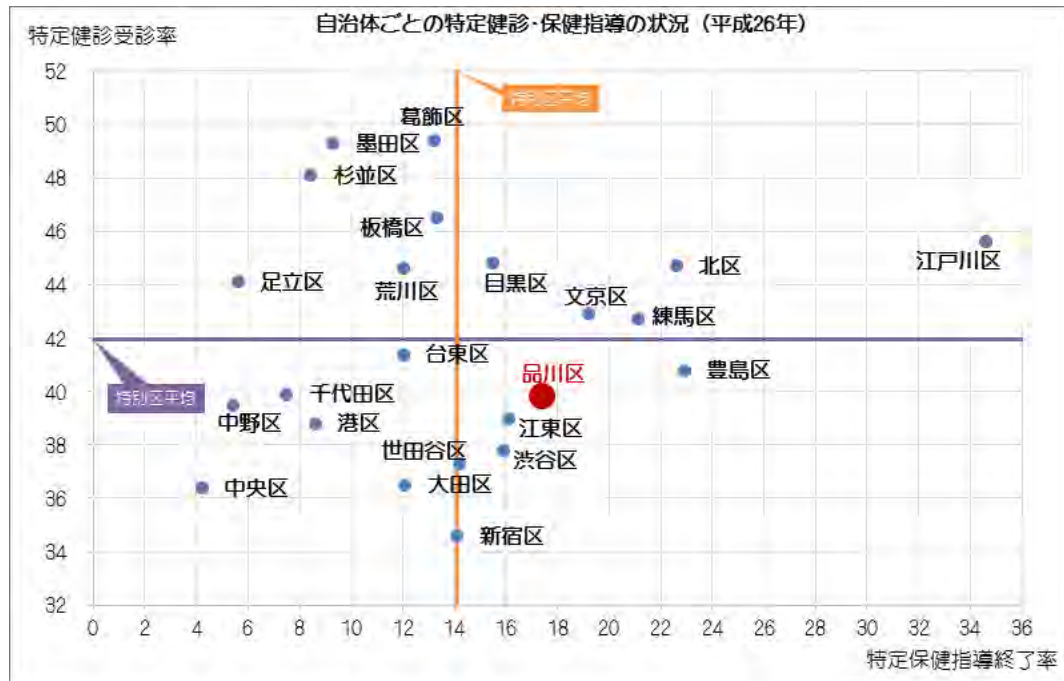
2) 特別区の国保保健指導(特定保健指導)終了率（平成 26 年度）



出典：東京都資料より作成

3) 特別区の国保基本健診(特定健診)

・国保保健指導(特定保健指導)の状況(平成25・26年度)



出典：東京都資料より作成

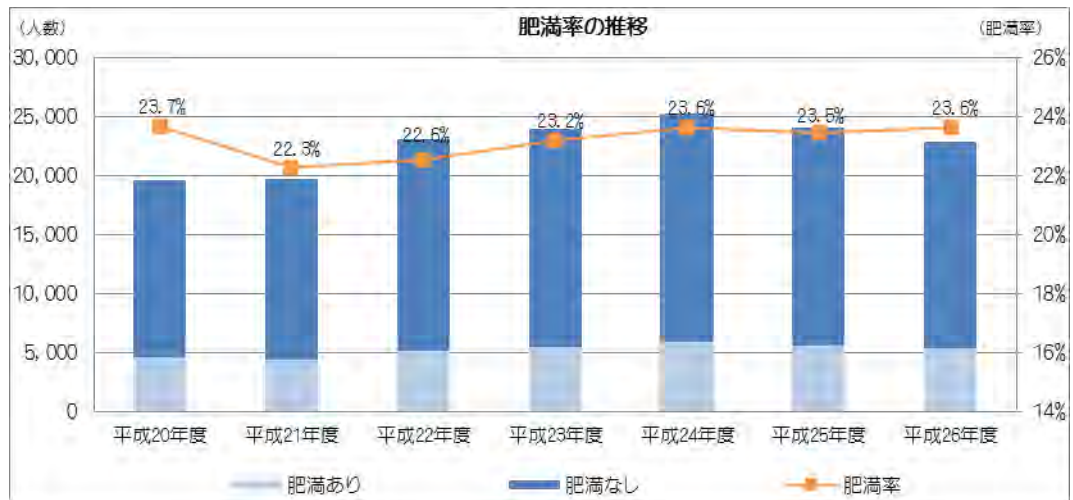


出典：東京都資料より作成

4-5. 肥満者の状況

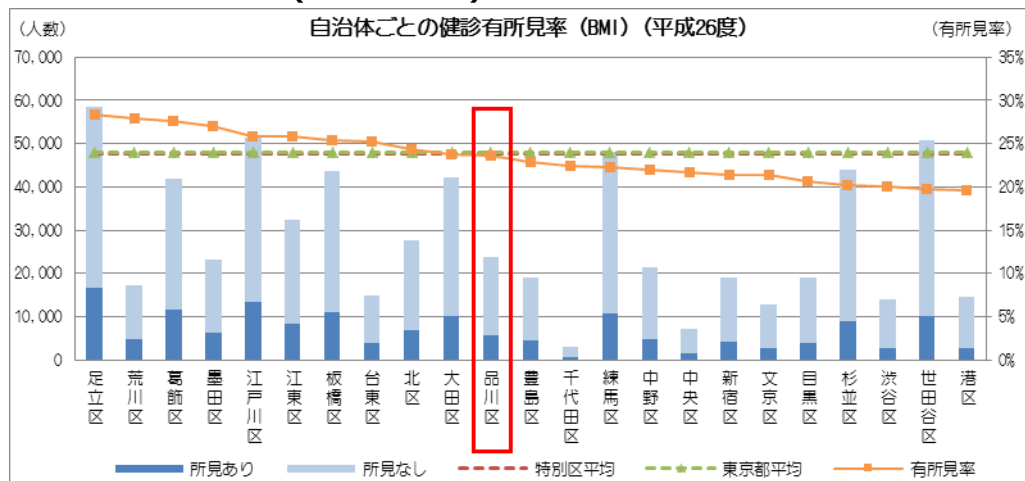
1. 平成 26 年度の肥満率は 23.6%であった。肥満率の推移をみると、横ばいである。
2. 肥満率を特別区と比較すると平均並である。
3. 肥満者のうち血糖・血圧・脂質リスクを保有している者は 4,809 名であったが、そのうちの 3,207 名は糖尿病・高血圧症・脂質異常症の治療で服薬中のため国保保健指導の対象外となっており、国保保健指導対象外の肥満者についても何らかの対策が必要であると考えられる。

1) 肥満率の推移 (平成 20~26 年度)



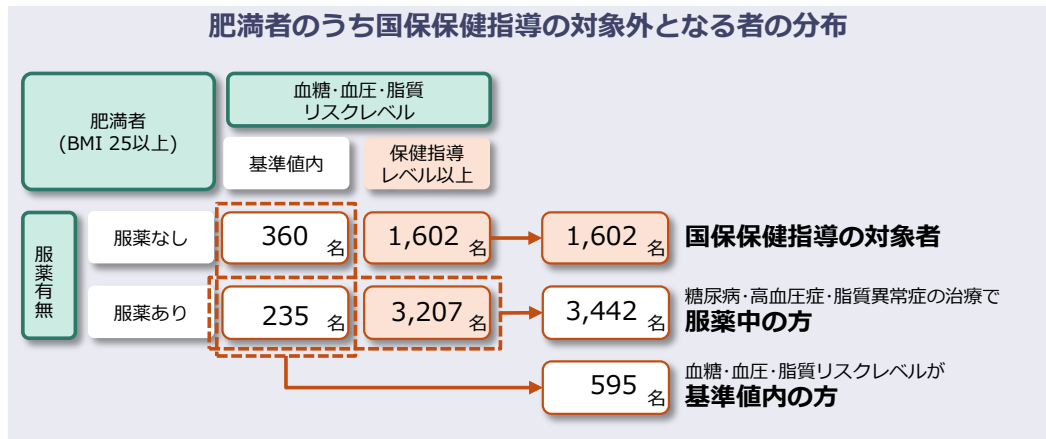
出典：本区データより作成

2) 特別区の肥満率 (平成 26 年度)



出典：東京都国民健康保険団体連合会 資料より作成

3) 肥満者のうち国保保健指導の対象外となる者（平成 26 年度）



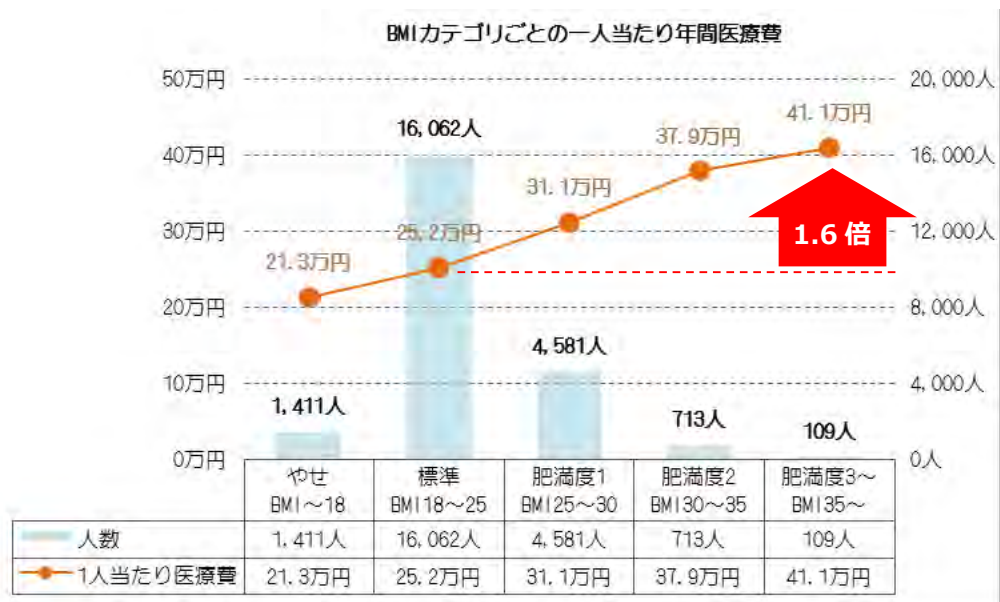
出典：本区データより作成

コラム 肥満になると医療費がかかる？！

以下のグラフは、品川区国保加入者の肥満度(BMI)と一人当たりの年間医療費を示しています。肥満度が高くなればなるほど一人当たりの年間医療費が高額になり、肥満度が 3 以上の方と標準の方とでは、一人当たりの年間医療費に約 1.6 倍の差がありました。

肥満の判定には、国際的に広く使われている BMI (Body Mass Index)という指標を用いています。計算は以下のように行います

$$\text{BMI (体格指数)} = \text{体重 (kg)} \div \text{身長 (m)} \div \text{身長 (m)}$$

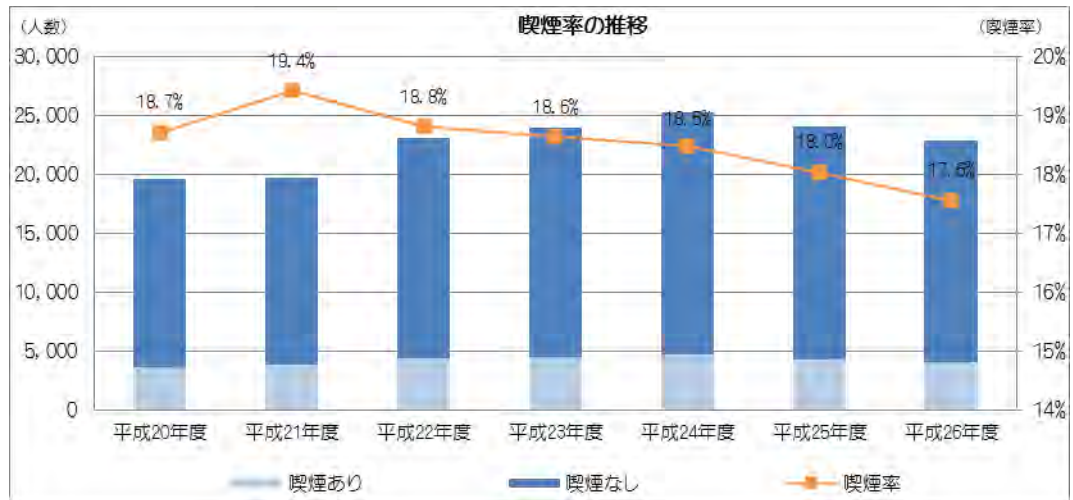


出典：本区データより作成

4-6. 喫煙者の状況

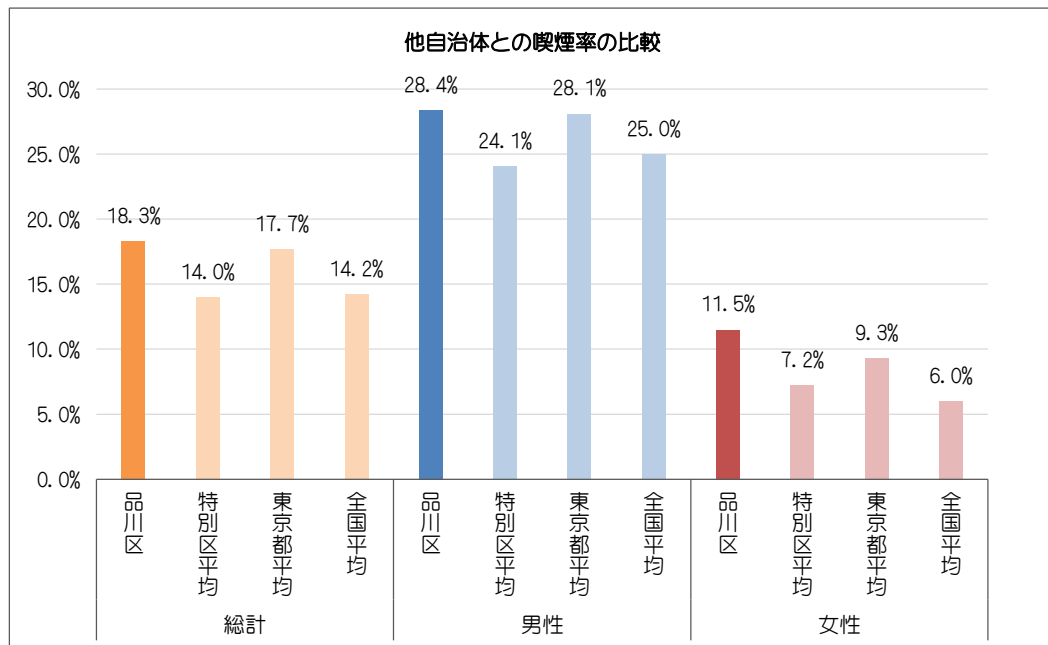
1. 平成 26 年度の国保基本健診受診者の喫煙率は 17.6%であった。喫煙率の推移をみると、平成 21 年度から平成 26 年度へかけて 1.8%減少しており、減少傾向である。
2. 他自治体と喫煙率（法定報告ベース）を比較すると、総計・男性・女性いずれも全国平均や東京都平均を上回っており、2020 年の東京オリンピックに向けて喫煙対策が必要であると考えられる。

1) 喫煙率の推移（平成 20～26 年度）



出典：本区データより作成

2) 他自治体との喫煙率（法定報告ベース）の比較（平成 26 年度）



出典：KDB システム出力帳票より作成