

# データ活用による地域高齢者の健康課題の把握

## <概要版>

### 事業の目的

国は健康寿命延伸プランにおいて、「介護予防・フレイル対策」を重点取組に位置づけており、高齢者の身体的、精神的及び社会的な特性（フレイル等）を踏まえ、保健事業と介護予防を効果的かつ効率的で、高齢者一人ひとりの状況に応じたきめ細かなものとするため、高齢者の保健事業と市町村の介護保険の地域支援事業や国民健康保険の保健事業の一体的実施を推進している。このことから、県では、市町が保健事業と介護予防を一体的に実施できる体制整備を行うために、市町に対する県内の健康課題の俯瞰的把握や事業の評価、市町村に対するデータ分析、事業企画立案支援、医療関係団体等に対する市町村等保健事業の協力依頼、事例の横展開、人材育成等が必要である。

本事業は、国保データベース（KDB）システム及び平成 28 年度県民健康・栄養調査のデータを活用し、地域高齢者の健康課題を把握することを目的とした。

### 事業の概要

本事業では、栃木県の地域高齢者の健康課題を把握することを目的に、国保データベース（KDB）システム及び平成 28 年度県民健康・栄養調査から抽出したデータを解析した。

#### 1) 国保データベース（KDB）システムの概要

国民健康保険及び後期高齢者医療の被保険者の健診、医療、介護データを連携させたシステムであり、地域の健康課題の明確化、保健事業計画の策定と実施、事業評価に役立てられている。

## 2) KDB システム解析データについて

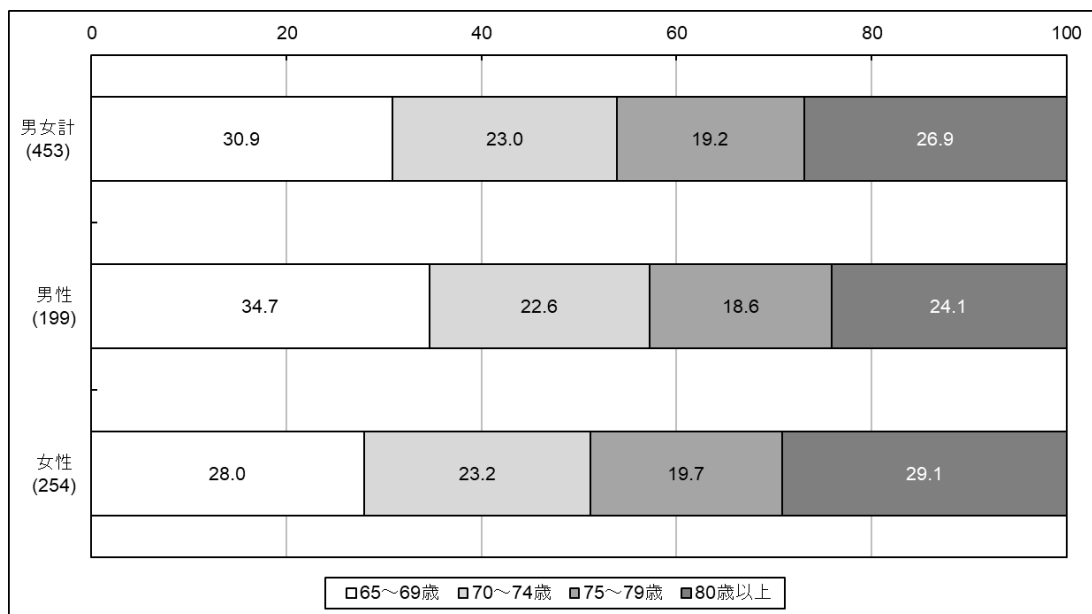
本事業では、KDB システムから抽出した、平成 29 年度から令和元年度のレセプト関連データを分析した。介護予防に関連の深い脳梗塞、認知症、関節疾患、骨粗鬆症、骨折、糖尿病、心筋梗塞、狭心症、慢性腎不全（透析あり）のレセプト件数、総点数、1 件当たり点数について、性別及び年齢別の比較を行った。

## 3) 平成 28 年度県民健康・栄養調査の概要

栃木県が、県民の生活習慣の実態・健康状態等を把握し、今後の健康づくりに役立てるために実施する調査。昭和 61 年度から数年に 1 度実施されており、平成 28 年度は 7 回目の調査であった（平成 28 年 10 月～11 月に実施）。調査対象は、平成 22 年国勢調査の一般調査区から無作為抽出された 13 地区において協力を得られた 571 世帯、1,524 名（平成 28 年 11 月 1 日現在満 1 歳以上）。主な調査項目は、身長や体重等の身体状況、食生活や運動等の生活習慣、栄養摂取状況等であった。

## 4) 平成 28 年度県民健康・栄養調査解析データについて

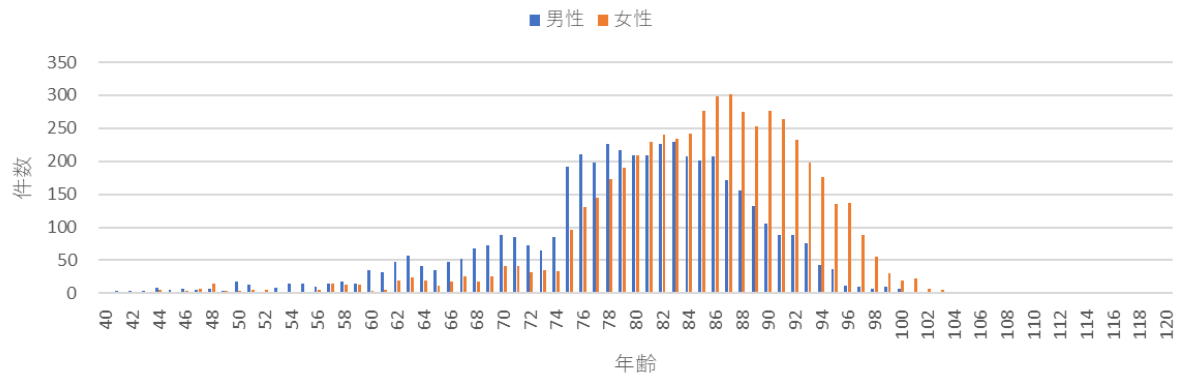
本事業では、平成 28 年度県民健康・栄養調査の対象者から 65 歳以上の者のデータ 453 件（男性 199 件、女性 254 件）を抽出し、高齢者のフレイル予防に関連の深い健康状態、栄養、口腔機能、運動、社会参加に係る項目について、性別及び年代別の解析を行った。とくに栄養については、フレイル予防に重要なたんぱく質やビタミン D 等に着眼した解析を行った。分析対象者の性別及び年代別分布を以下に示す。



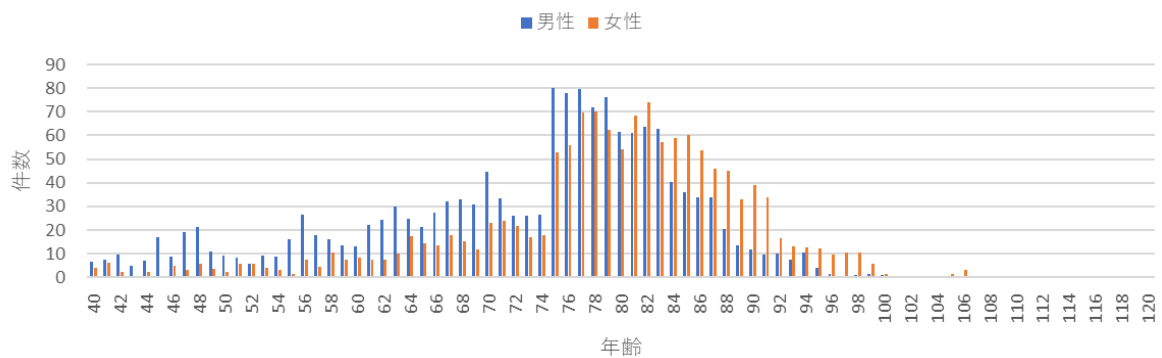
平成 28 年度県民健康・栄養調査解析データ対象者の性別及び年代別分布

# KDB システムのデータ解析結果

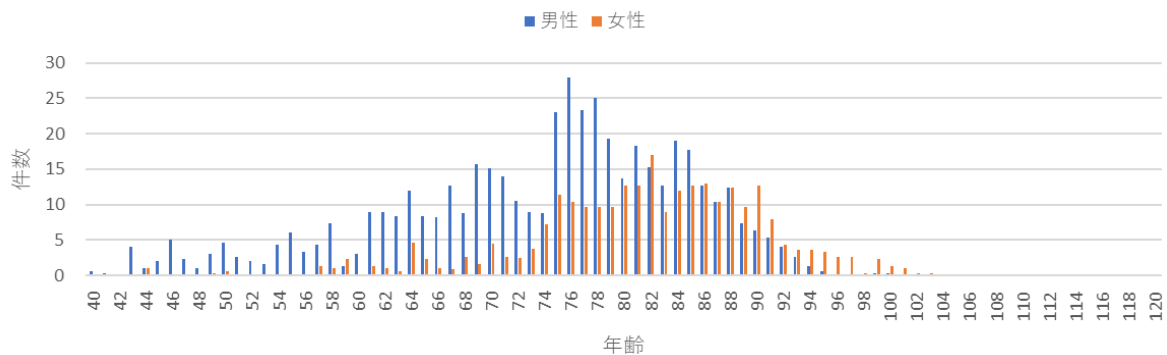
男性に関しては、脳梗塞や糖尿病、心筋梗塞といった生活習慣に関連の深い疾患のレセプト件数が、若年期から高かったことが明らかになった。



脳梗塞入院患者のレセプト件数（平成 29 年度～令和元年度の平均値）

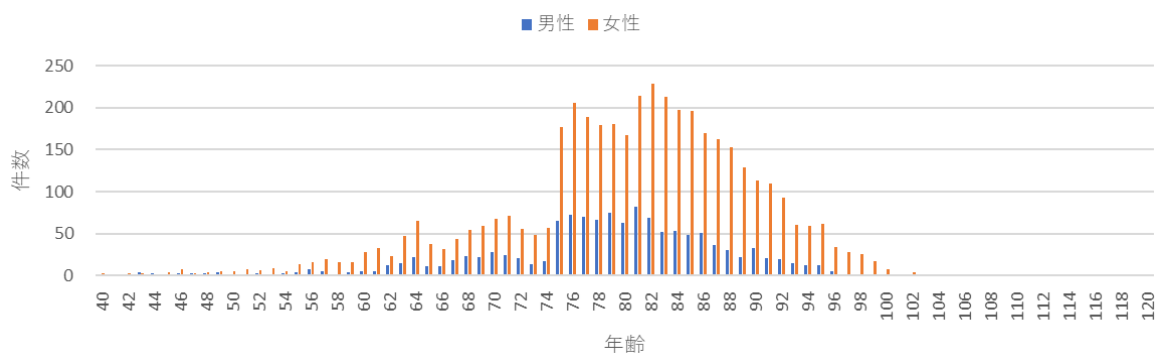


糖尿病入院患者のレセプト件数（平成 29 年度～令和元年度の平均値）

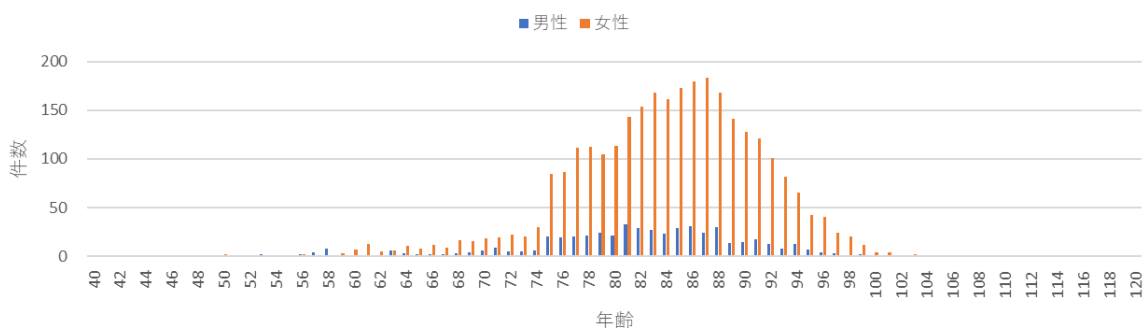


心筋梗塞入院患者のレセプト件数（平成 29 年度～令和元年度の平均値）

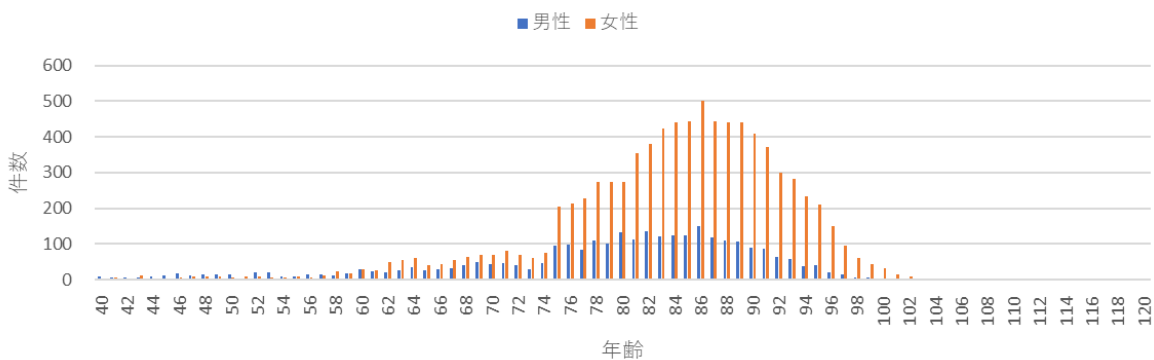
女性では、関節疾患、骨粗鬆症、骨折といった運動器に関する疾患のレセプト件数が著しく高かったことが明らかになった。



関節疾患入院患者のレセプト件数 (平成 29 年度～令和元年度の平均値)



骨粗鬆症入院患者のレセプト件数 (平成 29 年度～令和元年度の平均値)

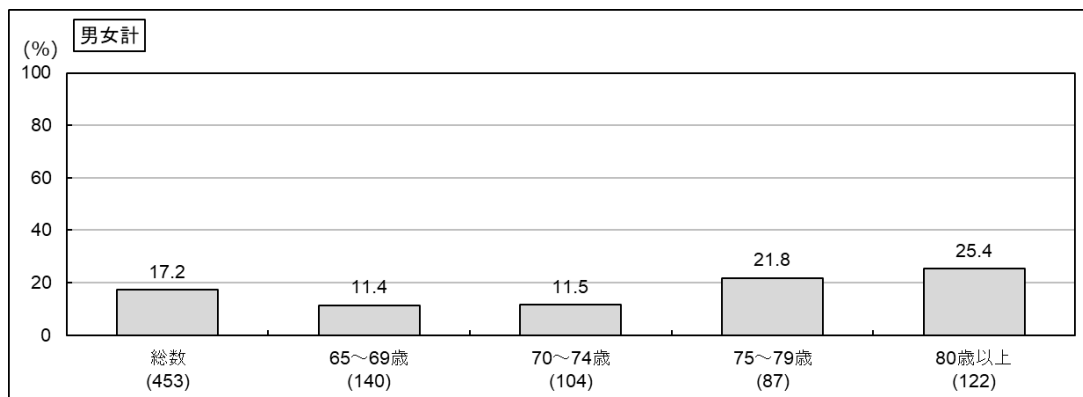


骨折入院患者のレセプト件数 (平成 29 年度～令和元年度の平均値)

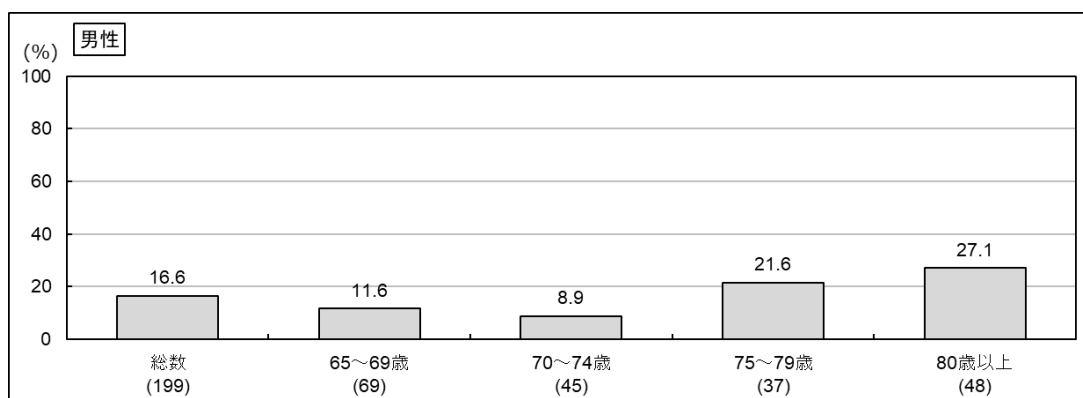
性別や年齢を問わず全ての疾患を予防していくことは重要であるが、若年男性への生活習慣改善の取り組みや、女性を対象とした運動器疾患の予防を重点的に行うことは、介護予防の観点のみならず、医療費抑制の観点からも重要である。

# 平成 28 年度県民健康・栄養調査のデータ解析結果

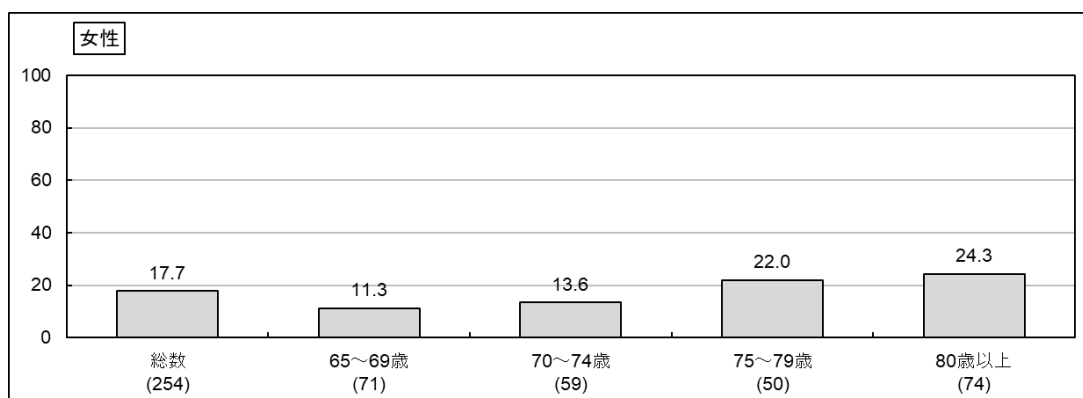
自身の健康状態について、「あまりよくない」または「よくない」と回答した者の割合は、全体の 17.2%であった。男女とも、年代が高いほど割合が高く、80 歳以上の約 4 人に 1 人は自身の健康状態が「あまりよくない」または「よくない」と感じていた。



自身の健康状態を「あまりよくない」または「よくない」と回答した者の割合（男女計）



自身の健康状態を「あまりよくない」または「よくない」と回答した者の割合（男性）



自身の健康状態を「あまりよくない」または「よくない」と回答した者の割合（女性）

健康状態の関連要因について男女別に分析した（無回答者を除いた402名）。男性では、年齢が高く、かんで食べることができず、健康づくりに関連したボランティア活動を行っておらず、就労・社会参加をしていない者が健康状態不良である割合が高かった。一方、女性では、年齢が高く、かんで食べる事ができず、1週間の運動日数が0日で、運動ができておらず、就労・社会参加をしていない者が健康状態不良である割合が高かった。

栄養の観点から行った分析では、男性ではたんぱく質摂取量と口腔機能（咀嚼）、女性ではたんぱく質摂取量と運動や就労・地域活動との関連が強かった。

健康状態の関連要因（男女別）

男性 175名		健康状態良好群 142名	健康状態不良群 33名	P
年齢	平均±標準偏差	73.18±6.82	77.09±7.62	<b>&lt;0.01</b>
口腔機能				
かんで食べる	できる	100	17	<b>0.03</b>
	できない	41	16	
運動				
1週間の運動日数	0日	43	10	0.72
	1日以上	66	13	
運動	できている	69	12	0.20
	できていない	73	21	
社会参加				
健康関連ボランティア活動	している	52	5	<b>0.02</b>
	していない	90	28	
就労・社会参加	している	87	7	<b>&lt;0.01</b>
	していない	55	26	

女性 227名		健康状態良好群 182名	健康状態不良群 45名	P
年齢	平均±標準偏差	74.25±7.23	78.20±7.96	<b>&lt;0.01</b>
口腔機能				
かんで食べる	できる	151	26	<b>&lt;0.01</b>
	できない	30	19	
運動				
1週間の運動日数	0日	54	19	<b>0.05</b>
	1日以上	85	14	
運動	できている	79	10	<b>&lt;0.01</b>
	できていない	100	35	
社会参加				
健康関連ボランティア活動	している	44	9	0.55
	していない	138	36	
就労・社会参加	している	92	14	<b>0.02</b>
	していない	89	31	

# 地域高齢者の健康増進に向けて

幸せな超高齢社会の実現には、地域高齢者の健康寿命を可能な限り延伸することが必要である。今回の分析を踏まえ、栃木県における今後の高齢者の健康増進活動に以下のポイントを反映させていくことが望まれる。

## 1) より高齢な者を巻き込む

全ての活動に、意識的かつ戦略的に、より高齢な者を巻き込んでいくことが重要である。後期高齢者にも伝わりやすい情報提供の在り方、参加しやすい雰囲気、不安を取り除く配慮、サポートの体制等について留意する必要がある。

## 2) 口腔機能の維持・強化

口腔機能が低下すると、十分な栄養がとれず、筋力や体力が低下し、他人とのコミュニケーションも減る。口腔内を清潔に保ち、咀嚼や嚥下に係る運動機能を維持・強化する必要がある。口腔は衰えを自覚しにくいところなので、全ての高齢者がかかりつけの歯科をもつことが望ましい。

## 3) 社会参加の促進

高齢者一人一人が、それぞれにあった社会参加の形を見つけ、継続することが重要である。社会参加の多様な形が分かりやすく見える化され、高齢者がアクセスしやすい形で存在し、安心感を与える場として機能することが求められる。

## 4) 健康関連ボランティア活動の推進

特に男性において、健康づくりに関連するボランティア活動を行うことは重要である。男性高齢者を健康長寿のまちづくりの担い手としていくことは、その地域や対象者はもちろん、本人の健康にも有益なものである。

## 5) 運動の推進

特に女性において、運動の実施は大きな意味を持つ。骨粗鬆症や関節疾患に気を付けながら、ちょっとした負荷のある運動を継続的に実施することが重要である。骨折をはじめとする運動器疾患の予防は、医療費の抑制にも貢献する。

## 6) たんぱく質の積極的摂取

たんぱく質は骨や筋肉の形成に重要な役割を果たす。積極的に摂取することで、運動器への良い影響が期待できる。咀嚼等の口腔機能を維持しながら、特に高齢の女性では、たんぱく質を多く含む肉、魚、卵、大豆製品、牛乳・乳製品等を多めに摂取することが望ましい。

データ活用による地域高齢者の健康課題の把握〈概要版〉

令和3（2021）年3月

栃木県保健福祉部 健康増進課

〒320-8501

栃木県宇都宮市塙田1丁目1番20号

TEL 028-623-3094

FAX 028-623-3920