

# 令和2年度愛媛県ビッグデータ活用県民健康づくり協議会 配布資料目次

## 1 令和2年度事業報告について

- (1) ビッグデータ活用県民健康づくり事業の概要・・・P1
- (2) ビッグデータ活用県民健康づくり事業の推進体制・・・P3
- (3) 令和2年度事業の取組み内容・・・・・・・・・・P4
- (4) 県民への情報発信について・・・・・・・・・・P5
- (5) ビッグデータ活用事業研修会について・・・・・・・・P9
- (6) ビッグデータ分析の経緯概要・・・・・・・・・・P13
- (7) 令和2年度愛媛県ビッグデータ活用県民健康づくり事業データ分析報告書(素案)・・・P14
- (8) ビッグデータ活用地域健康づくり事業について・・・P41
- (9) スマートヘルスケア推進事業について・・・・・・・・P56
- (10) 産官学連携プロジェクトについて・・・・・・・・P64

## 2 令和3年度事業について

- (1) 令和3年度事業の方向性について(案)・・・・・・・・P66
- (2) 年度別の取組み・・・・・・・・・・P70
- (3) ビッグデータ活用研修会について・・・・・・・・P73
- (4) データ分析について・・・・・・・・・・P74
- (5) ビッグデータ活用地域健康づくり事業について・・・P75
- (6) スマートヘルスケア推進事業(ウォーキングイベント)・・・P76

## ビッグデータ活用県民健康づくり事業の概要

### 【事業目的】

平成 30 年 4 月から国保財政運営主体の都道府県化により利用が可能となった国保約 58 万人のデータと、平成 27 年度に包括連携協定を締結した協会けんぽ約 52 万人のデータを合わせ、県人口の 8 割に当たる約 110 万人分の健診・医療・介護のビッグデータを一元的に活用し、県内 20 市町の他、保険者等関係機関と連携し、全県的な疾病予防・健康づくり施策を展開する。

### 【事業展開】

事業展開にあたっては、健診・医療等のデータ分析を行い、どの市町、年代、職域に課題があるかを把握し戦略的に取り組む。対策は地域の特性を踏まえ、個々の県民に対して働きかけを行うことが重要なため、地域の実情を把握している各保健所が関係機関と連携し、市町等が行う取組みを支援する。

事業効果については、PDCAサイクルを働かせ継続的に検証するほか、年々蓄積されていくデータ分析も経年で行いつつ、効果の持続・向上を図るとともに、健康課題や成果等について「県民に広く情報発信」を行う。

### 【効果】

本事業で疾病予防や健康づくりの取組を進めることにより、県民の健康に対する関心を高め、健診受診など行動の変化を促し、健康寿命の延伸、医療費・介護費の抑制を図る。

### 【事業内容】

#### 1 ビッグデータ活用県民健康づくり協議会の開催（年 2 回程度）

構成員 12 名（学識経験者、医療関係団体、健診団体など）

#### 2-1 代表者会議の開催（年 3 回程度）

構成：20 名程度（保健所健康づくり実践WT、分析WG）

内容：事業の取組みやビッグデータの活用について協議を行う。

#### 2-2 分析ワーキンググループ会議の開催（年 12 回程度）

構成：5 名（統計・公衆衛生の専門家）

内容：データ分析の内容や方向性を検討する。

#### 3 ビッグデータ活用研修会の開催（年 1 回）

対象者：100 名程度（市町、保健所、保険者支援団体など）

講師：国立保健医療科学院など、データ分析の専門家

#### 4 ビッグデータ分析委託

健診、医療、介護のビッグデータを分析し、健康面での課題等に見える化する。

委託先 国立大学法人愛媛大学（令和 5 年度まで）

#### 5 ビッグデータ活用地域健康づくり事業の実施（保健所事業）

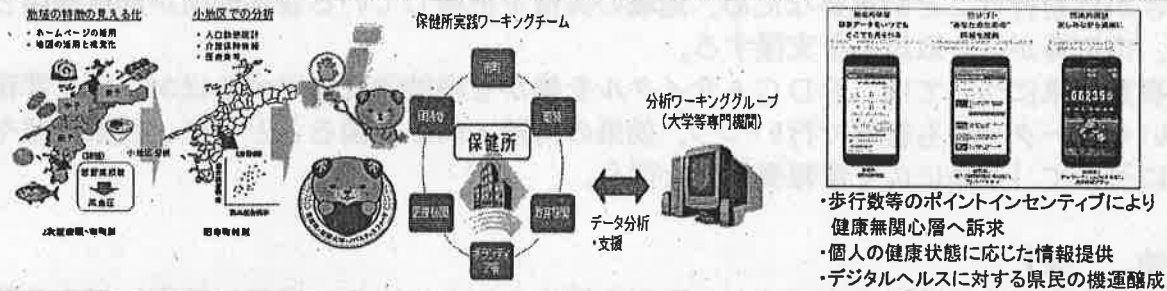
保健所が市町とともにビッグデータ分析結果等を活用し、地域課題の抽出・対策等の検討の技術的助言や人材育成及び関係機関との連携強化を進め、地域の健康課題に応じた効果的な保健事業を展開する。

# ビッグデータを活用した生活習慣病対策

## ビッグデータ活用県民健康づくり事業費(健康増進課)

- ◎ 県民の健康づくりに関する意識の向上
- ◎ 健康寿命の延伸・医療費適正化の推進

県民への情報発信	地域健康づくり事業	スマートヘルスケア推進事業
データ分析結果に基づく地域の健康課題や健康情報を分かりやすく情報提供	保健所において、市町の健康課題解決に向けた包括的支援を実施	健康づくりの機運を醸成し、運動、健診受診等を促すためアプリを活用したインセンティブを提供



効果的な施策展開

健診受診率の更なる向上

## ビッグデータ分析に基づく効果的な施策の展開

保険者横断的な健診・医療等データの分析・課題抽出

健診情報等ビッグデータの蓄積・分析精度の向上

受診率の向上

## 健診予約センター運営事業費 (医療保険課)

医療費適正化に向けた取組(保険者機能)強化 ⇒ ICTを活用した健診予約システム導入

国保の被保険者の 利便性向上	後期高齢者や がん検診者の利用も可能	市町職員の事務負担軽減
<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ Web・LINE(スマホ)という健診予約チャンネルの追加</li> <li>◆ 24時間自動予約が可能</li> <li>◆ スマホ保有率の高い40～50歳代の行動変容を促す</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ 後期高齢者やがん検診受診者が利用することで、受診率向上の相乗効果が生まれる</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ 健診予約の電話対応や健診日程の調整などの事務的業務の削減</li> <li>◆ 保健事業に係る企画・調整や保健指導等の重要業務に労力を傾注できる</li> </ul>

【システム予約のイメージ】 (ライフスタイルに合わせた予約方法)



# ビッグデータ活用県民健康づくり 事業の推進体制

ビッグデータ事業の3本の柱

## 1 本庁事業

- ・県民への情報発信
- ・全県事業の実施

## 2 データ分析事業

- ・各種データの分析
- ・課題等の見える化
- ・専門的助言等

## 3 保健所事業

- ・地域課題の抽出・対策の検討
- ・関係機関との連携強化
- ・市町等関係機関の支援、人材育成

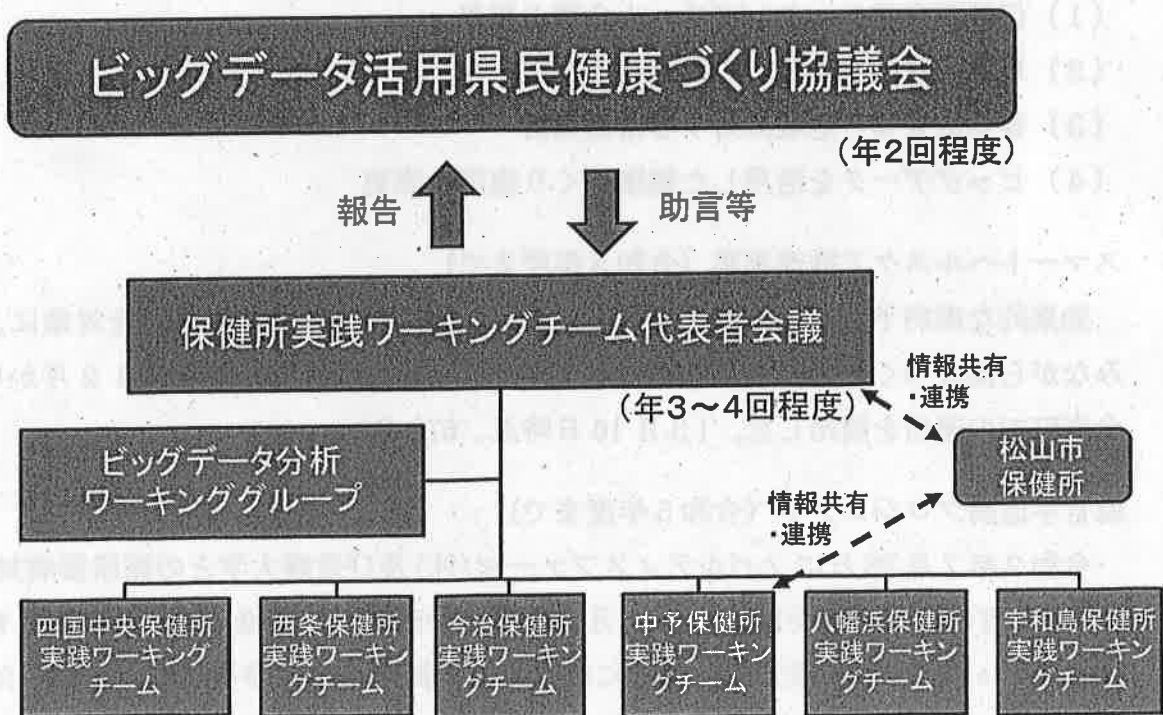


支援



- 市町等事業
- ・健康づくり事業
- ・健診事業
- ・保健指導 等

# ビッグデータ活用県民健康づくり事業体系図



各県保健所に、市町等関係機関と連携し、地域で健康課題を抽出し、事業を実践するためのワーキングチームを設置

## 令和2年度事業の取組み内容

- 1 ビッグデータ活用協議会の運営
  - (1) ビッグデータ活用県民健康づくり協議会の開催（3月は書面開催）  
構成員 12名以内（学識経験者、医療関係団体、健診団体など）
- 2-1 代表者会議の開催（7月10日、2月18日）  
構 成：20名程度（保健所健康づくり実践WT、分析WG）  
内 容：事業の取組みやビッグデータの活用について協議
- 2-2 分析ワーキンググループ会議の開催（8回開催、うち5回WEB開催）  
構 成：5名（統計・公衆衛生の専門家）  
内 容：データ分析の内容や方向性の検討
- 3 ビッグデータ活用研修会の開催（11月13日）  
分析結果を基に、市町での地域課題に応じた取組みを促進するため、市町職員に課題解決のための研修会を開催し、保健所が管内市町のデータ分析や事業の企画立案を支援してきたところ。（出席69名）
- 4 ビッグデータ分析委託（愛媛大学へ委託）  
国保と協会けんぽの健診、医療に介護を加えた分析により、地域別、年代別の現状を把握し、健康課題を見える化するとともに、効果的な対策等について検討。
- 5 ビッグデータ活用地域健康づくり事業の実施（保健所事業）
  - (1) 保健所実践ワーキングチーム会議の開催
  - (2) 地域課題抽出のための研修会の開催
  - (3) 事業成果等の地域に対する情報発信
  - (4) ビッグデータを活用した健康づくり施策の実施
- 6 スマートヘルスケア推進事業（令和5年度まで）  
効果的な疾病予防の取組みを推進するため、国民健康保険被保険者を対象に、楽しみながら健康づくりができるスマートフォンアプリを導入し、今年度12月から県内全市町での運用を開始した。（3月16日時点、673名）
- 7 産官学連携プロジェクト（令和5年度まで）  
令和2年7月28日にノバルティスファーマ(株)及び愛媛大学との循環器病対策に対する産官学連携協定を締結し、11月に愛媛県循環器病対策推進週間～Heart WEEK with Smile Ehime～を設定し、県民に向けた循環器病疾患の啓発活動を実施した。

# 愛顔の健康づくり通信(No.1)

今回のテーマは

## 高血圧(男性)



(発行:愛媛県保健福祉部健康衛生局健康増進課 Tel:089-912-2401/E-mail:healthpro@pref.ehime.lg.jp)

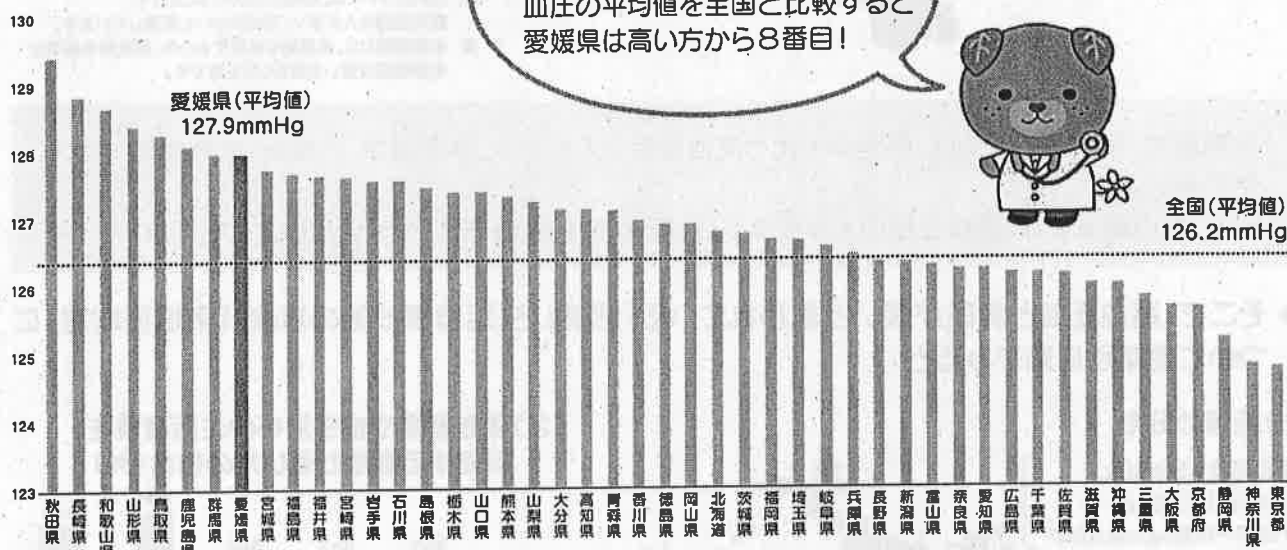
県では、平成30年度から客観的データに基づく効果的な健康づくりを提案するなど、地域で取り組む生活習慣病対策を支援することにより、健康寿命の延伸や医療費の適正化等を目的として「ビッグデータ活用県民健康づくり事業」を進めています。

この度、データ分析結果の第一弾として、県内の男性の高血圧の状況をとりまとめたのでお知らせします。今後とも愛媛県内の様々な健康課題と対策等について、順次お伝えする予定です。

### 1 愛媛県の現状

#### 収縮期血圧(男性)

(mmHg)



今回は、第一弾として、男性の高血圧に着目したよ。血圧の平均値を全国と比較すると愛媛県は高い方から8番目!



(出典:厚生労働省第3回NDBオープンデータ(H27年度)一部加工)

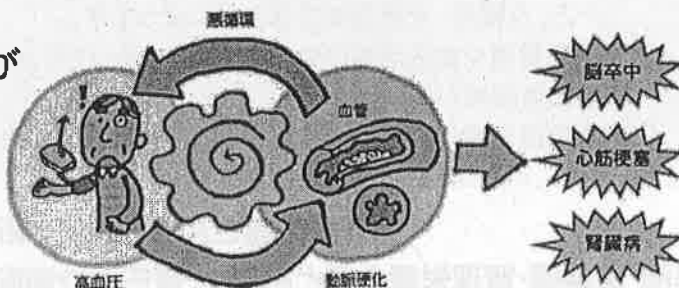
収縮期血圧とは、心臓が全身に血液を送り出した時に血管壁にかかる圧力で、心臓が収縮したときの血圧を表し、最高(大)血圧とも言います。一方、拡張期血圧とは、心臓が最も広がった時の血圧で、最低(小)血圧と言います。



高血圧の状態が続くと、血管や心臓に負担がかかり、自覚症状がなくても動脈硬化や心臓肥大が進み悪循環...

血管がたくさんある脳や腎臓、目の網膜や血液を送り出す心臓へも悪影響が生じ、脳卒中や心筋梗塞、腎臓病などに繋がります!

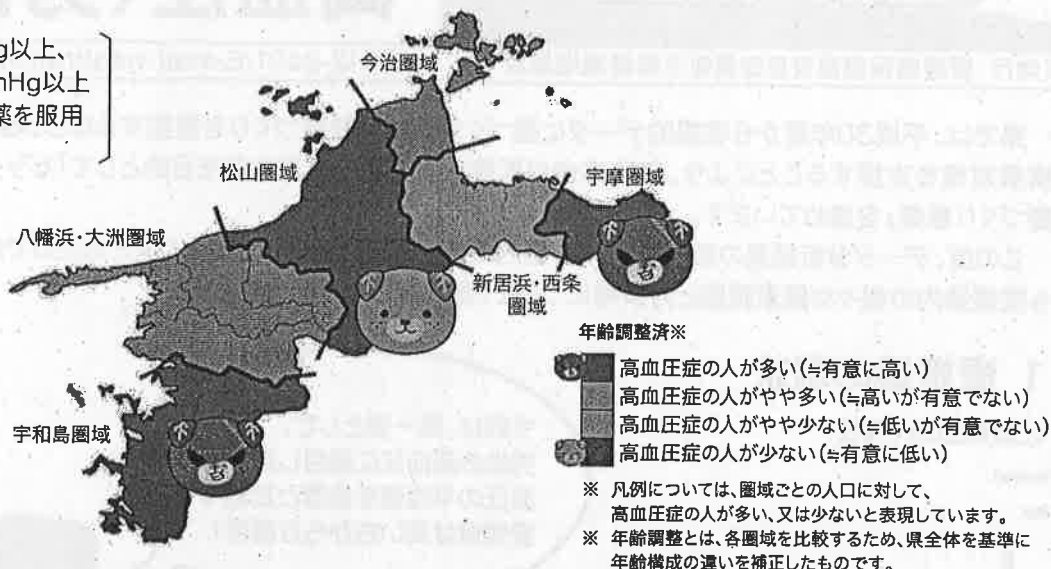
- 高血圧は、食生活や運動など基本的な生活習慣が原因になると言われています。
- 生活習慣は地域ごとに異なりますが、あなたのお住いの地域ではどうですか?



## 2 圏域別に見た高血圧症(男性)の状況

### 高血圧症の分布

収縮期血圧140mmHg以上、  
又は拡張期血圧90mmHg以上  
若しくは血圧を下げる薬を服用  
している者

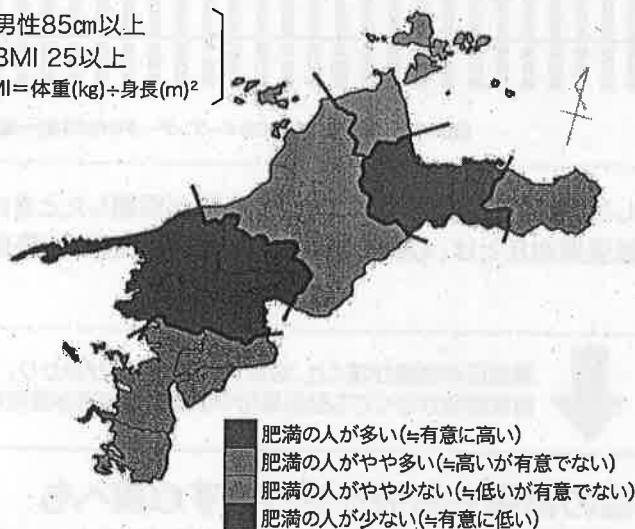


- ・宇摩圏域、宇和島圏域では、県全体と比べ高血圧症の人が多く、今治圏域、八幡浜・大洲圏域では、やや多いようです。
- ・一方、松山圏域では、高血圧症の人が少なく、新居浜・西条圏域では、やや少ないようです。

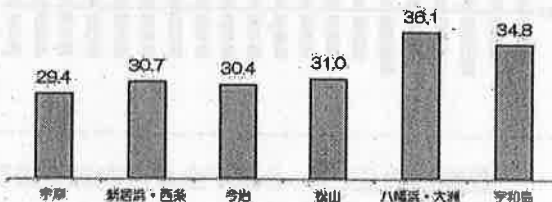
➡そこで、高血圧症と関係が深いと言われている「肥満」「生活習慣改善の意欲」「食塩摂取量」について地域別に見てみると

### (1) 肥満の分布

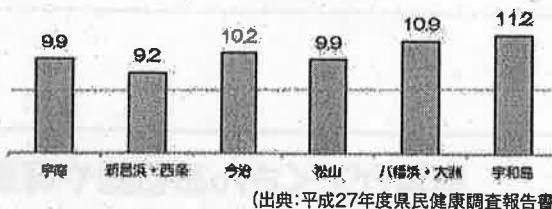
腹囲男性85cm以上  
又はBMI 25以上  
※ BMI=体重(kg)÷身長(m)<sup>2</sup>



### (2) 運動習慣や食生活等の生活習慣を改善する意欲が低い方の割合(%)



### (3) 1日当たりの食塩摂取量(g)



- (1) 肥満の人は、新居浜・西条圏域では多く、宇摩圏域・宇和島圏域がやや多いようです。一方、八幡浜・大洲圏域では少ないようです。
- (2) 運動習慣や食生活等の生活を「改善するつもりはない」と回答した人は、八幡浜・大洲圏域、宇和島圏域が多いようです。
- (3) 食塩摂取量は、宇和島圏域、八幡浜・大洲圏域が多いようです。



県民の皆さんも、健診結果はいかがでしたか?

医師・保健師・管理栄養士等と相談し、食生活や運動など日々の生活習慣を見直してみましよう。

# 愛顔の健康づくり通信 (No.2)

今回のテーマは

# 高血圧と生活習慣



(発行:愛媛県保健福祉部健康衛生局健康増進課 Tel:089-912-2401/E-mail:healthpro@pref.ehime.lg.jp)

特定健診の結果はいかがでしたか?

県では、脳卒中や心筋梗塞などに繋がる高血圧について、平成27年度に特定健診を受診した国保及び協会けんぽ加入者のうち、40~74歳の男女189,221人の健診結果や質問項目等と高血圧との関連性について分析し、次のとおりまとめました。

皆さんの生活習慣の改善や健康づくりの参考にしてください。

## 1 収縮期血圧(上の血圧)と生活習慣

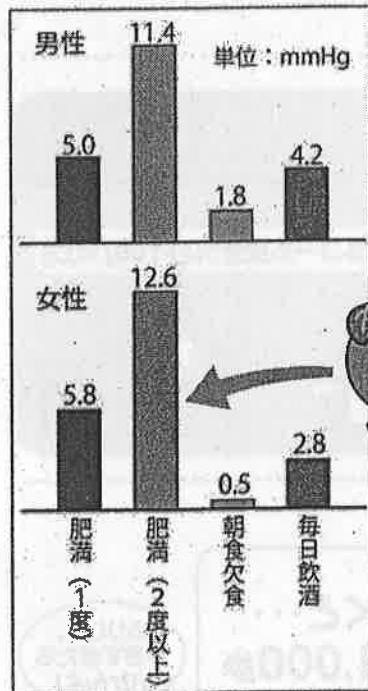
特定健診の結果及び健診時の15の質問項目等と高血圧との関連を分析したところ、

- ・肥満(1度)・肥満(2度以上)が非肥満者に比べて
- ・毎日飲酒者が非飲酒者に比べて
- ・朝食欠食者が朝食摂取者に比べて(※)

→「上の血圧」が高い(グラフの数値分)ということがわかりました。

※朝食欠食者が上の血圧が高いという結果については、朝食欠食以外の生活習慣などが影響していることも考えられます。

【県全体】

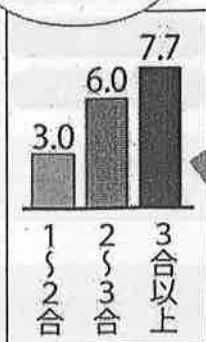


肥満(1度): BMI25以上30未満  
肥満(2度以上): BMI30以上



例えば...  
肥満(2度以上)の女性は  
非肥満者に比べて  
12.6mmHg分、  
上の血圧が高い

このうち、  
男性の飲酒に  
着目すると

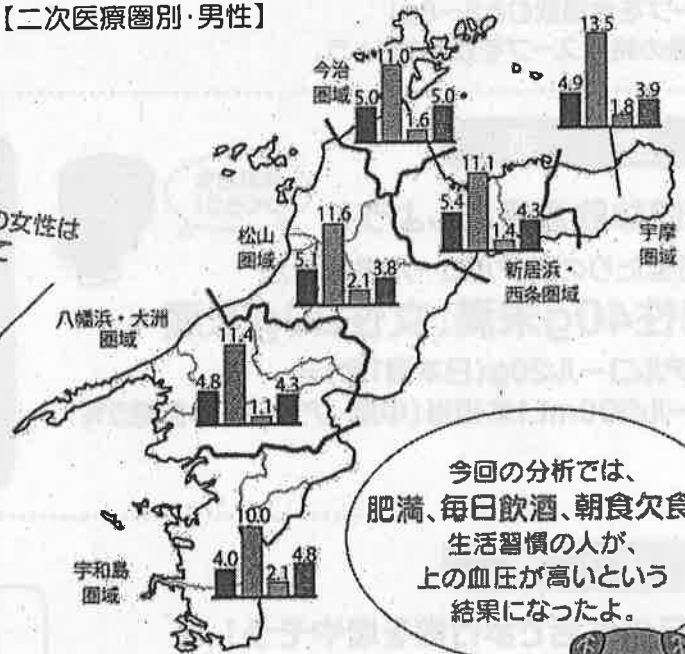


例えば...  
毎日3合以上飲酒する  
男性は1合未満に比べて  
7.7倍高血圧者が多い



愛媛県イメージアップ  
キャラクター  
みぎゃん

【二次医療圏別・男性】



今回の分析では、  
肥満、毎日飲酒、朝食欠食の  
生活習慣の人が、  
上の血圧が高いという  
結果になったよ。



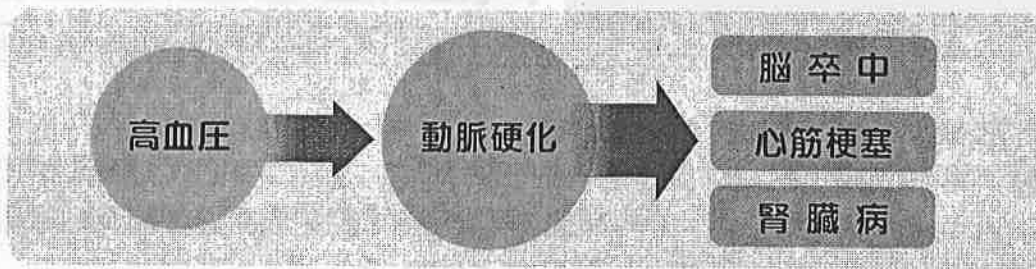
※男性の方が女性に比べて顕著な結果が認められたため男性のみ紹介。

次に  
血圧を上げないために  
個人でできることを  
見ていきましょう!



## 2 血圧を上げないための生活習慣

高血圧の状態が続くと、血管や心臓に負担がかかり、自覚症状がなくても動脈硬化や心臓肥大が進みます！



### 適正体重

#### 適正な体重を維持しよう！

適正体重とは、肥満でもなくやせすぎでもない、健康的に生活できる理想体重のことです。

BMI(体格指数)

$$BMI = \text{体重kg} \div (\text{身長m})^2$$

やせ 18.5未満    普通 18.5以上25未満    肥満 25以上

毎日  
体重計に  
のろう！



### 食生活

#### 薄味を心がけ塩分を減らそう！

塩分のとりすぎは血圧を上げてしまいます。

#### 1日 8g未満

例えば、ラーメン1食の塩分量は  
スープを全部飲むと6~8g!  
麺類の時はスープを残しましょう。

#### 野菜を毎食しっかり食べよう！

#### 1日 350g以上

あと1皿(約70g)の野菜料理をプラスして、  
バランスのよい食事を心がけましょう。



### 飲酒

#### 適切な飲酒量にしよう！

1日当たりの純アルコール摂取量が  
**男性40g未満、女性20g未満**  
純アルコール20g(日本酒1合)=  
ビール500mL1本相当(中瓶・アルコール度数5%)

休肝日も  
つくろう！



適量  
って？

1日の適量は、  
純アルコールに換算して、20gです。

(アルコール量の計算式)

$$\text{お酒の量(ml)} \times [\text{アルコール度数}(\%) \div 100] \times 0.8$$

例) ビール中びん1本 500 × [5 ÷ 100] × 0.8 = 20(g)



### 運動

#### 毎日の生活で歩行数を増やそう！

歩行数を増やしたり、筋力トレーニングなどの運動を  
生活に取り入れましょう

20~64歳 男女8,500歩以上

65歳以上 男性7,000歩以上

女性6,500歩以上

プラス

**+10分** 歩くと...

歩数 約1,000歩

消費エネルギー 約35kcal  
(体重70kg、早足の場合)

プラス

**+10分** してみましょう！

ムリして、  
歩きすぎたら  
いかんよ！



第2次県民健康づくり計画「えひめ健康づくり21」

気になるところがあれば、医師・保健師・管理栄養士等と相談し、  
食生活や運動など日々の生活習慣を見直してみましょう。

## 令和2年度愛媛県ビッグデータ活用研修会開催要領

### 目 的：

市町が、保健所等とともにビッグデータ分析結果等で同定した地域の健康課題に対し、地域資源を把握のうえ、持続可能で効果的な健康づくり運動が実践できる。

### 目 標：

- (1) 事業の方針を理解するとともに、同定した健康課題を説明することができる。
- (2) 自市町における地域資源を洗い出し、整理することができる。
- (3) 健康課題解決のためのアプローチ方法や段階的なストーリーを検討することができる。

対 象：市町国保・健康づくり担当者や管理職  
保健所・県庁関係課、関係団体の担当者や管理職 等

日 時：令和2年11月13日（金）10:30～15:30（10:00 受付）

会 場：愛媛県医師会館4階会議室

### 内 容：

#### <開 会>

10:35～10:40 研修会の狙いと今後の事業展開について  
健康増進課 健康政策グループ

10:40～11:30 講演「(仮) 健診・医療・介護のビッグデータ分析3年間の軌跡と中間報告について」  
講師：大分大学医学部公衆衛生・疫学講座 教授 斉藤功

11:30～12:00 講演「(仮) 旧70市町村分析や市町からの要望のあった分析結果について」  
講師：愛媛大学大学院農学研究科 准教授 丸山広達

#### <休 憩>

13:00～13:30 ワークショップセミナー形式  
(仮) 健康課題解決のためのイメージや成功ストーリーの作り方  
講師：愛媛県立医療技術大学 講師 入野了士

13:30～15:30 ワークショップ演習形式  
(仮) 健康課題の同定、資源、事業棚卸しから見える事業展開  
講師：愛媛県立医療技術大学 講師 入野了士  
愛媛大学社会共創学部 准教授 淡野寧彦

#### <閉 会>

※内容は連絡なく変更することがありますので、予めご了承ください。

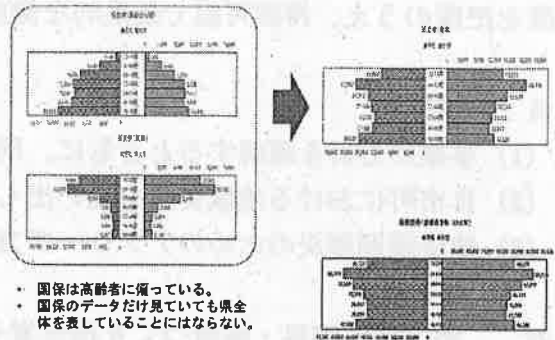
<令和2年度ビッグデータ活用研修会>

愛媛県ビッグデータ活用事業3年間のハイライト

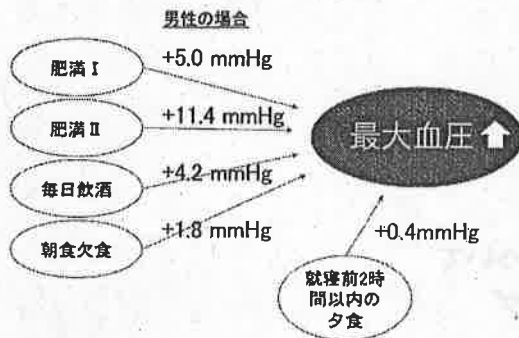
- 1年目
  - 国保と協会けんぽのデータ収集
  - リスクファクター、特に高血圧の分布
- 2年目
  - 生活習慣の分析
  - 医療費レセプトの分析（国保のみ）
- 3年目（コロナ禍！）
  - 介護情報の活用



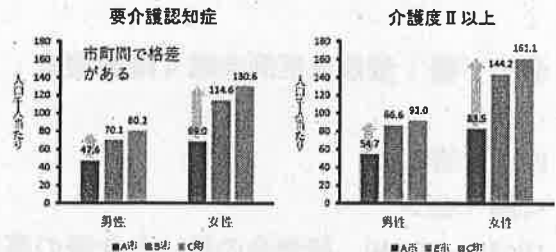
国保と協会けんぽのデータ統合



このデータを解釈すると・・・



介護情報の活用（県内3市町）



主治医意見書「認知症高齢者の日常生活自立度」がⅡ以上の割合（要介護認知症診断の感度73%、特異度90%）

要介護判定の要介護度Ⅱ以上の割合

Step by Stepで目標を立てよう

- ①資源を徹底的に洗い出し
- ②事業の実施・未実施・すみ分けの確認
- ③健康課題の種類の明確化
- ④優先度判断の視点と軸の確認
- ⑤成功ストーリーの作成
- ⑥継続的実践できる仕組み(仕掛け)の考案
- ⑦成功を測る指標の作成

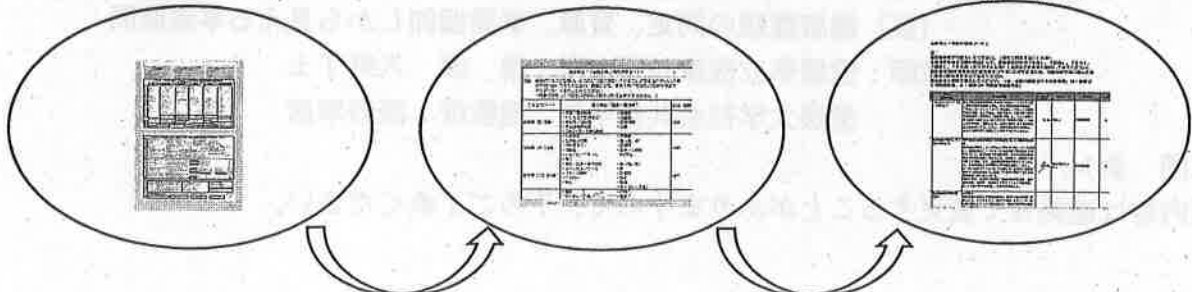
②事業の実施・未実施・すみ分けの確認マトリックスを活用しよう

	病診連携システム整備	推進体制の数値	啓発や早期発見の取組み	発症予防・進展抑制	重症化予防
～小学生					
中・高校生					
大学生					
働き世代～39歳					
働き世代40～65歳					
前期高齢者					
後期高齢者					

現時点の資源をどれだけ記載できるか

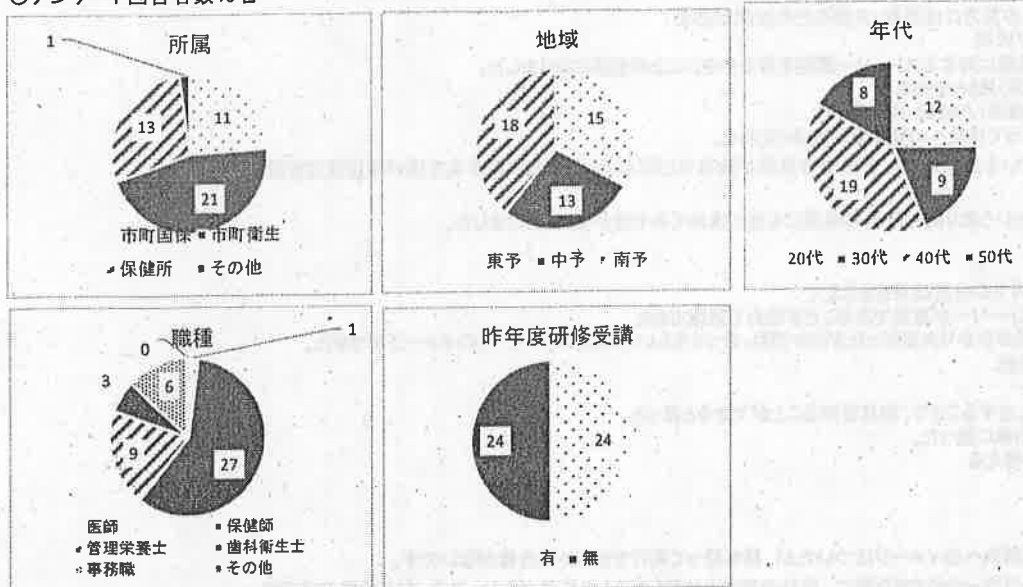
<事前課題>

- 1 健康課題(R1成果物) ⇒ 2 住民が集う場所探索 ⇒ 3 事業の棚卸し

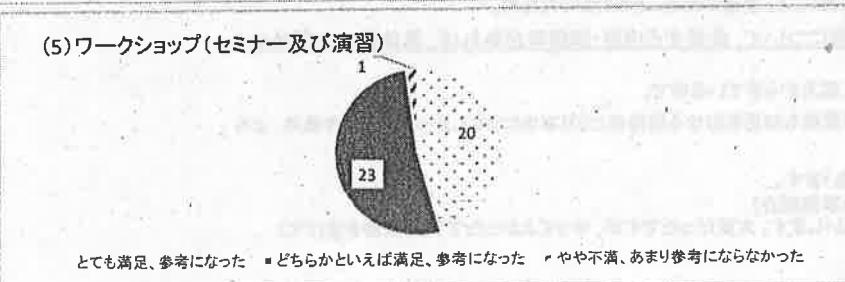
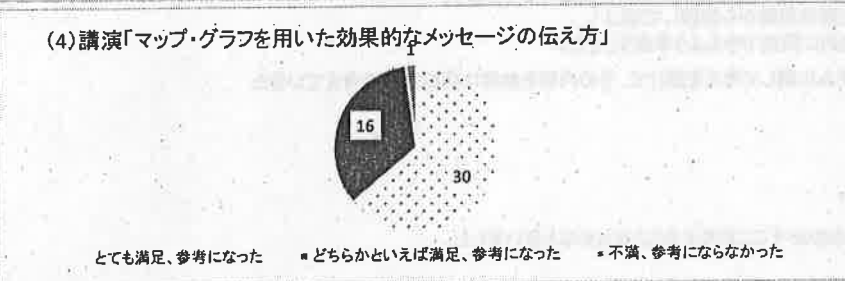
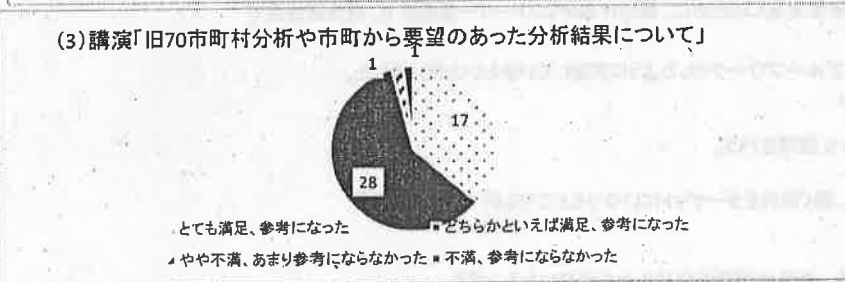
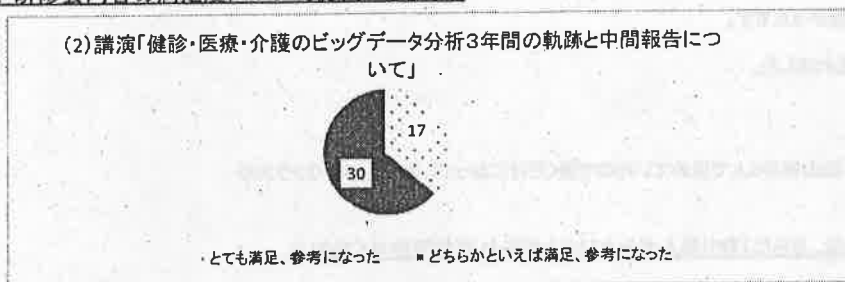


# 令和2年度愛媛県ビッグデータ活用県民健康づくり事業研修会アンケート結果

○アンケート回答者数48名



## 1. 研修会内容の満足度についてお伺いします。



## 2. 本日の研修会について、感想や印象に残ったキーワード等がありましたらお聞かせください。

- ・ビッグデータの分析結果の見方には悉皆・欠損などの注意が必要
- ・まとめ方の前に見せ方が大切
- ・事業の棚卸から、健康課題に対するストーリー展開を考えやすいことが勉強になりました。
- ・他課、他機関がしている取り組みを知る。
- ・循環器系疾患の入院受療率(八幡浜・大洲圏域)
- ・同じ情報でも見せ方によって住民への響き方が大きく変わる。
- ・働き世代が手薄になっていると感じたが、企業や事業所が独自でとりこんでいる健康に関する支援が環境設定を調べてみたいと思った。
- ・事業を俯瞰してみる、という取り組みは県の事業にも当てはめてみてはどうかと思いました。
- ・成功ストーリーを考える
- ・ストーリーを考える
- ・ビッグデータ、各旧市町村での分析結果をもらえて
- ・「わがこと」づくりと成功ストーリーが重要であることを改めて認識できた
- ・課題を仕上げるのに時間がかかり大変だったがGWで話し合ってもらい、「成功ストーリー」のイメージができた。
- ・成功ストーリー、目標、目的
- ・働き世代、成功ストーリー
- ・自市町の事業の洗い出しをすることで、現状を知ることができると思った。
- ・「マトリックス」の活用が印象に残った。
- ・目標を明確にして事業を考える
- ・影響評価の採用
- ・マトリックスの活用
- ・働き世代
- ・事業の棚おろしから課題解決へのイメージはついたが、持ち帰って実行できるかは自信がないです。
- ・色んな市町の方とグループワークができた際に、自分の市町と比較してこんな事業がない、ある、など意見交換を聞いたので良かったです。
- ・課題の優先順位のつけ方が分かったので良かったです。
- ・働き世代
- ・働く世代へのアプローチについて考えさせられました。
- ・目的を目標レベルにおとす
- ・成功ストーリーを作る
- ・目標の評語
- ・いきなりファシリテーターはできない。けど、松山市の3人で進めていたので聞くだけになってしまった。マトリックスの紙があればよかった。

## 3. 本日の研修を受けて、新たに(あるいは、さらに)取り組んでみたいことがあればお聞かせください。

- ・母子、若成人、地域支援(介護予防)などの事業見直しのために、棚卸作業からストーリー展開まで、地元研修会で取り組んでみたいと思います。
- ・自分の市でも他課、他係の事業を整理してグループワークでできるように実施していきたいと思いました。
- ・市の健康課題を広く市民の方に伝えていく。
- ・働き世代への働きかけ(啓発等)
- ・まずは市で行っている事業を広く棚卸を行い、整理を行う。
- ・マトリックスで整理したいと思います。
- ・コロナ交付金で購入するタブレットを活用し、働く世代をターゲットにいつでもどこでも何でも相談できる体制をつくっていこうと考えている。
- ・定期的な研修の開催
- ・統計的な内容の研修会は1~2年目に終了し、今後は課題解決のための研修になると思う。
- ・研修会の内容については、もっと保健所に企画の段階から相談してほしい。
- ・ワークショップで検討した事業について本格的に実施できるよう早速うごきたい
- ・松山市さんの脳血管疾患の病診連携システムに関して考えを聞けて、その内容を参考に病診連携を考えていきたいと思った。
- ・事業の整理、他課との連携の強化
- ・目標をしっかり立てる。
- ・すそが広がる事業展開を見直していきたい。
- ・健康課題と事業のマッチング
- ・ターゲットをしぼって必要な事業ができていないのか?ここを考えることからかなと思いました。
- ・事業の整理、資源の整理
- ・中予保健所と松山市保健所の事業を知っておくこと。重複があることがわかったため。

## 4. 今後、生活習慣病対策に関する研修会について、希望する内容・講師等があれば、具体的にお聞かせください。

- ・時間内に終わっていただくと助かります。遠方からきているので。
- ・1,2年目はデータ分析、3年目にしてやっと年輩組も知恵を出せる研修会となり本当にうれしかったです。今後共、よろしく願います。
- ・しっかりファシリできるように、保健所で共有願います。
- ・ビッグデータを活用した実業展開(先進地の事例紹介)
- ・早めに課題に取りくめるようなご配慮をお願いします。大変だったですが、やってよかったです。(研修を受けて)
- ・病診連携について聞きたい。
- ・行動変容のためのスキルアップ
- ・情報共有できる研修会を希望します。
- ・思いつきませんが、入野先生の話をやっと聞ききたかったです。(早口だといけいけい)

ビッグデータ分析の経緯概要

項目	H30	R1	R2
<p>①特定健康診査データの分析による生活習慣病の分布と関連因子の特定</p>	<p>【内容】 平成30年度は①の分析を行い、県の健康課題である高血圧や既知の危険因子である肥満や飲酒の、年齢調整該当比の地域分布</p> <p>【方法】 愛媛県、保険者別、二次医療圏別に肥満、高血圧、糖尿病、脂質異常症、メタボリックシンドローム、各生活習慣の性・年齢別の割合や、愛媛県を100とした上述の疾病、生活習慣の年齢調整をする標準化該当比の算出</p>	<p>【内容】 令和元年度は、分析ワーキンググループ内において、①の分析において、平成30年度報告データをさらに分析し高血圧の関連要因を検討すること、新たに旧70市町村で分布を確認した。</p> <p>【方法】 平成30年度報告データ（平成27年度特定健康診査データ）を用いて、高血圧の関連要因を分析した。さらに平成29年度の特定健康診査を受診した、40～74歳の国民健康保険加入者約7万人、全国健康保険協会（協会けんぽ）加入者12万人、計19万人を対象として、平成30年度同様（協会けんぽ）に、愛媛県、保険者別、二次医療圏別に肥満、高血圧、糖尿病、脂質異常症、メタボリックシンドローム、各生活習慣の性・年齢別の割合や、愛媛県を100とした上述の疾病、生活習慣の年齢調整をする標準化該当比の算出</p> <p>旧70市町村については、昨年度の結果に基づき高血圧ならびにその危険因子（肥満、飲酒）を中心に分布を確認</p>	<p>H30年度の特定健康診査結果分、H30年度分と同様の方法で分析 ※今年度、旧70市町村は実施しない。</p>
<p>②医療費（レセプトベース）分析</p>		<p>【内容】 ②の分析では、昨年度の結果に基づき、高血圧ならびに関連疾患の医療費の分布等を確認すること等、実践活動に資する地域特性をとらえる</p> <p>【方法】 レセプトについては、平成29年度1年間の国民健康保険を利用して高血圧ならびに関連疾患に関して分析</p>	<p>H30協会けんぽのレセプトデータを国保分に追加しR1年度と同様の方法で分析</p>
<p>③介護保険データ分析</p>			<p>【内容】 H30年度介護保険データによる要介護認知症に関する集計 【方法】 各市町の介護保険認定情報データベース等を活用し、要介護度及び要介護度認知症を分析</p>

令和2年度  
愛媛県ビッグデータ活用県民健康づくり事業  
データ分析報告書

令和3年3月  
愛媛県

# 目 次

I	分析事業の概要	
1	分析事業の目的	1
2	分析の対象	1
3	分析項目	2
4	分析方法	4
II	結果の概要	
1	平成30年度介護保険データによる要介護認知症に関する集計	
	(1) 要介護認知症の分布（二次医療圏別標準化該当比）	7
	(2) 要介護2以上の分布（二次医療圏別標準化該当比）	7
2	平成30年度レセプト分析	
	(1) 本態性高血圧受療率の分布（二次医療圏別標準化該当比）	8
	(2) 脳血管疾患受療率の分布（二次医療圏別標準化該当比）	9
	(3) 脳内出血受療率の分布（二次医療圏別標準化該当比）	10
	(4) 脳梗塞受療率の分布（二次医療圏別標準化該当比）	11
	(5) 虚血性心疾患受療率の分布（二次医療圏別標準化該当比）	12
	(6) 急性心筋梗塞受療率の分布（二次医療圏別標準化該当比）	13
	(7) 心不全受療率の分布（二次医療圏別標準化該当比）	14
3	平成30年度特定健康診査結果の項目別集計	
	(1) 肥満該当者の割合（年齢階級別、保険者別）	15
	(2) 肥満判定別にみた糖尿病・高血圧・脂質異常のリスクを2個以上持つ人の割合（年齢階級別、保険者別）	15
	(3) メタボリックシンドローム予備群・該当者の割合（年齢階級別、保険者別）	16
	(4) 糖尿病有病者・予備群及び血糖を下げる薬など服用者の割合（年齢階級別、保険者別）	16
	(5) 高血圧症有病者・予備群及び血糖を下げる薬など服用者の割合（年齢階級別、保険者別）	17



(6) 脂質異常症有病者及びコレステロールを下げる薬服用者の割合（年齢階級別、保険者別）	17
(7) 習慣的喫煙者の割合（年齢階級別、保険者別）	18
(8) 飲酒者の割合（年齢階級別、保険者別）	18
(9) 肥満の分布地図（市町別標準化該当比）	19
(10) メタボリックシンドロームの分布地図（市町別標準化該当比）	19
(11) 高血圧の分布地図（市町別標準化該当比）	20
(12) 糖尿病の分布地図（市町別標準化該当比）	20
(13) 脂質異常症の分布地図（市町別標準化該当比）	21
(14) 喫煙の分布地図（市町別標準化該当比）	21

### III 項目別集計

#### 1 平成30年度介護保険データによる要介護認知症に関する集計

(1) 要介護2以上該当者（年齢階級別、二次医療圏別）	23
(2) 要介護認知症該当者（年齢階級別、二次医療圏別）	26

#### 2 平成30年度レセプト分析

(1) 国保、協会けんぽ加入者数（年齢階級別、保険者別、二次医療圏域別）	30
(2) 全受療率（40～74歳の加入者10万人対、年齢階級別、保険者別、二次医療圏域別）	31
(3) 本態性高血圧受療率（40～74歳の加入者10万人対、年齢階級別、保険者別、二次医療圏域別）	34
(4) 脳血管疾患受療率（40～74歳の加入者10万人対、年齢階級別、保険者別、二次医療圏域別）	37
(5) くも膜下出血受療率（40～74歳の加入者10万人対、年齢階級別、保険者別、二次医療圏域別）	40
(6) 脳内出血受療率（40～74歳の加入者10万人対、年齢階級別、保険者別、二次医療圏域別）	43
(7) 脳梗塞受療率（40～74歳の加入者10万人対、年齢階級別、保険者別、二次医療圏域別）	46

(8) 虚血性心疾患受療率 (40～74歳の加入者10万人対、年齢階級別、保険者別、二次医療圏域別) .....	49
(9) 急性心筋梗塞受療率 (40～74歳の加入者10万人対、年齢階級別、保険者別、二次医療圏域別) .....	52
(10) 心不全受療率 (40～74歳の加入者10万人対、年齢階級別、保険者別、二次医療圏域別) .....	55
(11) 各疾患の二次医療圏域別標準化該当比一覧表 (入院) .....	58
(12) 各疾患の二次医療圏域別標準化該当比一覧表 (入院外) .....	64

### 3 平成30年度特定健康診査結果の項目別集計

#### (1) 健診項目

① 肥満該当者の割合 (年齢階級別、保険者別、二次医療圏域別) .....	71
② 肥満判定別にみた糖尿病・高血圧・脂質異常のリスクを2個以上持つ人の割合 (年齢階級別、保険者別、二次医療圏域別) .....	76
③ メタボリックシンドローム予備群・該当者の割合 (年齢階級別、保険者別、二次医療圏域別) .....	81
④ 糖尿病有病者・予備群及び血糖を下げる薬など服用者の割合 (年齢階級別、保険者別、二次医療圏域別) .....	86
⑤ 高血圧症有病者・予備群及び血圧を下げる薬など服用者の割合 (年齢階級別、保険者別、二次医療圏域別) .....	91
⑥ 脂質異常症有病者及びコレステロールを下げる薬服用者の割合 (年齢階級別、保険者別、二次医療圏域別) .....	96
⑦ 肥満の分布地図 (二次医療圏域別標準化該当比) .....	101
⑧ メタボリックシンドロームの分布地図 (二次医療圏域別標準化該当比) .....	101
⑨ 高血圧の分布地図 (二次医療圏域別標準化該当比) .....	102
⑩ 糖尿病の分布地図 (二次医療圏域別標準化該当比) .....	102
⑪ 脂質異常症の分布地図 (二次医療圏域別標準化該当比) .....	103
⑫ 健診項目市町別標準化該当比一覧 .....	104

(2)	喫煙・飲酒習慣	
①	習慣的喫煙者の割合（年齢階級別、保険者別、二次医療圏域別）	124
②	飲酒者の割合（年齢階級別、保険者別、二次医療圏域別）	129
③	喫煙の分布地図（二次医療圏域別標準化該当比）	134
(3)	特定健康診査「標準的な質問票」の内の生活習慣・行動変容	
①	20歳の時の体重から10kg以上増加している（年齢階級別、保険者別、二次医療圏域別）	135
②	1回30分以上の軽く汗をかく運動を週2日以上、1年以上実施（年齢階級別、保険者別、二次医療圏域別）	140
③	日常生活において歩行又は同等の身体活動を1日1時間以上実施（年齢階級別、保険者別、二次医療圏域別）	145
④	ほぼ同じ年齢の同性と比較して歩く速度が速い（年齢階級別、保険者別、二次医療圏域別）	150
⑤	食事をかんで食べる時の状態（年齢階級別、保険者別、二次医療圏域別）	155
⑥	人と比較して食べる速度が速い（年齢階級別、保険者別、二次医療圏域別）	160
⑦	就寝前の2時間以内に夕食をとることが週に3回以上ある（年齢階級別、保険者別、二次医療圏域別）	165
⑧	朝昼夕の3食以外に間食や甘い飲み物を摂取している（年齢階級別、保険者別、二次医療圏域別）	170
⑨	朝食を抜くことが週に3回以上ある（年齢階級別、保険者別、二次医療圏域別）	175
⑩	睡眠で休養が十分とれている（年齢階級別、保険者別、二次医療圏域別）	180
⑪	運動や食生活等の生活習慣を改善してみようと思う（年齢階級別、保険者別、二次医療圏域別）	185
⑫	生活習慣の改善について保健指導を受ける機会があれば利用する（年齢階級別、保険者別、二次医療圏域別）	190
⑬	生活習慣・行動変容市町別標準化該当比一覧	195



# I 分析事業の概要

## 1 分析事業の目的

国民健康保険（以下国保）、ならびに全国健康保険協会（以下協会けんぽ）の健診、さらに医療・介護等のデータ、その他生活習慣及び社会活動等に関するデータを合わせ、専門的な見地から総合的に分析することにより、地域・職域別の健康課題とその背景等を明らかにする。そして、市町・保健所・保険者等地域で健康づくりに取り組む関係機関に対し、客観的なデータに基づく効果的な施策を展開するための有益な分析結果を提供することにより、地域・職域の健康づくり事業及び医療費適正化の取組み等を支援することを目的とする。

本年度は、（１）平成30年度介護保険データによる要介護認知症に関する分析、（２）平成30年度国保ならびに協会けんぽのレセプト分析、（３）平成30年度特定健康診査結果の項目別集計、と3つの視点から、地域ごとの課題を明らかにし、対策を検討することとした。

## 2 分析の対象

### （１）平成30年度介護保険データによる要介護認知症に関する集計

平成30年度末時点で65歳以上の男女を分析の対象とした。ただし、該当割合を算出する際は、平成31年1月時点の住民基本台帳に基づく年齢階級別人口を用いた（65歳以上男女計440,022人）。

### （２）平成30年度レセプト分析

平成30年度末時点で40～74歳の男女を分析の対象とした。ただし、該当割合を算出する際、国保は全加入者の内40～74歳の249,706人（令和元年7月時点）、協会けんぽ全加入者の内40～74歳のx x x x x人（平成30年）年齢階級別加入者数を用いた。

### （３）平成30年度特定健康診査結果の項目別集計

平成30年度に特定健康診査を受診した、国保、ならびに協会けんぽ加入者の内、40～74歳の男女206,553人を分析の対象とした。内訳は以下に示すとおりである。なお、項目により欠損数が異なるため、項目ごとに分析者数は異なる。

			40-44歳	45-49歳	50-54歳	55-59歳	60-64歳	65-69歳	70-74歳	合計
男性	国保	人数	1,470	1,544	1,490	1,809	3,651	10,807	13,976	34,747
		割合 (%)	4.2	4.4	4.3	5.2	10.5	31.1	40.2	100.0
男性	協会けんぽ	人数	14,310	13,773	11,062	10,828	10,547	6,074	2,327	68,921
		割合 (%)	20.8	20.0	16.1	15.7	15.3	8.8	3.4	100.0
女性	国保	人数	1,489	1,560	1,675	2,527	6,607	14,920	17,899	46,677
		割合 (%)	3.2	3.3	3.6	5.4	14.2	32.0	38.4	100.0
女性	協会けんぽ	人数	10,517	11,203	9,928	9,955	8,255	4,493	1,857	56,208
		割合 (%)	18.7	19.9	17.7	17.7	14.7	8.0	3.3	100.0

### 3 分析項目

#### (1) 平成30年度介護保険データによる要介護認知症に関する集計

本報告では、平成30年度の介護保険データの内、要介護度と主治医意見書の認知症高齢者日常生活自立度を分析に用いた。

具体的には、疫学研究報告 (Noda H et al. Geriatr Gerontol Int. 2018) に基づき要介護度1以上かつ主治医意見書の認知症高齢者日常生活自立度IIA以上を要介護認知症と定義した。

各市町から介護保険認定情報データベース、もしくは性別、年齢階級別要介護度ならびに上記に基づく要介護認知症の件数の提供を受け、本報告の分析に用いた。

#### (2) 平成30年度レセプト分析

本報告では、国保から提供された突合データ (CSV) の内、「医療レセプト管理」「医療傷病名」、協会けんぽから提供されたレセプトデータの内、「レセプト共通レコード」、「保険者レコード」、「傷病名レコード」を用い、40～74歳の医科レセプトに限定して、レセプトにおける国際疾病分類第10版 (ICD-10) のI10を本態性高血圧、I60-I69を脳血管疾患、I60をくも膜下出血、I61を脳内出血、I63を脳梗塞、I20-I25を虚血性心疾患、I21を急性心筋梗塞、I50を心不全と定義した。1年間に、1度でも入院、入院外で上述の疾患があれば、当該疾病の受療ありとみなした。

#### (3) 平成30年度特定健康診査結果の項目別集計

本報告で分析に用いた項目は、Body Mass Index (以下BMI)、腹囲、収縮期血圧、拡張期血圧、中性脂肪、HDLコレステロール、LDLコレステロール、空腹時血糖、HbA1c、特定健康診査の標準的な質問票とした。また、異常値については、「標準的な健診・保健指導プログラム【改訂版】別紙8-3『データ範囲のチェック』」(厚生労働省健康局、平成25年4月)を参考にし、異常値については分析から除外した。判定区分については、「都道府県健康増進計画改定ガイドライン(確定版)別紙1」(厚生労働省健康局、平成19年4月)を参考にした。

特定健康診査の標準的な質問票の項目の内、分析に用いた項目についても次頁に一覧を示す。なお、□で囲ってある回答については、後述する標準化該当比を算出した。

##### ① 各判定区分一覧

肥満	腹囲基準値(男性85cm/女性90cm)以上またはBMI25以上
メタボリック シンドローム	腹囲肥満(男性腹囲85cm以上/女性90cm以上)かつ以下の①～③の内2つ以上に該当 ① 中性脂肪150mg/dL以上、またはHDLコレステロール40mg/dL未満、もしくはコレステロールを下げる薬服用 ② 収縮期血圧130mmHg以上または拡張期血圧85mmHg以上、もしくは血圧を下げる薬服用 ③ 空腹時血糖110mg/dL以上またはHbA1c6.0%以上、もしくはインスリン注射または血糖を下げる薬服用 ※ メタボリックシンドローム予備群 上記と同様で、①～③の3項目の内1つに該当するもの

① 各判定区分一覧（続き）

高血圧症	収縮期血圧140mmHg以上、または拡張期血圧90mmHg以上もしくは血圧を下げる薬服薬 ※ 高血圧症予備群 収縮期血圧130mmHg以上140mmHg未満または拡張期血圧85mmHg以上90mmHg未満の者。ただし、血圧を下げる薬服用者を除く。
脂質異常症	中性脂肪150mg/dL以上、またはHDLコレステロール40mg/dL未満、またはLDLコレステロール140mg/dL以上、もしくはコレステロールを下げる薬服用。
糖尿病	空腹時血糖126mg/dL以上またはHbA1c6.5%以上、もしくはインスリン注射または血糖を下げる薬服用 ※ 糖尿病予備群 空腹時血糖110mg/dL以上126mg/dL未満、またはHbA1c6.0以上6.5%未満の者。ただし、インスリン注射または血糖を下げる薬服用者を除く。
現在習慣的に喫煙している者	合計100本以上、または6か月以上吸っている者であり、最近1か月間も吸っている者（特定健康診査の標準的な質問票に準拠）。

② 分析に用いた標準的な質問票の項目一覧

20歳の時の体重から10kg以上増加している。	<input type="checkbox"/> ①はい <input type="checkbox"/> ②いいえ
1回30分以上の軽く汗をかく運動を週2日以上、1年以上実施	<input type="checkbox"/> ①はい <input type="checkbox"/> ②いいえ
日常生活において歩行又は同等の身体活動を1日1時間以上実施	<input type="checkbox"/> ①はい <input type="checkbox"/> ②いいえ
ほぼ同じ年齢の同性と比較して歩く速度が速い。	<input type="checkbox"/> ①はい <input type="checkbox"/> ②いいえ
食事をかんで食べる時の状態はどれに当てはまりますか。  (③ほとんどかめないが少数のため合算)	<input type="checkbox"/> ①何でもかんで食べることができる <input type="checkbox"/> ②歯や歯ぐき、かみにあわせなど気になる部分があり、かみにくいことがある <input type="checkbox"/> ③ほとんどかめない
人と比較して食べる速度が速い。	<input type="checkbox"/> ①速い <input type="checkbox"/> ②ふつう <input type="checkbox"/> ③遅い
就寝前の2時間以内に夕食をとることが週に3回以上ある。	<input type="checkbox"/> ①はい <input type="checkbox"/> ②いいえ
朝昼夕の3食以外に間食や甘い飲み物を摂取していますか。	<input type="checkbox"/> ①毎日 <input type="checkbox"/> ②時々 <input type="checkbox"/> ③ほとんど摂取しない
朝食を抜くことが週に3回以上ある。	<input type="checkbox"/> ①はい <input type="checkbox"/> ②いいえ
酒（清酒、焼酎、ビール、洋酒など）を飲む頻度	<input type="checkbox"/> ①毎日 <input type="checkbox"/> ②時々 <input type="checkbox"/> ③ほとんど飲まない（飲めない）

② 分析に用いた標準的な質問票の項目一覧（続き）

睡眠で休養が十分とれている。	①はい <input type="checkbox"/> ②いいえ <input type="checkbox"/>
運動や食生活等の生活習慣を改善してみようと思いますか。	<input type="checkbox"/> ①改善するつもりはない <input type="checkbox"/> ②改善するつもりである（概ね6か月以内） <input type="checkbox"/> ③近いうちに（概ね1か月以内）改善するつもりであり、少しずつ始めている <input type="checkbox"/> ④既に改善に取り組んでいる（6か月未満） <input type="checkbox"/> ⑤既に改善に取り組んでいる（6か月以上）
生活習慣の改善について保健指導を受ける機会があれば、利用しますか。	①はい <input type="checkbox"/> ②いいえ <input type="checkbox"/>

4 分析方法

(1) 平成30年度介護保険データによる要介護認知症に関する集計

① 集計

各要介護度ならびに要介護2以上、要介護認知症の該当者数を、住民基本台帳に基づく平成31年1月時点の各市町の年齢階級別人口で除し、1,000人対の該当割合を性別、年齢階級別に集計を行った。さらに、二次医療圏域別に集計を行った。

② 標準化該当比の作成ならびに有意差検定

要介護2以上ならびに要介護認知症について、二次医療圏域における性別年齢構成の違いを補正するため、標準化死亡比（SMR）の計算方法に準じ、各判定区分の標準化該当比ならびに95%信頼区間を算出、さらに基準となる全県（100）との有意差検定を実施した。算出ならびに有意差検定に当たっては、国立保健医療科学院が公表している「特定健診データを用いたリスク因子等の標準化該当比の市区町村別地図作成ツール『38愛媛県・協会国保（ひな形）.xlsx』」を用いて実施した。なお件数が少ないため、20市町での分析は実施しなかった。

③ 標準化該当比の分布地図の作成

二次医療圏域別に算出した標準化該当比を、有意差検定の結果に基づいて分布地図を作成した。地図の色分けは次頁の通りである。

(2) 平成30年度レセプト分析

① 集計

入院、入院外ごとに、各疾患の該当者数と40～74歳の加入者数10万人対の受療率（当該疾患数／加入者数×10万人）を性別、年齢階級別に集計を行った。さらに、二次医療圏域別に集計を行った。

② 標準化該当比の作成ならびに有意差検定

国保と協会けんぽを合算し、「特定健診データを用いたリスク因子等の標準化該当比の市区町村別地図作成ツール」を用いて、二次医療圏域における性別年齢構成の違いを補正するため、標準化死亡比（SMR）の計算方法に準じ、各判定区分の標準化該当比ならびに95%信頼区間を算出、さらに基準となる全県（100）との有意差検定を実施した。なお疾病によっては件数が少ないため、20市町での分析は実施しなかった。



(2) 平成30年度レセプト分析 (続き)

③ 標準化該当比の分布地図の作成

二次医療圏域別に算出した標準化該当比を、有意差検定の結果に基づいて分布地図を作成した。地図の色分けは下記の通りである。

(3) 平成30年度特定健康診査結果の項目別集計

① 集計





欠損値、異常値のない者を上記判定区分に基づいて定義し、該当者数とその割合(%)を性別、年齢階級別に集計を行った。さらに、保険者別、二次医療圏域別に集計を行った。

② 標準化該当比の作成ならびに有意差検定

国保と協会けんぽを合算し、県下20市町および二次医療圏域における受診者や質問紙の回答者の性別年齢構成の違いを補正するため、(2)の②同様の手順で標準化該当比の算出並びに有意差検定を行った。

③ 標準化該当比の分布地図の作成

「特定健診データを用いたリスク因子等の標準化該当比の市区町村別地図作成ツール」を用いて、20市町ならびに二次医療圏域別に算出した標準化該当比を、有意差検定の結果に基づいて分布地図を作成した。地図の色分けは下記の通りである。

	判定
	有意に高い (有意確率5%未満)
	高いが有意ではない
	低い有意ではない
	有意に低い (有意確率5%未満)

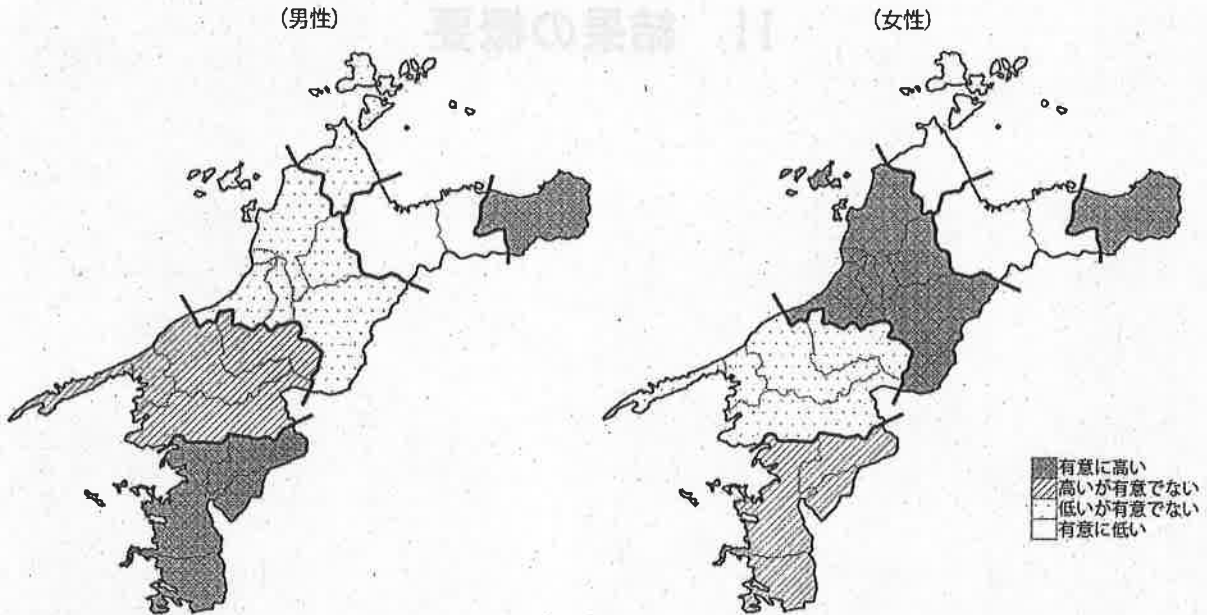


1 平成30年度介護保険データによる要介護認知症に関する集計

(1) 要介護認知症の分布 (二次医療圏別標準化該当比)

男女ともに、宇摩圏域の標準化該当比が有意に高く、新居浜・西条圏域は有意に低かった。また、男性では宇和島圏域が、女性では松山圏域が有意に高かった。

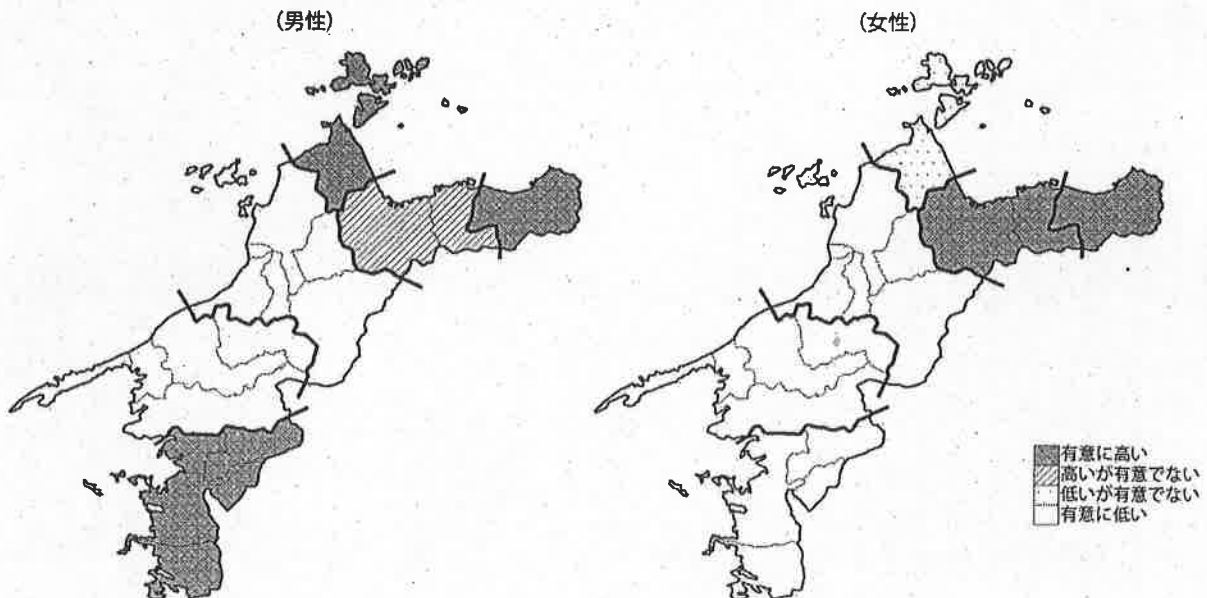
【図1】 要介護認知症の標準化該当比 (県全体を基準=100)



(2) 要介護2以上の分布 (二次医療圏別標準化該当比)

男女ともに、中予の標準化該当比は低い傾向がみられた。男女ともに宇摩圏域は有意に高く、松山、八幡浜・大洲圏域は有意に低かった。

【図2】 要介護2以上の標準化該当比 (県全体を基準=100)



## 2 平成30年度レポート分析

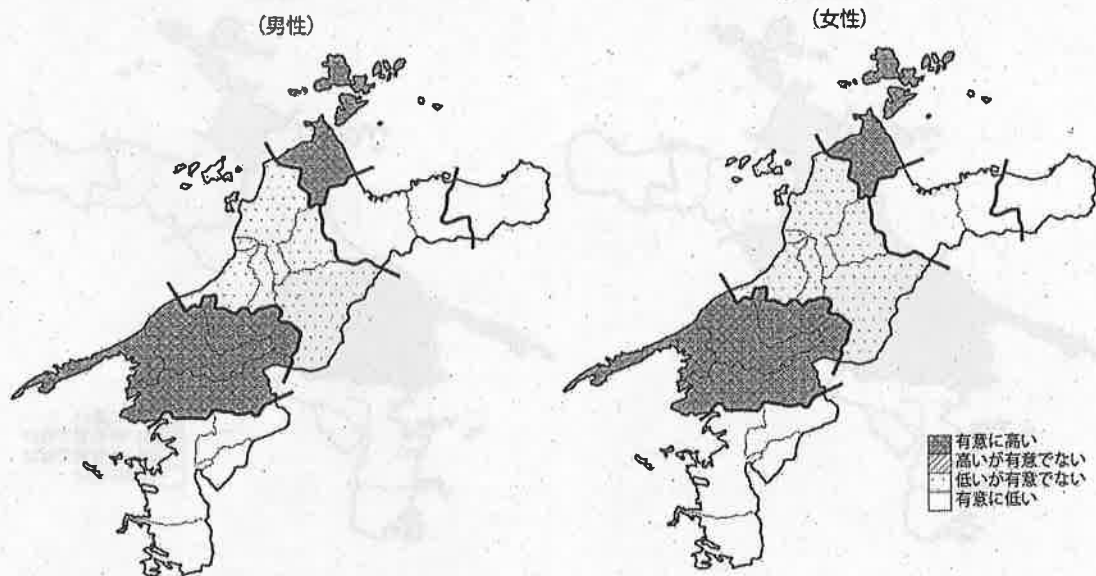
後日差し替え（ここで示しているのは、令和元年度報告書の結果）

### (1) 本態性高血圧受療率の分布（二次医療圏別標準化該当比）

#### ① 入院

男女ともに、今治、八幡浜・大洲圏域が有意に高く、宇摩、新居浜・西条、宇和島圏域が有意に低かった。

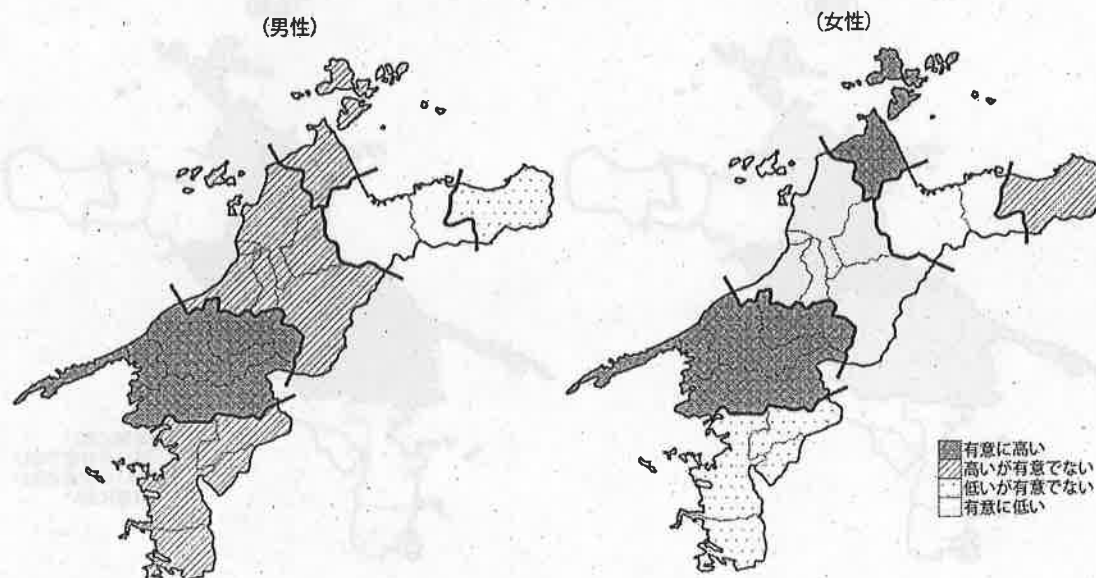
【図3】本態性高血圧受療率標準化該当比（入院）の分布地図（県全体を基準=100）



#### ② 入院外

男女ともに、八幡浜・大洲圏域が有意に高く、新居浜・西条圏域が有意に低かった。加えて、女性では今治圏域が有意に高く、松山圏域が有意に低かった。

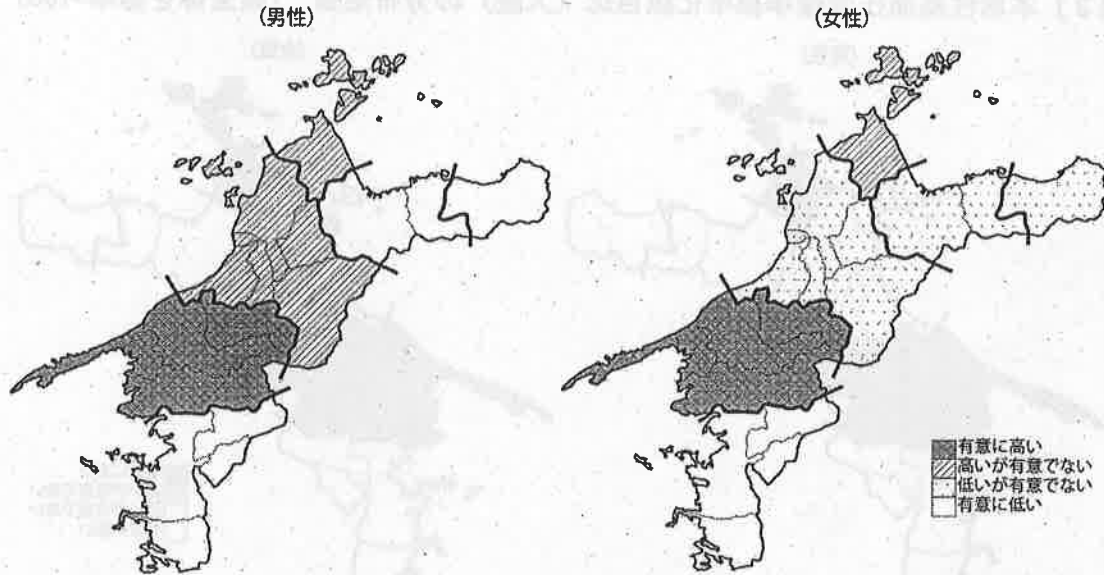
【図4】本態性高血圧受療率標準化該当比（入院外）の分布地図（県全体を基準=100）



(2) 脳血管疾患受療率の分布  
(二次医療圏別標準化該当比)

後日差し替え (ここで示しているのは、令和元年度報告書の結果)

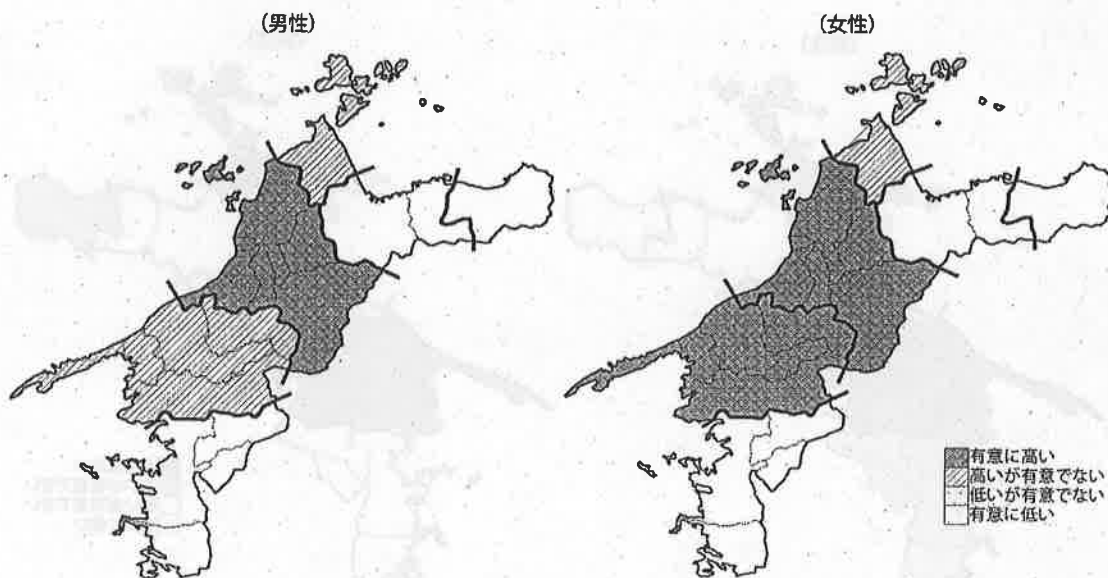
男女ともに、八幡浜・大洲圏域が有意に高く、宇和島圏域が有意に低かった。加えて、男性では宇摩、新居浜・西条圏域が有意に低かった。



① 入院

男女ともに、松山圏域が有意に高く、宇摩、新居浜・西条、宇和島圏域が有意に低かった。加えて、女性では八幡浜・大洲圏域が有意に高かった。

【図5】脳血管疾患受療率標準化該当比(入院)の分布地図 (県全体を基準=100)

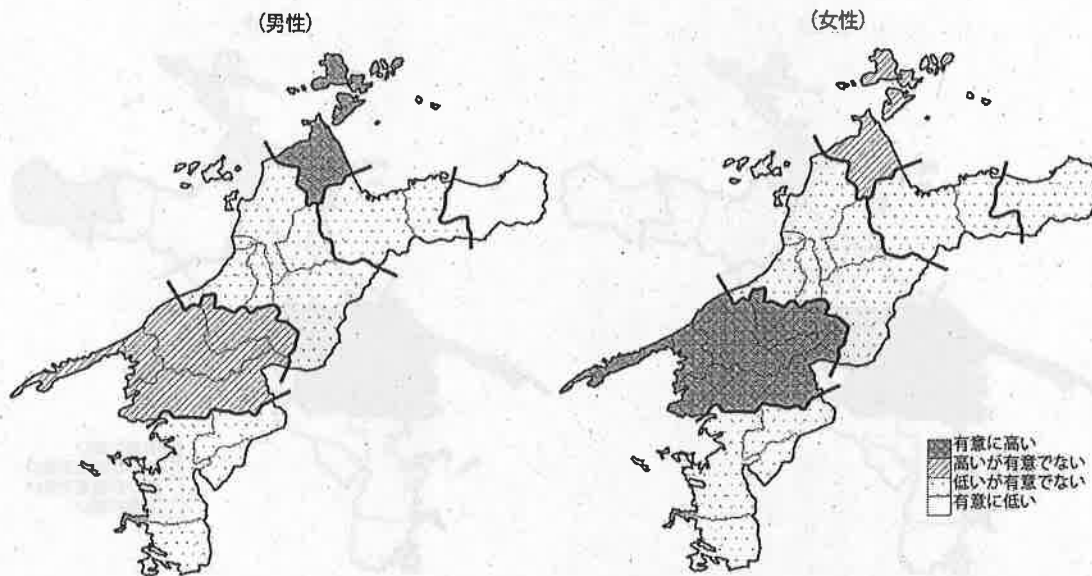


② 入院外

(3) 脳内出血受療の分布 (二次医療圏別標準化該当比)

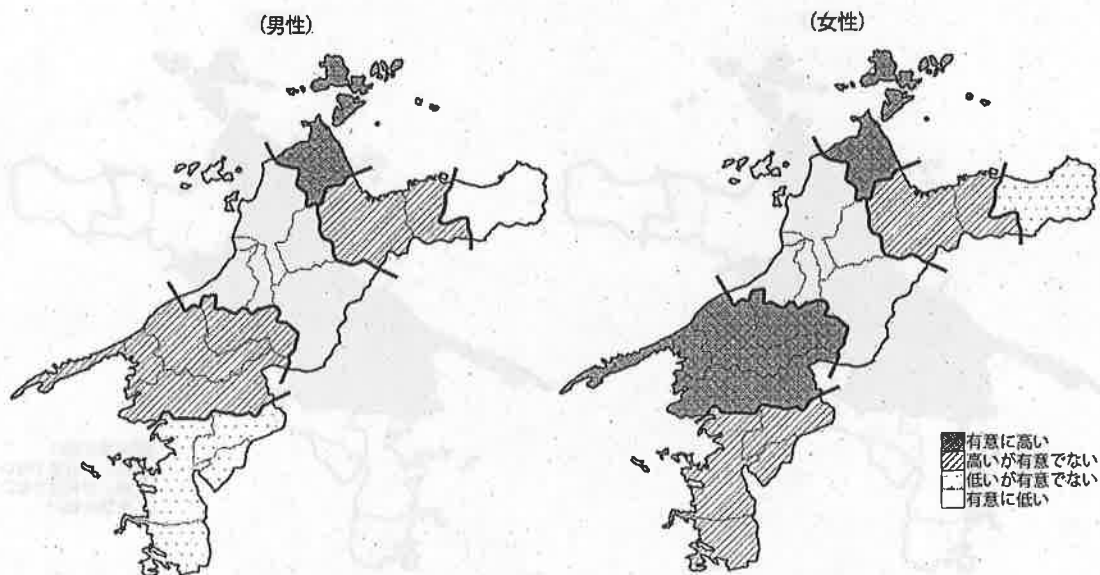
後日差し替え (ここで示しているのは、令和元年度報告書の結果)

男性では、今治圏域が有意に高く、宇摩圏域が有意に低かった。女性では八幡浜・大洲圏域が有意に高かった。



① 入院

男女ともに、今治圏域が有意に高く、松山圏域が有意に低かった。加えて、男性では宇摩圏域が有意に低く、女性では八幡浜・大洲圏域が有意に高かった。

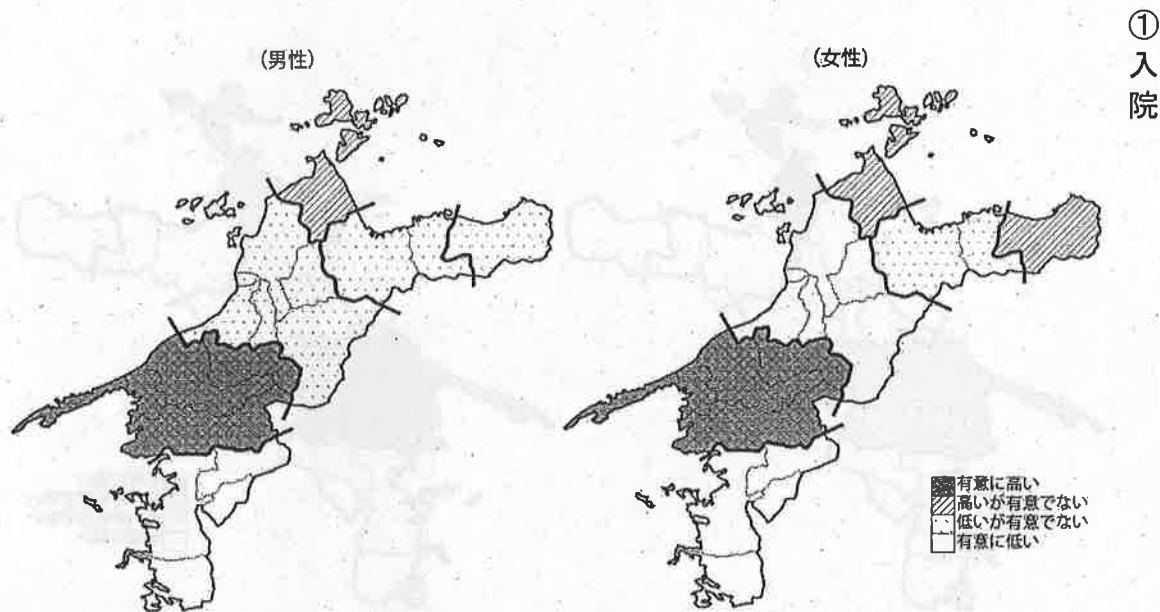


【図7】脳内出血受療率標準化該当比(入院)の分布地図 (県全体を基準=100)

(4) 脳梗塞受療の分布（二次医療圏別標準化該当比）

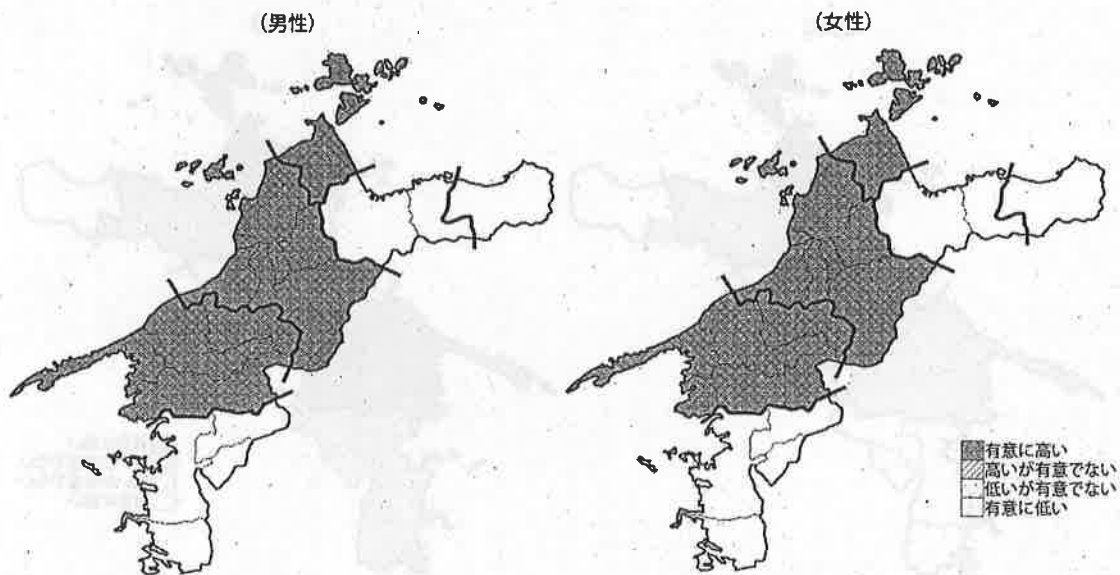
後日差し替え（ここで示しているのは、令和元年度報告書の結果）

男女ともに、八幡浜・大洲圏域が有意に高く、宇和島圏域が有意に低かった。加えて、女性では松山圏域が有意に低かった。



男女ともに、今治、松山、八幡浜・大洲圏域が有意に高く、宇摩、新居浜・西条、宇和島圏域が有意に低かった。

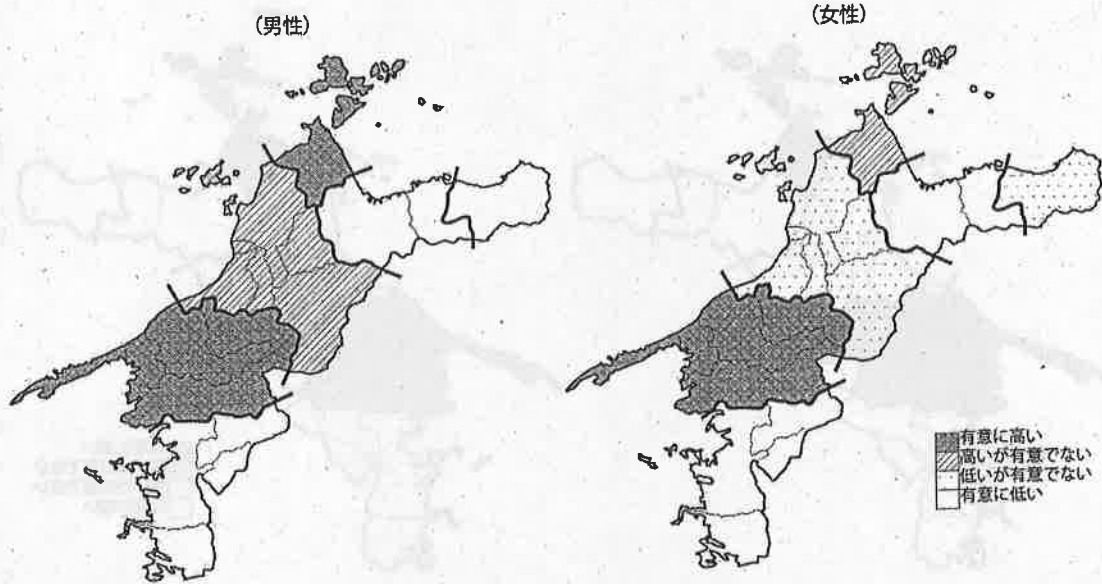
【図9】脳梗塞受療率標準化該当比（入院）の分布地図（県全体を基準=100）



(5) 虚血性心疾患受療の分布  
(二次医療圏別標準化該当比)

後日差し替え (ここで示しているのは、令和元年度報告書の結果)

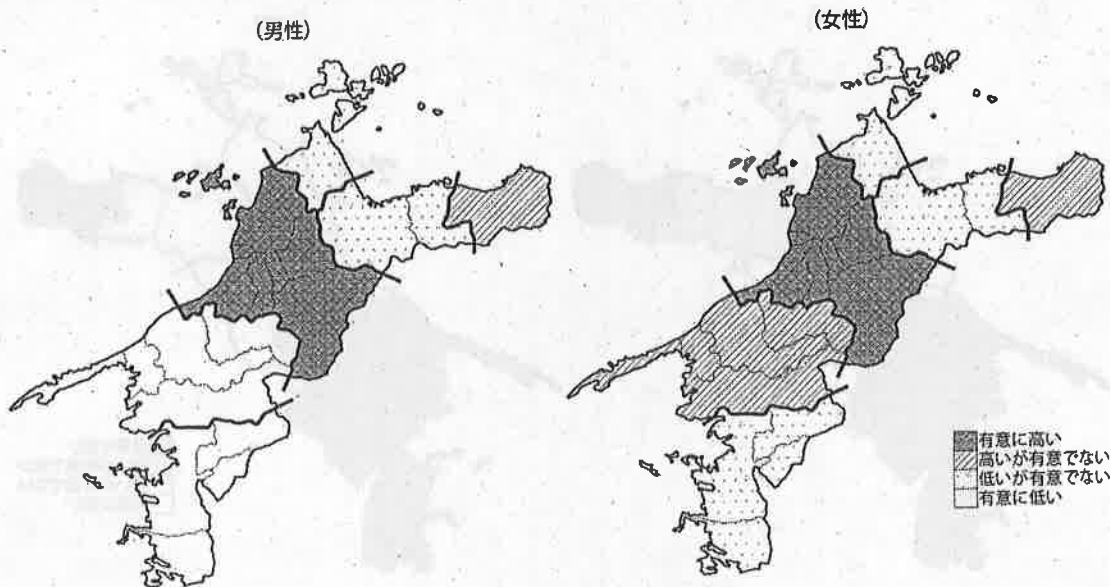
男女ともに、八幡浜・大洲圏域が有意に高く、新居浜・西条、宇和島圏域が有意に低かった。加えて、男性では今治圏域が有意に高く、宇摩圏域が有意に低かった。



① 入院

男女ともに、松山圏域が有意に高かった。加えて、男性では八幡浜・大洲、宇和島圏域が有意に低かった。

【図11】 虚血性心疾患受療率標準化該当比 (入院) の分布地図 (県全体を基準=100)

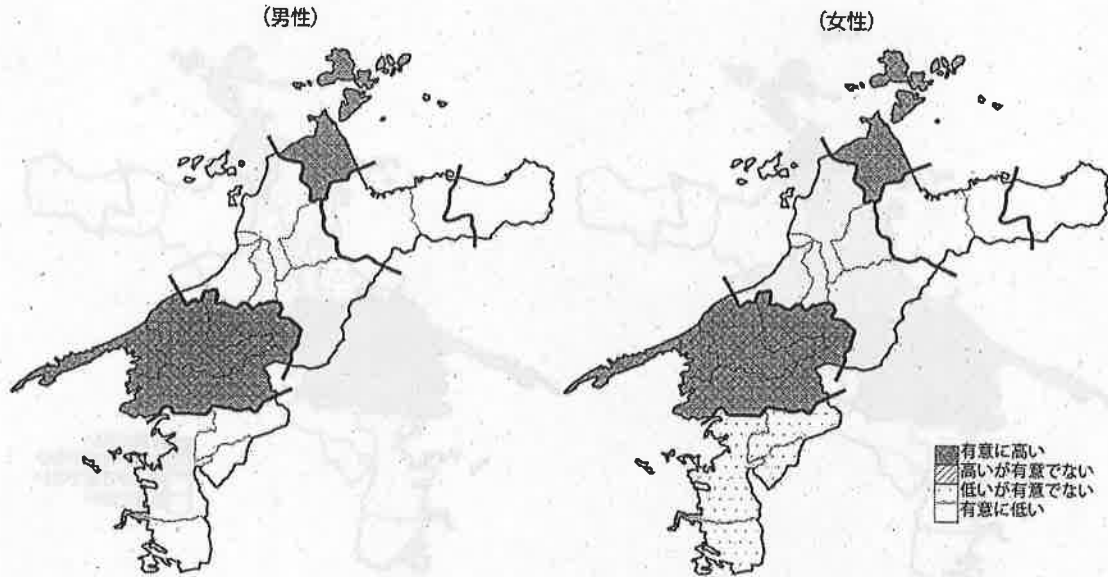




(6) 急性心筋梗塞受療の分布  
(二次医療圏別標準化該当比)

後日差し替え (ここで示しているのは、令和元年度報告書の結果)

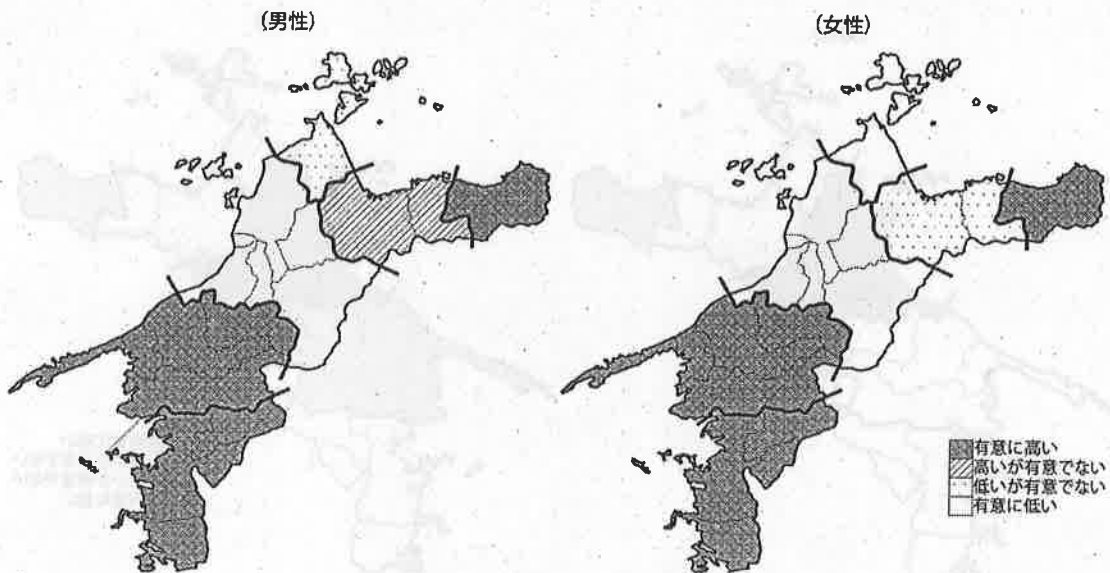
男女ともに、今治、八幡浜・大洲圏域が有意に高く、宇摩、新居浜・西条、松山圏域が有意に低かった。加えて、男性では宇和島圏域が有意に低かった。



① 入院

男女ともに、宇摩、八幡浜・大洲、宇和島圏域が有意に高く、松山圏域が有意に低かった。加えて、女性では今治圏域が有意に低かった。

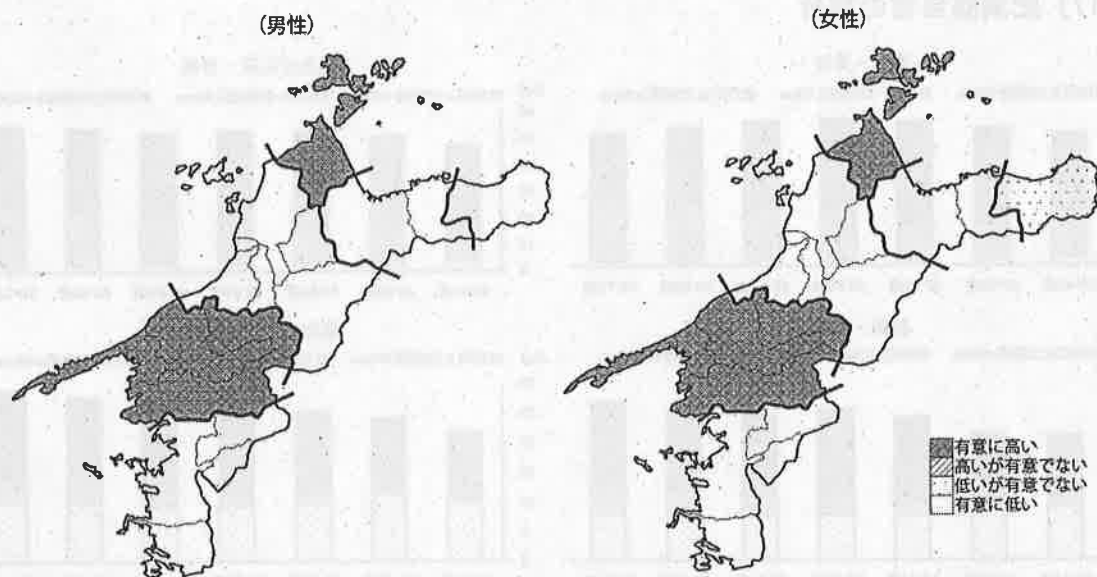
【図13】 急性心筋梗塞受療率標準化該当比 (入院) の分布地図 (県全体を基準=100)



(7) 心不全受療の分布 (二次医療圏別標準化該当比)

後日差し替え (ここで示しているのは、令和元年度報告書の結果)

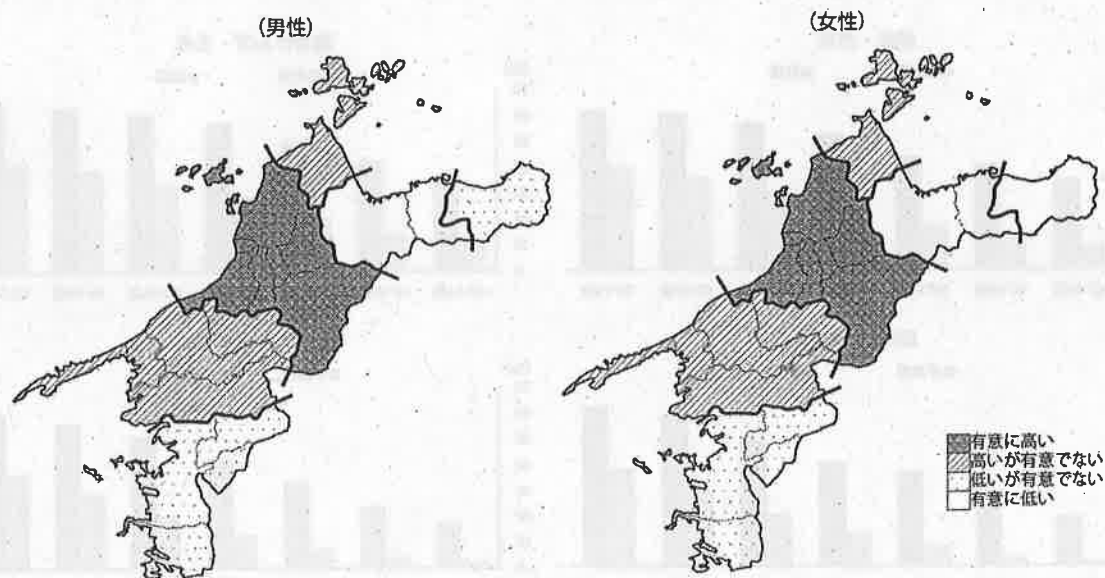
男女ともに、今治、八幡浜・大洲圏域が有意に高く、新居浜・西条、松山、宇和島圏域が有意に低かった。加えて、男性では宇摩圏域が有意に低かった。



① 入院

男女ともに、松山圏域が有意に高く、新居浜・西条圏域が有意に低かった。加えて、女性では宇摩圏域が有意に低かった。

【図15】 心不全受療率標準化該当比 (入院) の分布地図 (県全体を基準=100)



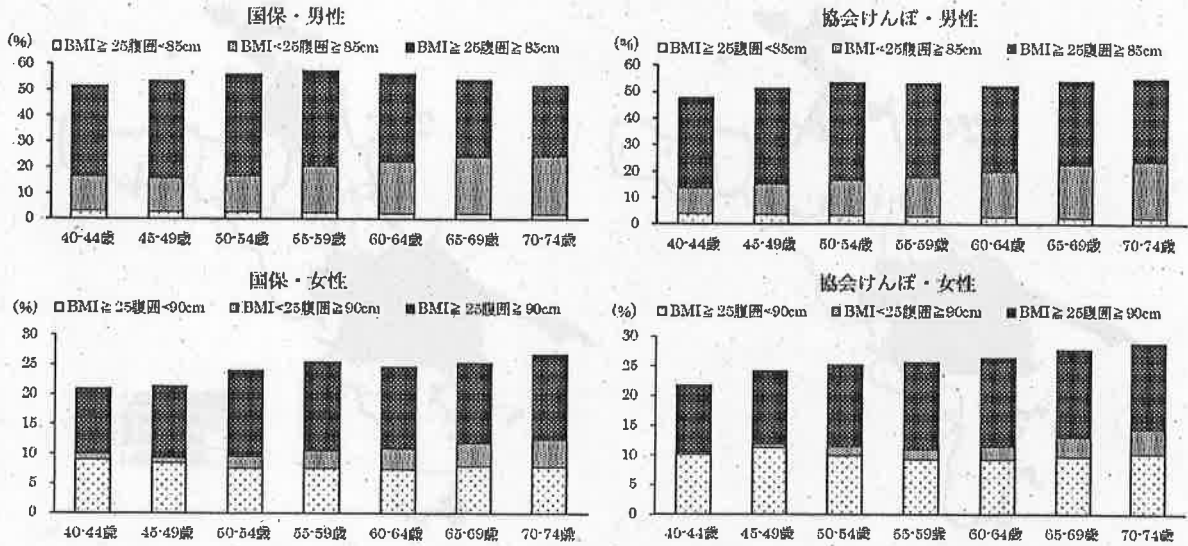
②

### 3 平成30年度特定健康診査結果の項目別集計

#### (1) 肥満該当者の割合（年齢階級別、保険者別）

保険者問わず、男性では約50%、女性では20%以上が肥満であり、主な内訳では、保険者に関わらず男女ともにBMIが25以上かつ腹囲が85cm/90cm以上の者が最も多くを占めていた。

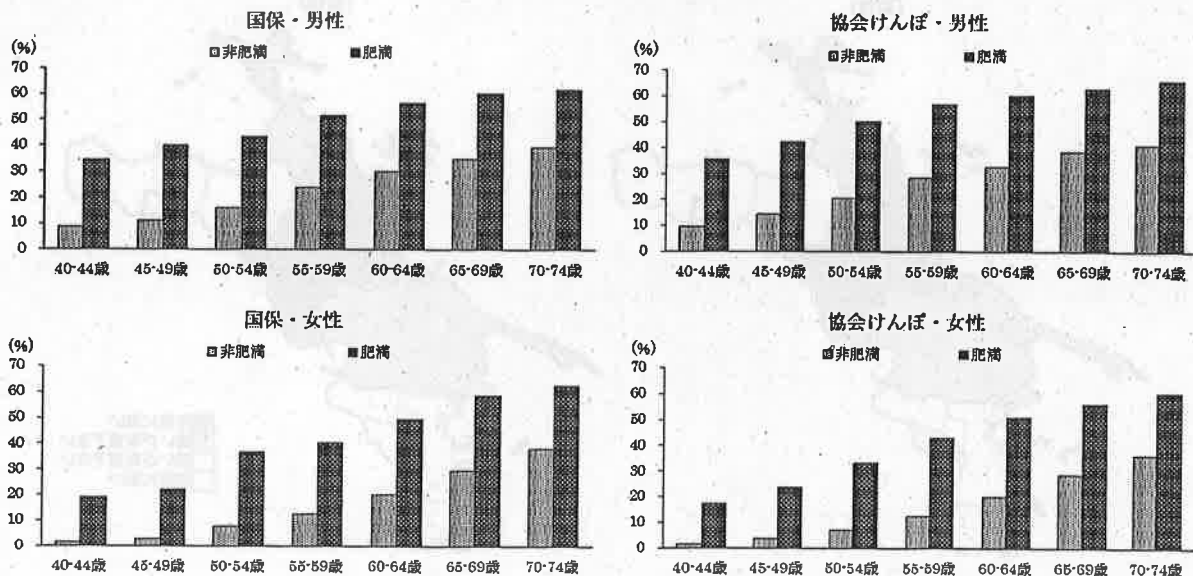
【図17】 肥満該当者の割合



#### (2) 肥満判定別に見た糖尿病・高血圧・脂質異常のリスクを2個以上持つ人の割合（年齢階級別、保険者別）

男女、保険者問わず、肥満者のほうがリスクを2個以上持つ人の割合が高く、また高齢になるほどその割合も高かった。

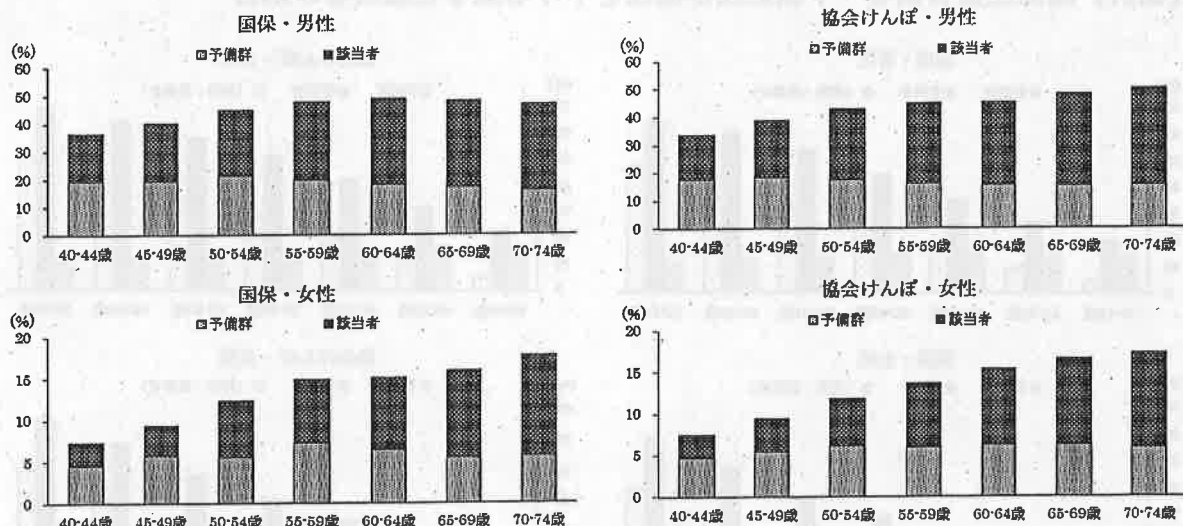
【図18】 肥満判定別に見た糖尿病・高血圧・脂質異常のリスクを2個以上持つ人の割合



### (3) メタボリックシンドローム予備群・該当者の割合（年齢階級別、保険者別）

男女、保険者問わず、高齢になるほどメタボリックシンドローム該当者の割合が高かった。また男性では、50歳以上で40%以上の者が予備群・該当者であった。女性では、高齢になるほど予備群・該当者の割合が高かった。

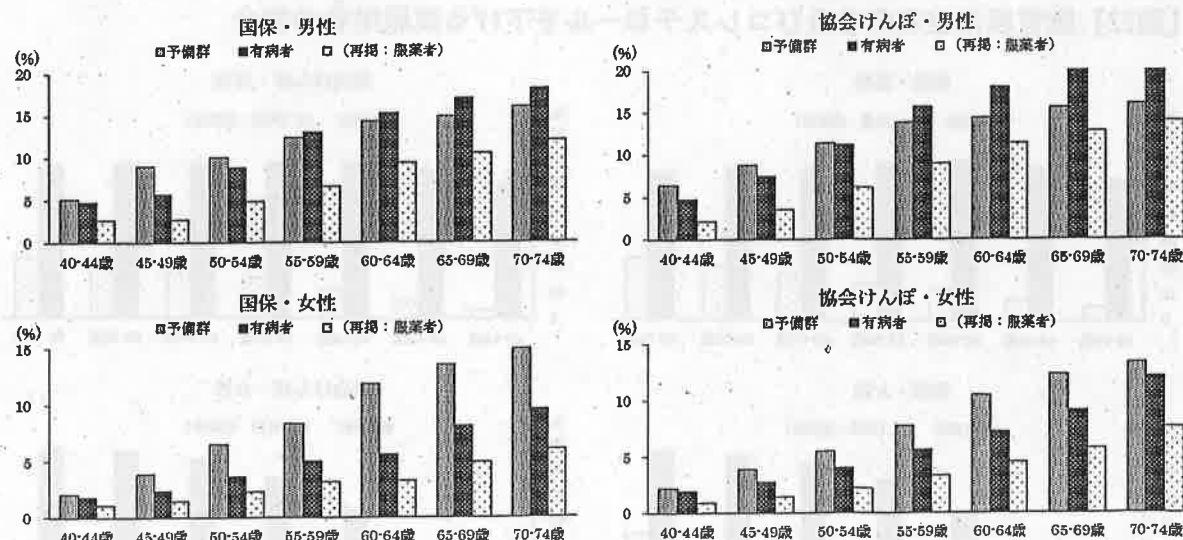
【図19】メタボリックシンドローム予備群・該当者の割合



### (4) 糖尿病有病者・予備群及び血糖を下げる薬など服用者の割合（年齢階級別、保険者別）

男女ともに高齢になるほど、有病者・予備群及び血糖を下げる薬など服用者の割合は高かった。また、男性では有病者、血糖を下げる薬など服用者の割合は、国保より協会けんぽのほうが多くの世代で高い傾向がみられた。

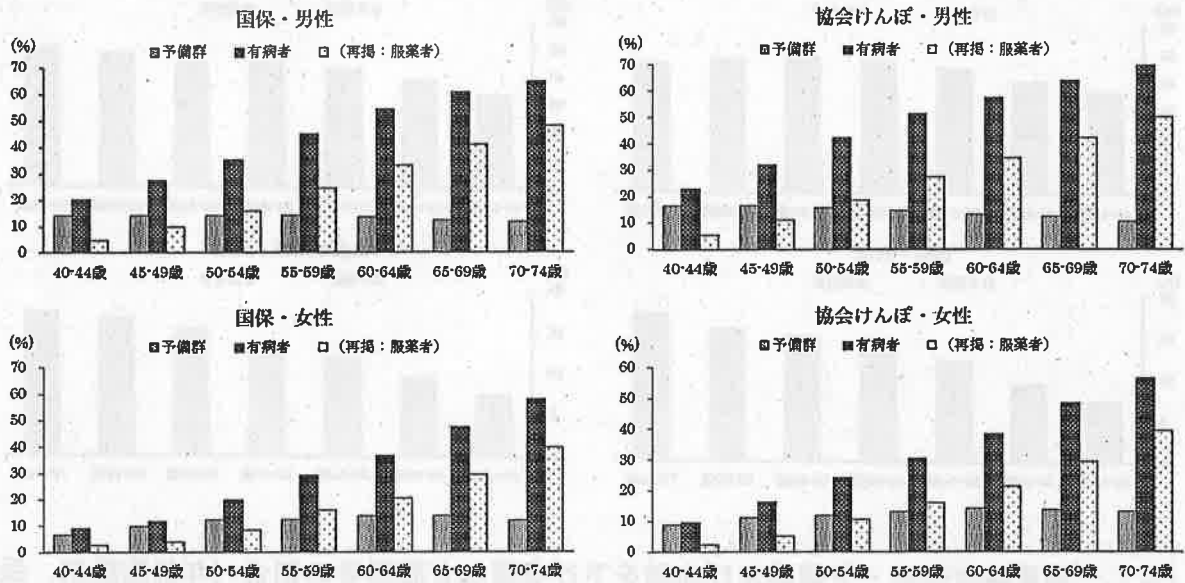
【図20】糖尿病有病者・予備群及び血糖を下げる薬など服用者の割合



(5) 高血圧症有病者・予備群及び血圧を下げる薬など服用者の割合（年齢階級別、保険者別）

男女、保険者問わず、高齢になるほど有病者および血圧を下げる薬など服用者の割合が高く、男性では60歳代以降（協会けんぽは55歳以上）、女性では70歳代で50%以上が有病者であった。

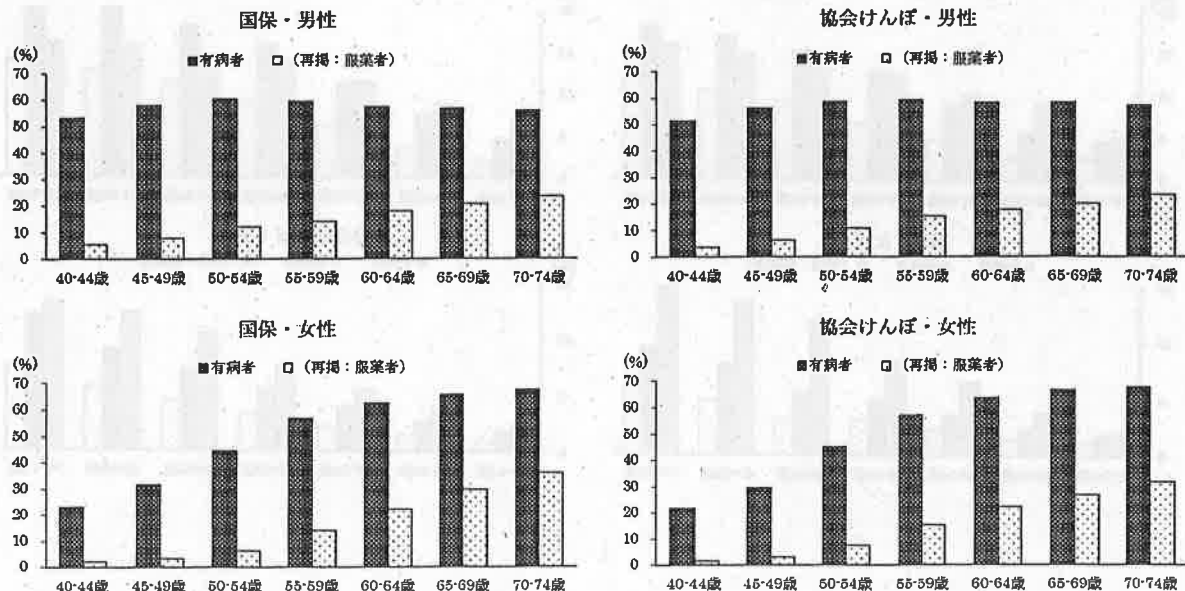
【図21】高血圧症有病者・予備群及び血圧を下げる薬など服用者の割合



(6) 脂質異常症有病者及びコレステロールを下げる薬服用者の割合（年齢階級別、保険者別）

国保男性では50～54歳が、協会けんぽ男性が55～59歳で最も有病者の割合が高く、一方女性では、保険者問わず高齢になるほど有病者の割合が高かった。また、60歳代以降は男性よりも女性のほうが有病者の割合が高かった。

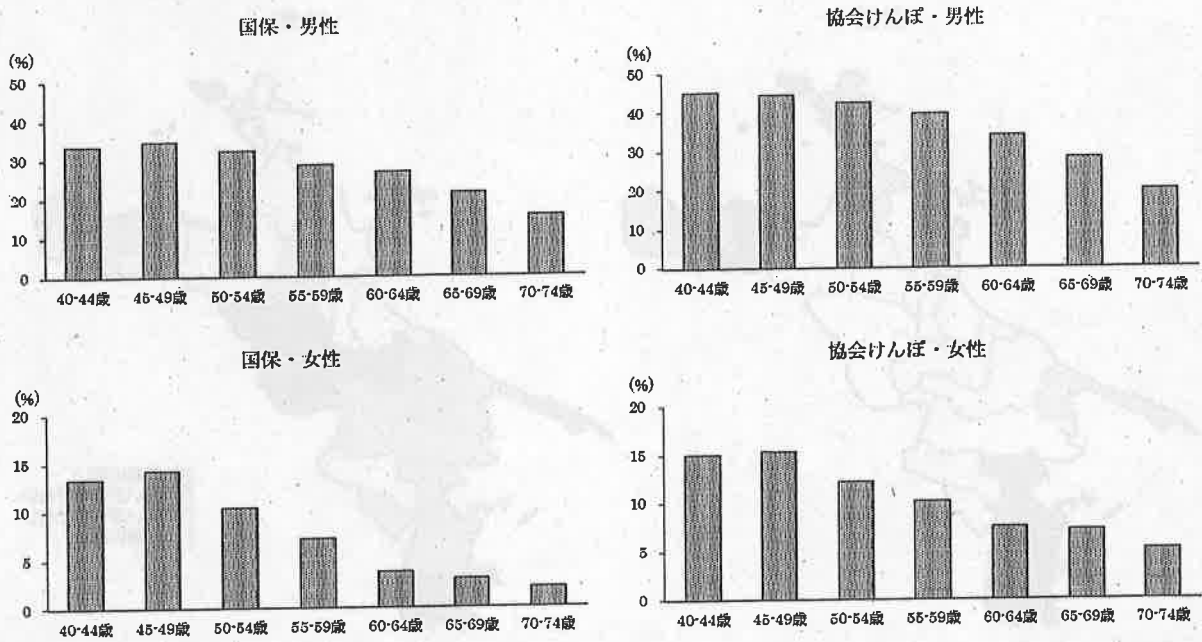
【図22】脂質異常症有病者及びコレステロールを下げる薬服用者の割合



(7) 習慣的喫煙者の割合 (年齢階級別、保険者別)

男女、保険者問わず、高齢になるほど喫煙者の割合は低かった。また、男女ともに国保よりも協会けんぽのほうが喫煙者の割合が高い傾向がみられた。

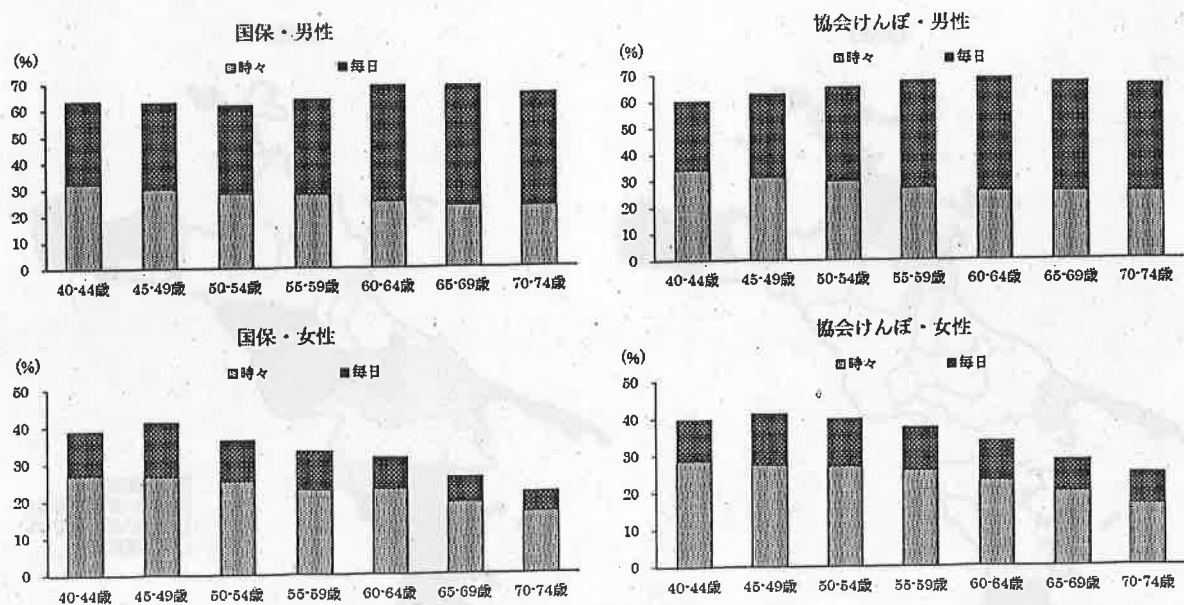
【図23】 習慣的喫煙者の割合 (年齢階級別、保険者別)



(8) 飲酒者の割合 (年齢階級別、保険者別)

男性では保険者問わず、高齢になるほど毎日飲酒する者の割合は高かった。また、女性では保険者問わず高齢になるほど飲酒者の割合は低かった。

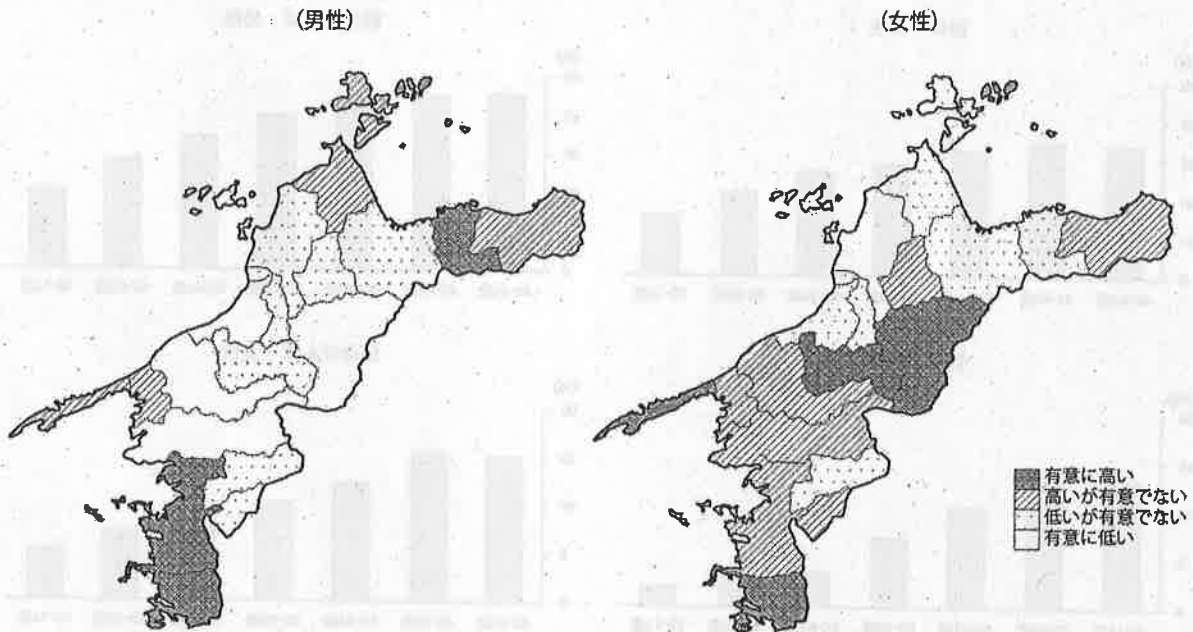
【図24】 飲酒者の割合 (年齢階級別、保険者別)



9 肥満の分布地図（市町別標準化該当比）

男性では東予・南予地域の方が中予地域に比べ、肥満の標準化該当比が高い傾向がみられた。一方で、女性では南予地域の方が中予・東予地域に比べ高い傾向がみられた。

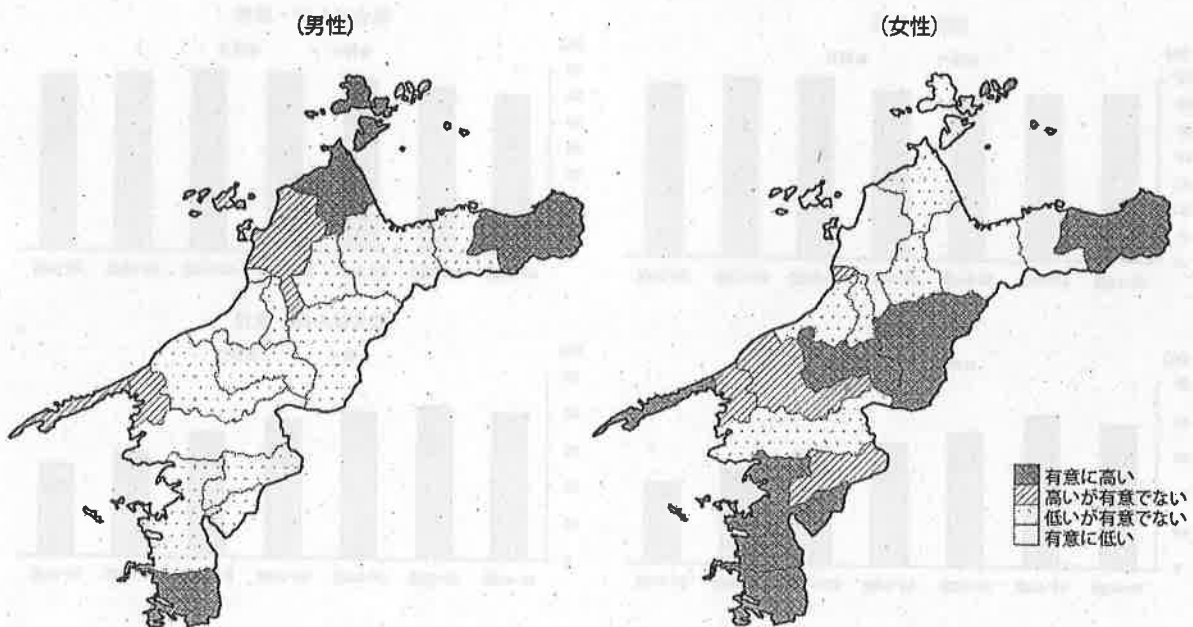
【図25】肥満の分布地図（県全体を基準=100）



10 メタボリックシンドロームの分布地図（市町別標準化該当比）

男性では、四国中央市、今治市、愛南町が有意に高かった。女性では、上島町、久万高原町、内子町、伊方町、宇和島市、松野町、愛南町が有意に高かった。

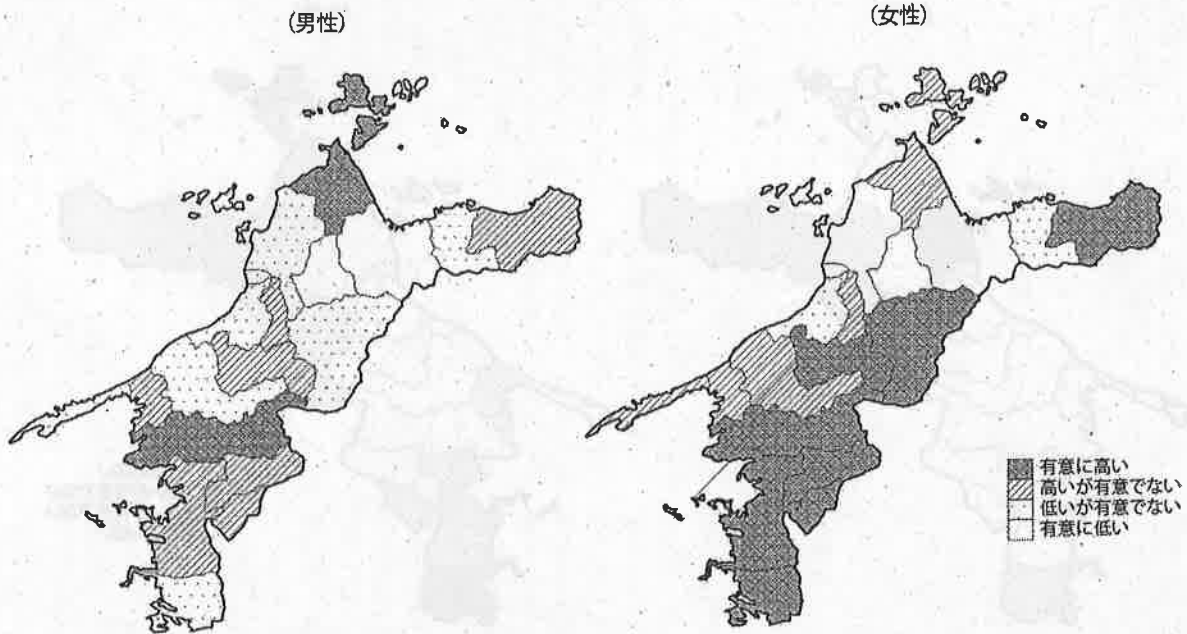
【図26】メタボリックシンドロームの分布地図（県全体を基準=100）



### 11 高血圧の分布地図（市町別標準化該当比）

男女ともに、南予のほうが東予・中予地域に比べて、標準化該当比が高い傾向がみられた。また、西予市では男女とも、今治市では男性、四国中央市、久万高原町、内子町、宇和島市、鬼北町、松野町、愛南町では女性が有意に高かった。

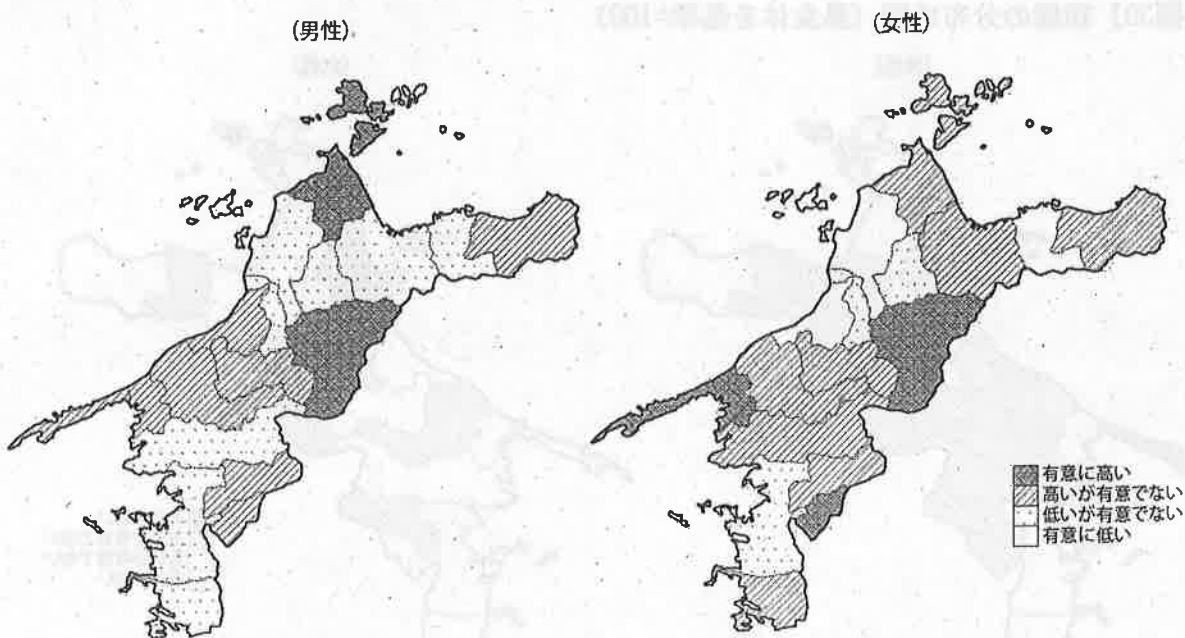
【図27】 高血圧の分布地図（県全体を基準=100）



### 12 糖尿病の分布地図（市町別標準化該当比）

男性では、今治市、久万高原町が有意に高かった。女性では、久万高原町、八幡浜市、伊方町が有意に高く、新居浜市、松山市が有意に低かった。

【図28】 糖尿病の分布地図（県全体を基準=100）

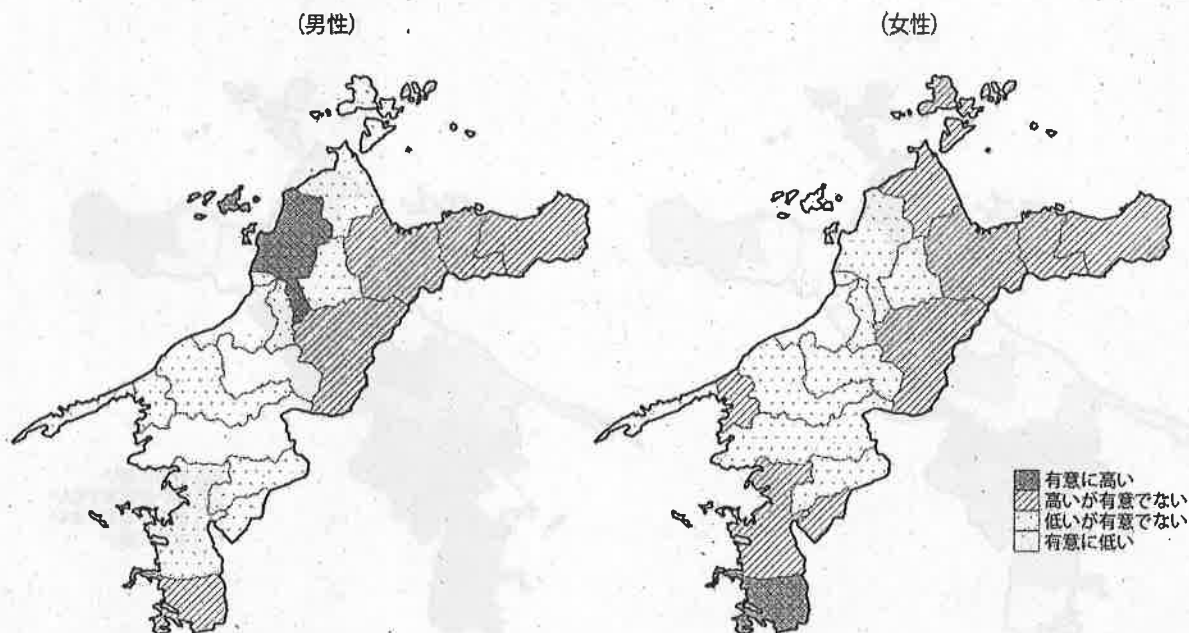




### 13 脂質異常症の分布地図（市町別標準化該当比）

男性では、松山市が有意に高く、大洲市、伊予市、西予市、内子町が有意に低かった。女性では、愛南町が有意に高く、伊予市が有意に低かった。

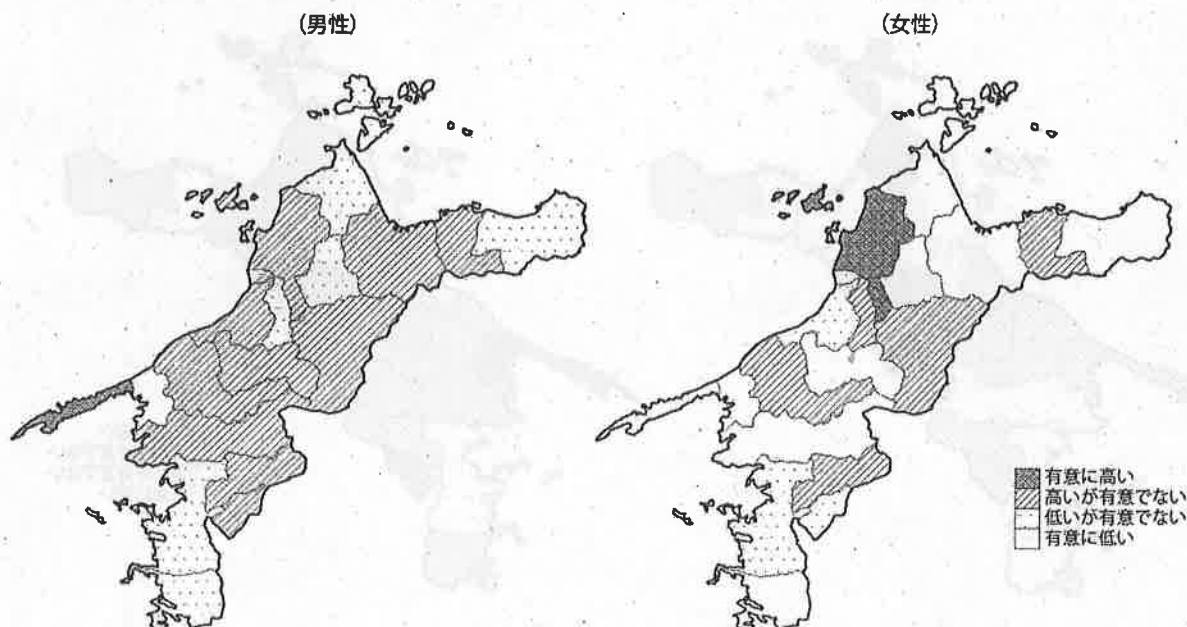
【図29】脂質異常症の分布地図（県全体を基準=100）



### 14 喫煙の分布地図（市町別標準化該当比）

男性では、伊方町が有意に高く、八幡浜市が有意に低かった。女性では、松山市が有意に高く、四国中央市、西条市、今治市、八幡浜市、西予市、上島町、内子町、伊方町、愛南町が有意に低かった。

【図30】喫煙の分布地図（県全体を基準=100）



## 令和2年度ビッグデータ活用地域健康づくり事業実施要領

### 1 目的

保健所がビッグデータ分析結果等を活用し、地域課題の抽出・対策の検討等の技術的助言や人材育成、及び関係機関との連携強化を進めるとともに、市町等の生活習慣病対策実践力の向上を図り、保健事業を効果的に展開する。

### 2 実施主体

保健所

### 3 事業内容

#### (1) 保健所実践ワーキングチーム会議の開催（年3回程度）

市町をはじめとした地域の健康づくりに取り組む関係機関が、ビッグデータを活用した効果的な健康づくりの施策及び地域の健康課題等について情報を共有し対策を検討する。

#### (2) 保健所実践ワーキングチーム代表者会議への参加（年2回程度）

健診・医療・介護に係る客観的なデータに基づき、地域における健康課題を抽出する他、好事例等を共有し、全県的な疾病予防及び健康づくり等へ展開するため、県保健所単位で設置する実践ワーキングチームの構成員及び分析ワーキンググループで構成する代表者会議へ参加する。

#### (3) ビッグデータ活用研修会の開催（年1回程度）

市町や職域等、地域で健康づくりに取り組む関係者を対象として、健診・医療・介護等の客観的データに基づき、地域の健康課題を明らかにし共有するとともに、関係機関と連携の上、効果的な生活習慣病対策等の立案及び実践ができる人材の育成を目的とした研修会を開催する。

#### (4) 事業成果等の地域に対する情報発信

地域の課題及び事業成果等について、市町等関係機関へ還元するとともに、県民に対して幅広く情報提供する。

#### (5) ビッグデータを活用した健康づくり施策の実施

データ分析等により明らかになった地域の健康課題解決へ向け、市町等関係機関と連携し、健康づくり施策の支援に取り組む。

各保健所において、県庁が実施する全県域、圏域別、市町別等のデータ分析結果及び市町等管内関係機関の要望を踏まえ、より詳細なデータ分析とそれに基づく支援等が可能な体制を整備する。

※今年度は、新型コロナウイルス感染症の影響を踏まえ、下半期での実施等、可能な範囲での実施を可能とする。

## ビッグデータ活用地域健康づくり事業について

### 【四国中央保健所】

#### ○現状と課題

- ・特定健診の受診率向上とともに、職域(市内企業)へ市の健康課題である「高血圧者が多い」ことを普及啓発し、高血圧予防・改善、適正受診につなげるためのポピュレーションアプローチを実施する。

特に、四国中央市内に多い三交代勤務者へのアプローチが必要。2019年の工業統計によると、パルプ、紙、紙加工製造業 8,665 人(製造業全体の 68%)であり、そのうち、三交代勤務の者が半数程度と推定される。

#### <事業・連携>

#### 普及啓発に関すること

#### ○高血圧予防に関する講座

- ・まちづくり出前講座(からだところの健康)
- ・健康教室(知っ得!ゼミ:カロリーコントロール&減塩)
- ・食生活改善推進員リーダー研修・リーダー養成講座
- ・ケーブルテレビでの放送

#### ○高血圧予防の媒体の作成・上記教室等での配布による普及啓発

- ・塩ラベル
- ・四国中央市高血圧予防8か条(ポスター・ちらし等)

#### ○がん検診・特定健診の受診勧奨

- ・未受診者への勧奨はがきの送付

#### ○総合健診での高血圧予防クリアファイル(R元年度成果物)の配布・保健指導

#### 三課合同プロジェクト

- 既存の「三課合同予防事業プロジェクト会議」の中で一体的実施について国保医療課・保健推進課・高齢介護課の3課で協議

#### 企業向けのアプローチ

- 四国中央ヘルシータウンミーティング(保健所主催)において市内企業へ情報提供し、課題の共有を図る。(クリアファイルの活用)

高血圧予防 8 が条



おは控える



んだてはバランスよく



ち寂しいくらいが



ょうどいい



っくり噛んで



んどう習慣



さけは適度に



んと眠ろう！

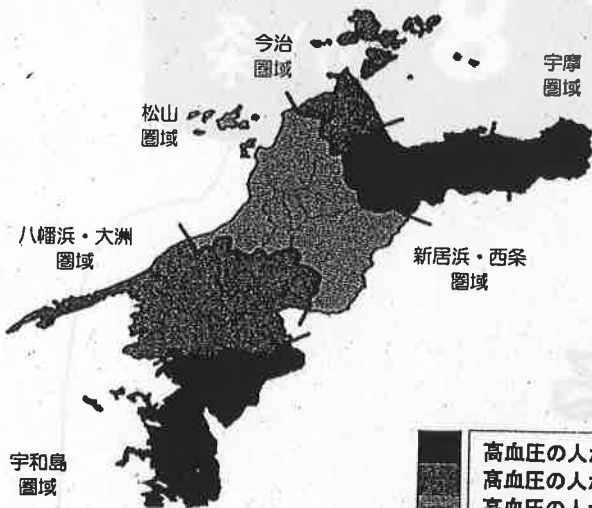


# 高血圧の状況（二次医療圏域別）

収縮期血圧140mmHg以上、又は拡張期血圧90mmHg以上  
若しくは血圧を下げる薬を服用している者

男性

女性



■ 高血圧の人が多い  
■ 高血圧の人がやや多い  
■ 高血圧の人がやや少ない  
■ 高血圧の人が少ない

出典/愛媛県ビッグデータ活用  
県民健康づくり事業  
令和元年度データ分析報告書

四国中央市は  
塩分とりすぎとんかな



**1日の塩分は 男性 7.5g 女性 6.5g 未満 を目標に!**

出典/厚生労働省「日本人の食事摂取基準(2020年版)」

## ～塩分の多い食品・料理に注意～



うどん1人前  
塩分5～6g



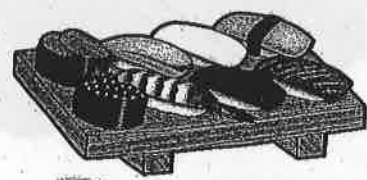
牛丼1人前  
塩分3g



サンドイッチ 3切れ  
塩分1.5g



ハム 2枚  
塩分1g



にぎり寿司  
1人前(しょうゆ込み)  
塩分5～6g



白飯  
塩分0g



カップめん  
1個(100g)  
塩分5～6g



とりの唐揚げ 6個  
塩分2g



味噌汁1杯  
塩分1.5g



食パン 5枚切  
塩分0.9g



おいしく簡単に減塩しましょう!



市販梅おにぎり 1個  
塩分1.6g

※ 塩分は一般的な目安です

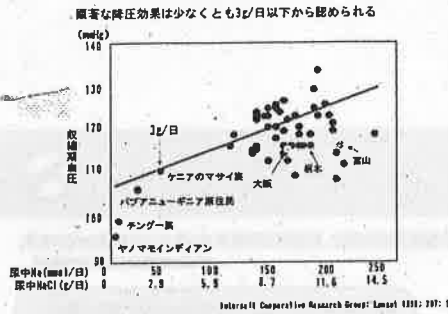
※ 市販食品を食べる時には、栄養成分表示の『食塩相当量』を確認しましょう

【西条保健所】

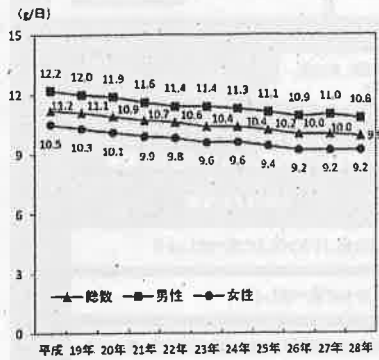
○取組み

- ・ 8月12日 BD活用研修会「愛媛県の健康課題 ～高血圧を予防しよう～」
- 講師：市立八幡浜総合病院長 大藏隆文

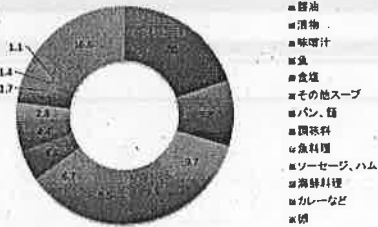
尿中Na排泄と収縮期血圧の関係



食塩摂取の年次推移



日本における食塩の摂取源



あなたが高血圧であるならば  
守ってほしい3つの事柄

1. 食塩摂取は1日6g未満
2. 適度な運動、例えば1日6000歩を実行する
3. 内服中の降圧薬は自分で量を加減せず、きちっと内服を続けて、少なくとも140/90 mmHg未満に維持する

できれば130/80mmHg未満を



アンケート結果：

- ・ 医師により、血圧が高めでも許容している所が問題
- ・ 市民の血圧を下げるように努力したい。
- ・ 愛媛県の血圧の現状を知り、血圧と運動の関係を学ぶことができた。
- ・ 特定保健指導に役立ちます。

9月	保健所実践ワーキングチーム会議メンバーの推薦 新居浜市、西条市の保健・国保・介護部門から推薦
10月12日	保健所実践ワーキングチーム会議 ・ 昨年度の取り組み状況の報告、県報告書について、今年度の計画
11月18日 (新居浜市)	保健所実践ワーキングチーム会議 2市に分かれて実施。(新居浜市1回、西条市3回)
11月19日 (西条市)	
12月15日 (西条市)	
2月19日 (西条市)	
	既存事業の妥当性の検証、今度の事業展開、情報発信の方法等を検討する。

「肥満警報発令中」  
(20～50歳代の働き世代が特に危険!)

肥満のリスクを減らすための行動の目安

- 毎日飲酒の習慣がある
- 20歳から10kg以上体重が増加した
- 歩行、身体活動をしない
- 朝食を食べない
- 体量が不十分である



新居浜市民(男性)肥満の割合



肥満と関連する病気には、糖尿病、高血圧、脳梗塞、脂質異常症等があるよ。



健康課題から見た、市民の皆さんに取り組んでいただきたい習慣

- | やめたい習慣  | とりいれたい習慣              |
|---------|-----------------------|
| 朝食抜き    | 1日3食、バランスよく食べましょう     |
| 早食い     | よくかんで食べましょう           |
| 不規則な食生活 | 寝る前の2時間は、食べないようにしましょう |
| 毎日の飲酒   | 休肝日を決めて、適正飲酒を心がけましょう  |
| 運動不足    | 1日30分以上の運動を週2回以上しましょう |
| 睡眠不足    | 睡眠で十分体量をとりましょう        |

習慣変換  
「目指そうよ! たばこの煙ない新居浜」

新居浜市民の習慣的喫煙率は、愛媛県と比較すると男女とも高くなっています。  
(平成26年度国民生活意識調査)



★たばこは、がんや虚血性心疾患などの生活習慣病のリスクを高め、胎児や子どもの成長にも害を及ぼします。  
★加熱式たばこや電子たばこにもご注意ください。  
★喫煙者たばこ関連ニコチンやがん性物質が多く含まれています。

自分や家族の健康を守るために、禁煙外来等を利用して、禁煙や減煙のサポートを受けましょう!!  
西条保健所・新居浜市

その高血圧の原因……  
肥満がもたらします!

- 歩行・身体活動をしない人の割合  
【男性】58.4% (50～59歳 61.4%が肥満)  
【女性】55.6% (50～59歳 24.0%が肥満)
- 毎日飲酒する人の割合 (男性)  
40～49歳 …… 34.4% (受診率 31.0%)  
50～59歳 …… 43.7% (受診率 40.6%)

生活習慣改善ポイント

**運動**

○階段を積極的に使いましょう

○車で出かけるときは、降りる前から歩きましょう

○掃除や洗濯などの家事も立派な運動の日です

**睡眠**

○寝る前は食事量を減らしましょう

○布団・寝方は、とやみ草がないようにしましょう

○適正飲酒を心がけましょう

**休肝日**

○休肝日を必ずとるようにしましょう

○ストレスをためないようにしましょう

○好きなことをする時間を少しでも持たしましょう

あなたの血圧  
大丈夫ですか?



西条保健所・西条市

## 【今治保健所】

### ○取組み

- ・WGでは、KDBデータの見方や課題についてのデータ活用や子どもでも分かる漫画本を作成した。今治市の重症化予防事業のスキームづくりを市とともに一緒に行った。  
内容は、健診受診者の受診後のフローや、医師会への依頼文書など。

## 1 「現状分析と課題設定」コース

### (1) 人材育成

- 研修開催 令和2年10月15日／参加者数：10人／実施場所：今治市保健センター  
令和2年11月20日／参加者数：15人／実施場所：今治市保健センター  
令和2年10月19日／参加者数：15人／実施場所：生名総合支所  
令和2年11月5日／参加者数：15人／実施場所：生名総合支所

講義：「地域の現状分析と健康課題抽出のために

～生活習慣病対策の立案・実施・評価にデータを活用しよう～

講師：今治保健所 職員

グループワーク：「初めてでも大丈夫。やってみよう！現状分析と課題抽出(KDBシステムを利用して)」

グループワークの発表と質疑応答等 「演習から見えてきたことと課題」

※研修会後は随時、フォローアップ研修(希望者)を開催し、個別に対応

### (2) 情報発信 ※

### (3) 体制・環境整備 ※

## 2 「地域課題対策」コース

### (1) 人材育成

- 研修開催 令和2年12月28日／参加者数：15人／実施場所：今治市保健センター  
グループワーク： 「初めてでも大丈夫。やってみよう！健康課題の整理」  
グループワークの発表と質疑応答等 「演習から見えてきたことと課題」  
※研修会後は随時、フォローアップ研修(希望者)を開催し、個別に対応

### (2) 情報発信 ※

### (3) 体制・環境整備 ※

※は「ビッグデータ活用地域健康づくり事業推進のための保健所実践ワーキング」として随時開催





## 【中予保健所】

### ○取組み

#### (1) 保健所実践ワーキングチーム会議

- 6月9日 個別（久万高原町）：今年度の取組の進め方について協議  
6月29日 個別（東温市）：今年度の取組の進め方について協議  
12月25日 全体（管内市町）：県事業の概要、保健所事業の取組状況について  
※書面開催

#### (2) 保健所実践ワーキングチーム代表者会議への参加

- 7月10日 実践ワーキングチーム代表者会議（第1回）に出席  
2月18日 実践ワーキングチーム代表者会議（第2回）に出席 ※web開催

#### (3) ビッグデータ活用研修会

- 12月25日 動画研修：①令和元年度データ分析報告書の解説  
②令和2年度の保健所の取組状況について

講師：中予保健所 是澤医幹

#### (4) 情報発信

- 3月 みきゃん健康通信<中予>を活用した情報発信（メール配信）

#### (5) ビッグデータを活用した健康づくり施策の実施

##### ①東温市

昨年度のデータ分析で課題として挙げられた腎臓病対策に取り組むため、東温市で実施する糖尿病性腎症重症化予防事業の中で保健指導等による効果的な介入について検討・支援。

- 7月27日 研修会：糖尿病性腎症及び慢性腎不全の病態と保健指導のポイント

講師：中予保健所 是澤医幹

- 10月16日 第1回ケース検討会

- 12月22日 第2回ケース検討会

- 2月22日 事業評価

##### ②久万高原町

健康づくり・食育推進計画の中間評価を支援するとともに、昨年度のデータ分析で分かった課題を後期計画に反映のうえ取り組んでいくため、指標や内容の見直しを支援。

- 7月8日

- 8月3日 } 中間評価に係る打合せ会

- 9月15日 }

- 10月19日 久万高原町健康づくり・食育推進会議（第1回）

- 2月5日 久万高原町健康づくり・食育推進会議（第2回）※書面開催

随時 データ提供、所内打合せ会等

#### (6) その他

- 3月16日 県民健康づくり運動地域推進会議（取組状況報告等）※書面開催

## みきやん健康通信<中予> No.29

差出人 : 中予地方局健康増進課  
日時 : 2021年03月29日 (月) 12:01  
Bcc (69件) :

こんにちは、愛媛県中予保健所健康増進課です。

毎月、働く方の健康づくりを応援する「みきやん健康通信<中予>」をお届けします。  
今回は【高血圧と生活習慣、ヘルスアップ選手権、コロナ対策】についてです。  
各職場で従業員の方々への周知を、各団体におかれましては傘下団体や会員等に対しての周知をお願いします。

\*\*\*\*\*

### 目次

- 01 特定健診の結果はいかがですか？【高血圧と生活習慣の関係】
- 02 第2回職場対抗ヘルスアップ選手権 ～表彰式～
- 03 新型コロナウイルス感染症に関する「特別警戒期間」への切り替えについて  
～3月25日(木)から当面の間～

\*\*\*\*\*

### 01 特定健診の結果はいかがですか？【高血圧と生活習慣の関係】

県では、脳卒中や心筋梗塞などに繋がる高血圧について、平成27年度に特定健診を受診した国保及び協会けんぽ加入者のうち、40～74歳の男女189,221人の健診結果や質問項目等と高血圧との関連性について分析しました。

#### ▼今回の分析では、

「肥満の人」「毎日飲酒する人」「朝食欠食する人」は  
「非肥満者」「非飲酒者」「朝食摂取者」と比べて「上の血圧が高い」ことがわかりました。

#### ▼血圧を上げないための生活習慣

##### (1) 適正な体重を維持しよう！

BMI (体格指数) = 体重(kg) ÷ [身長(m) × 身長(m)]

※普通…BMI18.5以上25未満

##### (2) 薄味を心がけ塩分を減らそう！

塩分1日 8g 未満

##### (3) 野菜を毎食しっかり食べよう！

野菜1日 350g 以上

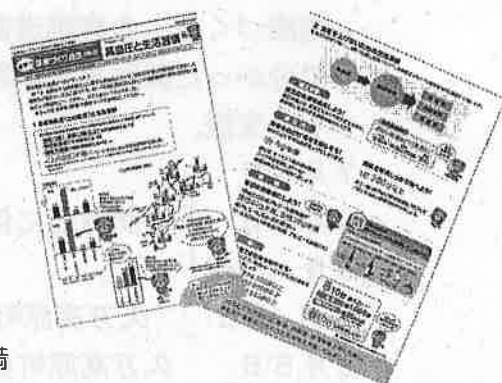
##### (4) 適切な飲酒量にしよう！

1日当たりの純アルコール摂取量が男性40g未満、女性20g未満

※純アルコール20g (日本酒1合) = ビール500mL1本相当

##### (5) 毎日の生活で歩行数を増やそう！

20～64歳…男女8,500歩以上、65歳以上…男性7,000歩以上・女性6,500歩以上



## 【八幡浜保健所】

○取組み

### ①保健所実践ワーキングチーム会議

実績：

	日	時間	場所	参加人数
八幡浜市	8月12日(水)	9:30~11:30	八幡浜市保健センター	7
大洲市	8月18日(火)	9:30~11:30	大洲市総合福祉センター	20
	11月6日(金)	9:30~12:00		6
西予市	8月27日(木)	9:30~11:30	西予市役所	4
内子町	8月24日(月)	14:00~16:00	五十崎保健センター	4
伊方町	8月21日(金)	9:30~11:30	伊方町中央保健センター	6

対象者：各市町の健康づくり担当課職員、国保担当課職員等

内容：保健所において特定健診に関する質問項目や年代別等のデータ分析を行い、各市町毎に事業の現状及び課題について意見交換を行った。また、今後の取り組みについて検討した。

### ②ビッグデータ活用研修会

日時：10月26日13:30~15:30

場所：南予地方局八幡浜支局7階大会議室

対象者：各市町の健康づくり担当課職員、国保担当課職員等

参加人数：24人

内容：ビッグデータワーキングチーム会議報告

八幡浜保健所、各市町担当者

講話「データ分析による地域診断を活かした健康づくり事業」～鬼北町の実践から～

講師 鬼北町保健介護課 保健師

情報交換、質疑応答

### ③事業成果等の地域に対する情報発信

健康応援レターの発行

(主なテーマ) 「適正体重維持で生活習慣病から身を守る」

新型コロナウイルス感染症について、歯周病予防について

配布先：管内商工会議所、市町等関係機関

発行日：12月1日

発行数：4,720部

# けんこう応援レター

第9号

令和2年12月1日発行  
愛媛県八幡浜保健所 健康増進課  
八幡浜市北浜1丁目3番37号



適正体重維持で、生活習慣病から身を守りましょう！

年末年始は、クリスマス・忘年会・新年会とイベントも多い時期です。ついつい食べ過ぎてしまいがちですが、適正体重を維持できるよう気をつけましょう。

自分の適正体重をご存じですか？

◆身長から知る方法

$$\text{身長 (m)} \times \text{身長 (m)} \times 22 = \text{適正体重 (Kg)}$$

◆体重と身長からBMI (体格指数) を知る方法

$$\text{体重 (Kg)} \div (\text{身長 (m)} \times \text{身長 (m)}) = \text{BMI}$$

BMI のみかた

18.5 未満	やせ
18.5-25 未満	標準
25 以上	肥満

肥満は、生活習慣病を引き起こす原因になります。

●抵抗力や体力の低下  
●貧血や骨粗鬆症になりやすい!



●糖尿病、脂質異常症、高血圧などの生活習慣病になりやすい!

例) 身長 170 cm の人の場合  
 $1.7 \times 1.7 \times 22 = 63.58$   
適正体重 = 63.58 Kg

例) 身長 170 cm、  
体重 70 Kg の人の場合  
 $70 \div (1.7 \times 1.7) = 24$   
BMI = 24

適正体重を維持するためには？

- 毎日決まったタイミングで体重を測りましょう
- 栄養成分表示を活用しましょう

ちなみに  
間食の目安は  
150kcal

パッケージの裏をみると...

●ポテトチップスの例

主要成分 1袋 (90g) 当たり	
エネルギー	499kcal
たんぱく質	4.2g
脂質	31.7g
炭水化物	49.2g
ナトリウム	320mg
(食塩相当量 0.9g)	

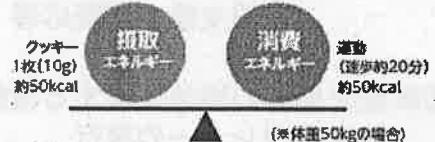
●アイスクリームの例

主要成分 1個 (80ml) 当たり	
エネルギー	144kcal
たんぱく質	3.1g
脂質	6.4g
炭水化物	18.6g
ナトリウム	6.8mg



- 1日3食! 規則正しくバランスよく食べ、必要な栄養素を確保しましょう
- 食事-運動のバランスを見直しましょう

バランスがとれていれば、余分な脂肪はつかない



生活習慣病は、健康寿命の大敵です！

生活習慣病 (がん・心疾患・脳血管疾患・動脈硬化症・糖尿病・高血圧症・脂質異常症など) は、生活習慣が深く関与しています。

身体活動・運動や食事・飲酒・喫煙・睡眠・ストレスなどの生活習慣を改善することで予防しましょう。

過去5年間 (H25-H29) の疾患別死亡数

八幡浜保健所管内

(八幡浜市、大洲市、西予市、内子町、伊方町)

悪性新生物 (がん)	2,861 人
心疾患	2,234 人
脳血管疾患	1,158 人

(出典：人口動態統計特殊報告)

# 新型コロナ



## 新しい生活様式で、感染回避行動を実践しましょう

会食は、感染リスクを下げながら楽しむ工夫をしましょう。

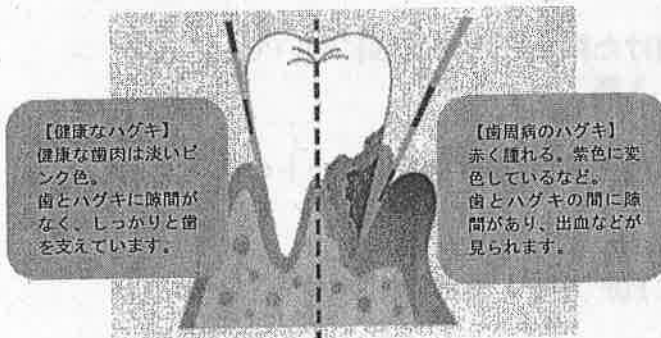
- 飲酒をするのであれば①少人数、短時間で②なるべく普段一緒にいる人と③深酒、はしご酒などはひかえ、適度な酒量で。
- 箸やコップは使い回さず、一人一人で。
- 席の配置は斜め向かいに。(正面や真横はなるべく避ける)
- 会話するときはマスク着用。
- 換気が徹底的になされているなどの工夫をしている、ガイドラインを遵守したお店で。
- 体調が悪い人は参加しない。
- 別グループへの不要な接触を避ける。

(参考：第12回新型コロナウイルス感染症対策分科会提言)

## 歯周病を予防して、感染症を防ぎましょう

## 日常的な感染症対策にお口のケアをプラス

慌ただしい年末年始は、生活リズムが不規則となり、お口の清掃がおろそかになりがちです。ケアをしっかりとって、お口をきれいに保ちましょう。歯周病は、全身の病気と関連し、ウイルスや細菌の活動を助けてしまいます。成人の約7割が歯周病に罹患しているといわれています。日頃からお口の清潔に心がけましょう。

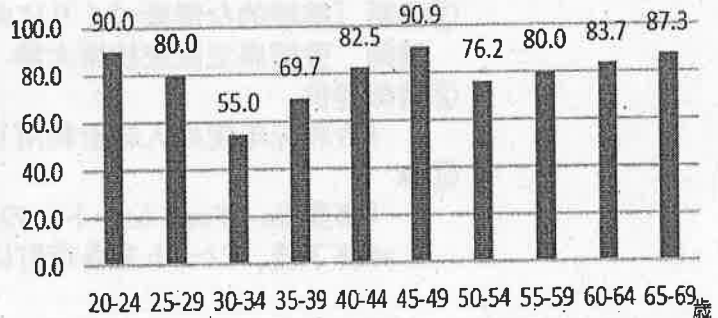


【健康なハグキ】  
健康な歯肉は淡いピンク色。  
歯とハグキに隙間がなく、しっかりと歯を支えています。

【歯周病のハグキ】  
赤く腫れる。紫色に変色しているなど。  
歯とハグキの間に隙間があり、出血などが見られます。

(出典：日本歯科医師会発行 HAPPY Smile)

歯肉に所見ありの者の割合



(出典：平成27年愛媛県民健康調査)

## お口の健康を守りましょう

### 予防の2本柱

セルフケア

プロフェッショナルケア

### 自分で行うセルフケア

#### 自分自身で行う毎日のケア

- ・毎日の歯みがきでのプラーク(歯垢)除去
- ・お口の体操
- ・規則正しい生活習慣

日々の清掃で歯のすきすき  
予防や歯石の発生を防ぐ

### 相互関係

歯ブラシが届かない部位の清掃  
歯垢を除去するスケーリングが予防

### 歯科医院で行うプロフェッショナルケア

#### 歯科医師・歯科衛生士が行う専門的ケア

- ・歯科医院で行う歯石除去、PMTC(機械的歯面清掃)
- ・歯みがき指導
- ・歯と口の健康チェック
- ・むし歯や歯周病の早期発見

寒い時期を迎え、風邪やインフルエンザの流行期になります。体調管理に気をつけましょう。

愛媛県イメージアップキャラクター  
みぎゃん



### 問い合わせ先

八幡浜保健所 健康増進課・健康づくり推進係

TEL: 0894-22-4111 (内線 283・284)

月～金(年末年始・祝祭日を除く) 8時30分～17時まで

【宇和島保健所】

○取組み

1 宇和島保健所健康づくり実践 WT 会議

(1) 対象

WT 設置要領に基づく構成員

(2) 目的

管内のデータを分析し、健康課題を明確にしたうえで効率的・効果的な健康づくりの推進を図るため、人材育成、情報提供、環境整備・体制構築の3本柱に沿った企画運営を行い、将来を見据えた生活習慣病予防及び重症化予防を推進する。

(3) 回数

年3回程度実施予定 (7/28、10/6、3/4)

2 分析能力アップ研修会

(1) 対象

管内市町職員

(2) 目的

地域の健康課題に即した、科学的根拠に基づく事業を展開できるよう、適切な保健事業の評価手法について学び、効果的な健康づくり事業の展開につなげる。

(3) 回数

年1回程度 (10月6日)

①講話「継続的な健康づくりに向けた評価とその実践について」

講師 愛媛県立医療技術大学 入野了士先生

②情報提供

「令和元年度成人式を利用した生活実態調査アンケートの報告」

③GW

「事業 Re・Form シート」の作成

⇒終了後、シートを各市町に PDF でフィードバック

4 令和元年度ビッグデータ報告書の管内分データ整理

項目別の健診結果と質問票の項目を、市町ごとに年代別でまとめ、情報提供を行った

地域課題解決にチャレンジ!!!

「事業 Re・Form シート」 島根県 出雲市

事業課題	事業名
健康づくりができていないこと	
今後できること	
今後の方向性	

地域課題解決にチャレンジ!!!

「事業 Re・Form シート」 島根県 出雲市

事業課題	事業名
健康づくりができていないこと	
今後できること	
今後の方向性	

地域課題解決にチャレンジ!!!

「事業 Re・Form シート」 島根県 出雲市

事業課題	事業名
健康づくりができていないこと	
今後できること	
今後の方向性	

地域課題解決にチャレンジ!!!

「事業 Re・Form シート」 島根県 出雲市

事業課題	事業名
健康づくりができていないこと	
今後できること	
今後の方向性	

# H29年度 特定健康診査結果 項目別集計(一覽)

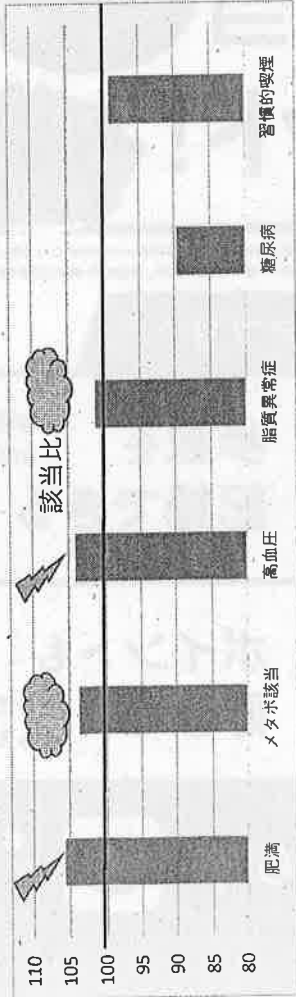
# 宇和島市

## 男性

## 女性

項目	県 粗有窮率	宇和島市 割合(%)	判定可能数	該当者数	期待者数	該当比	95%信頼区間		結果
							下限値	上限値	
肥満	51.1	54.1	5,848	3,166	2,994	105.7	102.1	108.5	▲
メタボ該当	24.8	25.9	5,844	1,516	1,469	103.6	98.4	108.9	△
高血圧	46	48.6	5,849	2,842	2,732	104	100.2	107.9	▲
脂質異常症	55.2	56	5,844	3,272	3,233	101.2	97.8	104.7	△
糖尿病	12.5	11.4	5,846	664	741	89.6	82.9	96.7	▼
習慣的喫煙	34.4	33.7	5,849	1,973	1,992	99	94.7	103.5	▽

※結果：全県に比べて▼有意に低い △低い有意でない ▲高い有意でない ▲有意に高い

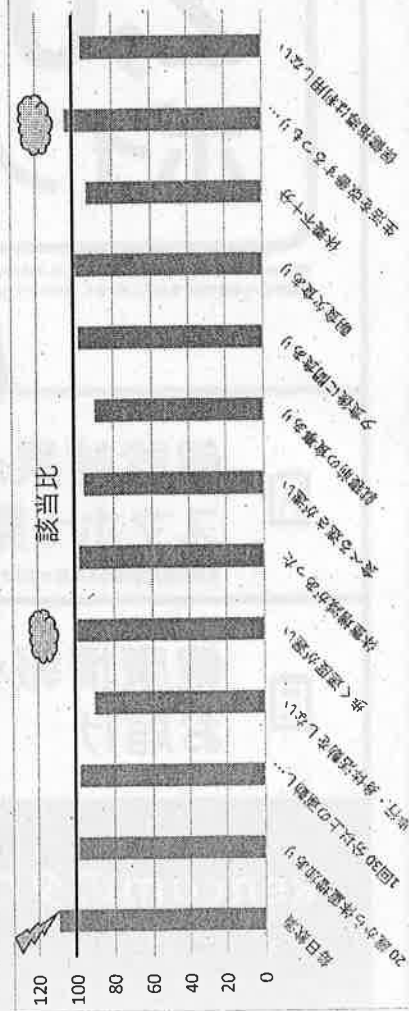


## 男性

## 女性

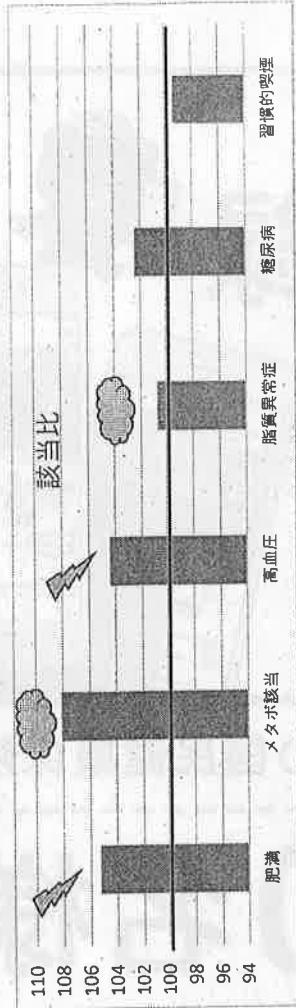
項目	県 割合(%)	宇和島市 割合(%)	判定可能数	該当者数	期待者数	該当比	95%信頼区間		結果
							下限値	上限値	
毎日飲酒	37.8	41.7	5,152	2,146	1,957	109.6	105.1	114.4	▲
20歳から体重増加あり	46.6	46	5,162	2,370	2,355	99	95	103	▽
1回30分以上の運動しない	70.4	69.8	5,163	3,584	3,614	98.1	94.9	101.3	▽
歩行・身体活動をしない	56.6	51	5,161	2,628	2,909	90.4	86.9	93.9	▼
歩く速度が遅い	57.8	55.5	5,138	3,004	2,967	101.3	97.7	104.9	△
体重増減があった	26.7	25.9	5,139	1,330	1,356	98.1	92.9	103.5	▽
食べる速さが速い	35.2	33.4	5,154	1,723	1,807	95.4	90.9	100	▽
就寝前の食事あり	33	29.3	5,146	1,506	1,694	89.4	85	94	▼
夕食後に間食あり	17.6	17.1	5,154	879	898	97.9	91.5	104.6	▽
朝食欠食あり	22.6	22.2	5,152	1,142	1,144	99.8	94.1	105.8	▽
休養不十分	37.1	34.4	5,128	1,766	1,896	93.2	86.9	97.6	▼
生活を改善するつもりなし	33.1	34.7	5,144	1,786	1,707	104.6	99.8	109.6	△
保健指導は利用しない	64.1	61.3	5,138	3,148	3,254	95.9	92.6	99.3	▼

※結果：全県に比べて▼有意に低い △低い有意でない ▲高い有意でない ▲有意に高い



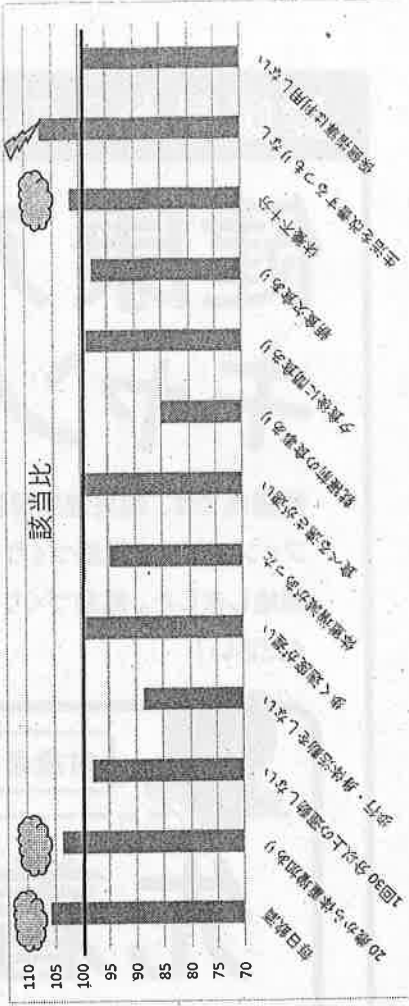
項目	県 粗有窮率	宇和島市 割合(%)	判定可能数	該当者数	期待者数	該当比	95%信頼区間		結果
							下限値	上限値	
肥満	24.6	25.9	6,146	1,593	1,513	105.3	100.2	110.6	▲
メタボ該当	7.6	8.3	6,142	507	469	108.1	98.9	117.9	△
高血圧	34.2	35.7	6,147	2,197	2,105	104.4	100.1	108.8	▲
脂質異常症	50.7	51.4	6,144	3,160	3,138	100.7	97.2	104.3	▲
糖尿病	5.8	6	6,144	367	358	102.4	92.2	113.5	△
習慣的喫煙	8	7.9	6,147	487	490	99.4	90.7	108.6	▽

※結果：全県に比べて▼有意に低い △低い有意でない ▲高い有意でない ▲有意に高い



項目	県 割合(%)	宇和島市 割合(%)	判定可能数	該当者数	期待者数	該当比	95%信頼区間		結果
							下限値	上限値	
毎日飲酒	9.8	10.4	5,098	581	602	105.8	97	113.2	△
20歳から体重増加あり	29.3	30.4	5,098	1,550	1,496	103.6	98.5	108.9	△
1回30分以上の運動しない	78	71.7	5,125	3,675	3,754	97.9	94.8	101.1	▽
歩行・身体活動をしない	53.8	47.7	5,096	2,483	2,751	88.5	85	92	▼
歩く速度が遅い	61.7	61.3	5,087	3,119	3,188	99.4	95.9	102.9	▽
体重増減があった	22.8	21.6	5,086	1,097	1,159	94.7	89.2	100.5	▽
食べる速さが速い	28.2	28.2	5,098	1,439	1,440	99.9	94.8	105.2	▽
就寝前の食事あり	16.9	14.4	5,096	732	860	85.1	79.1	91.5	▼
夕食後に間食あり	21.4	21.2	5,093	1,079	1,092	98.8	93	104.8	▽
朝食欠食あり	11.9	11.7	5,096	594	608	97.7	90	105.9	▽
休養不十分	40.6	41.5	5,116	2,122	2,086	101.7	97.4	106.1	△
生活を改善するつもりなし	24	25.6	5,076	1,301	1,214	107.2	101.4	113.2	▲
保健指導は利用しない	60	59.5	5,087	3,027	3,062	99.2	95.7	102.8	▽

※結果：全県に比べて▼有意に低い △低い有意でない ▲高い有意でない ▲有意に高い





愛媛県からのお知らせ



# 健康アプリ登録 キャンペーン



愛媛県では、国民健康保険被保険者の方々を対象に、スマートフォンアプリで健康づくりを行うスマートヘルスケア推進事業を開始しました。健康づくりのため、ぜひkencomアプリをご利用ください!

Q 愛媛県 スマートヘルスケア 検索



**対象者** 愛媛県にお住まいの国民健康保険加入者  
※対象20才~74才

## 先着 5,000 名様に 2,000円相当 ポイントプレゼント!



※写真はイメージです。

※kencomに登録完了(画面 STEP5の状態)で、みきゃん健康ポイントが2000 pt付与されます。※お1人様につき1回のみご登録できます。複数のkencomアカウントでキャンペーンポイントを受け取られた場合、当該ポイントを取り消す場合がございます。※キャンペーンは予告なく変更・中止になる場合がございます。※ポイントは、アプリ内でAmazonギフト券やnanacoギフト、商品などへ簡単に交換できます。



### kencomってどんなアプリ?

**A** 健診結果が  
スマホで見れる

すぐ見れて  
便利~

※特定健康診査のみ閲覧できます(40才~74才の方対象)

**B** 歩数を  
記録できる

今日は  
6000歩か~

**C** 健康情報を  
お届け

人によって  
違うんだ

**P** ポイントも  
貯まる

使うだけで  
もらえる♪

kencomのダウンロードはこちらから→



※kencomのご利用は無料です。ただし、アプリ利用の際に発生する通信料は自己負担となります。詳細は愛媛県ホームページをご覧ください。  
AppleおよびAppleロゴは米国カリフォルニア州に所在するApple Inc.の商標です。App StoreはApple Inc.のサービスマークです。Google PlayおよびGoogle Play ロゴはGoogle LLC.の商標です。

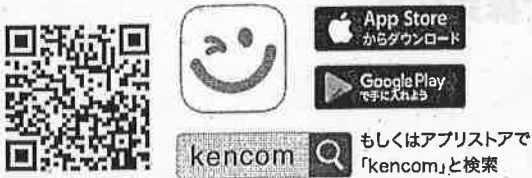
## kencomの登録方法

動画で登録方法を  
紹介しています→

kencom 会員登録方法 YouTube 検索

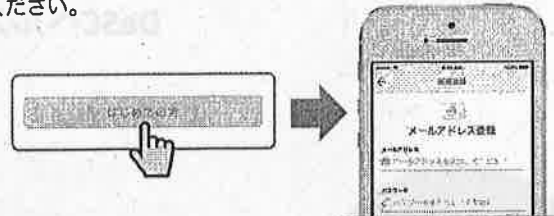
### STEP 1 二次元コードからkencomアプリをダウンロード

スマートフォンで二次元コードを読み取り、kencomアプリをダウンロードしてください。



### STEP 2 kencomアプリを起動してメールアドレスを入力

kencomアプリを起動させてはじめての方ボタンを押した後、メールアドレスとパスワード(ご自身で設定)を入力してください。



### STEP 3 届いたメールを確認

入力したメールアドレスに確認用のメールを送付します。メールアプリを開いてメール本文に記載されたリンクを押してください。



### STEP 4 保険証情報を入力

続けて健康保険証を準備していただき、保険証情報、氏名、生年月日を入力してください。



### STEP 5 kencomに登録完了

今回登録されたメールアドレスがログインIDとなります。複数端末でお使いになる場合も、同じログインIDをご利用いただけます。



健康アプリ kencom に登録すると!

先着 5,000 名様

## 2,000円相当 ポイントプレゼント!

※写真はイメージです。

※ポイントは、アプリ内でAmazonギフト券やnanacoギフト、商品などへ簡単に交換できます。

さっそくkencomを始めてみましょう!



# kencomのご説明

DeSCヘルスケア株式会社



Copyright (C) DeSC Healthcare, Inc. All rights reserved.

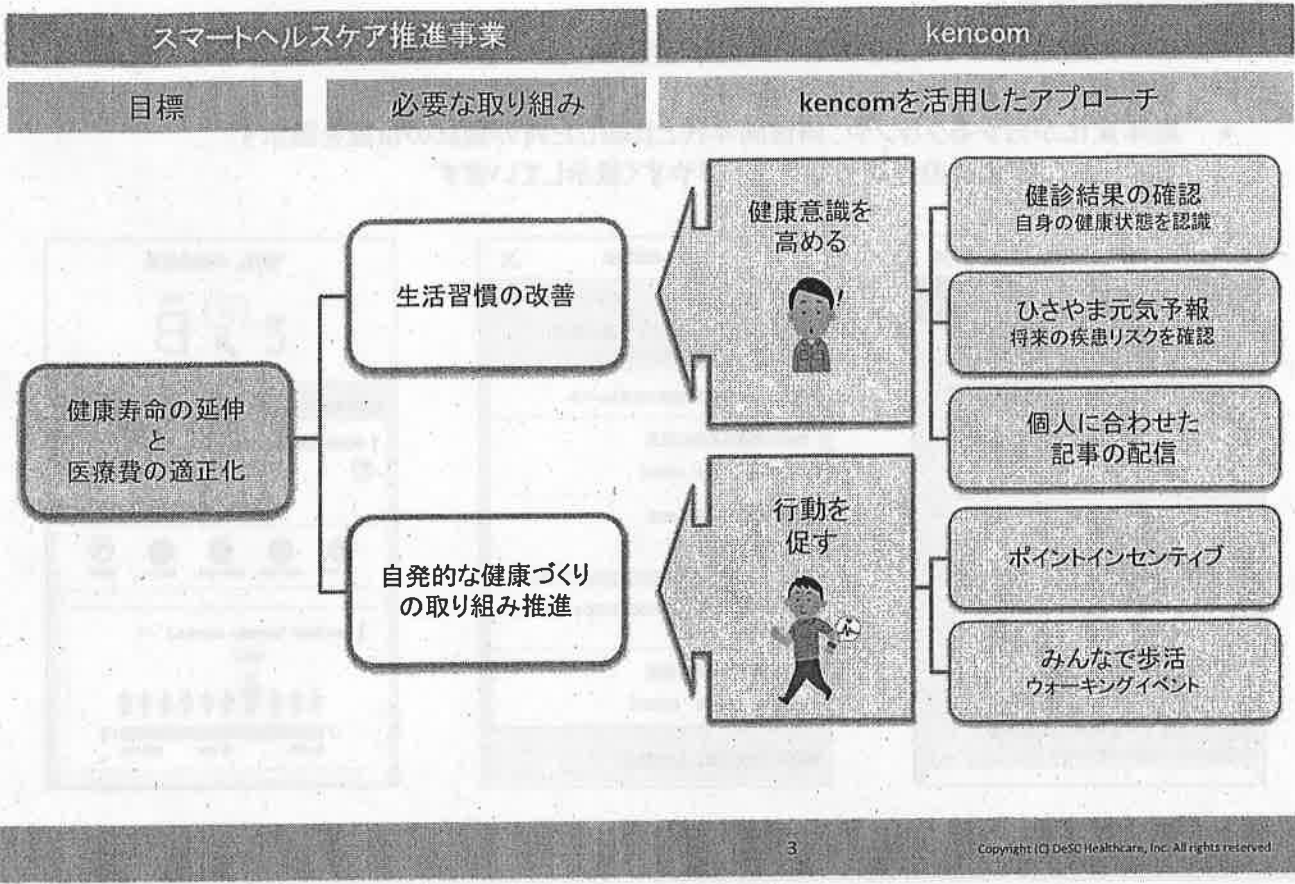
kencomとは

# kencom

楽しみながら、健康に。

医療保険者が被保険者の健康を守るために必要な健康づくり施策や生活習慣病予防、健康無関心層への取組を実施するため、ポピュレーションアプローチの手法を用い、利用者の健康増進をサポートするアプリです。

# kencom導入の目的



# kencomの主な機能



**健診結果\*を  
スマホで  
チェック!**

\*特定健診に該当する項目のみ  
閲覧できます

**あなたの健康状態に  
合わせた情報をお届け。**

へ～。人によって  
表示される記事が  
違うんだ。



**歩数や体重など、  
身体の変化を記録。**

げげっ…  
太ってきた…



**ポイントを貯めて  
ギフト券を当てよう。**

やったー！また  
当たっちゃった♡



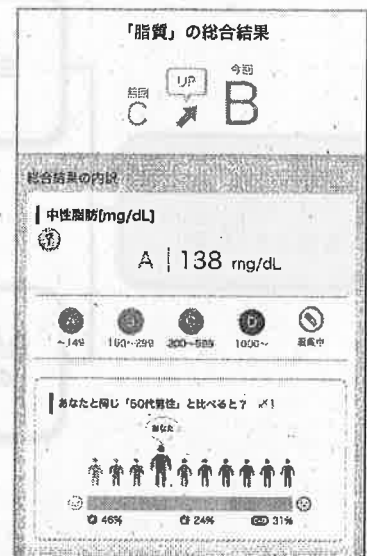
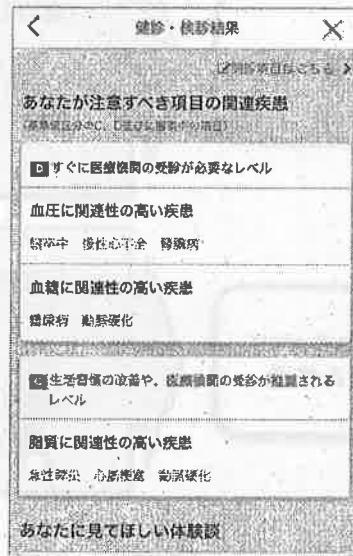
amazon.co.jp  
ギフト券

nando 47+

## 健診結果の閲覧

### ■ 特定健診結果表示

- データ連携によって、健診結果の入力が不要になります
- 特定健診の項目を表示することができます
- 経年変化が分かるグラフや、同性同年代と比較した時の現状の位置を図示するなどして、ご自身の健康状態を分かりやすく表示しています



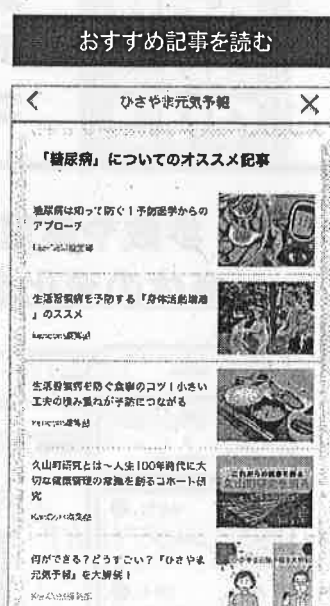
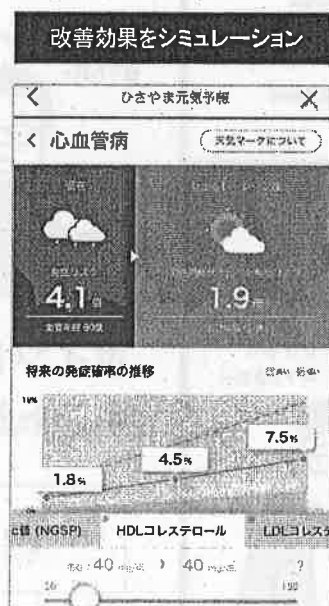
5

Copyright (C) DeSC Healthcare, Inc. All rights reserved.

## 健診結果の閲覧(ひさやま元気予報)

### ■ ひさやま元気予報

- 久山研究のデータを元に将来の生活習慣病の発症リスクを提示します
- 数値を変化させることで改善効果をシュミレーションできます



6

Copyright (C) DeSC Healthcare, Inc. All rights reserved.

# ライフログの記録

## ■ ライフログの記録

- 歩数/体重/体温/血圧/血糖値の記録し、変化を可視化ができます
  - 歩数は自動連携可能
- 行動目標を設定し、記録をすることができます



# 記事配信

## ■ 記事による健康情報の発信

- 性別、年代、健診結果、利用ログから、その方の健康状態・趣味嗜好に合わせた記事をお届けします
- 社内編集部のチェック、及び医師の監修を経て質の高い情報をご提供します

それぞれの人に最適な記事が届きます!

**血圧** 高血圧予防が期待できるナト・カリ調味料って何?  
 入浴時や外出先で手軽に摂取できるナトリウムとカリウムが豊富な調味料は、ナト・カリ調味料(ナトリウム)。

**運動不足** そのストレッチが実は「筋力低下」を招くワケ  
 ジョギングやランニングだけでなく、姿勢のキープやウォーキングは筋力の維持に一役、多くの人は、ストレッチで見たこと。

**脂質** 脂質制限しすぎてない? 減らすだけではNGな脂質コントロール  
 脂質の摂取が適切かどうか、気になるところがダイエット。脂質は体に良くない、というイメージが定着しつつ。

**貧血** 今日も朝からダルいのは、仕事行きたくないから・・・じゃなかった!?  
 最近疲れやすい、頭が重い、それ、もしかして鉄分不足の貧血かもしれません。貧血とは?

**運動不足** ぶよぶよの腹を引き締めるトレーニング【今日の筋トレ18】  
 二重腹の悩みが解消になる方法を探そう! 筋トレで引き締める筋肉を鍛えるための、今日のためのトレーニング。

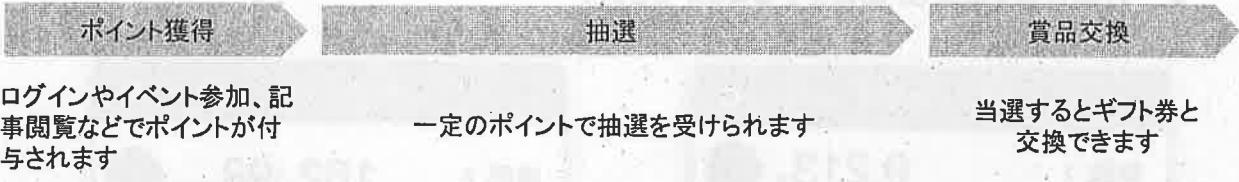
**冷え性** 寝れ知らず&寝間着に悩んでくれる、効果的な入浴法とは?  
 入浴は体温調節などで睡眠の質を高め、リラックス効果も期待できる。冷え性、寝れ知らず、寝間着に悩んでくれる、効果的な入浴法とは?

おさんの記事

# ヘルスケアポイント

## ■ kencomポイント

- kencomの全登録者を対象に付与される共通ポイント
- 共通ポイント経費は固定費の中に含まれ、追加負担はかかりません



ログインやイベント参加、記事閲覧などでポイントが付与されます

一定のポイントで抽選を受けられます

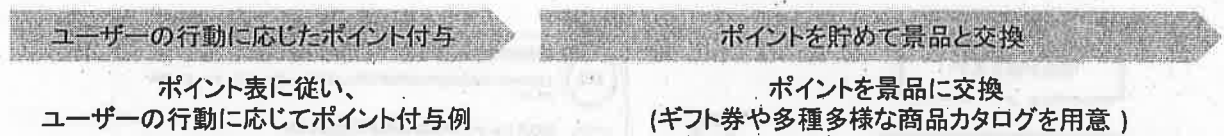
当選するとギフト券と交換できます



# ヘルスケアポイント(独自ポイント)

## ■ 独自ポイント

- 独自でポイントを設定することが可能です
- 設定したポイントにより、ユーザーの健康行動に応じてポイントを付与します
- 貯めたポイントを商品と交換することができ、健康行動の動機づけが行えます



ポイント表に従い、ユーザーの行動に応じてポイント付与例

ポイントを景品に交換 (ギフト券や多種多様な商品カタログを用意)

項目	付与ポイント	ポイント数
参加型	新規登録	100pts
	継続ログイン	1pts
	イベント参加	50pts
	健診受診	500pts
努力型	歩数記録	5pts
	体重記録	5pts
成果型	健診結果改善	500pts
	体重減少	500pts

ポイント表の例(1pt 1円想定)

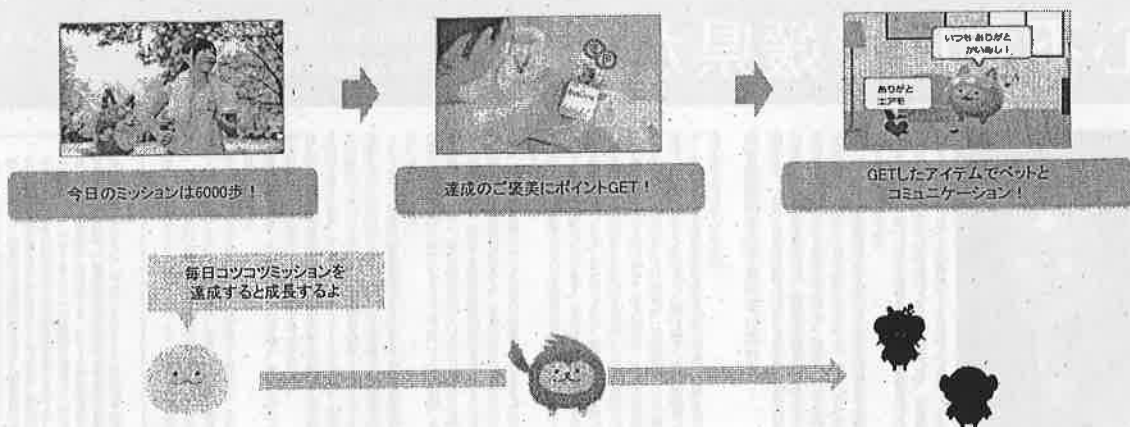
様々なカテゴリの商品を用意



## 育成ゲーム

### ■ 育成ゲーム(kencomミッション)

- kencom上でキャラクター「エアモ」を育成することができます
- ミッションとして提示される健康行動を行うことで、キャラクターを成長させることができます
- 記事を読む・体重記録等のミッションを達成することでkencomポイントやアイテムを獲得でき、期間限定のイベントミッションも随時開催してます



※kencomミッションを利用するためには、必ずkencomに会員登録する必要があります  
※kencomミッションはkencomアプリのみ利用可能です

11

Copyright (C) DeSC Healthcare, Inc. All rights reserved.

## PUSH通知＋お知らせ掲載

### ■ お知らせの掲載

- kencom上に自治体様(市町村単位)のお知らせ情報を掲載することができます
- セミナーやイベント、健康診断の案内等にご活用いただけます
- kencom上にお知らせ掲載をした際、kencomアプリをご利用中の住民の方の端末に、コメント表示で通知をすることができます(PUSH通知)



通知をタップで

見てもらいたいページを表示することができます



12

Copyright (C) DeSC Healthcare, Inc. All rights reserved.





# 心不全に愛媛県が挑む！ 愛媛県における心不全及び高血圧を中心とする循環器病対策に関して

山口県立総合医療センター循環器内科部長 山口 健

山口県立総合医療センター循環器内科部長 山口 健

山口県立総合医療センター循環器内科部長 山口 健

山口県立総合医療センター循環器内科部長 山口 健



山口 健  
循環器内科部長

山口県立総合医療センター循環器内科部長 山口 健

山口県立総合医療センター循環器内科部長 山口 健

山口県立総合医療センター循環器内科部長 山口 健

山口県立総合医療センター循環器内科部長 山口 健

山口県立総合医療センター循環器内科部長 山口 健

山口県立総合医療センター循環器内科部長 山口 健

山口県立総合医療センター循環器内科部長 山口 健

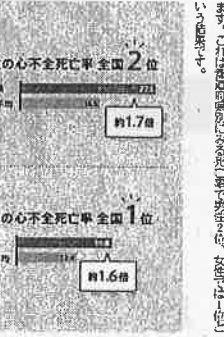
山口県立総合医療センター循環器内科部長 山口 健

山口県立総合医療センター循環器内科部長 山口 健

山口県立総合医療センター循環器内科部長 山口 健

山口県立総合医療センター循環器内科部長 山口 健

山口県立総合医療センター循環器内科部長 山口 健



村上 博  
循環器内科部長

山口県立総合医療センター循環器内科部長 山口 健

山口県立総合医療センター循環器内科部長 山口 健

山口県立総合医療センター循環器内科部長 山口 健

山口県立総合医療センター循環器内科部長 山口 健

山口県立総合医療センター循環器内科部長 山口 健

山口県立総合医療センター循環器内科部長 山口 健

山口県立総合医療センター循環器内科部長 山口 健

山口県立総合医療センター循環器内科部長 山口 健



中村 時広  
循環器内科部長

山口県立総合医療センター循環器内科部長 山口 健

山口県立総合医療センター循環器内科部長 山口 健

山口県立総合医療センター循環器内科部長 山口 健

山口県立総合医療センター循環器内科部長 山口 健

山口県立総合医療センター循環器内科部長 山口 健

山口県立総合医療センター循環器内科部長 山口 健

山口県立総合医療センター循環器内科部長 山口 健

山口県立総合医療センター循環器内科部長 山口 健

山口県立総合医療センター循環器内科部長 山口 健

山口県立総合医療センター循環器内科部長 山口 健

山口県立総合医療センター循環器内科部長 山口 健

山口県立総合医療センター循環器内科部長 山口 健

山口県立総合医療センター循環器内科部長 山口 健

山口県立総合医療センター循環器内科部長 山口 健

山口県立総合医療センター循環器内科部長 山口 健

山口県立総合医療センター循環器内科部長 山口 健

山口県立総合医療センター循環器内科部長 山口 健

山口県立総合医療センター循環器内科部長 山口 健

山口県立総合医療センター循環器内科部長 山口 健

山口県立総合医療センター循環器内科部長 山口 健

山口県立総合医療センター循環器内科部長 山口 健

山口県立総合医療センター循環器内科部長 山口 健

山口県立総合医療センター循環器内科部長 山口 健

山口県立総合医療センター循環器内科部長 山口 健

山口県立総合医療センター循環器内科部長 山口 健

山口県立総合医療センター循環器内科部長 山口 健

山口県立総合医療センター循環器内科部長 山口 健

山口県立総合医療センター循環器内科部長 山口 健

山口県立総合医療センター循環器内科部長 山口 健

山口県立総合医療センター循環器内科部長 山口 健

山口県立総合医療センター循環器内科部長 山口 健

山口県立総合医療センター循環器内科部長 山口 健

循環器疾患への貢献

愛媛県・愛媛大学・ノバルティスファーマ薬学連携プロジェクト

循環器疾患への貢献

その息切れ... 心不全の症状かも。

循環器内科、かかりつけの先生に相談を。

心不全は他人事ではなへ自分事

その息切れ…  
心不全の症状かも。



## 循環器内科、かかりつけの先生に相談を。

愛媛県は「心不全で苦しむ人の割合が日本一かも」というデータが出ています。  
心不全の初期には、階段を上る時に息が切れる、歩行時に同年代の人についていけない、  
脚がむくむといった症状が現れます。  
高血圧や糖尿病などの、心不全のリスクとなる病気をお持ちの方は、  
「心臓からのSOSを見逃してはいないか」そんな気持ちで、  
ご自分の症状を振り返ってみることが大切です。



循環器疾患への貢献  
愛媛県・愛媛大学・ノバルティスファーマ  
愛媛学連携プロジェクト

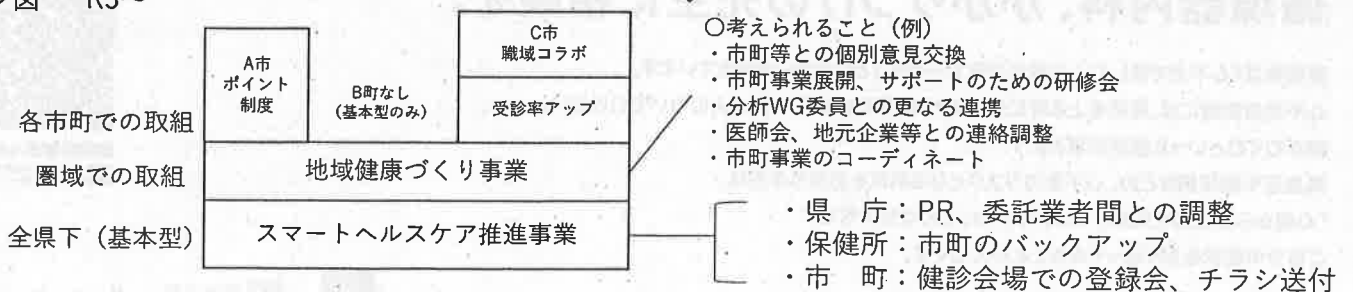


# 来年度以降の方向性について

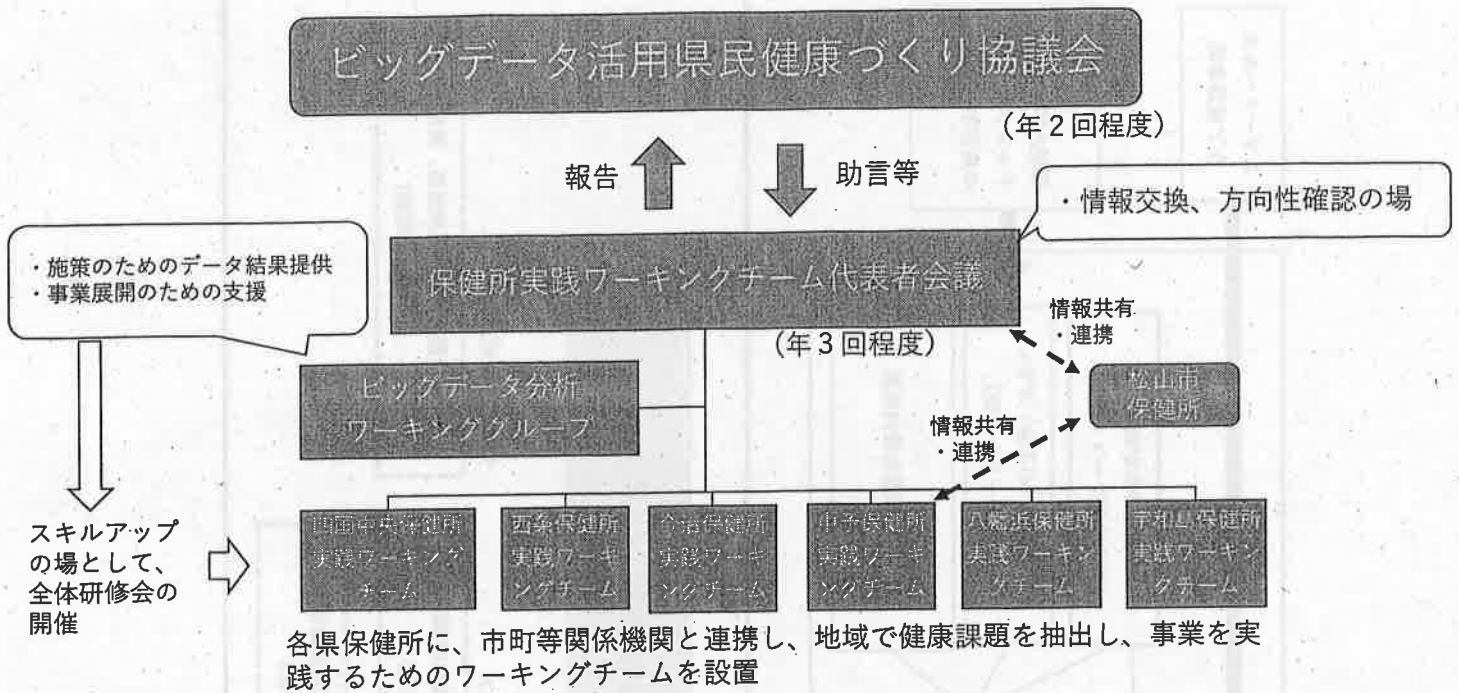
市の健康づくりの取組

	H30	H31 (R1)	R2	R3	R4	R5
県庁	データ分析・現状把握・優先テーマの設定			事業(取組)実施		
	国保と協会けんぽの健診 ↓ 高血圧	国保レセプト(追加) ↓ 肥満 飲酒 朝食欠食	要介護情報 協会けんぽ レセプト (追加) ↓ 取りまとめ予定	健康課題は高血圧 スマートヘルスケア推進事業 ※ 5月ウォーキングイベントコラボ 産官学連携プロジェクト ※ データ分析コラボ データ分析(指標、施策のための)、スキルアップ研修、代表者会議は継続		
保健所	・宇和島保健所モデル ・保健所WT設置	・市町ニーズ調査 ・地域課題抽出 ・啓発媒体作成 ・人材育成 ・健康応援レター作成	・市町等との意見交換 ・医師会との調整 ・糖尿病専門医との連携予定 ・企業等との連携予定 ・分析WG委員との研修での連携希望	○お願いしたいこと R3以降の取組みについての整理(市町ごと)		(保健所全体)

イメージ図 R3～

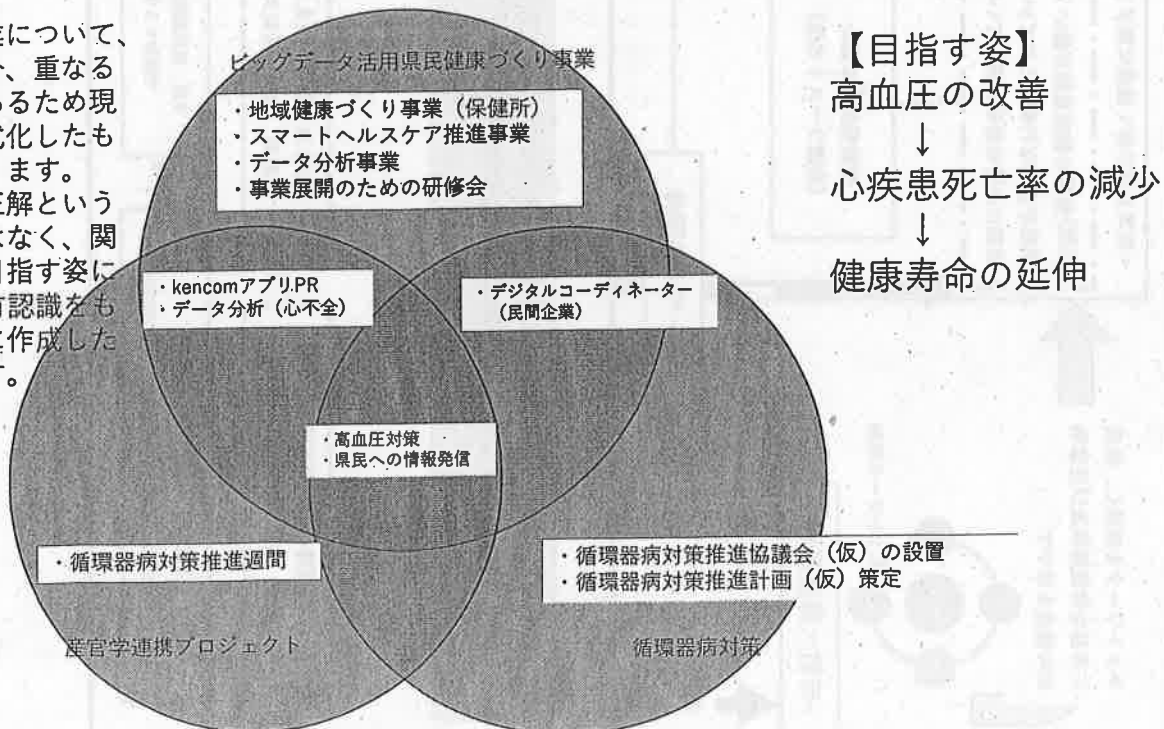


# ビッグデータ活用県民健康づくり事業体系図



## ビッグデータ活用県民健康づくり事業×産官学連携プロジェクト×循環器病対策

※各事業について、単独部分、重なる部分があるため現状を図式化したものになります。これが正解ということではなく、関係者で目指す姿に向け共有認識をもつために作成したものです。





○ 令和3年度ビッグデータ活用県民健康づくり事業スケジュール

項目	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
1(1)ビッグデータ活用協議会							○第1回協議会開催 ・事業の進捗状況及び方向性等について				○第2回協議会開催 ・本年度の事業報告等 ・来年度以降の進め方等	
1(2)代表者会議		○第1回保健所実践WT代表者会議				○第2回保健所実践WT代表者会議				○第3回保健所実践WT代表者会議		
1(3)分析WG会議	○分析WG会議											
2 ビッグデータ活用研修会					7月～9月の開催を検討							
					○全体研修会 ・対象:保健所職員、市町職員、各保険者等(約100名)							
3 ビッグデータ分析委託					中間報告							最終報告
	○委託契約											
4 ビッグデータ活用健康づくり事業		○事業実施計画作成(6保健所)										
スマートヘルスケア推進事業												

## ビッグデータ活用県民健康づくり事業の年度別の取組み

### 【平成30年度の取組み】

- 1 ビッグデータ活用県民健康づくり協議会の開催（年2回）  
構成員 12名（学識経験者、医療関係団体、健診団体など）
- 2 代表者会議の開催（年3回）  
出席者：20名（保健所健康づくり実践WT、分析WG）  
内 容：事業の取組みやビッグデータの活用について協議を行う。
- 3 市町・保健所等説明会の開催  
対象者 市町（保健部門・国保部門）、保健所、保険者支援団体等の関係者  
日 程 6月15日（金）13:30～16:30
- 4 ビッグデータ活用研修会の開催（年1回）  
対象者 100名程度（市町、保健所、保険者支援団体など）  
日 程 9月21日（金）13:30～16:30  
講 師 国立保健医療科学院生涯健康研究部 部長 横山徹爾
- 5 特定健診データ（国保及び協会けんぽ）の分析及び見える化作業（愛媛大学へ委託）  
国保と協会けんぽの健診データの分析を基に、地域別（現20市町レベル）の現状を把握し、健康課題を見える化するとともに、効果的な対策等について検討
- 6 モデル事業の実施  
宇和島保健所において関係機関の連携強化と人材育成等をテーマとして実施
- 7 ICTを活用した保健指導の実施（試行）  
健診結果を基に、将来の生活習慣病罹患リスクを提示するとともに、体重、血糖値等の数値の改善によるリスク低減シミュレーションを示すことにより、生活習慣の改善を促す。アンケート調査を実施し、次年度の改善へ向け効果検証を行う。

### 【令和元年度の取組み】

- 1 ビッグデータ活用県民健康づくり協議会の開催（年1回）  
構成員 12名（学識経験者、医療関係団体、健診団体など）
- 2-1 代表者会議の開催（6月14日、12月25日）  
構 成：20名程度（保健所健康づくり実践WT、分析WG）  
内 容：事業の取組みやビッグデータの活用について協議
- 2-2 分析ワーキンググループ会議の開催（11回開催）  
構 成：5名（統計・公衆衛生の専門家）  
内 容：データ分析の内容や方向性の検討
- 3 ビッグデータ活用研修会の開催（9月20日）  
講 師：国立保健医療科学院 生涯健康部 横山徹爾  
大分大学医学部公衆疫学講座 教授 斉藤功  
対象者 81名（市町、保健所、保険者支援団体など）
- 4 ビッグデータ分析委託（愛媛大学へ委託）  
国保と協会けんぽの健診データに医療レセプトデータを追加し分析を実施、地域別、年代別の現状を把握し、健康課題を見える化するとともに、効果的な対策等について検討。地区分析は旧70市町村レベルまで掘り下げる。
- 5 保健所事業の実施  
平成30年度の宇和島保健所モデル事業の結果を踏まえ、6保健所において、関係機関の連携強化と人材育成等をテーマとして実施。地域課題の抽出・対策を整理
- 6 ICTを活用した保健指導の実施（モデル事業：厚生連健診センターへ委託）  
健診結果を基に、将来の生活習慣病罹患リスクを提示するとともに、体重、血糖値等の数値の改善によるリスク低減シミュレーションを示すことにより、生活習慣の改善を促す。

## 【令和2年度の取組み】

- 1 ビッグデータ活用県民健康づくり協議会の開催（年2回）  
構成員 20名以内（学識経験者、医療関係団体、健診団体など）
- 2-1 代表者会議の開催（年2回）  
構成：20名程度（保健所健康づくり実践WT、分析WG）  
内容：事業の取組みやビッグデータの活用について協議
- 2-2 分析ワーキンググループ会議の開催（年12回程度）  
構成：5名（統計・公衆衛生の専門家）  
内容：データ分析の内容や方向性の検討
- 3 ビッグデータ活用研修会の開催（年1回）  
対象者 100名程度（市町、保健所、保険者支援団体など）
- 4 ビッグデータ分析委託（愛媛大学へ委託）  
国保と協会けんぽの健診、医療、介護データを加え、愛媛県の健康課題である高血圧を中心に地域別、年代別の現状を把握した。
- 6 保健所実践事業の実施  
6保健所において、関係機関と連携し客観的なデータに基づく、課題に応じた効果的な健康づくり等の施策を検討・実施
- 7 スマートヘルスケア推進事業  
スマホアプリにより、健診結果の閲覧や、健康づくりに関する知識や健康イベントとの情報提供を行う他、歩行数や健診受診等ポイント制によるインセンティブを付与することにより、健康づくりの機運の醸成を図るほか、健診結果を基に、将来の生活習慣病罹患リスクを提示するとともに、体重、血糖値等の数値の改善によるリスク低減シミュレーションを示すことにより、生活習慣の改善を促す。

## 【令和3年度の取組み】

- 1 ビッグデータ活用県民健康づくり協議会の開催（年2回）  
構成員 20名以内（学識経験者、医療関係団体、健診団体など）
- 2-1 代表者会議の開催（年2回）  
構成：20名程度（保健所健康づくり実践WT、分析WG）  
内容：事業の取組みやビッグデータの活用について協議
- 2-2 分析ワーキンググループ会議の開催（年12回程度）  
構成：5名（統計・公衆衛生の専門家）  
内容：データ分析の内容や方向性の検討
- 3 ビッグデータ活用研修会の開催（年1回）  
対象者 100名程度（市町、保健所、保険者支援団体など）
- 4 ビッグデータ分析委託（愛媛大学へ委託）  
健診、医療、介護のビッグデータ、愛媛県の健康課題である高血圧を中心とした分析に加え、産官学連携協定に基づく循環器病研究を推進する。
- 5 保健所事業の実施  
6保健所において、関係機関と連携し客観的なデータに基づく、課題に応じた効果的な健康づくり等の施策を検討・実施
- 6 スマートヘルスケア推進事業（令和5年度まで）  
スマホアプリにより、健診結果の閲覧や、健康づくりに関する知識や健康イベントとの情報提供を行う他、歩行数や健診受診等ポイント制によるインセンティブを付与することにより、健康づくりの機運の醸成を図るほか、健診結果を基に、将来の生活習慣病罹患リスクを提示するとともに、体重、血糖値等の数値の改善によるリスク低減シミュレーションを示すことにより、生活習慣の改善を促す。



【R3～R5 までのロードマップ】

※令和6年度以降は、産官学連携協定に基づく循環器病対策及びスマートヘルスケア推進事業の成果を踏まえ、検討する。

項目	令和3年度	令和4年度	令和5年度
1 協議会	事業の基本的な方向性等について学識経験者等を交え協議（年2回）		
2 代表者会議	各圏域の課題・取組・成果等を全県で共有し事業検討（年3回）		
3 ビッグデータ活用研修会	有識者を招いた研修・人材育成（年1回）		
4 ビッグデータ分析	高血圧を中心とした健診・医療・介護のビッグデータ分析 産官学連携協定に基づく循環器病の研究推進		
5 保健所事業	保健所を中心に高血圧、心不全死亡等を改善する施策・展開		
6 ICTを活用した保健指導	スマートヘルスケア推進事業（R5年度まで）		

## 令和3年度愛媛県ビッグデータ活用県民健康づくり事業研修会について

### 1 目的

市町担当者が、保健所等とともにビッグデータ分析結果や循環器病の研究成果等で同定した健康課題に対し、持続可能で効果的な健康づくり運動が実践できる。

令和3年度は健診、医療、介護のビッグデータの分析に産官学連携協定に基づく循環器病の研究推進を加えるため、データ分析結果の解釈や、各地域でデータに基づく効果的な施策展開手法について学習する。

### 2 実施主体

愛媛県

### 3 対象者

各市町（健康づくり・国保所管課で健康づくりや医療費適正化等に従事する者）、保健所、愛媛県国民健康保険団体連合会、全国健康保険協会愛媛支部等に所属し、本研修会に関心のある者

### 4 研修時期

令和3年7～9月（1回）

### 5 令和3年度研修内容(案)

- (1) 講師：愛媛県ビッグデータ活用県民健康づくり分析ワーキンググループ  
内容：健診・医療・介護のビッグデータ分析結果と施策への活用
- (2) 講師：愛媛大学医学部第二内科  
内容：産官学連携協定に基づく循環器病に関する研究について

### 【参考】開催実績

R元年度	R2年度
講師 国立保健医療科学院生涯健康研究部長 横山徹爾 (講演及び演習) 「データを読み解くために必要な視点や考え方について」 1) 生活習慣病における問題と要因について 2) 健康課題の明確化(具体化)について	講師 大分大学医学部公衆衛生・疫学講座 教授 斉藤功 (講演)「健診・医療・介護のビッグデータ分析3年間の軌跡と中間報告について」 講師 愛媛大学大学院農学系研究科 准教授 丸山広達 (講演)「旧70市町村分析や市町から要望のあった分析結果について」
講師 大分大学医学部公衆衛生・疫学講座 教授 斉藤功 (講演) 「高血圧に着目したデータ分析結果(中間報告)」	講師 愛媛県立医療技術大学 講師 入野了士 愛媛大学社会共創学部 准教授 淡野寧彦 (セミナー)「健康課題解決のためのイメージや成功ストーリーの作り方」 (ワークショップ)「健康課題の同定、資源、事業棚卸から見える事業展開」

## 1 これまでの事業成果

- ・ 県内の健康課題を明確にした上で効果的な事業展開を図るために、平成30年度から令和2年度にかけて、国保と協会けんぽの健診・医療・介護のビッグデータを活用し、愛媛県健康課題である高血圧を中心に地域の特徴や要因等を分析してきた。
- ・ この結果、
  - ① 県内男性の収縮期血圧（上の血圧）の平均値が全国ワースト8位であること
  - ② 高血圧症の人が、県全体と比べて、宇摩圏域、宇和島圏域では多く、松山圏域では少ないこと
  - ③ 県内では、収縮期血圧の上昇に影響を与える主な要因が、肥満、毎日飲酒、朝食欠食であることなどがわかってきた。

## 2 分析を継続する必要性

- ・ 「心疾患」による本県の年齢調整死亡率は、女性ワースト1位、男性ワースト3位（平成27年人口動態特殊報告（厚生労働省））。  
〔 令和2年9月に公表された令和元年人口動態統計（確定数）によれば、本県の心疾患による粗死亡率（人口10万対：男女計、年齢調整されていない数値）は、244.7で全国ワースト2位であった（H30はワースト1位。H29、H28はワースト3位）。 〕
- ・ 「心疾患」の内訳を全国と比較すると、本県では、従来から心疾患のうち「心不全」による死亡率が高く、心疾患の死亡率を引き上げている。一方で、厚生労働省の国民健康・栄養調査（平成28年）の結果等では、本県のBMIの平均値、塩分摂取量、喫煙率など、「心不全」の原因となる生活習慣に係る数値は全国と比べ、特別悪い値とはなっていないことから、現時点では、死亡率が高くなっている要因や、これを低減するための効果的な対応策を見出せる状況にはない。
- ・ これまでの事業成果から、県内の市町や他保険者においては高血圧対策が必要であることが認識されつつあるが、高血圧と心疾患死亡率との関係性が不明であり、県民に高血圧対策の重要性を認識させる説得力に欠ける。
- ・ このため、高血圧と心疾患死亡率の関係性を明らかにすることが必要不可欠である。
- ・ なお、国では、総合的な循環器病対策を推進するため、平成30年12月に「健康寿命の延伸等を図るための脳卒中、心臓病その他の循環器病に係る対策に関する基本法」が成立し、令和元年12月から施行されるなど、循環器病対策が進められている。  
（※循環器病…脳梗塞、脳内出血、狭心症、心筋梗塞、心不全等）
- ・ 現在、我が国の死因は、心疾患が第2位、脳血管疾患が第3位と上位を占めており、両疾患を合わせて年間約31万人以上が亡くなっているなど、循環器病は生活習慣の改善等により一定の予防が可能な疾病にもかかわらず、国民の生命と健康にとって重大な問題となっている。
- ・ また、県では、令和2年7月28日にノバルティスファーマ(株)及び愛媛大学との産官学連携協定を締結し、次のとおり循環器病の予防、啓発等に取り組む。(令和5年度まで)
  - 心疾患に関連する死亡率が高くなっている要因を詳細に分析
  - 循環器病の予防、啓発を3者で強力に推進
  - 循環器病に関する研究の推進

以上のことから、令和3年度は、昨年度までの健診・医療・介護のビッグデータ分析に産官学連携協定に基づく循環器病の研究推進を加えることとし、高血圧・心不全死亡の要因等について地域ごとに課題を明らかにし、効果的な対策を検討する。

## ビッグデータ活用地域健康づくり事業について

### 1 目的

国民健康保険のデータと協会けんぽのデータを合わせた健診・医療・介護のビッグデータの分析により地域の健康課題を明らかにするとともに、保健所を中心として、市町その他関係機関が連携し、客観的なデータに基づく効果的な生活習慣病予防対策、健康づくり施策等を全県的に展開することにより、県民の健康寿命の延伸及び医療費等の適正化を図ることを目的とする。

### 2 実施主体

保健所

### 3 事業内容

#### (1) 保健所実践ワーキングチーム会議の開催（年3回）

市町をはじめとした地域の健康づくりに取り組む関係機関が、ビッグデータを活用した効果的な健康づくりの施策及び地域の健康課題等について情報を共有し対策を検討する。

#### (2) 保健所実践ワーキングチーム代表者会議への参加（年3回）

健診・医療・介護に係る客観的なデータに基づき、地域における健康課題を抽出する他、好事例等を共有し、全県的な疾病予防及び健康づくり等へ展開するため、県保健所単位で設置する実践ワーキングチームの構成員及び分析ワーキンググループで構成する代表者会議へ参加する。

#### (3) ビッグデータ活用研修会の開催（年1回）

市町や職域等、地域で健康づくりに取り組む関係者を対象として、健診・医療・介護等の客観的データに基づき、地域の健康課題を明らかにし共有するとともに、関係機関と連携の上、効果的な生活習慣病対策等の立案及び実践ができる人材の育成を目的とした研修会を開催する。

#### (4) 事業成果等の地域に対する情報発信

地域の課題及び事業成果等について、市町等関係機関へ還元するとともに、県民に対して幅広く情報提供する。

#### (5) ビッグデータを活用した健康づくり施策の実施

データ分析等により明らかになった地域の健康課題解決へ向け、市町と市町等関係機関と連携し、健康づくり施策の支援に取り組む。

各保健所において、県庁が実施する全県域、圏域別、市町別等のデータ分析結果及び市町等管内関係機関の要望を踏まえ、より詳細なデータ分析とそれに基づく支援等が可能な体制を整備する。

愛媛県からのお知らせ

kencom

愛媛県  
笑顔あふれる  
愛媛県

# ウォーキングイベント



エントリーで300ポイントもらえる!

## アプリで歩数を競おう!

エントリー期間

※エントリー期間中に応募したかないとイベントに参加できません

イベント期間

2021年 **3/10** (水) - **5/7** (金)

2021年 **5/12** (水) - **6/11** (金)

イベント概要

### 対象者

愛媛県内の市町国保加入者(20~74才)でkencomに登録している方

### エントリー期間

2021年3月10日(水) ~ 5月7日(金)

### イベント期間

2021年5月12日(水) ~ 6月11日(金)

賞品

1位

**5000** ポイント

2位

**3000** ポイント

3位

**2000** ポイント

その他ランキング上位者や毎日歩数を登録していただいた方にもポイントプレゼント! ポイントはAmazonギフト券やnanacoギフト、カタログギフトに交換できます。(1ポイント1円)

amazon ギフト券



参加方法

1

kencomアプリをダウンロードして登録

kencomアプリの登録方法は裏面をご確認ください。

2

「お知らせ」にアクセス!

アプリ内の「お知らせ」タブから「kencomウォーキングイベント2021」エントリー受付中!を開いて、エントリーフォームをタップ



3

イベントにエントリー!

エントリーフォーム入力後に送信ボタンを押すとエントリー完了!

kencomのダウンロードはこちらから →

詳細は愛媛県のHPをご確認ください →

愛媛県 kencom 検索

