



# 肥満・高血圧・脳卒中が増加傾向 データから見る健康への取り組み

【問い合わせ】  
健康づくり課(☎41-3613)

市では、健康や医療に関する情報を活用し、市民の皆さんが健康を保ち、さらに増進するため、効果的かつ効率的な保健事業を実施することを目的に、平成30年度から令和5年度にわたる「第2期花巻市国民健康保険保健事業実施計画(データヘルス計画)」を策定しています。

この計画に基づき、特定健康診査や特定保健指導を中心とする保健事業に取り組んできました。この度、計画策定時(平成28年度)と令和元年度における健診結果や医療費を比較分析し中間評価を行いましたので、その結果と今後の取り組みについてお知らせします。

## ●花巻市民(40歳以上)の健康状況と生活習慣の傾向

### ◎良くなった点



- 農作業などの身体活動時間が国と比較して多くなった
- 朝食を食べる人の割合が多くなった
- 男女共に糖尿病の有所見率が低くなった
- 脳梗塞や狭心症の入院医療費が減少

きちんと治療しているから重症化が防げたんだな!



### △悪くなった点



- 運動習慣がある人の割合が低くなった
- 就寝前2時間以内に夕食を食べる人の割合が高くなった
- 男女共に、ほぼ全ての年代において肥満が顕著に増加
- 男女共にメタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)の割合が高くなった
- 特定健康診査の結果で高血圧の人が増加した一方で、高血圧の医療費が減少
- 男性の脳出血入院医療費が増加



## ●新たな健康課題

健診結果や医療費の状況から、新たに見えた健康課題は、次の3つです。

- ほとんどの年代で**肥満者**の割合が増加
- 高血圧**の人の割合が増加
- 脳卒中**を発症する人の割合が増加



これら3つの健康課題はとても関係性が深く、上位の課題が下位の原因となっています。市では、生活習慣病の発症や重症化を予防し、この健康課題を解決するため、次の保健事業に取り組んでいきます。

高血圧を放っておくと脳出血の危険度が上がるんだと

## ●主な保健事業の取り組み

### 特定健康診査

高血圧や脂質異常症、糖尿病などの早期発見だけでなく、もっと早い段階でメタボリックシンドロームを見つけ、生活習慣病の発症や悪化を防ぐことを目的に行っています。特定健康診査は、無料で受けられます。



### 生活習慣病ハイリスク対策事業

高血圧などの生活習慣病が重症化しないよう、医療機関への受診勧奨や治療の継続に向けた支援を行っています。

### 特定保健指導

生活習慣病の改善を必要としているメタボリックシンドロームの該当者や予備軍の人を対象に、保健師や栄養士が生活習慣の改善に向けた個別の保健指導を行っています。

### 糖尿病性腎症重症化予防事業

糖尿病性腎症の重症化を予防するために、その人の状況に応じた個別の保健指導や医療機関への受診勧奨、治療継続に向けた支援を行っています。

### 健診を受けて生活習慣を見直し、元気で快適な生活を

市では、安心して健診を受けていただけるよう健診会場における感染対策を徹底し、健診を実施しています。健診結果は、あなたの生活習慣を確認する大切なデータです。健康管理の第一歩として、毎年健診を受けましょう。



# 地域内の移動に便利! 予約乗合バス・予約乗合タクシーをご利用ください

「予約乗合バス」「予約乗合タクシー」は、通院や買い物などの際に、利用者からの電話予約に応じて1台の車両に複数の方が乗り合いで利用できる交通手段です。「送迎してくれる家族が日中外出しているの、出かけることができない」「運転免許証の返納を考えているが、返納後の交通手段に不安がある」といったお悩みのある人は、ご利用を考えてみませんか。

【問い合わせ】新館都市政策課(☎41-3554)

## ●予約乗合バス・予約乗合タクシーの一覧

	予約乗合バス				予約乗合タクシー
	西南	大迫	石鳥谷	東和	湯口
利用対象者	対象の地域に①住んでいる人②実家がある人—など				誰でも利用可能
運行日 (年末年始を除く)	《月・木曜日》と 《火・金曜日》を隔週で交互に運行	毎週月・水・金曜日	毎週火・木・金曜日	毎週月・水・金曜日	毎週火・水・金曜日
運行時間	午前8時～午後5時				▶往路(上円膝公民館発)…午前8時25分 ▶復路(野田十文字発)…①午後0時40分②午後2時40分
利用料金	片道400円 (小学生または障がいのある人は150円)				片道100円～300円 (小学生または障がいのある人は半額)
乗降できる場所	○自宅付近の公道 ○指定乗降場所…病院やスーパーなど、あらかじめ目的地として指定されている場所です。お住まいの地域により場所が異なります				旧鍋倉線の停留所 (上円膝公民館～野田十文字)

## ●利用するには事前登録が必要です

利用登録申請書に①住所②利用者氏名③電話番号—を記入し、持参、郵送、ファクス、メールのいずれかで事前登録受付窓口へ提出してください。申請後、1週間程度で「利用登録カード」や「自宅付近の乗降場所の地図」などをご自宅へ送付します。

### ●事前登録受付窓口

▷新館都市政策課(〒025-8601 花城町9-30 ☎41-3554 ☎22-6846 ✉toshiseibi@city.hanamaki.iwate.jp)▷各総合支所建設係(大迫☎41-3123、石鳥谷☎41-3443、東和☎41-6513)

## ●予約・利用方法

予約受付センターへ電話し①利用日②利用時間③乗降場所(出発地と目的地)—を伝えて予約します。

利用当日、予約した乗降場所へ車両が迎えに行きます。迎えの時間の数分前には乗降場所待機をお願いします。

### ●予約受付センター

▷西南(☎29-4100)、大迫(☎21-3777)、石鳥谷(☎22-0900)、東和(☎23-0300)、湯口(みなみタクシー☎29-5654)

## ●利用上の注意

- 予約乗合バス・タクシーは私有地に入ることができないため、自宅付近の公道で乗り降りしていただきます。
- 運転手は乗り降りの際、介助ができません。一人で乗り降りできない人は、介助者の同伴をお願いします。予約の際に介助者が同伴することを伝えてください。介助者の事前登録は不要ですが、一般利用者と同額の利用料金がかかります。
- 持ち込みできる荷物は、自分で上げ下ろしができ、自席(足元を含む)に収まる大きさの荷物までです。
- 朝の時間帯など、予約が混雑する場合があります。ご希望の時間に車両が空いていない場合は、別の時間を提案させていただくことがあります。
- 予約の際の間違い電話が増えています。電話番号をよくお確かめの上、おかけ間違いのないようご注意ください。

