

# 実態・研修会報告

# 事例 研修会より

## ①沖縄県 F市 43歳女性

【死亡】早世 65歳未満死亡 脳出血 ⇒ 死亡

年齢	30歳	36歳	37歳	38歳	39歳	40歳	41歳	42歳	43歳
公の医療保険 種別	沖縄県F市 国保								
医療費		3万円	3万円	59万円	1.5万円	4.7万円	10万円	-	26万円
介護費	-	-	-	-	-	-	-	-	-
医療（治療状況）				第4子 出産 <small>↓新生児助産師</small>					
健診	肥満度	未受診			BMI39.4 (肥満3度)	未受診	BMI47.9 (肥満4度)	未受診	
	血压	未受診			142/84	未受診	170/100	未受診	
	血糖値	未受診					HbA1c6.1		
									高血圧 脳幹部 出血

## ②沖縄県 A市 49歳男性

【死亡】早世 65歳未満死亡 脳出血 ⇒ 死亡

年齢	43歳	44歳	45歳	46歳	47歳	48歳	49歳
公の医療保険 種別	社保	沖縄県A市 国保					
医療費	不明	5万円	5万円	5万円	5万円	5万円	10万円
介護費	-	-	-	-	-	-	-
医療（治療状況）	不明	高血圧					
健診	肥満度	未受診					
	血压	未受診					
	血糖値	未受診					

## ③沖縄県 B町 50歳男性

【死亡+高額医療費】早世 65歳未満死亡 大動脈破裂 ⇒ 死亡

年齢	45歳	46歳	47歳	48歳	50歳
公の医療保険 種別	沖縄県B町 国保				
医療費		4万円	5万円	7万円	1,000万円
介護費	-	-	-	-	-
医療（治療状況）	高血圧				大動脈破裂 (腹部)
健診	肥満度	未受診			
	血压	未受診			
	血糖値	未受診			

## ④沖縄県 D村 72歳男性

【高額介護費】高血圧 ⇒ 脳出血 ⇒ 脳梗塞 ⇒ 脳梗塞（再発）

年齢	58歳	59歳	65歳	70歳	71歳	72歳
公の医療保険 種別	沖縄県D村 国保			沖縄県 後期		
医療費	-	5万円/年	-	300万円/年	180万円/年	530万円/年
介護費	-	-	-	250万円/年	270万円/年	240万円/年
介護度	-	-	-	要介護4	要介護5	要介護5
医療（治療状況）	高血圧			治療中断	高血圧	糖尿病
					脳出血	脳梗塞
						脳梗塞（再発）
健診	肥満度	BMI29.0（肥満）				
	血压	170/100				
	血糖値					

## ⑤沖縄県 E市 26歳男性

【障害・福祉】 高血圧 ⇒ **脳出血** ⇒ **高次脳機能障害**

年齢		24歳	25歳	26歳
公的医療保険 種別		社保	沖縄県E市 国保	
医療費		不明	840万円/年	150万円/年
介護費		-	介護認定 対象外年齢	
医療（治療状況）		脂肪肝（肥満）		
		高血圧		
		脳出血（被殺）		
		高次脳機能障害		
		※日常生活の行動を管理する脳の部位の障害。 スマホアプリ（お知らせ機能等）を活用し、行動管理を補助。		
健診	肥満度	不明	未受診	
	血圧			
	血糖値			

## ⑥沖縄県 C村 83歳男性

【高額医療費】 糖尿病 ⇒ **糖尿病性腎症** ⇒ **人工透析**

年齢	62歳		70歳	75歳	81歳	82歳	83歳
公的医療保険 種別	社保	沖縄県C村 国保		沖縄県 後期			
医療費	不明	180万円/年	930万円/年	1,000万円/年	1,230万円/年	1,170万円/年	1,180万円/年
介護費	-	-	-	-	-	-	-
医療（治療状況）	糖尿病						
	糖尿病性網膜症						
	狭心症						
	糖尿病性腎症						
	心筋梗塞						
	人工透析						
健診	肥満度	BMI32.0（肥満）					
	血圧	I 度高血压					
	血糖値	HbA1c9.8					

# 【男性\_事例一覧】メタボ+Ⅲ度高血圧 服薬なし+その他リスクの重なり 血圧高い順

## 1.A1c8.0以上の10人

		※服薬の有無は問診結果による																												
番号	年齢	保健指導レベル	メタボ判定	腹囲	BMI	肥満度	★ 収縮期	★ 拡張期	中性脂肪	HDL コレステロール	★ LDL コレステロール	服薬の有無 (脂)	AST (GOT)	ALT (GPT)	γ-GT (γ-GTP)	血糖 空腹	★ HbA1c	服薬の有無 (糖)	尿酸	尿蛋白	尿潜血	eGFR	心電図	眼底検査	ヘリタクト	血色素 (ヘモグロビン値)	受健問診	保健指導介入	健診後の受診	レセプト・処方情報
1	67	動機付け支援	メタボ	86.5	21.5	普通	200	108	208	56	103		19	28	44	217	8.2		4.4	++	+	112.0					あり		あり	R3健診後に降圧剤追加あり(糖は健診以前から服薬あり)
2	67	動機付け支援	メタボ	86.5	23.8	普通	193	119	102	45	142		23	32	42	171	8.0		4.7	-	-	71.2	T波平低または陰性						あり	糖・圧開始
3	63	情報提供	メタボ	88.6	24.2	普通	186	89	807	36	99	○	17	11	23		121	8.3	○	4.6	++	±	88.7		H1S1			あり	あり	健診後降圧剤開始(糖・脂服薬あり)
4	61	積極的支援	メタボ	100.7	29.1	肥満1度	186	104	107	114	95		139	144	1483	245	8.8		4.0	+	-	108.7			47.0	16.6	あり	あり	糖・圧とも開始されたが、R3.10~R4.1一時中断あり	
5	69	動機付け支援	メタボ	90.0	24.6	普通	184	100	362	35	143		16	18	34		321	10.5		5.2	-	-	92.2	心電図異常あり、ST低下、陰性T波、不完全右脳ブロック、時計回転(正)	HOSO	49.9	16.3	あり	あり	糖・圧とも開始、虚血性心疾患同日診断あり
6	53	情報提供	メタボ	101.0	27.4	肥満1度	182	100	139	47	169		20	28	34		243	12.2	○	5.5	-	-	95.2	心電図異常あり、ST低下、陰性T波、時計回転(正常)	HOSO			あり	あり	R3健診後に降圧剤追加、糖服薬あり
7	71	動機付け支援	メタボ	95.0	26.2	肥満1度	182	98	255	68	141		25	18	77	217	8.6		3.4	-	-	87.0						あり	あり	R3.10健診後に糖・圧再開(R3.6~9中断していた)
8	46	積極的支援	メタボ	97.5	29.3	肥満1度	181	116	314	59	169		69	137	264		355	8.4		7.8	-	-	59.2	心室性二段脈/洞性頻脈	HOSO			あり	あり	開始したがR3.12、R4.1の2か月のみの処方。既にR1年度に狭心症・虚血性心疾患あり。R4.4.1国保資格喪失。
9	42	積極的支援	メタボ	118.0	34.0	肥満2度	170	115	173	43	111		31	44	45	165	8.0		6.7	-	±	89.6		HOSO					あり	糖・圧とも開始
10	45	積極的支援	メタボ	89.2	24.7	普通	140	112	144	46	190		31	49	40	232	11.7		7.0	±	-	65.8	軽度異常	HOSO				あり	あり	糖・圧とも開始

## 2. LDL160以上の30人

※服薬の有無は問診結果による																																
番号	年齢	保健指導レベル	メタボ判定	腹囲	BMI	肥満度	★血圧★ 収縮期 拡張期	中性脂肪	HDL コレステロール	LDL コレステロール	服薬の有無 (脂)	AST (GOT)	ALT (GPT)	γ-GT (γ-GTP)	血糖 空腹 空腹後	HbA1c	服薬の有無 (糖)	尿酸	尿蛋白	尿潜血	eGFR	心電図	眼底検査	ヘリタクト	血色素 (ヘモグロビン値)	受健問診	保健指導介入	健診後の受診	レセプト・処方情報			
1	63	積極的支援	メタボ	86.0	22.4	普通程度	222 128	173	64	190		17	14	19		90	5.4		5.8	-	±	73.4						あり	あり	圧・脂開始		
2	59	積極的支援	メタボ	105.0	32.5	肥満2度	202 128	159	53	174		22	24	30	96		5.4		4.8	-	-	52.2					あり	あり	あり	圧・脂開始。同日に脳血管疾患診断あり。		
3	69	動機付け支援	メタボ	96.0	27.6	肥満1度	202 93	227	51	204		33	57	58	104		5.8		6.5	-	-	67.9					あり	あり	あり	圧・脂再開。H28脳梗塞既往、通院服薬歴もあるがR1・2未受診。R3脳血管疾患診断あり。抗凝固剤も開始。		
4	72	動機付け支援	メタボ	104.5	30.4	肥満2度	198 103	221	58	182		36	43	60	117		5.6		5.6	-	-	63.3						あり	あり	圧・脂開始		
5	62	積極的支援	メタボ	94.0	27.7	肥満1度	196 103	124	64	215		31	38	64	119		6.0		8.9	-	±	56.9							あり	あり	R5.2月のみ圧・脂・高尿酸処方あり。	
6	41	積極的支援	メタボ	120.0	38.9	肥満3度	195 120	99	27	194		53	75	45	105		5.7		7.0	-	-	72.3							あり	あり	R4.4月～圧開始	
7	70	動機付け支援	メタボ	95.5	27.2	肥満1度	192 120	376	45	202		20	19	58		79	5.4		6.9	-	-	50.1							あり	あり	圧・脂開始。同日に虚血性心疾患診断あり。	
8	74	動機付け支援	メタボ	90.0	27.0	肥満1度	190 96	162	54	166		46	48	25	111		5.7		7.4	-	-	54.6	上室性関外収縮						あり	あり	圧・脂開始	
9	64	積極的支援	メタボ	99.5	27.5	肥満1度	187 93	260	43	201		23	42	42		109	5.8		8.7	-	-	66.0					あり	あり	あり	圧開始されたが、R4.2とR5.1のみの処方。		
10	73	情報提供	メタボ	87.0	25.3	肥満1度	184 88	264	65	167	○	26	36	53	98		5.7		6.2	-	+	56.6							あり	あり	健診後に圧追加。	
11	71	動機付け支援	メタボ	90.0	23.2	普通程度	184 97	284	64	161		28	22	54	116		5.6		5.3	-	-	73.9							あり	あり	圧・脂開始	
12	66	動機付け支援	メタボ	96.5	29.4	肥満1度	183 81	227	52	177		23	27	79		106	6.1		7.2	±	-	62.4						あり	あり	なし	レセは皮膚疾患のみ	
13	70	動機付け支援	メタボ	98.0	26.1	肥満1度	183 109	179	53	161		17	18	28	86		5.5		5.4	-	±	63.5	上室性関外収縮、完全右脳ブロック						あり	あり	あり	R4.9、R5.1-2のみ圧処方あり。H26.8-9狭心症・虚血性心疾患の診断と処方あり、その後H27～R3未治療。
14	53	情報提供	メタボ	101.0	27.4	肥満1度	182 100	139	47	169		20	28	34		243	12.2	○	5.5	-	-	95.2	心電図異常あり、ST低下、陰性T波、時計回転(正常)						あり	あり	あり	上記1-6と同一人物。R3健診後に降圧剤追加、糖服薬あり
15	73	動機付け支援	メタボ	107.0	27.3	肥満1度	181 74	132	41	170		34	58	36	148		5.7		4.8	-	-	79.9							あり	あり	あり	以前から圧・尿酸処方あり。H30～脳梗塞既往。
16	46	積極的支援	メタボ	97.5	29.3	肥満1度	181 116	314	59	169		69	137	264		355	8.4		7.8	-	-	59.2	心室性二段脈/洞性頻脈						あり	あり	あり	1-8と同一人物。開始したがR3.12、R4.1の2か月のみの処方。既にR1年度に狭心症・虚血性心疾患あり。R4.4.1国保資格喪失。
17	73	情報提供	メタボ	97.0	30.3	肥満2度	180 90	146	55	183		20	17	51	116		6.1	○	6.1	-	-	75.4							あり	あり	あり	健診後に脂・圧開始。R2～糖と抗凝固剤処方あり。H26.3～狭心症・虚血性心疾患・脳血管疾患の診断。
18	72	動機付け支援	メタボ	99.5	28.5	肥満1度	180 95	278	45	189		40	59	39	87		6.0		7.8	-	-	76.8	軽度異常						あり	あり	あり	R4.9-10のみ圧・糖処方。H27脳梗塞診断。H27、R1で脂の単月処方。
19	45	積極的支援	メタボ	94.0	26.9	肥満1度	178 115	193	37	190		17	34	197	91		5.9		5.4	-	±	91.8						あり	あり	あり	圧・脂開始	
20	48	積極的支援	メタボ	115.0	38.1	肥満3度	174 115	221	44	175		21	35	61	100		5.7		##	-	++	68.8							あり	あり	あり	圧開始。以前から高尿酸は治療中。降圧剤は中断。
21	56	積極的支援	メタボ	95.5	27.5	肥満1度	173 119	171	59	170		25	16	85	98		5.5		8.1	±	-	67.7							あり	あり	あり	圧開始。
22	40	積極的支援	メタボ	109.4	28.3	肥満1度	171 113	268	45	199		36	49	81	99		5.4		8.3	-	-	65.9	左輪部位							なし	なし	R1.9、R2.3のみ圧・尿酸処方。精神疾患あり。
23	47	積極的支援	メタボ	125.0	38.8	肥満3度	170 110	250	34	203		250	205	343	179		7.8		9.0	-	-	116.6	T波異常						あり	あり	あり	R4.6～圧・脂開始、11月以降受診なし。R4.7-8糖処方あり。H30狭心症・虚血性心疾患、R3脳血管疾患診断あり。
24	61	積極的支援	メタボ	113.0	32.9	肥満2度	166 115	80	57	167		26	28	35	134		6.4		5.7	-	-	56.2								なし	なし	R3HT診断のみ。H30脳梗塞診断あり。
25	53	積極的支援	メタボ	87.0	26.4	肥満1度	166 110	227	66	175		24	23	48	104		5.3		8.3	-	±	68.8	左輪部位						あり	なし	なし	H28.HT診断のみ。
26	51	動機付け支援	メタボ	86.5	23.2	普通程度	164 110	124	40	162		13	9	18	111		5.2		7.0	+	±	55.8	正常範囲内				45.3	14.7		なし	なし	H27.HT診断のみ。
27	53	積極的支援	メタボ	95.5	28.1	肥満1度	158 111	183	66	160		17	24	41		114	5.9		5.3	-	±	99.5							あり	なし	なし	レセなし
28	67	動機付け支援	メタボ	88.7	25.0	肥満1度	157 115	163	45	203		29	38	47	112		5.7		5.8	-	-	77.2	完全右脳ブロック						あり	あり	あり	脂のみ開始
29	51	積極的支援	メタボ	90.6	27.0	肥満1度	153 110	184	70	170		22	31	68	97		5.5		6.6	±	±	62.4							あり	なし	なし	R1.8-10のみ圧処方。
30	45	積極的支援	メタボ	89.2	24.7	普通程度	140 112	144	46	190		31	49	40	232		11.7		7.0	±	-	65.8	軽度異常						あり	あり	あり	1-10と同一人物。糖・圧とも開始

# 県民のホンネ ～どうして血圧の薬を飲みたくないのか？医療受診したくないのか～

- ① 薬は毒だから、飲む気はない。その代わり色々サプリは摂っているよ
- ② レモングラス(ハーブ)を飲んだら120まで下がる。効いているみたい。
- ③ 薬は飲みたくない。ピンピンコロリがいいから。
- ④ 一度飲み始めたら、ずっと飲まなきゃいけないんだよね
- ⑤ 一回飲んだらずっと止められないと聞かし・・・
- ⑥ お金もかかって子供に迷惑がかかる。
- ⑦ (受診時)薬は少し待ってと伝えた。コレステロールの薬はもらったけど
- ⑧ 以前に薬飲んだけど、すぐに調子悪くした。先生へ伝えて頭痛が良くならなかったなので止めた
- ⑨ 血圧が下がらないから意味ないと思って飲まない時がある。
- ⑩ 薬って自分で調整するのはダメなんだよね？

どう保健指導していくのか？



保険者協議会研修会で保健指導の力量を形成

令和5年度沖縄県保険者協議会保健活動専門部会保健事業基本方針

これまで本協議会で実施したデータヘルス推進の取組みにより、妊娠期から出産・幼児期、成人期から老年期までの全世代において「肥満」を背景とした糖尿病及び高血圧等の基礎疾患の重症化から循環器病（急性冠症候群、心不全等）の発症、高齢者のフレイルへの進展等により、平均寿命の低下や生活の質の低下、医療費・介護費の増大が最重要課題であることが明らかになっている。また、本県は全国で最も高齢化率が低いにも関わらず、65歳未満の現役世代は重症化により死亡（早世）、高齢者においては重症化による医療費及び介護給付費が増大している状況が続いていることから、今後迫る高齢化率の大幅な上昇に本県の社会保障が対応できないことが予測される。

これらの課題に対し、本協議会保健活動専門部会における保健事業は「肥満に起因する疾病の重症化予防」を目的とした活動を中心とし、具体的には、①医療保険者の実態把握及び活動評価のための調査・分析、②医療保険者の共通する実態・課題を共有、③課題解決へ向けた結果の出る保健活動を県内医療保険者が一丸となって推進していくための保健師等専門職の力量形成及び担当事務職へ研修の実施、とする。

1 保健活動専門部会の運営

(1) 保健活動専門部会の開催（2回）

2 保険者のデータヘルス関連事業の推進

(1) 重症化予防事業の実施

- ①保健師、管理栄養士等に対する特定保健指導等研修会の開催（年4回）
  - ・データヘルス推進事業リーダー育成研修会 2回
  - ・重症化予防のための研修会 2回
- ②事務担当者と保健師が共通認識を持つための研修会を開催（年1回）

3 データヘルス等進捗状況調査

- (1) 厚生労働省様式5－1（医療費、健診受診率、特定保健指導実施率、肥満度分類別等）（11月）
- (2) 糖尿病性腎症及び高血圧重症化予防の取組み状況調査（11月）
- (3) その他重症化予防等に関連する実態調査（11月）

4 集合契約締結等の支援

- (1) 市町村国保特定健康診査等委託契約
- (2) 被用者保険特定健診特定保健指導委託契約

参考 保健活動専門部会及び研修会開催日程

(1) 保健活動専門部会

月日	内容（予定）
R05.06	第1回 令和5年度保健事業について
R06.02	第2回 令和6年度事業計画・予算について

(2) 研修会予定

月日	内容（予定）	講師
R05.04	第1回 データヘルス推進事業リーダー育成研修（保健事業情勢と具体的な保健活動）	井上 優子 氏
R05.05	第1回 特定保健指導等研修会（保健指導能力の力量形成）	井上 優子 氏
R05.10	第2回 特定保健指導等研修会（保健指導能力の力量形成）	井上 優子 氏
R05.10	第2回 データヘルス推進事業リーダー育成研修（保健事業情勢と具体的な保健活動）	井上 優子 氏
未定	事務担当者及び保健師合同研修会	未定