

データヘルス計画から わかる中建国保の傾向



本部保健師 福田 那美

中建国保は令和6年度から新たに第3期データヘルス計画を開始しています。

データヘルス計画とは、皆さんの健診結果や医療情報のデータから健康課題を見つけ、その解決に向けた健康づくりや病気の重症化予防のための取り組みのことです。新たな計画を開始するにあたり、データを分析しました。

今回はこれまでの分析から見えた、中建国保の皆さんの傾向についてお伝えします。

どれくらいの人
が健診を
受けているの？

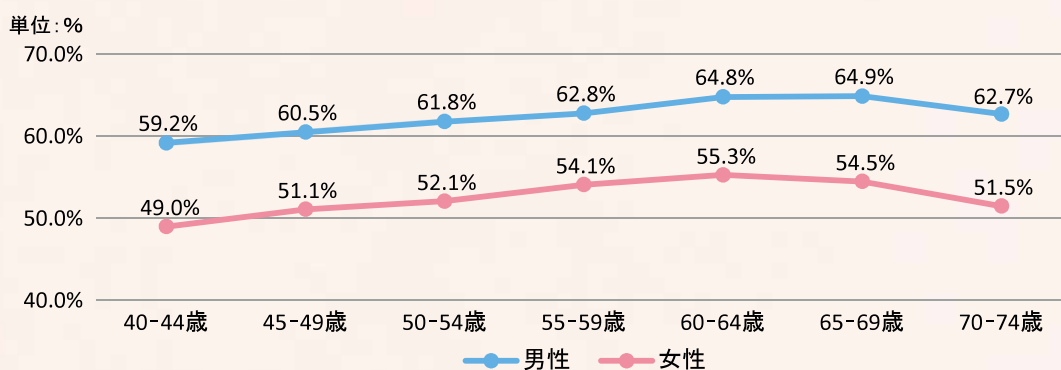
● 令和4年度全体の健診受診率

中建国保の健診は、「特定健診」と「一般健診」に大きく分かれます。特定健診とは40歳以上の方、一般健診とは40歳未満の方を対象にした健診です。

令和4年度の特定健診受診率は58.9%、一般健診受診率は34.4%で、**40代以下の若年層の受診率がかなり低い**状況です。

● 令和4年度年齢男女別特定健診受診率

令和4年度特定健診受診率の年齢男女別の状況を見てみると、どの年齢層でも**女性の受診率が低い**ことがわかります。



年齢男女別特定健診受診率(令和4年度)

どのような
健康状態の人が
多いの？

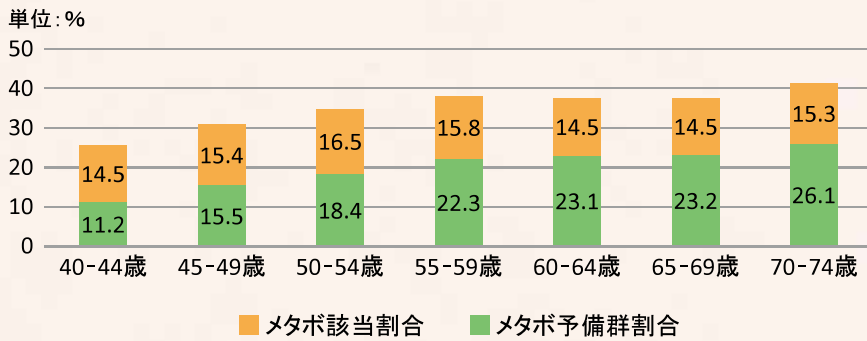
● メタボリックシンドロームの状況

メタボリックシンドローム(以下メタボ)とは、内臓肥満に高血圧・高血糖・脂質異常が組み合わさった状態のことです。組み合わさった数によって、**メタボ該当者**、または**予備群該当者**と判定されます。

中建国保のメタボ該当者・予備群該当者の割合は令和4年度では35.0%でした。平成30年度の33.2%と比べて**メタボの人が増加**しています。

● 令和4年度年齢階層別メタボ該当者・予備群該当者の状況

年齢別に見ると、中建国保では50歳代からメタボの人が増加しています。



年齢階層別メタボリックシンドローム該当者・予備群の割合(令和4年度)



メタボを放置すると、血管が老化して「動脈硬化」という状態になり、心臓病や脳の病気を起こしやすくなります。

医療費から
見えた傾向

● 医療費の状況

令和2年度の新型コロナウイルス感染症による受診抑制の時期を除き、総医療費が年々増加しています。特に近年、外来の医療費の多くを占めている病気が肝がんです。

● 肝がんと生活習慣病の関係性

肝がんは、肝炎ウイルスによる感染やアルコールの大量飲酒による肝障害などから発症します。また近年、肝臓に脂肪が溜まり炎症を引き起こす非アルコール性脂肪性肝炎というメタボ関連の疾患が肝がんにつながるケースも増えています。



このような病気を防ぐためにも、毎年健診を受けて自分の状態を把握し、生活を改善することはとても大切なことです。また、健診を受けた後も生活習慣の見直しを継続することや、保健指導の利用、必要に応じた医療機関の受診が大切です。

最後に

今回のデータ分析を参考に、皆さんにより健康的な生活を送っていただくため、様々な健康づくりや病気の重症化予防のための取り組みをデータヘルス計画に盛り込みました。データヘルス計画の詳しい内容は中建国保のホームページに掲載しています。

また、中建国保では健診や特定保健指導費用の補助も行っています。詳しくは、所属の支部や出張所にご確認ください。