



ぶるべー



携帯電話用



スマートフォン用

## 国民健康保険 データヘルス 特集号

発行：小平市 編集：健康福祉部保険年金課 〒187-8701 小平市小川町二丁目1333番地 ☎042(341)1211(代表)

◇小平市ホームページ <http://www.city.kodaira.tokyo.jp> ◇電子メール [info@city.kodaira.lg.jp](mailto:info@city.kodaira.lg.jp) ◇小平市公式ツイッター @kodaira\_tokyo

## 小平市 国民健康保険

# データヘルス計画を 策定しました



高齢化の急速な進展や医療の高度化などによって、国全体の医療費はますます増大しています。生活習慣病などの疾病予防や健康寿命の延伸を進め、医療費の増加を緩やかにしていく取り組みが強く求められています。小平市国民健康保険（国保）では、健診データやレセプト（診療報酬明細書）データの情報を分析し、潜在する健康課題や地域特性、予防効果が大きく期待できるものを把握したうえで、今後取り組むべき対策や保健事業を示したデータヘルス計画（平成27年度～29年度）を策定しました。

## データヘルス計画がめざすもの

データヘルス  
って何だろう



### 効果的な保健事業を可能に

健診データやレセプト（診療報酬明細書）データの情報を分析・活用することで、加入者皆さんの疾病予防や健康づくりを効率的・効果的に行えるようになります。

これが、データヘルス計画の最大の特徴です。

### 治療から予防へ

病気にならないように、また病気になっても重症化しないように生活習慣の改善を心がけることで、健康寿命を延ばすことができます。

さらに、増加し続ける医療費の伸びを緩やかにしていくことができます。

### 健康寿命を延ばす

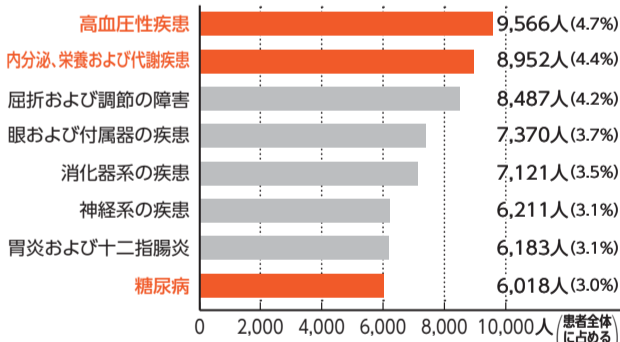
平均寿命と健康寿命の差は約10年。亡くなる前の10年前後は寝たきりや、不健康な状態なのが現状です。

超高齢社会を迎えた今、健康寿命を伸ばし、元気でいきいきと暮らせるまちにすることを目指しています。

## データを分析してわかった生活習慣病予防の必要性

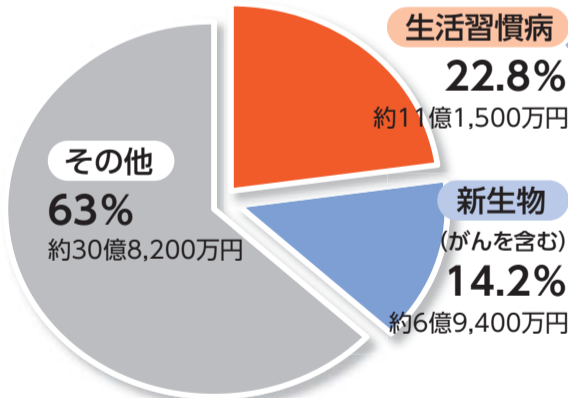
### 1 患者数(疾病別上位)

患者数では、高血圧疾患や、内分泌・栄養および代謝疾患（肥満症や脂質異常症など）、また糖尿病患者が上位を占めています。



### 2 医療費に占める生活習慣病の割合

5か月分の医療費総計 約48億9,100万円



国保の医療費のうち、大きな割合を占めているのは生活習慣病(22.8%)で、新生物(がんを含む)を上回っています。

#### 生活習慣病とは

生活習慣の積み重ねが原因となって発症する病気の総称です。

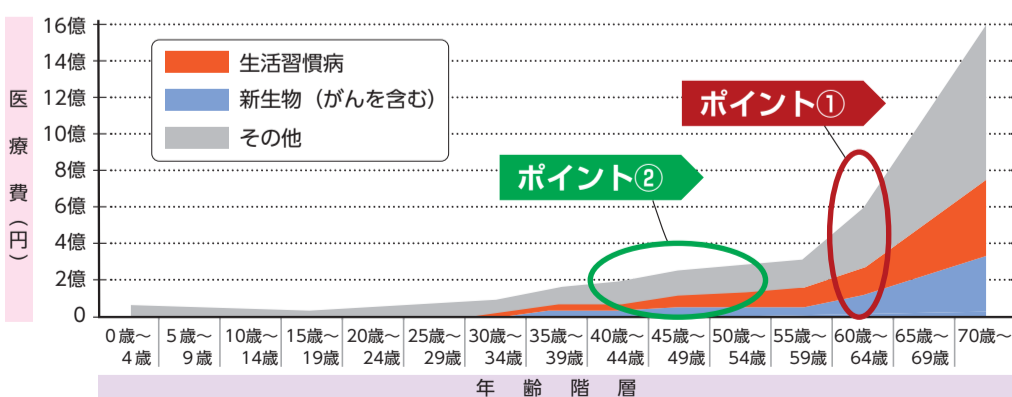
#### 【循環器系の疾患】

- ・高血圧症
- ・動脈硬化
- ・心筋梗塞
- ・脳梗塞、脳卒中

#### 【内分泌、栄養および代謝疾患】

- ・肥満症、脂質異常症
- ・糖尿病 など

### 3 年齢階層と医療費の関係



#### ポイント①

60歳以降、医療費は急激に増加しています(グラフ縦軸：医療費)。

#### ポイント②

40歳代後半から、生活習慣病に起因する疾病が増加しはじめています(グラフ横軸：年齢階層)。

#### データ分析を行ったことで、効果的な予防事業が可能に

40歳代からの生活習慣の改善と予防対策が、健康寿命の延伸と、医療費の急激な増加を防ぐことにつながります。

小平市国民健康保険データヘルス計画は、市政資料コーナー（市役所1階）や小平市ホームページでご覧になれます。