



プロジェクト

呉市糖尿病性腎症等重症化予防事業 はじめよう! 減塩生活

受賞者

呉市(広島県)

所在地 〒737-0041 広島県呉市和庄1-2-13

電話 0823-25-3151 / 0823-25-3540

URL <http://www.city.kure.hiroshima.jp/> / <http://www.city.kure.hiroshima.jp/~sukoyaka/index.html>

E-mail 保険年金課 hoken@city.kure.lg.jp 健康増進課 zousin@city.kure.lg.jp

呉市糖尿病性腎症等重症化予防事業

取組・事業実施目的

慢性疾患管理の新しいかたち ~保険者機能を発揮した、地域でささえる糖尿病セルフマネジメント~

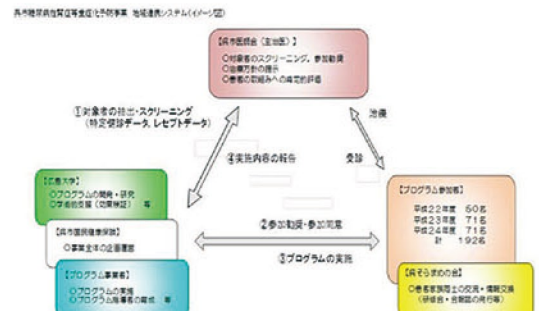
高い高齢化率、増大する医療費といった背景の中、呉市は生活習慣病予防の推進によって、「絆」と「活力」を創造する都市・くれを目指しています。本事業では、糖尿病性腎症等から人工透析導入への重症化を防止し、被保険者及びその家族のQOLの維持向上を図ることを目的としています。

取組・事業の概要と特徴

糖尿病性腎症等で通院する呉市国民健康保険被保険者に対して、医療保険者が中心となって、主治医や広島大学大学院等と連携し、疾病への自己管理能力を高めるプログラムを提供する連携システムを構築しました。また、低たんぱく食等の食事療法を学ぶ料理教室、糖尿病予防講演会、患者家族会「呉そらまめの会」への支援も行っています。プログラム修了者の臨床データは維持改善し、人工透析導入者はいないという結果を得ています。

健康寿命をのばすポイント

医療者・学術機関・医療保険者等との連携によるアプローチが患者の自己管理能力の向上に寄与したものと捉えています。



はじめよう! 減塩生活

取組・事業実施目的

塩の摂り方を本気で考え、日常生活に減塩・適塩の意識を高め行動する「呉モデル」

呉市は、がん・心疾患・脳血管疾患による死亡率が、全国平均よりも高い地域です。「市民の皆さんの健康寿命を延ばしたい!」。その実現に向けて、高血圧の要因でもある塩の過剰摂取に着目した健康づくりを開始しました。

取組・事業の概要と特徴

減塩プロジェクトの3つの柱

- ①減塩いいね! キャンペーン(減塩教室や講演会、広報等により減塩意識を高める。)
- ②カラダよろこぶ! 減塩プログラム(特定健診に推定食塩摂取量検査を同時実施。塩分と血圧からみたハイリスク者へ減塩に特化したカリキュラムと個別フォローによる支援をしながら、食生活改善を促す。)
- ③減塩でおいしい! 食育(保育所・幼稚園・学校等と連携し、子どもの頃からの薄味の必要性を啓発し、子どもから大人へ向けた食育の推進。)

健康寿命をのばすポイント

いつまでも「おいしい」が続けられるよう減塩生活に配慮した環境づくり

減塩の取り組みは始まったばかりですが、本プロジェクトにより、減塩を市全体で支える仕組みを整え、家庭に薄味が浸透し、市内どこでも減塩生活ができる地域づくり。いつまでも「おいしい」が継続できるよう、意識付けや実践につなげるための環境づくり。減塩プログラムによる、受診者への動機付け・実践につながる取り組み。市全体の食塩摂取量の現状把握に努め、食生活改善のための企画立案。さらに、保育所・学校・教育委員会等と連携し、子どもの頃からの減塩の必要性を啓発し、保護者への意識付け。

その他、地域医療や給食施設、飲食店の減塩メニュー、減塩給食、地産地消など様々な分野と連携し地域全体に減塩効果が表れるよう取り組んでいきます。

