

糖尿病重症化予防のための健康相談

目的:

平塚市糖尿病性腎症重症化予防事業において、平塚市国民健康保険の被保険者で当該年度の特定健診の結果、高血糖の方を対象にし、糖尿病の進行を防ぎ、糖尿病性腎症の予防を図ることを目的としている。

【令和 6 年度事業対象者のデータの比較】

「当該年度健診結果」と「翌年の健診結果」の HbA1c 値の変化※平均値で算出

健康相談利用者:22 人			
令和 6 年度	7.5%	➡	令和 7 年度 6.8%

健康相談利用なし:109人			
令和 6 年度	7.5%	➡	令和 7 年度 7.0%

健康相談利用なしの方(7.0%)と比べ、利用者(6.8%)の方が検査値の改善に繋がっている。HbA1c 値が 7.0%を下回ることによって糖尿病の合併症のリスクが下がるため、事業の効果が分かる。

「当該年度健診結果」と「翌年の健診結果」の血圧(収縮期)の変化※平均値で算出

健康相談利用者:22 人			
令和 6 年度	133mmHg	➡	令和 7 年度 130.8mmHg

健康相談利用なし:109人			
令和 6 年度	136.1mmHg	➡	令和 7 年度 135.5mmHg

健康相談利用なしの方(135.5mmHg)と比べ、利用者(130.8mmHg)の方が検査値の改善に繋がっている。

「当該年度健診結果」と「翌年の健診結果」の尿蛋白の変化

健康相談利用者:22 人

翌年の健診結果(人)		-	±	+
当該年度健診結果(人)		18	2	2
-	19	17	1	1
		89.4%	5.6%	5.6%
±	3	1	1	1
		33%	33%	33%

維持・改善(合計) 18人(81.8%)
変化なし(合計) 1人(4.5%)
悪化(合計) 3人(13.6%)
合計 22人

健康相談未利用者:108 人

翌年の健診結果(人)		-	±	+	3+
当該年度健診結果(人)		85	17	5	1
-	89	77	7	4	1
		87%	8%	4%	1%
±	19	8	10	1	
		42%	53%	5%	

維持・改善(合計) 85人(78.7%)
変化なし(合計) 10人(9.3%)
悪化(合計) 13人(12%)
合計 108人

令和7年度の健診結果の尿蛋白の維持・改善では、健康相談利用なしの方(85人(78.7%))と比べ、利用者(18人(81.8%))の方が検査値の維持に繋がっていることから、事業効果によるものと考えられる。

【令和6年度健康相談来所者の声】

健診結果の検査値の見方について教えてもらい、
初めて自分の身体の状態について知る事ができた。

全部を制限しないといけないのかと思ったけど、
変えたくない習慣を尊重しつつ改善できる点を一緒に
考えてくれたので来てよかった。

運動や食事だけでなく薬の事について知れた。
次回の血液検査の結果が楽しみ。

初めて健康相談に行き、血糖値をコントロールすることの
大事さについて学ぶことができました。
今後も取り組みを継続して頑張っていこうと思います。

【結果】

・HbA1c 値や血圧値、尿蛋白の結果において「健康相談利用者」の改善した割合は「健康相談利用なしの方」の改善・維持した割合と比べ、高いことが分かりました。本事業を利用することで健診結果の検査値の改善・維持に繋がることが分かりました。