

厚生労働省委託事業  
ICTでつなぐ地域医療連携と地域包括ケア

# 健康寿命を延ばす健康づくり・街づくり

電子@連絡帳を活用した取り組みを中心に

2014年2月22日

名古屋大学  
水野 正明



©Center for Advanced Medicine and Clinical Research, Nagoya University Hospital.

## 電子@連絡帳とは・・・

名古屋大学が開発した多職種連携を支える情報共有基盤システム

在宅医療（療育）・福祉（介護）統合ネットワークシステム



電子@連絡帳

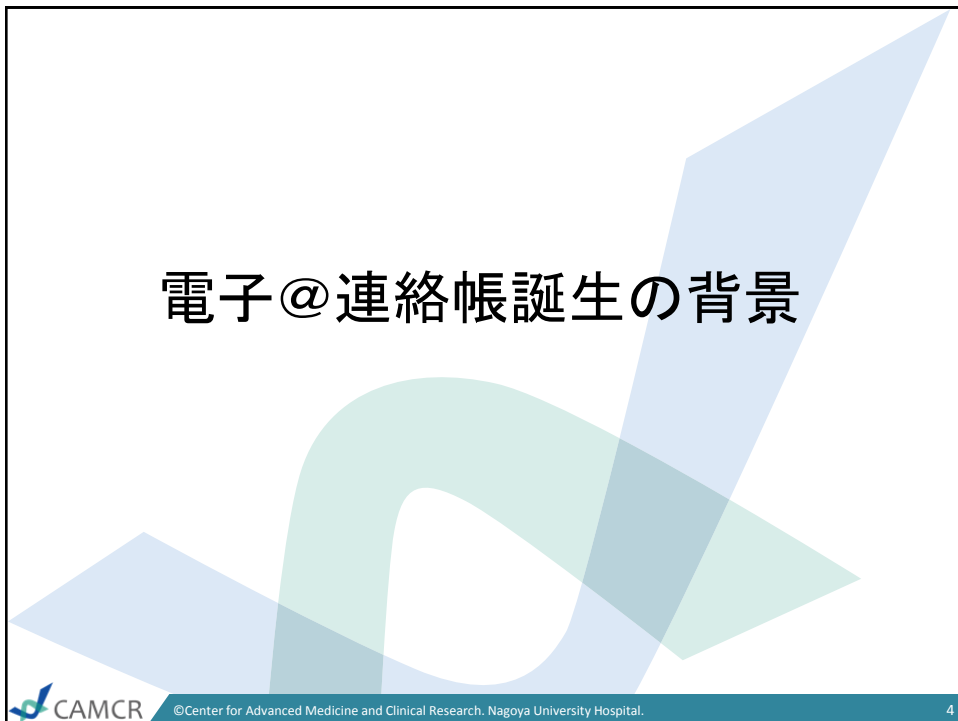
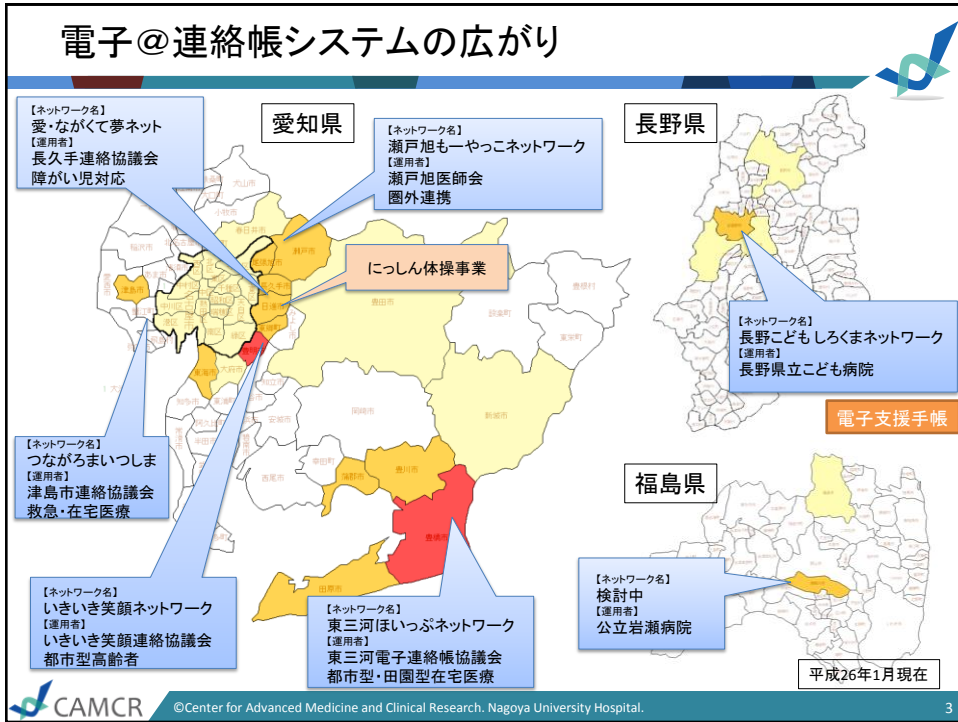
医療・福祉支援チーム内での情報共有や各種相談

電子@支援手帳

患者・家族向けに発信される情報や育児記録



©Center for Advanced Medicine and Clinical Research, Nagoya University Hospital.



## 電子@連絡帳誕生の背景 1

医療を取り巻く環境の変化



地域の患者が中核病院に集中 → 医師不足 → 医師の負担増 → 医師が辞める → 地域医療崩壊

中核病院と周辺の診療所等が役割を分担する地域医療

患者・市民を中心とした医療と福祉(介護)

1. **ひとの連携** : 異職種連携 (医療、介護、福祉、行政、NPO等)
2. **施設の連携** : 発症から社会復帰に至るまで、さらにその後に関わる施設間連携



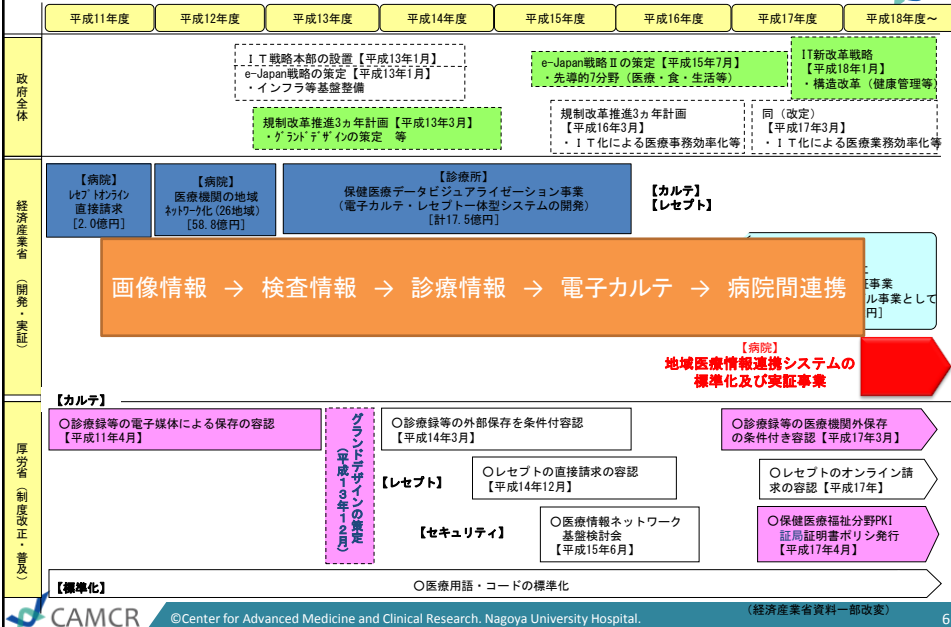
地域医療・福祉情報の連携が必要



©Center for Advanced Medicine and Clinical Research, Nagoya University Hospital.

## 電子@連絡帳誕生の背景 2

医療の情報化に関する政府の取組の変遷



©Center for Advanced Medicine and Clinical Research, Nagoya University Hospital.

(経済産業省資料一部改変)

## 電子@連絡帳誕生の背景 3

私たちの取り組み: 平成18-20年度経済産業省委託事業: 医療情報の標準化と共有化

課題名: 疾患別地域医療情報連携システムの標準化及び実証事業

### 事業採択団体

東海ネット医療フォーラム・NPO、保健医療福祉情報システム工業会(JAHIS)  
(財)医療情報システム開発センター(MEDIS-DC)、日本画像医療システム工業会(JIRA)

## 地域連携クリティカルパス (電子版)

### 事業内容

- (1) 脳卒中医療を対象とする閉域型地域医療情報連携システムの構築と実証事業
- (2) 周産期医療を対象とする開放型地域医療情報連携システムの構築と実証事業
- (3) 地域医療情報連携システムの標準化及び普及事業

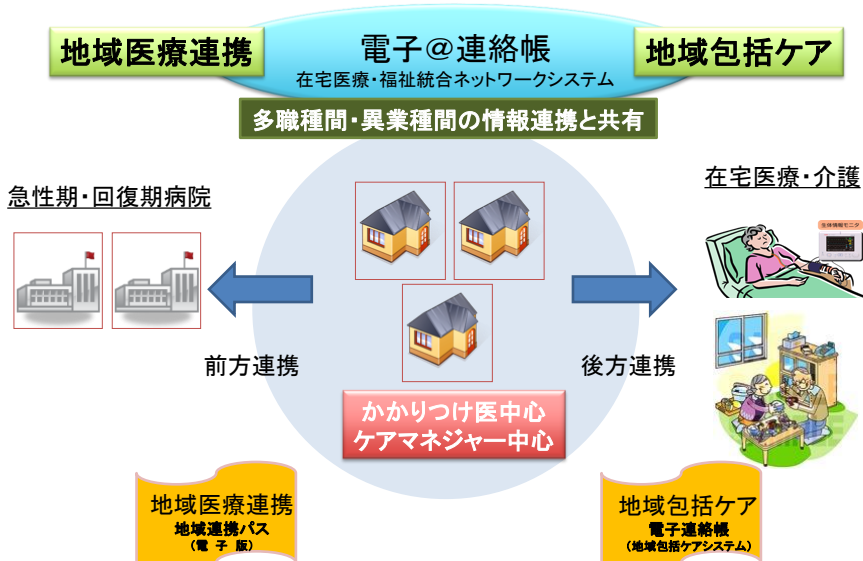


©Center for Advanced Medicine and Clinical Research, Nagoya University Hospital.

7

## 電子@連絡帳誕生の背景 4

私たちの取り組み: 地域医療連携と地域包括ケアの融合



©Center for Advanced Medicine and Clinical Research, Nagoya University Hospital.

8

電子@連絡帳の目指すもの

# 健康寿命の延伸

CAMCR ©Center for Advanced Medicine and Clinical Research, Nagoya University Hospital. 9

## 健康寿命

日常的な介護に頼ることなく、心身ともに健康で暮らすことができる期間のこと  
2000年にWHOが提唱した新しい寿命の指標 (healthy life expectancy)

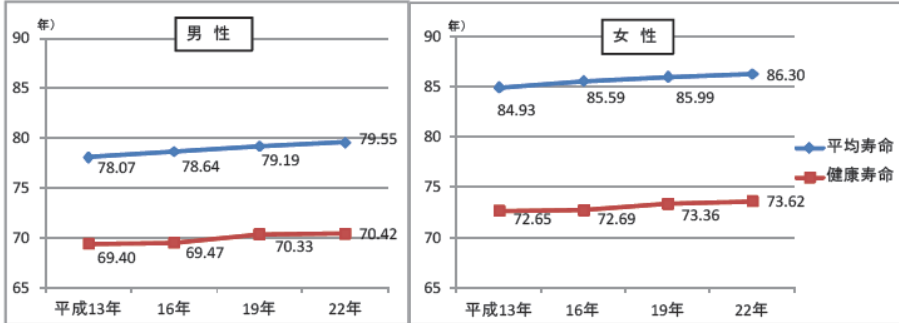
平成22年 平均寿命と健康寿命の差

| 性別 | 平均寿命 (年) | 健康寿命 (年) | 差 (年) |
|----|----------|----------|-------|
| 男性 | 79.55    | 70.42    | 9.13  |
| 女性 | 86.30    | 73.62    | 12.68 |

60 80(年)

CAMCR ©Center for Advanced Medicine and Clinical Research, Nagoya University Hospital. 10

## 平均寿命と健康寿命

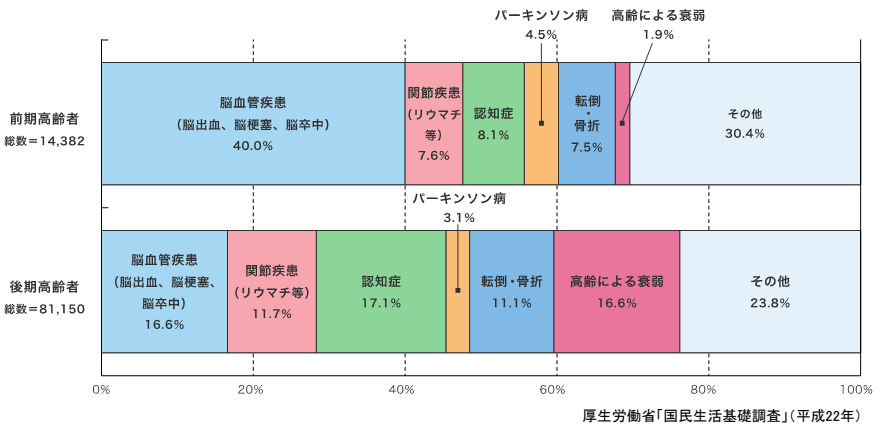


資料：平均寿命は、平成13、16、19年は、厚生労働省「簡易生命表」、平成22年は「完全生命表」  
健康寿命は、厚生労働科学研究費補助金「健康寿命における将来予測と生活習慣病対策の費用対効果に関する研究」

欧米諸国の状態と比較すると、健康寿命と平均寿命との差が大きい傾向にあり、今後、健康寿命の伸びが平均寿命の伸びを上回る健康増進の対策が必要になっている。



## 高齢者において健康寿命の延伸を損なう要因（要介護の原因）



前期高齢者では「脳血管疾患」が第1位  
後期高齢者では「認知症」「高齢による衰弱(虚弱)」「脳血管疾患」が上位



## 高齢者において健康寿命を延伸するためには



前期高齢者では → 脳血管疾患(脳卒中)対策が重要

後期高齢者では → 認知症・高齢による衰弱(虚弱)対策が重要



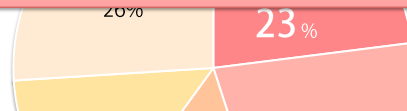
## 働き盛りにおいて健康寿命の延伸を損なう要因 (要支援の原因)



運動器の障害が第1位

その原因は..

- ・ロコモティブシンドローム
- ・メタボリックシンドローム



### ロコモティブ症候群

変形性膝関節症と骨粗しょう症の推計患者数 4700万人(男性2100万人・女性2600万人)

### メタボリック症候群

40歳以上で2010万人

高血圧患者数は3,900万人、高脂血症は 2,200万人、糖尿病(予備軍を含め)は2,210万人、肥満症は468万人  
メタボリックシンドロームの予備軍を含めると、男性は2人に1人、女性でも5人に1人



働き盛りにおいて健康寿命を延伸するためには



ロコモティブシンドロームの対策が重要

メタボリックシンドロームの対策が重要

健康寿命を延ばすための対策



前期高齢者では → 脳血管疾患対策が重要

生活習慣病予防

- ・運動
- ・食事(減食・減塩)
- ・睡眠
- (生活習慣病予防にもつながる)

後期高齢者では → 認知症・高齢による衰弱(虚弱)・サルコペニア対策が重要

介護予防

- ・運動(レジスタンス運動)
- ・食事(低栄養予防)
- ・認知症予防(有酸素運動)

働き盛りでは → メタボリック & ロコモティブシンドローム対策が重要

生活習慣病予防

- ・運動
- ・食事(減食・減塩)
- ・睡眠

介護予防



## 脳卒中 運動が再発を予防

名古屋大学医学部保健学科 山田研究室の成果

脳卒中の一つである脳梗塞。減塩が注目される中、適度な運動との組み合わせで、軽度の脳梗塞などの再発防止に効果があることを、名古屋大学大学院医学系研究科の山田純生教授(保健学)らのグループが明らかにした。



- ・軽症脳梗塞患者の発症後3か月の身体活動量(<6000歩/日)は、再発のリスク因子である。
- ・軽症脳梗塞の身体活動量の増加(+減塩)は、薬物療法とは独立して脳卒中や冠動脈疾患の再発を減少させる。

ナドを促した

市東区の名古屋大学キャンパスで

- ・運動のパターンを変えることで、さらに高い効果を期待できる。(認知症予防も同じ)

(山本真嗣)

中日新聞 平成25年7月23日



©Center for Advanced Medicine and Clinical Research, Nagoya University Hospital.

17

## 脳卒中 食事が発症を予防

長野県の成果

秘訣は減塩と野菜

脳卒中による死者が多かった長野県が、県民の食生活の改善で大きな成果を上げている。脳卒中の原因となる高血圧の予防には、減塩が大切。生野菜も高血圧対策には効果的とされ、サラダ好きの県民性も後押ししているようだ。ただ、まだ食塩摂取量は多めで、改善には余地がある。

長野県は一九六〇～七〇年代、脳卒中の死亡者が人口十万人当たり二百八十人前後で推移していた。全国平均と比べて、百人以上も上回る数値だった。

問題の一つが食塩の取り過ぎ。内陸県で、保存が利く塩漬けの魚を良く食べるほか、塩分の多い野菜菜の漬物を多食する影響があったとされる。食塩摂取量が多いと、血液中のナトリウム濃度が高くなる。人体は、それを察



塩分摂取 16g (1980) → 10(女性) 12(男性)g (2010)

脳卒中 280人(1970) → 32(女性) 54(男性)人/10万人(2010)  
死亡者数

日本高血圧学会  
の減塩目標 6g未満

WHOの  
減塩目標 5g未満

大きく上回っている。  
同県の一〇年の脳卒中の死亡者は、人口十万人当たり男性が五十三・九人、女性が三十二・三人にまで低下した。

食塩と血圧の関係に詳しい東京大学大学院医学系研究科の安東克之准教授は「アジアの食文化はもともと、欧米に比べて食塩摂取量が多い。世界保健機関(WHO)の減塩目標は一日五グラム未満。日本高血圧学会は、高血圧患者に六グラム未満を呼び掛けている」と話す。

(伊東治子)

中日新聞 平成25年7月23日



©Center for Advanced Medicine and Clinical Research, Nagoya University Hospital.

18

## 認知症 運動が予防

国立長寿医療研究センターの成果



### 認知症と歩行速度

- ・秒速1m以上で歩くことができる人：認知症・転倒のリスクは低い
- ・秒速0.7m以下で歩く人：転倒のリスクが高い
- ・秒速0.5m以下で歩く人：認知症のリスクが高い



©Center for Advanced Medicine and Clinical Research, Nagoya University Hospital.

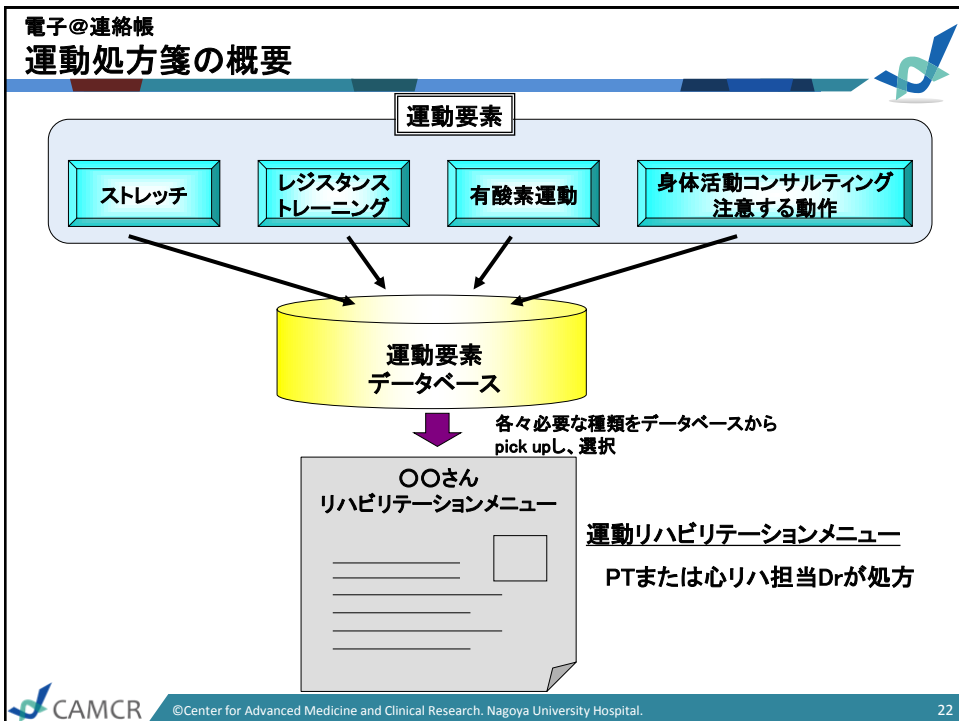
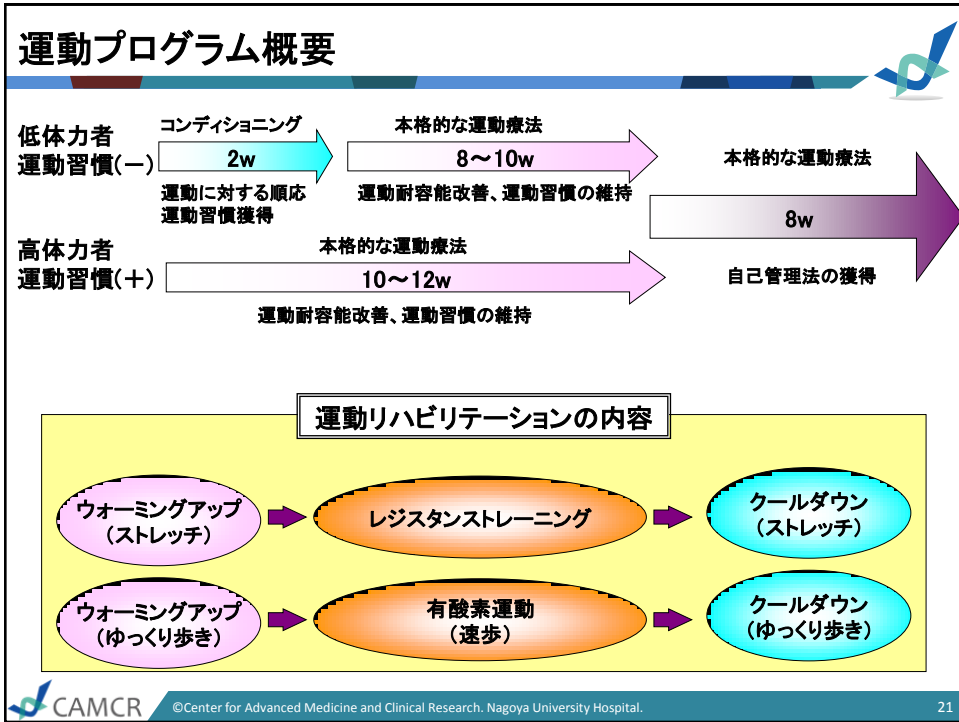
### 電子@連絡帳

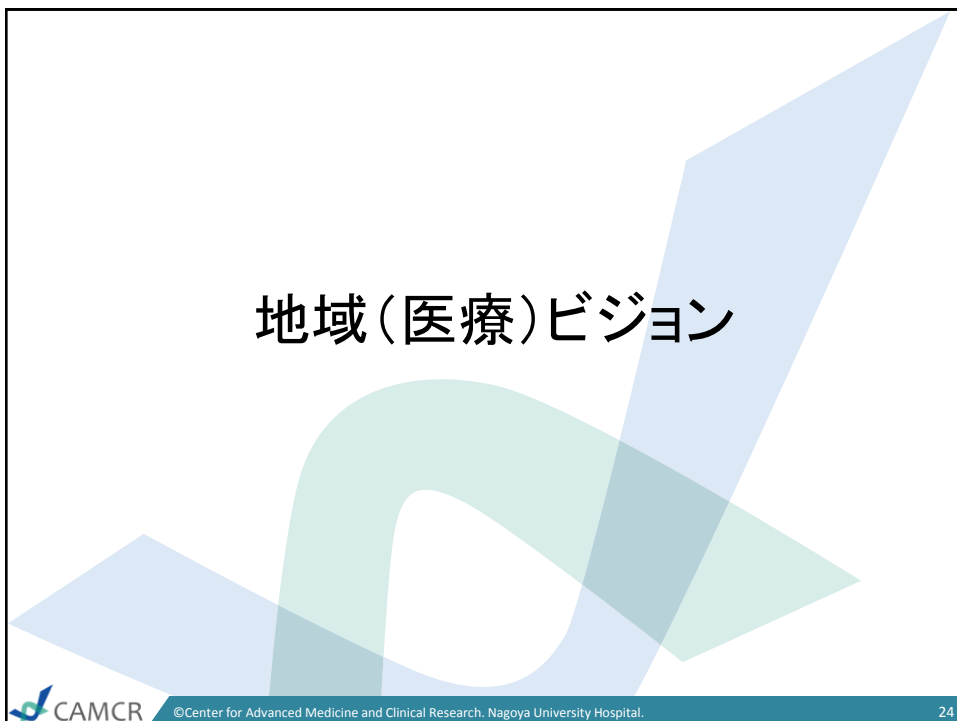
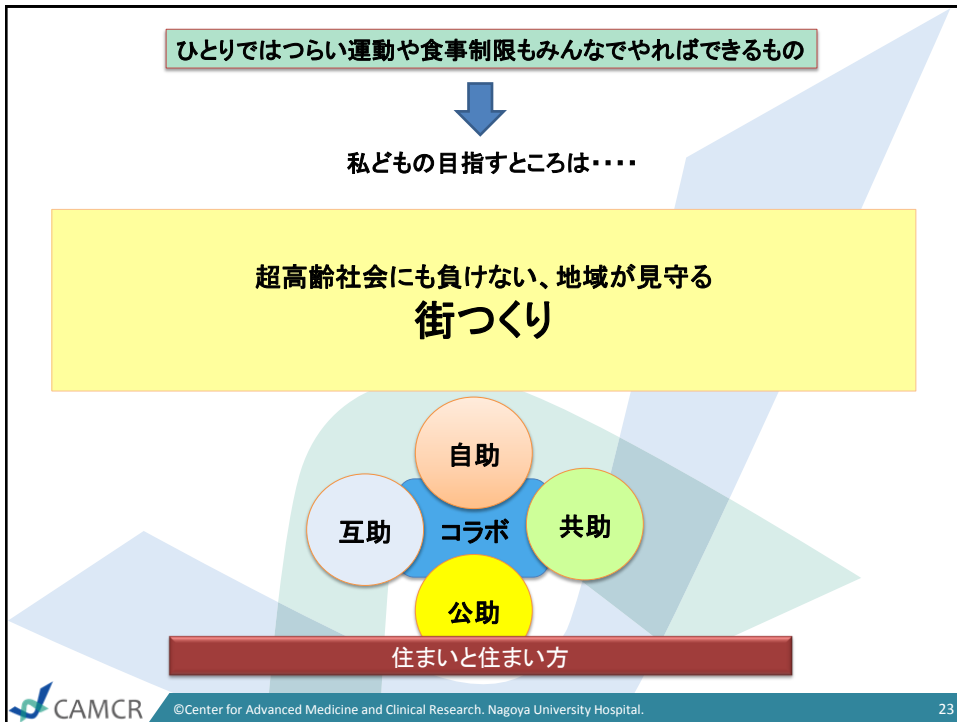
## 健康寿命を延伸するための運動プログラム



©Center for Advanced Medicine and Clinical Research, Nagoya University Hospital.


20





## 地域(医療)ビジョンの作成するための施策


# Communication が Community を生む



©Center for Advanced Medicine and Clinical Research, Nagoya University Hospital.

25

## 電子@連絡帳を使って実現できる健康づくり・街づくり



**電子@連絡帳**  
在宅医療・福祉統合ネットワークシステム

支援チームの形成による  
多職種他業種の情報共有基盤

母と子の健康

難病・精神保健

感染症予防

虐待児の早期発見

在宅療育の支援

電子母子手帳

ケアの履歴の共有

障害者/児を持った家族のケア・レスパイト

サーベイ情報の収集  
新型インフルエンザ、性感染症、結核、ウイルス性肺炎

在宅・居宅薬剤管理

在宅口腔ケア

地域包括ケアの実施

独居高齢者見守り

在宅看取り支援

健康寿命の延伸

認知症ケア

介護人(家族)のケア・レスパイト


疾患毎のサポートネット

地域連携バス

病診・診診連携

高齢者

医療



©Center for Advanced Medicine and Clinical Research, Nagoya University Hospital.

26