

～ネットワークで繋がる遠野の『安心・安全』～

ICT遠野型健康増進ネットワーク事業



遠野市 健康福祉部 健康福祉の里 保健医療課

1

遠野市の概況

(H24年3月31日現在)

位置



概要

- 人口：29,746人
- 世帯数：10,705世帯
- 面積：825.62km²

● 高齢化率

(男) 28.2%
(女) 39.0% (計) 33.8%
※市民の3人に一人が高齢者

● 一人当り医療費

(国民健康保険) 31万円
(後期高齢者保険) 60万円
※75歳以上の高齢者が2倍

2

1



遠野市助産院 ねっと・ゆいかご

市内に出産施設がなくなり、妊婦が通う医療機関との間で遠隔妊婦健診を実施。地域で助産師が妊婦をサポートする。



医師・助産師・家庭をむすぶ遠隔期ネットワーク



2 Web版

すこやか電子手帳

ゆりかごから天国まで...
電子手帳が健康を見守る



自分の健康情報を
PCや携帯電話で
確認・活用



3

高齢者を元気に

遠野ICT健康塾 (ICT健康づくり事業)



遠隔の専門医と地域のコメディカル(看護師)等が連携し、
テレビ電話を使って高齢者を中心とした健康づくりを推進。

3

柱その1

遠野市助産院「ねっと・ゆいかご」開設

モバイル遠隔妊婦健診をはじめ...
妊婦相談
健康教育 等の業務を開始

開設日：平成19年12月1日

場所：遠野健康福祉の里（事務室改装）

開所日時：毎週 月～金 9:00～12:00
(土・日・祝日休業) 13:00～17:00

職員体制：所長＝健康福祉の里所長
福祉課 助産師2人

“妊婦主治医の指示で安心安全に”

- 産科医不在によりお産は扱わない
- 遠隔健診主軸に不安解消・負担軽減
- きめ細かなケアでリスクの低減
- 緊急時の迅速・円滑な搬送
- 産後の母子管理と子育て支援

* 主な業務と料金(自由診療) *

- 妊婦一般健診.....3,000円
- モバイル遠隔健診... 4,500円
- 乳房管理.....3,000円
- 新生児健診.....2,000円
- 沐浴.....3,000円
- じょく婦健診.....2,000円
- 緊急搬送付添.....3,000円
(1時間あたり)
- 健康相談・指導..... 無料

現在無料受診



平成23～25年度の小学校
選定教科書のなかで、遠
野市助産院が取り上げられ、
活動内容が紹介されてい
ます。(東京書籍)

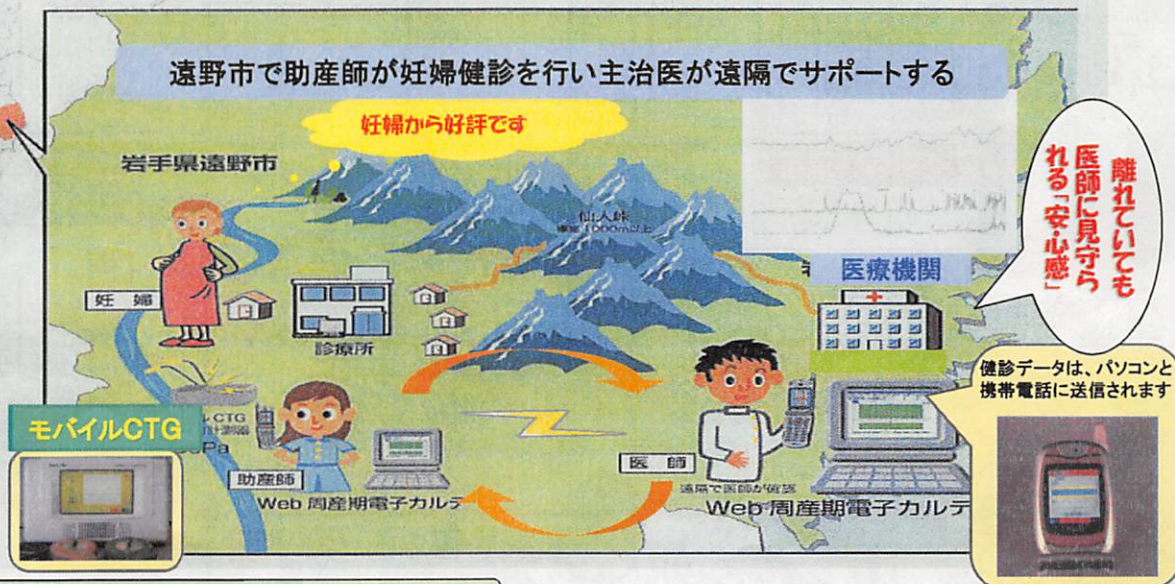
4

モバイルCTGで遠隔妊婦健診

小型軽量のモバイル胎児心拍数検出装置(CTGモニター)で、医師が病院から通信ネットワークを介して、パソコンや携帯電話で遠隔地の妊婦の胎児心拍情報を常時受け取ることが可能。

医師、助産師、家庭をむすぶ周産期ネットワーク

地域に助産師
がいて「安心」



1 遠距離通院負担の軽減

2 健診の待ち時間短縮

3 医療機関との連携でケアの充実

4 遠距離居住妊婦の不安解消

5 周産期医療の情報ネットワーク

5



遠野市助産院「ねっと・ゆりかご」

安心:妊婦の見守り



安全:医療機関連携

遠隔健診で医療機関と連携



モバイルCTG装置・超音波診断装置

“医療機関との連携で安心安全に”

- 遠隔健診で不安解消・負担軽減
- きめ細かなケアでリスクの低減
- 産後の母子管理と子育て支援
- 緊急時の迅速・円滑な搬送

嘱託医療機関

盛岡赤十字病院
松田 壮正 先生
藤原 純 先生

岩手医科大学附属病院
県総合周産期母子医療
センター(岩手医大)

安心:緊急対応



県立大船渡病院
(小笠原 敏浩 先生)

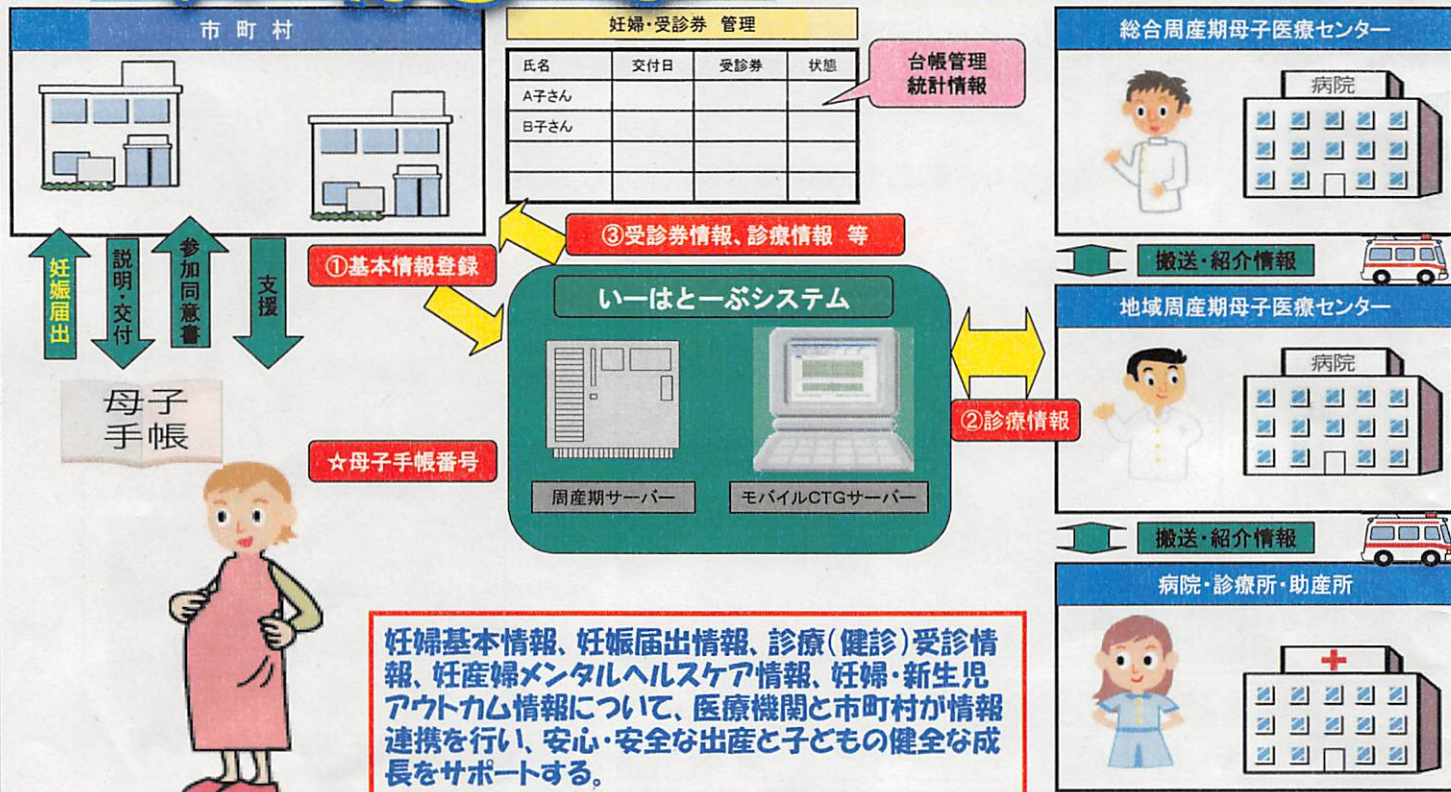
助産院監督医

12医療機関と
ネットワークを構築

県立釜石病院 県立中部病院
北上済生会病院 県立磐井病院
村井産婦人科外科医院
黒川産婦人科医院
KUBOクリニック 工藤医院

6

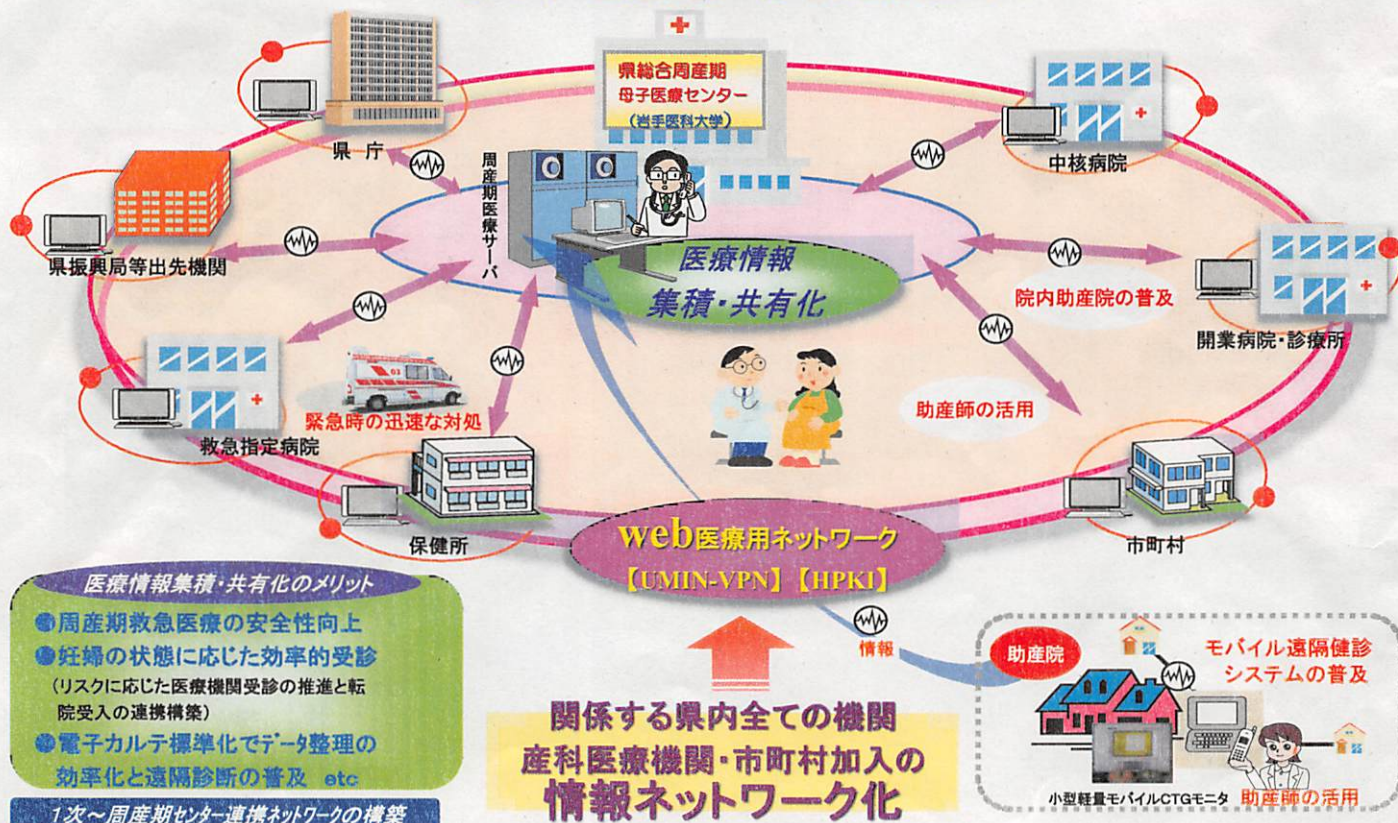
いーはとーぶ



7

岩手県周産期医療情報ネットワーク“いーはとーぶ”への参画

～県下医療機関・行政機関加入～



8

遠隔健診データも“いーはとーぶ”に



9

柱その2

生涯の健康データを記録する…

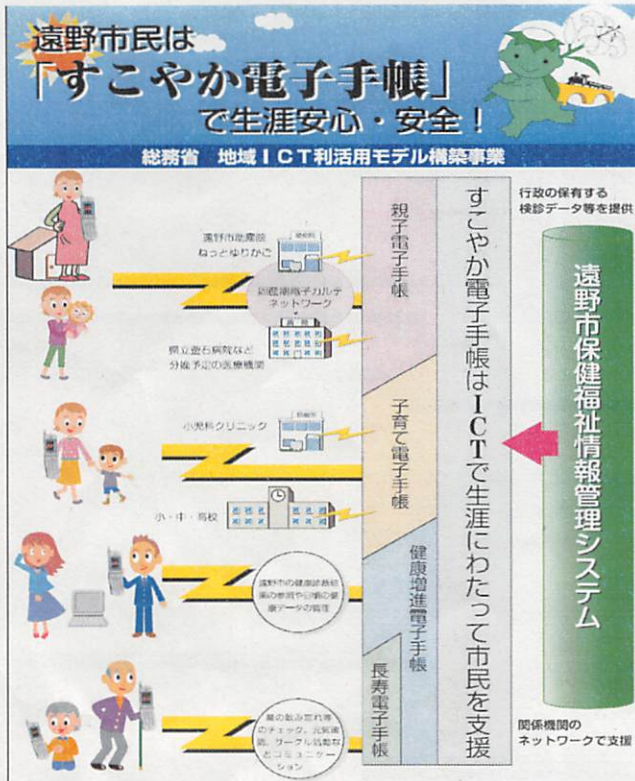
「すこやか電子手帳」

すこやか電子手帳

	妊娠 産期	就学期	成人期	高齢期
名称	親子手帳	子育て手帳	健康増進手帳	長寿手帳
認証機能(区分)	胎児	子ども	本人	
	保護者 親戚			介護者
	地域 一般 親戚			
	保健・福祉 専門機関			
	福祉票(民生委員、社会福祉協議会、行政)			

10

すこやかポータルサイト



11

柱その3

健康社会への想い...

ICT遠野型健康増進ネットワーク事業「遠野ICT健康塾」

目的

テレビ電話等のICTを使い、医師と健康指導スタッフが連携した「顔の見える」健康サポートのネットワークによる疾病予防と健康づくりのコミュニティづくり。

おうえい

- 健康不安の解消・孤立化防止
- 自発的な健康意識の醸成(行動変容)
- 健康づくりのネットワーク化
- 疾病予防の習慣づけで医療費軽減

遠隔指導医

3人



- 健康情報や血液データを参照
- コメディカル及びコールセンターとの情報データ共有と指導
- テレビ電話で健康指導(年2~3回)

コールセンター

2人



ケアコンシェルジュ

- 健康情報データ共有
- テレビ電話で健康相談と指導(毎週ok)

市民参加者

420人



- 毎日計測した歩数データ、毎週ごと計測した血圧・体重・体組成データをテレビ電話に取込
- テレビ電話でコールセンターや医師に健康相談したり指導を受ける

コメディカル

4人+補助員4人



- 参加者が集まる集会施設を巡回して健康づくりをサポート。
- 歩数データや血圧など健康状態を計測し指導。
- テレビ電話でコールセンターや医師につないで遠隔健康指導。
- 年2回採血を実施。

事業費

H20~22年度・・・166,045千円(総務省)

H23年度(市単独)・・・35,890千円

- ◇コメディカル/医師等委託 29,930千円
 - ◇システム運用費(通信含み) 4,295千円
 - ◇その他諸費 1,665千円
- (※収入⇒参加者会費 3,000千円)

12

テレビ電話でつなぐ遠隔健康相談システム

総務省ICT事業で構築
23年度⇒市単独実施

週1回集まって健康チェック。
テレビ電話で健康管理。

地区センターや集会所
18会場で実施
参加者420人

地区センター

週1回集合

健康状態を計測

集会所

歩数計を持って
毎日ウォーキング
参加会費は毎月
1コイン(500円)

500

●歩数計で毎日歩こう

テレビ電話で計測・健康指導

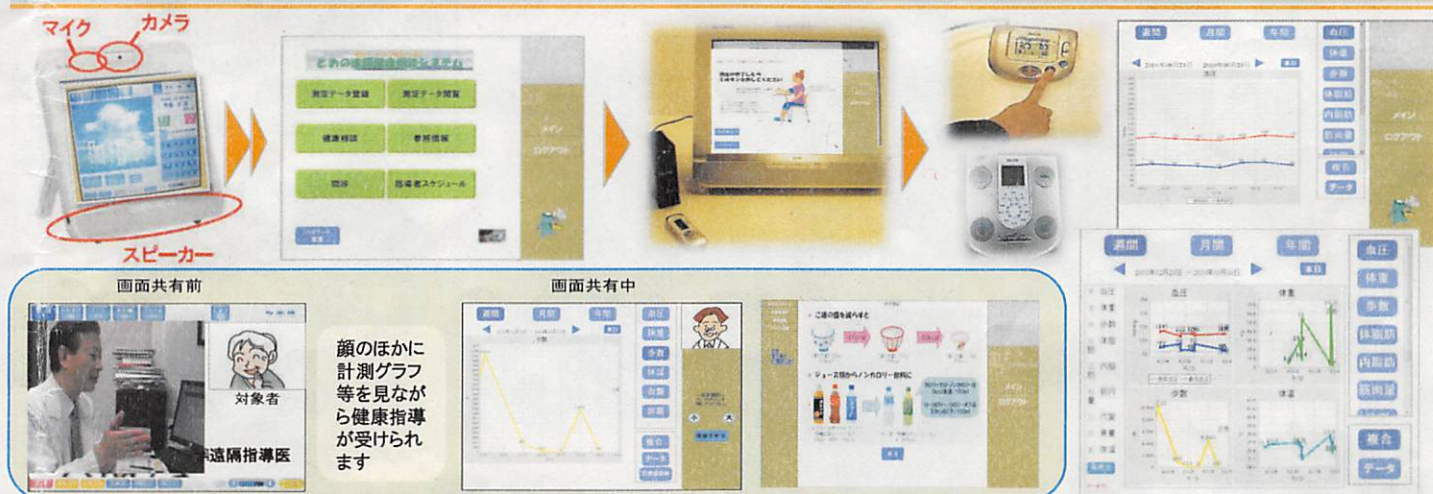
●週1回血圧・体重・体組成等を計測

コメディカル巡回／医師の遠隔指導

医師・地域コメディカル・コールセンターが連動した遠隔支援体制



テレビ電話とWeb電子手帳で健康管理



Webにアクセスして健康チェック！ すこやかポータルサイト『すこやか健康増進電子手帳』



ICT活用の展開

【事業の目的】

地域づくり

人づくり

健康づくり

地域活動の三本柱

NHK巡回ラジオ体操みんなの体操
会を契機に平成19年8月立ち上げ

市民センター

各地区センター
(市内9地域)

【遠野市健康づくり総合プログラム】

《地域ICT遠野型健康増進ネットワーク事業》

○市民が心身ともに明るく元気な生活を営むための未来型健康スタイルとして、ICTを活用した健康情報の集積と共有化を図る。

○コミュニケーションと運動等、生活習慣が調和した「顔の見える」健康維持・増進のネットワークを形成し、自発的な健康づくりの意欲の醸成と人材の育成を図る。

○遠隔医療を取り入れた健康づくりや疾病予防など、ICTを活用した持続的な活動の実施。



各部署連携・一体的推進・総合力

◆地域づくりは人づくりと健康づくりからキーワードに自発的な健康づくり活動を応援します。

遠野市健康づくり総合大学「とすぽ」

ICTによる遠野型健康増進ネットワークの構築

サテライト校

◆コメディカル(保健師、看護師等)専門的スタッフ

地域コミュニティ

地域住民

健康づくり活動団体、組織

地域ICT健康増進ネットワークプログラム

健康情報の集積・共有化、情報のネットワーク化、疾病予防、保健指導、遠隔による専門医の健康指導、ICT人材育成等

地域ICTによる健康増進ネットワークを推進するとともに、保健事業、健康スポーツ、生涯学習等の健康づくりプログラムのネットワーク化を推進し、ICTを活用しての情報の共有、提供を行いながら地域の健康づくり活動の充実、市民の健康増進を図る。

《遠野市健康づくり総合プログラム》

保健プログラム

健康スポーツプログラム

生涯学習プログラム

特定健診、特定保健指導、各種がん検診、電子手帳、健康づくりサポーター養成、健康相談、介護予防教室等

運動による健康づくり講座、教室、健康スポーツ、ニュースポーツ、プール、トレーニングルーム利用、子供の体力向上、キッズ元気アップ応援隊等

生涯学習、趣味活動、文化活動等

【地域ICT健康増進事業の狙い】

- 健康の不安(ストレス)と閉塞感の解消/孤立防止
- 自発的な健康づくり意欲の醸成(連帯感)
- 健康づくりプログラムのネットワーク化
- 地域組織及びマンパワーの活用
- 病気にかかりにくい予防体制
- 病院のサロン化の緩和
- 将来の医療費・介護給付費の低減

15

活動のようす...



集会所で健康計測



歩こう会
歩中会の仲間たち



テレビ電話でDr指導も



血液検査も実施



遠隔指導医を招いて
森の健康塾を開催

16



集会所で健康計測

テレビ電話で健康指導



遠隔指導医・栗原毅Dr
(栗原クリニック東京・日本橋院長)



セラバンド体操など
健康教室も実施



歩く中毒の会 歩中会の仲間たち



【毎日の習慣】

歩数計を持ってウォーキング。
仲間同志で会うと「何歩あるいた？」が口癖に。歩こう会が結成され、歩く中毒集団……

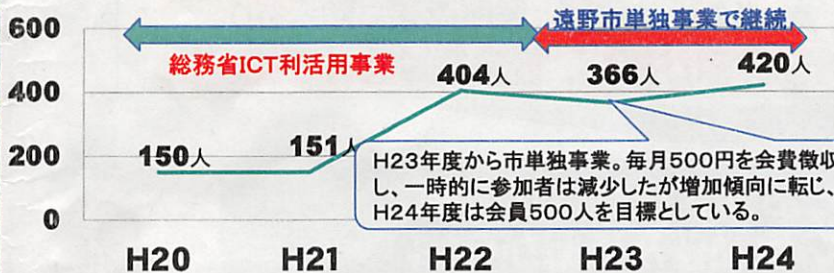
「**歩中会**」ができました。
(あるちゃうかい)

～健康を『見える化』へ～

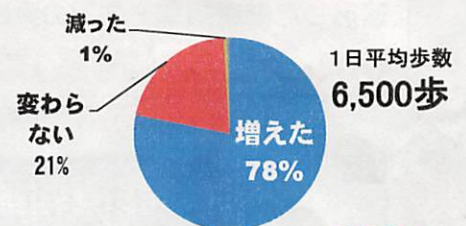
歩いて健康改善

(H24年9月調べ/387人アンケート)

参加人数は？ 増加傾向に

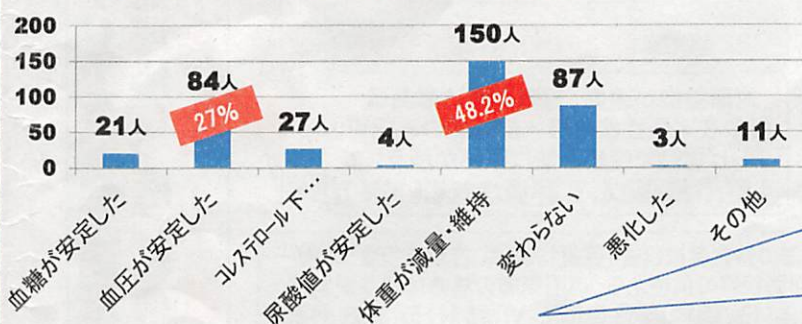


歩数は？ 8割が増加



週に一度、皆と会うことを楽しみにしている 90代の女性もいます。

体調は？ 体重が減量・血圧安定



毎日のウォーキング！
1日4万歩の80代男性がいます。

活動3年半で
5千万歩。地球
1周(40,000km)
の距離を歩行
しました。

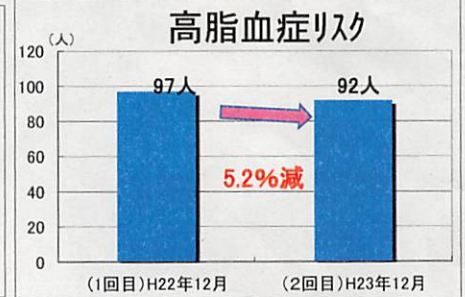
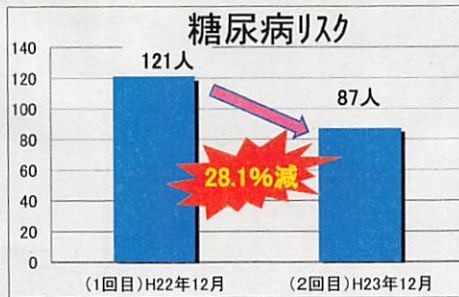
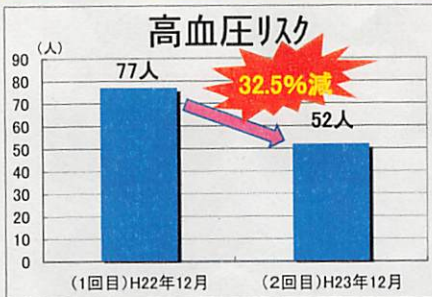
この活動に参加する前と比べ

- 体重が減量した・増加させず維持できたと実感した人が150人(48.2%)と約半数。
- 血圧が安定したと実感した人は84人(27%)と約3割。

⇒健康状態の改善傾向を実感し・見えてきたことが、健康への行動変容となり、前向きな健康づくりの生活スタイルができたといえる。

年間をとおし 健康づくりの効果が見えてきました！

平成22年12月と23年12月の血液検査をした187人の数値を比較した結果、高血圧のリスクを抱える人が77人から52人に減少し32.5%が改善傾向にあります。着実に健康づくりの成果が表れています。



リスク群	22年12月	23年12月	変化率
【高血圧群】	77人 41.2%	52人 27.8%	△32.5%
【糖尿病群】	121人 64.7%	87人 46.5%	△28.1%
【高脂血症群】	97人 51.9%	92人 49.2%	△5.2%

課題 健康効果と医療負担軽減の分析等

- ◆テレビ電話等による健康指導効果
- ◆健康への意識変化等行動変容の状況
- ◆血圧降下等、医療費負担軽減の効果

参加者の声

- ★食事に気を付けるようになった⇒(77%)
(野菜から食べる・多くとる／早食いしない／糖分・塩分減／油摂取／食べ過ぎずゆっくり／カルシウム)
- ★参加して良かった⇒(99%)
(健康意識が高まった／運動量増えた／交友広がった／自分の体を知った／計測・採血・指導が受けられる)
- ★今後も事業を続けてほしい⇒(91%)

19

ICT遠隔医療の課題と新たな健康サービスの展開

ICTを活用し、遠隔地の医師の参画のもとで地域のコメディカルや関係スタッフが連携した健康指導・ケアの実践で、参加者の行動変容と健康改善に効果あり。

しかし、医師法(20条)では対面診療が原則。医療の対象外で無報酬。



- 診療報酬 or 活動支援制度が必要。
- 医療過疎地の活動普及に繋がらない。



健康づくり推進

疾病予防と
健康改善の実証

医師法20条 → (対面診療が原則)

※遠隔医療は一部認可(対象・範囲が不明確)

遠野型健康増進ネットワーク事業
(ICTを活用した遠隔健康指導・疾病予防の実践)

テレビ電話で医師等のスタッフが
市民参加者に健康指導
～初期診療並みの健康改善効果～

現制度では診療報酬の対象外

対面診療が原則。遠隔医療は離島患者や在宅慢性疾患等一部診療のみ認可。テレビ電話で疾病予防に医師が関与しても医療報酬として評価されていない。

例えば特定健診も

平成20年4月から実施されている国の特定健康診査・保健指導は、行政負担金により一定の支援策があるものの医師関与のインセンティブや初回面談等の条件から、遠隔医師の場合は関与が制限されるものとなっている。⇒例えば、遠隔プログラムにより遠隔医師も参画しやすい仕組みも必要。

ICTを安全・適正に運用し、医師へのインセンティブ必要

20

ICTネットワークでつ・な・ぐ「健康長寿」社会

- 健康寿命を延ばすこと。地域で、在宅で。
- 65歳は若い。遠野は「70歳or75歳から高齢者？」。
- 丈夫な高齢者が地域医療を守る。(負担軽減)



ICTで都市と地方を結ぶ健康社会

～遠隔通信ネットワークで新たな健康支援サービスの構築へ～



21

2011.3.11
東日本大震災

沿岸被災者の健康管理

～テレビ電話で健康づくりの支援～

遠野市

ICT 健康づくり事業

テレビ電話で被災者の健康管理を支援

被災者を見守る

沿岸被災者のケア



22

遠野市発 地域医療への想い

1 身の丈で、支え合う協力と協働の家族社会をつくる！

- * 住民の安心・安全・不安の解消は行政の使命。
- * 命に関わる医療、でも医師不足。医療は専門分野とあきらめない。
- * 地域でできることは必ずある。課題を共有して健康な家族社会をつくる。

2 無い物ねだりの脱却、“ある”ものを生かす！

- * 地域一番の宝「人」を生かす。知恵と工夫。“何か(ICT etc)”を使って・・・。

3 地域が元気(健康)になると日本も元気になる！

- * 医療は国だけが背負う問題ではない。地域の根にある。
- * 健康は自分のため、家族と地域、そして日本の財産である。
- * 身も心も健康な社会はすべてに通じる。地域の元気は日本の健康に繋がる。

病気になる前に疾病予防



地域で支える健康づくり



医療負担が少ない社会

期待

市民の健康意識の**行動変容**により、病院のサロン化を解消、医療費軽減、医師の負担軽減が期待される。

健康産業の起業も

23

「民話の里」遠野におでんせ・・・

～遠野物語～



日本民俗学の父
柳田 國男
(やなぎたくにお)
＜著者＞



「日本のグリム」
昔話研究の先駆者
佐々木喜善(ささきぎぜん)
＜話者＞



24