

田辺市国民健康保険
特定健康診査等実施計画

平成25年度～平成29年度

田辺市

目次

第一章 はじめに

1 背景及び趣旨	1
2 メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）の概念の導入	1
3 特定健康診査・特定保健指導の基本的考え方	2
4 計画の期間	2

第二章 第一期実施計画の実施状況等

1 第一期特定健康診査の実施状況と実施目標	3
2 第一期特定保健指導の実施状況と実施目標	4
3 第一期計画事業成果と分析	5

第三章 達成しようとする目標

1 特定健康診査の実施率	7
2 特定保健指導の実施率	7

第四章 特定健康診査等の対象者数

1 特定健康診査の対象者数	8
2 特定健康診査の受診者数	8
3 特定保健指導の対象者数	8
4 特定保健指導の実施者数	9

第五章 特定健康診査等の実施方法

1 特定健康診査の実施方法	10
（1）実施場所及び実施時期	10
（2）対象者	10
（3）実施項目	10
（4）外部委託等	11
（5）受診方法	11
（6）周知・案内方法等	11
2 特定保健指導の実施方法	11
（1）実施場所及び実施時期	11
（2）対象者	12
（3）実施内容	12
（4）外部委託等	13
（5）利用方法	13
（6）周知・案内方法等	13
3 代行機関の利用について	13
4 事業主健診等他の健診受診者データの受領方法	13
5 特定保健指導の対象者の重点化	14

6 実施に関する毎年度の年間スケジュール等	1 4
第六章 個人情報の保護	1 5
第七章 特定健康診査等実施計画の公表・周知	1 5
第八章 特定健康診査等実施計画の評価と見直し	1 5

第一章 はじめに

1 背景及び趣旨

我が国は、国民皆保険のもと、誰もが安心して医療を受けることができる医療制度を実現し、世界最長の平均寿命や高い保健医療水準を達成してきました。しかしながら、急速な少子高齢化、経済の低成長への移行、国民生活や意識の変化など、大きな環境変化に直面しており、国民皆保険を堅持し、医療制度を将来にわたり持続可能なものとしていくためには、その構造改革が急務となっています。

このような状況に対応するため、国民誰しもの願いである健康と長寿を確保しつつ、医療費の伸びの抑制にも資することから、生活習慣病を中心とした疾病予防を重視し、高齢者の医療の確保に関する法律（昭和 57 年法律第 80 号。）に基づいて、医療保険者は、被保険者及び被扶養者に対し、特定健康診査（糖尿病、高血圧症、脂質異常症、肥満症等（以下「糖尿病等」という。）の生活習慣病に着目した健康診査をいう。以下同じ。）及び特定保健指導（特定健康診査の結果により健康の保持に努める必要がある者に対する保健指導をいう。以下同じ。）を実施することとされました。

2 メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）の概念の導入

不健康な生活習慣によって、食事量と運動量のバランスが崩れ、摂取エネルギーが超過し、内臓脂肪が蓄積すると脂肪細胞から多彩なホルモンが分泌されます。それにより、高血糖、脂質異常、高血圧などの危険因子が高進され、そのまま放置しておくと動脈硬化が急激に進みます。肥満者の多くがこの危険因子を複数併せ持っており、危険因子が重なるほど脳卒中、心疾患を発症する危険が増大します。一方、生活習慣を変え、内臓脂肪を減らすことで危険因子が改善することが分かっています。

このため、内臓脂肪型肥満に着目したメタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）の概念を導入し、運動、栄養、喫煙面での健全な生活習慣の形成に向け、予防の重要性に対する理解の促進を図るとともに、メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）の該当者・予備群に対する保健指導を徹底するため、効果的・効率的な健診の実施により、該当者・予備群を確実に抽出し、健診結果を踏まえ、保健指導の必要度に応じた対象者の階層化を行ったうえで、動機づけの支援を含めた保健指導を行うことによって、糖尿病等の有病者・予備群を減少させ、田辺市国民健康保険の被保険

者（以下「被保険者」という。）の健康増進・生活の質の向上及び中長期的な医療費の適正化を図ります。

3 特定健康診査・特定保健指導の基本的考え方

生活習慣病については、高齢期に向けて発症率が徐々に増加し、高齢化とともに重症化し、虚血性心疾患や脳卒中等の発症に至るという経過をたどる傾向にあります。このため、生活習慣の改善により、若い時から生活習慣病の予防対策を進め、生活習慣病を発症しない境界域の段階で留めることができれば、通院患者を減らすことができ、更には重症化や合併症の発症を抑え、入院患者を減らすことができます。この結果、生活の質の維持及び向上を図りながら医療費の伸びの抑制を実現することが可能となります。

メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）の概念に基づき、その該当者及び予備群に対し、運動習慣の定着やバランスのとれた食生活などの生活習慣の改善を行うことにより、生活習慣病や、これが重症化した虚血性心疾患、脳卒中等の発症リスクの低減を図ることができます。

特定健康診査は、生活習慣病の発症や重症化を予防することを目的として、メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）に着目し、この該当者及び予備群を減少させるための特定保健指導を必要とする者を的確に抽出するために行うものです。

特定保健指導は、内臓脂肪型肥満に着目し、その要因となっている生活習慣を改善するための保健指導を行うことにより、対象者が自らの生活習慣における課題を認識して行動変容と自己管理を行うとともに健康的な生活を維持することができるようになることを通じて、生活習慣病を予防することを目的とするものです。

4 計画の期間

この計画は5年を一期とし、今回の第2期計画は、平成25年度から平成29年度までとし、5年ごとに見直しを行います。

第二章 第一期計画の実施結果等

1 第一期特定健康診査の実施状況と実施目標

平成20年度から平成23年度までの各年度の特定健康診査の対象者数、受診者数、受診率、目標値は次のとおりです。

年度	対象者数	受診者数	受診率	目標値
平成20年度	20,201 人	2,660 人	13.2%	15%
平成21年度	19,845 人	2,617 人	13.2%	20%
平成22年度	19,531 人	3,089 人	15.8%	30%
平成23年度	19,235 人	2,930 人	15.2%	45%

男女別・年齢別の受診率は、60代の女性の受診率が高いのに対し、40代の女性、50代の男性の受診率が低い結果となりました。

各年度の特定健康診査年齢別・男女別の対象者数、受診者数、受診率は次のとおりです。

年度	年齢	対象者数		受診者数		受診率	
		男性	女性	男性	女性	男性	女性
平成20年度	40～44歳	865 人	760 人	108 人	69 人	12.5%	9.1%
	45～49歳	904 人	787 人	118 人	81 人	13.1%	10.3%
	50～54歳	1,027 人	921 人	101 人	123 人	9.8%	13.4%
	55～59歳	1,394 人	1,419 人	136 人	202 人	9.8%	14.2%
	60～64歳	1,665 人	2,008 人	175 人	354 人	10.5%	17.6%
	65～69歳	1,974 人	2,382 人	268 人	379 人	13.6%	15.9%
	70～74歳	1,854 人	2,241 人	262 人	284 人	14.1%	12.7%
平成21年度	40～44歳	847 人	770 人	115 人	77 人	13.6%	10.0%
	45～49歳	882 人	795 人	107 人	87 人	12.1%	10.9%
	50～54歳	980 人	872 人	94 人	110 人	9.6%	12.6%
	55～59歳	1,317 人	1,295 人	150 人	161 人	11.4%	12.4%
	60～64歳	1,729 人	1,994 人	221 人	361 人	12.8%	18.1%
	65～69歳	1,925 人	2,396 人	236 人	369 人	12.3%	15.4%
	70～74歳	1,789 人	2,254 人	239 人	290 人	13.4%	12.9%

平成22年度	40～44 歳	830 人	746 人	127 人	77 人	15.3%	10.3%
	45～49 歳	884 人	793 人	115 人	92 人	13.0%	11.6%
	50～54 歳	937 人	867 人	110 人	126 人	11.7%	14.5%
	55～59 歳	1,244 人	1,178 人	150 人	193 人	12.1%	16.4%
	60～64 歳	1,879 人	2,136 人	310 人	450 人	16.5%	21.1%
	65～69 歳	1,784 人	2,241 人	283 人	440 人	15.9%	19.6%
	70～74 歳	1,748 人	2,264 人	295 人	321 人	16.9%	14.2%
平成23年度	40～44 歳	875 人	759 人	115 人	85 人	13.1%	11.2%
	45～49 歳	818 人	733 人	91 人	96 人	11.1%	13.1%
	50～54 歳	905 人	847 人	99 人	106 人	10.9%	12.5%
	55～59 歳	1,195 人	1,093 人	130 人	176 人	10.9%	16.1%
	60～64 歳	1,911 人	2,196 人	279 人	404 人	14.6%	18.4%
	65～69 歳	1,727 人	2,097 人	286 人	392 人	16.6%	18.7%
	70～74 歳	1,779 人	2,300 人	303 人	368 人	17.0%	16.0%

2 第一期特定保健指導の実施状況と実施目標

平成20年度から平成23年度までの各年度の特定保健指導の対象者数、終了者数、終了率、目標値は次のとおりです。

年度	対象者数	終了者数	終了率	目標値
平成20年度	438 人	200 人	45.7%	45%
平成21年度	350 人	132 人	37.7%	45%
平成22年度	439 人	162 人	36.9%	45%
平成23年度	372 人	109 人	29.3%	45%

動機付け支援の対象者数、終了者数、終了率は次のとおりです。

年度	対象者数	終了者数	終了率
平成20年度	273 人	147 人	53.8%
平成21年度	205 人	80 人	39.0%
平成22年度	278 人	126 人	45.3%
平成23年度	230 人	77 人	33.5%

積極的支援の対象者数、終了者数、終了率は次のとおりです。

年度	対象者数	終了者数	終了率
平成 20 年度	165 人	53 人	32.1%
平成 21 年度	145 人	52 人	35.9%
平成 22 年度	161 人	36 人	22.4%
平成 23 年度	142 人	28 人	19.7%

3 第一期計画事業成果と分析

平成 20 年度から平成 23 年度までの各年度の特定健康診査・特定保健指導の実施によるメタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）該当者及び予備群該当者の人数等の変化の結果は次のとおりです。

年度	メタボリックシンドローム		メタボリックシンドローム予備群	
	該当者数	割合	該当者数	割合
平成 20 年度	317 人	11.9%	299 人	11.2%
平成 21 年度	305 人	11.7%	266 人	10.2%
平成 22 年度	359 人	11.6%	340 人	11.0%
平成 23 年度	399 人	13.6%	302 人	10.3%

メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）該当者のうち、次年度で予備群判定となった者は平均 28 人、非該当となった者は平均 35 人でした。各年度的人数は、次のとおりです。

年度	前年度メタボリックシンドローム該当者のうち予備群判定となった人数	前年度メタボリックシンドローム該当者のうち非該当判定となった人数
平成 21 年度	30 人	46 人
平成 22 年度	30 人	24 人
平成 23 年度	25 人	37 人

メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）予備群該当者のうち、次年度で非該当となった者は平均 58 人でした。各年度的人数は次のとおりです。

年度	前年度メタボリックシンドローム予備群該当者のうち非該当判定となった人数
平成 21 年度	55 人

平成 22 年度	5 0 人
平成 23 年度	6 9 人

メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）該当者及び予備群該当者のうち、翌年度の特定健康診査で判定が改善されている受診者が、18%いる結果となりました。これは、特定健康診査・特定保健指導の実施により、健康に関心を持ち、生活習慣の改善ができた結果と考えます。

しかしながら、特定健康診査の受診率は、毎年度目標値には届いておらず、特に、40代、50代の若い世代での受診率が低い結果となりました。

特定保健指導も、初年度は、目標値を上回りましたが、その後は、前年度より下回る結果となりました。

第二期の計画においては、特定健康診査・特定保健指導の目標値に少しでも近づき、若い世代に健康に関心を持つ者が増えるよう、特定健康診査・特定保健指導の普及、啓発が必要と考えます。

第三章 達成しようとする目標

達成しようとする目標は、国が示した特定健康診査等基本指針に掲げる基準に基づき「特定健康診査の実施率」「特定保健指導の実施率」に係る計画最終年度の目標値を設定するとともに、それらを達成するための各年度の目標値を設定します。

1 特定健康診査の実施率

国が示した特定健康診査等基本指針に掲げる実施率目標値が、平成29年度60%とされています。第一期の実施実績を踏まえて、平成25年度から平成29年度までの各年度の特定健康診査の実施率の目標値を次のとおり設定します。

年 度	特定健康診査の実施率
平成25年度	20%
平成26年度	30%
平成27年度	40%
平成28年度	50%
平成29年度	60%

2 特定保健指導の実施率

国が示した特定健康診査等基本指針に掲げる実施率目標値が、平成29年度60%とされています。第一期の実施実績を踏まえて、平成25年度から平成29年度までの各年度の特定保健指導の実施率の目標値を次のとおり設定します。

年 度	特定保健指導の実施率
平成25年度	35%
平成26年度	41%
平成27年度	47%
平成28年度	53%
平成29年度	60%

第四章 特定健康診査等の対象者数

1 特定健康診査の対象者数

第一期実施実績の特定健康診査対象者数の平均増減率から、平成25年度から平成29年度までの特定健康診査の対象者数を次のとおりと推計します。

年 度	特定健康診査の対象者数
平成25年度	18,643人
平成26年度	18,363人
平成27年度	18,087人
平成28年度	17,816人
平成29年度	17,549人

2 特定健康診査の受診者数

平成25年度から平成29年度までの特定健康診査の受診者数を次のとおりと推計します。

年 度	特定健康診査の受診者数
平成25年度	3,729人
平成26年度	5,509人
平成27年度	7,235人
平成28年度	8,908人
平成29年度	10,530人

3 特定保健指導の対象者数

第一期実施実績の特定保健指導対象者数から、平成25年度から平成29年度までの特定保健指導の実施者数を次のとおりと推計します。

年 度	特定保健指導の対象者数
平成25年度	522人

平成 2 6 年度	7 7 1 人
平成 2 7 年度	9 4 0 人
平成 2 8 年度	1, 1 5 8 人
平成 2 9 年度	1, 2 6 3 人

4 特定保健指導の終了者数

平成 2 5 年度から平成 2 9 年度までの特定保健指導の終了者数を次のとおりと推計します。

年 度	特定保健指導の終了者数
平成 2 5 年度	1 8 3 人
平成 2 6 年度	3 1 6 人
平成 2 7 年度	4 4 2 人
平成 2 8 年度	6 1 4 人
平成 2 9 年度	7 5 8 人

第五章 特定健康診査等の実施方法

1 特定健康診査の実施方法

(1) 実施場所及び実施時期

特定健康診査は、一定期間と場所を定めて、一斉に実施する集団健診により実施するとともに、一定の期間を定め、指定する医療機関で実施する医療機関健診により実施します。

(2) 対象者

特定健康診査の実施年度に40歳以上74歳以下の年齢に達する被保険者であって、その年度の4月1日から継続して被保険者である者を特定健康診査の対象者としします。

また、特定健康診査の実施年度に75歳の年齢に達する被保険者、または、その年度の4月2日以降に被保険者となった者のうち、その年度に40歳以上74歳以下の年齢に達する被保険者であって、特定健康診査、若しくは特定健康診査を実施したことに代えられる健康診査をその年度に受けることができない者は、申し出により特定健康診査の対象者としします。

ただし、妊産婦、海外在住、長期入院等厚生労働大臣が定める者は、対象者から除きます。

(3) 実施項目

実施項目は、以下のとおり基本的な健診の項目と詳細な健診の項目としします。

(Ⅰ) 基本的な健診項目

- 質問票（服薬歴、喫煙歴等）
- 身体測定（身長、体重、BMI、腹囲）
- 理学的検査（身体診察）
- 血圧測定
- 血液検査
 - ・血中脂質検査（中性脂肪、HDLコレステロール、LDLコレステロール）
 - ・血糖検査（空腹時血糖、HbA1c）
 - ・肝機能検査（GOT、GPT、 γ -GTP）
- 尿検査（尿糖、尿蛋白）

(Ⅱ) 詳細な健診の項目

厚生労働大臣が定める特定健康診査及び特定保健指導の実施に関する基準の下、重症化の進展を早期にチェックするため、医師が必要と判断した場合は、詳細な健診として、以下の項目のうちから選択的に行うこととします。

- 心電図検査
- 眼底検査
- 貧血検査（赤血球数、血色素量、ヘマトクリット値）

（４）追加健診について

集団健診では、詳細な健診の項目である心電図検査、貧血検査（赤血球数、血色素量、ヘマトクリット値）を受診者全員実施とします。

また、人間ドック希望する対象者については、特定健診の実施に代え国保人間ドックを実施します。

（５）外部委託等について

特定健康診査の外部委託については、厚生労働大臣が定める特定健康診査の外部委託に関する基準を満たす医療機関または健診機関への委託により実施します。

（６）受診方法

指定された期間内に申込みを行い、受診券及び保険証を持参の上、指定された場所で受診するものとします。

特定健康診査の自己負担額は、第二期計画では無料とします。

（７）周知・案内方法等

世帯ごとに受診券及び実施案内を送付し、特定健康診査の実施を周知します。他に、イベント等での受診啓発、特定健康診査未受診者に対する受診勧奨等により周知します。

また、市ホームページ及び市広報誌等に掲載の上、周知を図ります。

２ 特定保健指導の実施方法

（１）実施場所及び実施時期

特定保健指導は、一定の期間を定め、市の保健師・管理栄養士等で実施するとともに、一定の期間を定め、指定する医療機関または保健指導実施機関において実施します。

(2) 対象者

特定健康診査の結果、腹囲が男性は 85 cm 以上、女性は 90 cm 以上の者、または BMI が 25 以上の者のうち

①血糖（空腹時血糖が 100mg/dl 以上、または HbA1c が 5.6%以上）

②脂質（中性脂肪 150mg/dl 以上、または HDL コレステロール 40mg/dl 未満）

③血圧（収縮期 130mmHg 以上、または拡張期 85mmHg 以上）

に該当する健康の保持に努める必要がある被保険者（糖尿病、高血圧症、または脂質異常症の治療に係る薬剤を服用している者を除く。）を特定保健指導の対象者とします。

ただし、特定保健指導が終了するまでに被保険者でなくなることが確実な方は除きます。

次の表のように、①血糖、②脂質、③血圧の危険因子該当数と喫煙歴の有無、年齢により、動機づけ支援の対象者となるか、積極的支援の対象者となるかが決まります。

特定保健指導対象者階層化の方法

腹 囲	危険因子該当数	喫煙歴	対象	
			40－64 歳	65－74 歳
男性 85cm 以上・ 女性 90cm 以上	2 つ以上該当		積極的支援	動機づけ 支援
	1 つ以上該当	あり		
		なし		
上記以外で BMI が 25 以上	3 つ該当		積極的支援	動機づけ 支援
	2 つ該当	あり		
		なし		
	1 つ該当			

喫煙歴の斜線欄は、対象の振分けに喫煙歴の有無が関係ないことを意味します。

(3) 実施内容

特定保健指導は、特定健康診査の結果に基づき、受診者を階層化し、生活習慣の改善の必要度に応じて、対象者が自らの健康状態を自覚し、生活習慣の改善のための自主的な取り組みを継続的に進めるように支援します。

(I) 動機づけ支援

対象者自らが生活習慣改善のための行動目標をたてることができ、

指導終了後もその行動が継続できるように支援します。原則1回の面接による支援を行い、実績評価を面接から6ヵ月経過後に行います。

(Ⅱ) 積極的支援

対象者自らが生活習慣改善のための実践計画をたて、それに基づき自主的かつ継続的に生活習慣の改善を行えるように、指導者が定期的継続的に面接や電話等で支援します。初回時に面接、その後3ヵ月以上の継続的な支援を行い、実績評価を初回面接から6ヵ月経過後に行います。

(4) 外部委託等について

特定保健指導の外部委託については、厚生労働大臣が定める特定保健指導の実施に関する基準を満たす医療機関または保健指導実施機関への委託により実施します。

(5) 利用方法

指定された期間内に申込みを行い、利用券及び保険証を持参の上、指定された場所で利用するものとします。

特定保健指導の自己負担額は無料です。

(6) 周知・案内方法等

個人ごとに利用券を送付し、特定保健指導の実施を周知します。また、市ホームページ及び市広報誌等に掲載の上、周知を図ります。

3 代行機関の利用について

代行機関として、和歌山県国民健康保険団体連合会を利用し、特定健康診査等を円滑かつ効果的に実施します。

※ 代行機関とは、医療保険者の負担を軽減するため、医療保険者に代わって、多数の健診・保健指導機関と医療保険者の間に立ち、決済や健診・保健指導データを取りまとめる機関です。

4 事業主健診等他の健診受診者の健診データ受領方法

労働安全衛生法その他の法令に基づく健康診査等のデータを保有者から

受領し、特定健康診査を実施したことに代える場合は、原則として国の定める特定健康診査データにかかる電子的標準様式により受け取ることとします。

5 特定保健指導対象者の重点化

特定保健指導の対象者を選別したうえで、特定保健指導を行う必要がある場合においては、危険因子の該当数が多い者を優先して特定保健指導を行うものとします。

6 実施に関する毎年度の年間スケジュール

	特定健康診査	特定保健指導	その他
4月	特定健康診査対象者の抽出 受診券等の送付		実施機関等との契約
5月	特定健康診査の開始 集団健診（5月～翌年1月） 医療機関健診（4月～翌年1月）		
6月	特定健診結果通知書の送付等	特定保健指導対象者の抽出 利用券等の送付	代行機関を通じて 費用決済の開始
7月		特定保健指導の開始 （7月～翌年3月）	
8月			
9月			
10月			
11月			
12月			
1月	特定健康診査終了	特定保健指導の評価開始 （1月～翌年9月）	
2月			
3月		特定保健指導の受付終了	

第六章 個人情報の保護

特定健康診査・特定保健指導の実施に当たっては、個人情報の保護に関する法律(平成 15 年法律第 57 号)及び同法に基づくガイドライン等を遵守し、データの正確性の確保、漏洩防止措置、委託先の監督等について徹底するとともに、田辺市個人情報保護条例を遵守し、個人情報の保護を徹底します。

第七章 特定健康診査等実施計画の公表・周知

特定健康診査等実施計画については、市のホームページに掲載するとともに、様々な機会を通じて周知を図ります。

第八章 特定健康診査等実施計画の評価と見直し

特定健康診査等の実施率及びメタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）の該当者・予備群の減少率について、目標値の達成状況を毎年度評価します。

評価結果（進捗・達成状況等）や、その後の状況変化等に基づき、必要に応じて実施方法や目標設定値等の見直しを行います。