

第2期特定健康診査等実施計画

様 似 町

はじめに

1	特定健康診査・特定保健指導の背景と意義	1
2	計画の対象となる生活習慣病	1
3	特定健康診査・特定保健指導の基本的な考え方	1
4	第2期計画の位置づけ	1
5	計画の期間	2

第1章 現状と課題

1	被保険者数の推移	2
2	一人当たりの療養諸費の推移	3
3	特定健康診査・特定保健指導の実施状況	4
4	生活習慣病の現状と課題	5

第2章 第2期実施計画

1	目標値の設定	8
2	目標値等	8
3	特定健診の実施	8
4	特定保健指導の実施	10

第3章 特定健診・特定保健指導の結果の通知と保存

1	特定健診・特定保健指導のデータの形式	12
2	特定健診・特定保健指導の記録の管理・保存期間について	12
3	被保険者への結果通知	12
4	個人情報保護対策	12

第4章 結果の報告（法定報告）

第5章 特定健康診査等実施計画の公表・周知

第6章 特定健康診査等実施計画の評価及び見直し

第7章 その他

はじめに

1 特定健康診査・特定保健指導の背景と意義

高齢化の急速な進展に伴い、疾病構造も変化し、疾病全体に占めるがん、虚血性心疾患、脳血管疾患、糖尿病等の生活習慣病の割合は増加しています。これは、死亡や要介護状態となることなどの要因のひとつにもなっていることから、健診を受診することで自らの健康状態を把握し、生活習慣の改善を図り生活習慣病を予防する取り組みが重要です。

特定健康診査・特定保健指導については、平成20年4月から「高齢者の医療の確保に関する法律」により、医療保険者に対して内臓脂肪肥満に着目した特定健康診査・特定保健指導が義務づけられました。これは、内臓脂肪の蓄積が生活習慣病の発病に大きく関与していることから、内臓脂肪を蓄積しているかたに対して運動や食事等の生活習慣の改善を促し、生活習慣病を予防するという考えに基づくものです。

現在、制度施行から5年が経過するところですが、本町の特定健康診査の受診率については、計画から大きく下回っている現状にあります。生活習慣病の予防のためには、健康づくりにかかわる気運の高まりや特定健康診査・特定保健指導の実施率の向上が必要であり、保険者による今後の取り組みを明確にするため、「第2期 様似町特定健康診査等実施計画」を策定しました。

2 計画の対象となる生活習慣病

特定健診とは、「糖尿病その他の政令で定める生活習慣病に関する健康診査」（法第18条第1項）をいい、特定保健指導とは、「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として厚生労働省令で定めるものに対し、保健指導に関する専門的知識及び技術を有する者として厚生労働省令で定めるものが行う保健指導」（法第18条第1項）のことであり、具体的にはメタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）の該当者・予備群を対象とします。

3 特定健康診査・特定保健指導の基本的な考え方

特定健康診査・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い、糖尿病等の生活習慣病の有病者・予備軍を減少させることが目的です。生活習慣病は自覚症状がないまま進行するため、特定健康診査は個人が生活習慣を振り返る機会と位置づけ、行動変容につながる保健指導を行います。

4 第2期計画の位置づけ

この計画は、「高齢者の医療の確保に関する法律第18条 特定健康診査等基本指針」に基づき、様似町国民健康保険が策定する計画とします。

5 計画の期間

この計画は5年を一期とし、第2期は平成25年度から平成29年度までとします。また、この計画は5年ごとに見直しを行います。

平成24年度	平成25年度	平成26年度	平成27年度	平成28年度	平成29年度	平成30年度
第1期	第2期計画期間					第3期
					見直し	

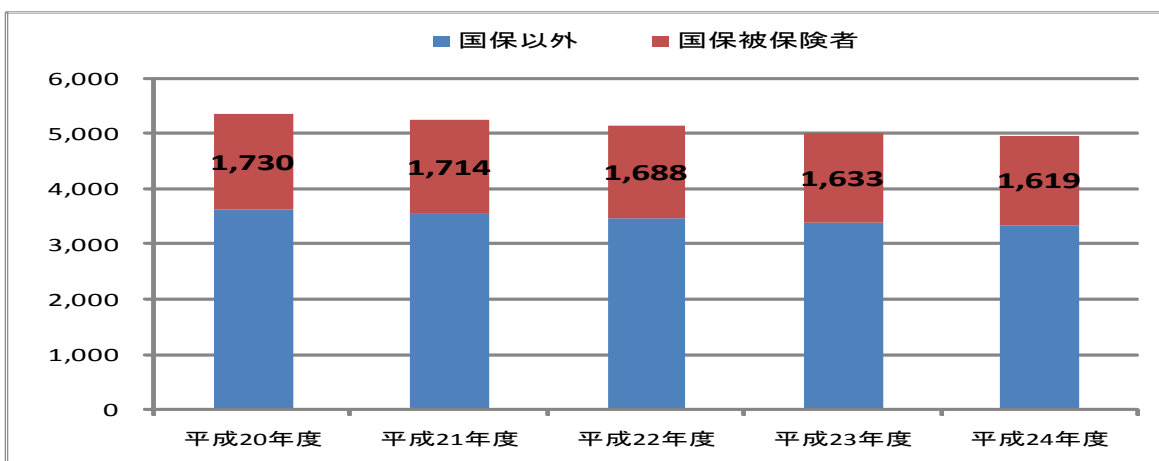
第1章 現状と課題

1 被保険者数の推移

様似町の国民健康保険の被保険者数は、下表のとおり人口の減少とともに毎年減っている状況であり、また、年齢階層別の平成24年度（25年1月末現在）の被保険者数では、65～74歳の前期高齢者の割合が31.5%と高くなっています。

○被保険者の推移「各年度3月31日現在」 (単位：人、%)

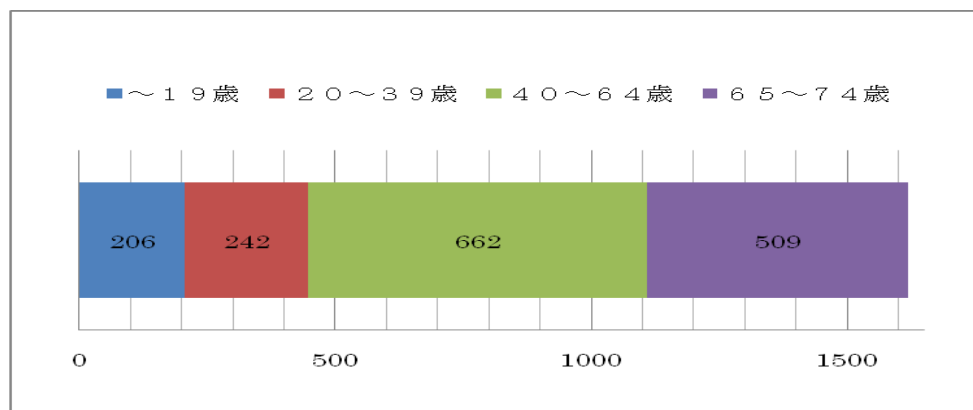
	平成20年度	平成21年度	平成22年度	平成23年度	平成24年度
人口	5,354	5,248	5,151	5,012	4,964
被保険者	1,730	1,714	1,688	1,633	1,619
加入割合	32.3	32.7	32.8	32.6	32.6



○年齢階層別の被保険者の割合

(単位：人、%)

	0～19歳	20～39歳	40～64歳	65～74歳
被保険者	206	242	662	509
割合	12.7	14.9	40.9	31.5



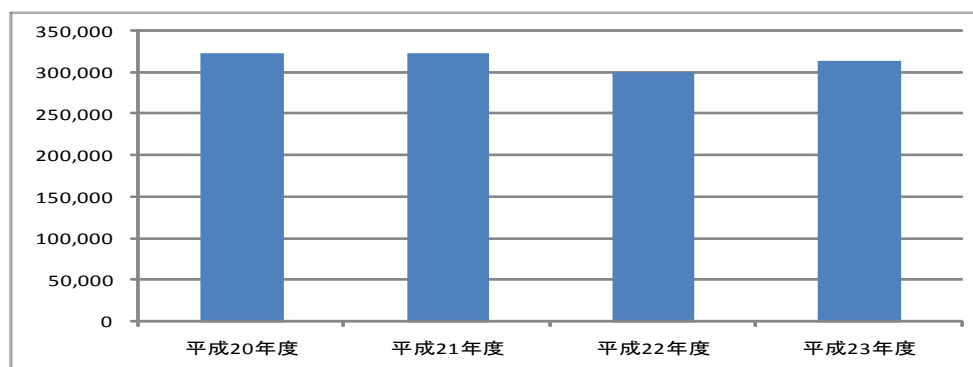
2 一人当たりの療養諸費の推移

様似町の国民健康保険被保険者一人当たりの療養諸費（費用額）は、毎年増減を繰り返している状況で、一人当たり約30万円の費用がかかっています。平成22年度では、北海道全体157保険者の中で122番目の値でしたが、平成23年度では、前年度と比べて若干増加しています。

○療養諸費の推移

(単位：円)

	平成20年度	平成21年度	平成22年度	平成23年度
被保険者一人当たり療養諸費	325,754	324,685	300,998	315,109
増減額	-	△1,069	△23,687	14,111



3 特定健康診査・特定保健指導の実施状況

第1期の特定健診の受診率、特定保健指導の実施率については、下表となっており、受診率等の目標値は、特定健康診査等基本指針にそったかたちで設定しましたが、特定健康診査については、2年度目の28.3%のあと、毎年減少している状況となっています。しかし、特定保健指導については、目標値を達成することができました。

特定健診受診率は、特定健診実施前の老人保健事業による健康診査時には、年間300人前後で国保受診者が10%ほどの中、受診券の発行や周知の効果もあり基本健診と同様の人数が確保できました。継年受診者については20%ほどにとどまり、1回のみ受診者が40%近くと新規者の定着がはかかれていないこと、また、継続者が後期高齢者に移行して対象外となることなどで、受診率が伸び悩んでいる状況です。

そこで平成23年度には、受診率低迷の原因を把握すべく未受診者対策事業を実施（業者委託）し、平成22・23年度の未受診者に対してアンケートを送付（802名）し、半数程度（429名）の返送がありました。健診を受けない理由として「通院中」を挙げる人が最も多く、「時間がないから」「健康だから」「他で健診を受けている」「健診があることを知らなかった」という順でありました。健診を受けやすくするにはどうしたらよいかという質問では、「受けたい日時に健診が受けられる」「通院に合わせて健診が受けられる」が多い状況でした。

			20年度 (初年度)	21年度 (2年度目)	22年度 (3年度目)	23年度 (4年度目)	24年度 (最終年度)
特定 健康診査	目標値 (計画)	受診率	30.0 %	40.0 %	50.0 %	60.0 %	65.0 % (国：65.0%)
		対象者数	1,309 人	1,287 人	1,265 人	1,245 人	1,225 人
		実施者数	393 人	515 人	633 人	747 人	796 人
	実績 (結果)	受診率	25.2 %	28.3 %	25.8 %	17.6 %	- %
		対象者数	1,137 人	1,195 人	1,149 人	1,144 人	- 人
		実施者数	286 人	338 人	296 人	201 人	- 人
特定 保健指導	目標値 (計画)	実施率	20.0 %	25.0 %	30.0 %	40.0 %	45.0 % (国：45.0%)
		対象者数	91 人	120 人	147 人	174 人	183 人
		実施者数	19 人	31 人	45 人	70 人	84 人
	実績 (結果)	実施率	40.8 %	33.3 %	37.5 %	40.6 %	- %
		対象者数	49 人	57 人	48 人	32 人	- 人
		実施者数	20 人	19 人	18 人	13 人	- 人
内臓脂肪症候群の 該当者・予備軍の減少率							10.0 % (国：10.0%)

4 生活習慣病の現状と課題

脳血管疾患と心疾患を含む循環器疾患は、がんと並んで日本人の主要死因を占めており、当町においても例外ではなく、がんに次いで心疾患、脳血管疾患は4位と死因の上位である。循環器疾患の予防は、基本的には危険因子の管理であり、確立した危険因子としては、高血圧・脂質異常症・糖尿病・喫煙の4つです。循環器疾患の予防はこれらの危険因子の管理が中心となるため、これらのそれぞれについて改善を図っていく必要があります。

★平成23年度の健診結果の分析（高血圧・LDL-C・糖尿病フローチャートより）
受診者で高血圧、脂質異常症、糖尿病（以下3疾患とする）で治療している人（52.3%）と全く治療していない人（47.7%）は、おおよそ半々です。

高血圧フローチャート（6P）

- ・高血圧は、脳血管疾患や虚血性心疾患などあらゆる循環器疾患の危険因子です。
- ・高血圧の治療をしている人の中で重症化しやすいⅡ度高血圧以上の人（①）が19.6%となっており、その人には現在継続している内服治療だけでなく、生活改善が必要となります。
- ・高血圧の治療をしていない人の中で、Ⅰ度高血圧以上の人32.6%。

脂質異常「LDL-C」（6P）

・脂質異常症は虚血性心疾患の危険因子であり、特に総コレステロール及びLDLコレステロールの高値は診療ガイドラインでも脂質異常症の各検査項目の中で最も重要な指標とされています。虚血性心疾患の発症・死亡リスクが明らかに上昇するのは、LDL160以上からが多くなっているという疫学研究もあります。

LDLコレステロールの状況より、3疾患の治療なしで受診勧奨が必要な人が37.0%います。3疾患の治療者で、脂質異常の治療をしていないがLDL160以上となっている人が3名ほどいて、動脈硬化を悪化させないためにも疾患管理が必要です。

糖尿病フローチャート（7P）

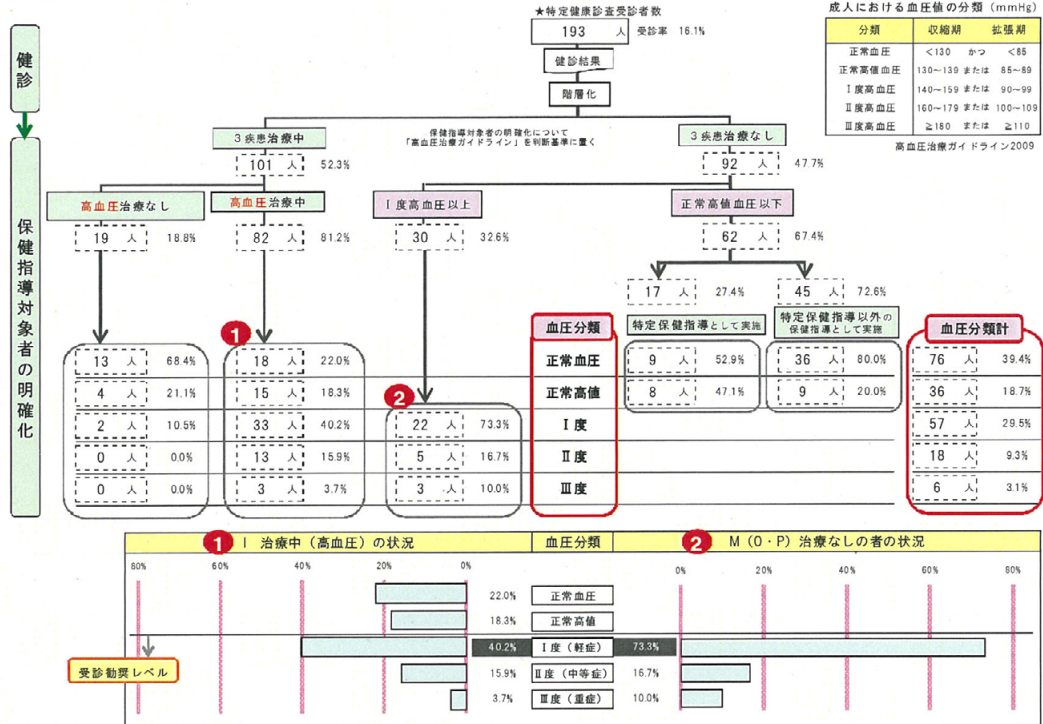
・糖尿病は心血管疾患のリスクを高め、神経障害・網膜症・腎症・足病変といった合併症を併発することなどによって、生活の質ならびに社会経済的活力と社会保障資源に多大な影響を及ぼします

・3疾患の治療なしで、糖尿病の受診勧奨レベル（HbA1c6.1以上）が3名いて、その3名全員が7.0以上の高値で、いずれも40代の若い受診者でした。

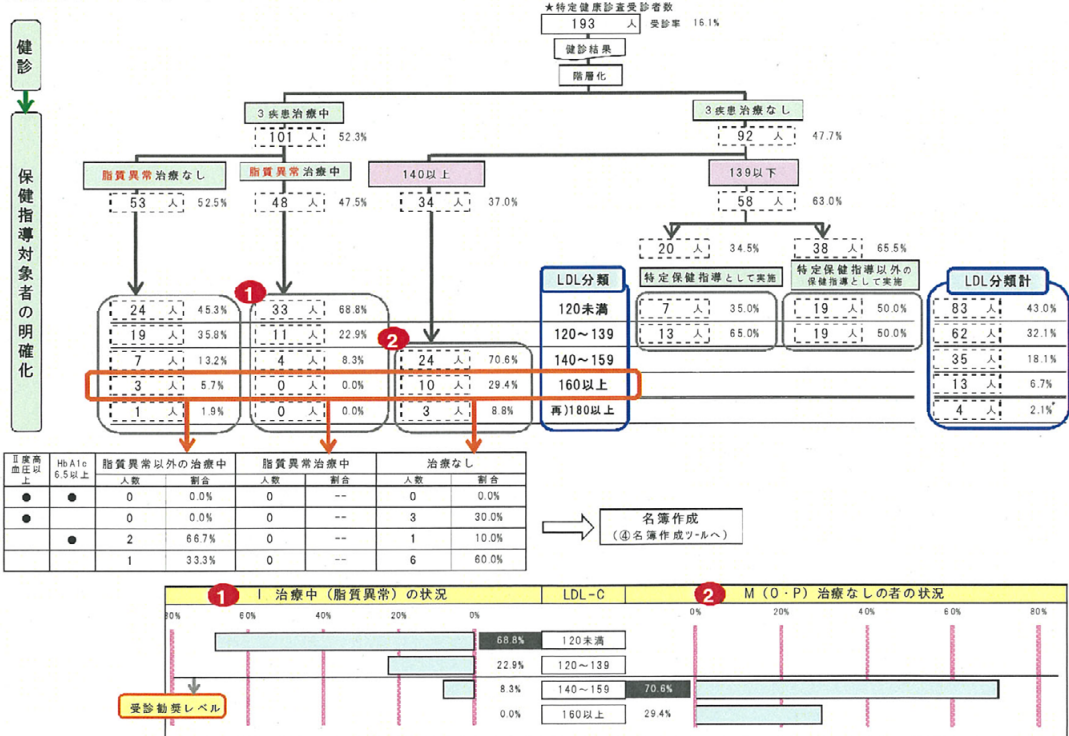
・糖尿病の治療者の中で、コントロール不良者が33.4%。

・今後の課題として、人工透析患者が全国的に増加していることを受けて、当町においても、糖尿病性腎症や高血圧による腎硬化症などの慢性腎臓病（CKD）の増加も懸念されることから、CKDの病期（ステージ）の指標となるeGFR（推算糸球体濾過量）を推算し、保健指導につなげていくことが必要となっています。

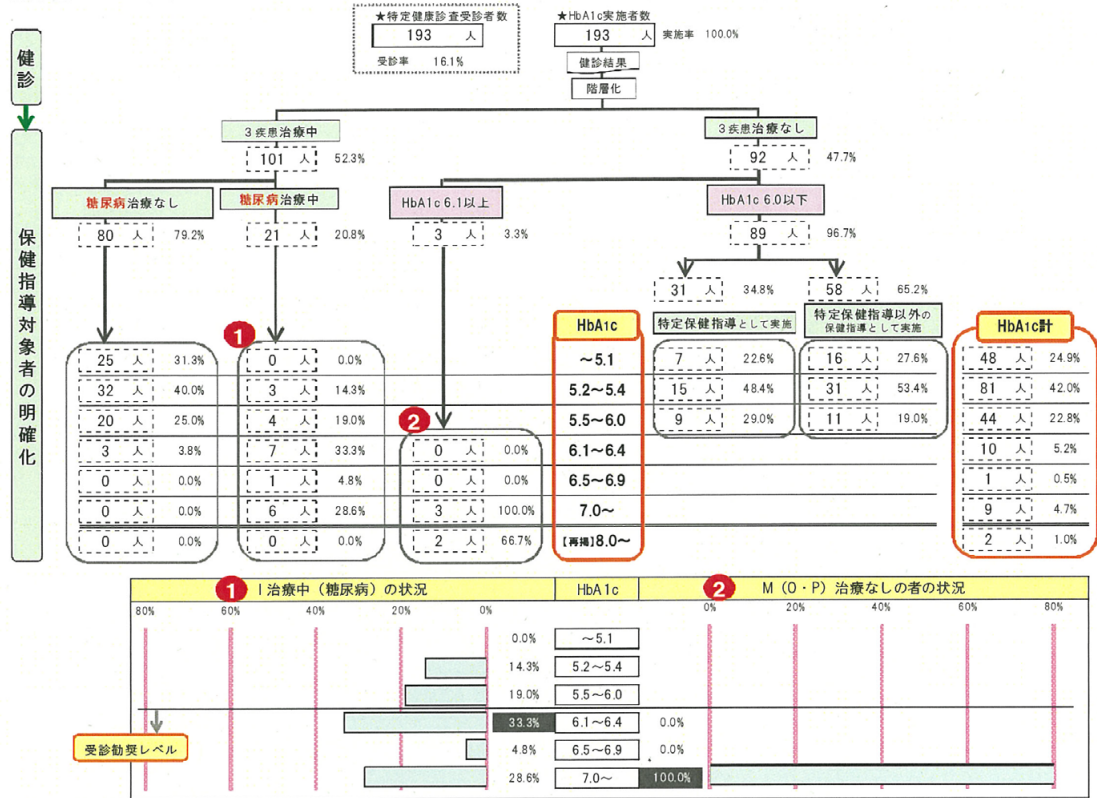
高血圧フローチャート ~医療制度改革の目標達成にむけて~



LDL-Cフローチャート ~医療制度改革の目標達成にむけて~



糖尿病フローチャート ～医療制度改革の目標達成にむけて～



第2章 第2期実施計画

1 目標値の設定

特定健診等の実施及び成果に係る目標値を設定し、その達成に向けた取り組みを強化する。

- 特定健診の受診率
- 特定保健指導の実施率
- 目標設定時と比べたメタボリックシンドロームの該当者・予備群の減少率

2 目標値等

		25年度 (初年度)	26年度 (2年度目)	27年度 (3年度目)	28年度 (4年度目)	29年度 (最終年度)
特定 健康診査	受診率	25.0 %	35.0 %	45.0 %	55.0 %	60.0 %
	対象者数	1,140 人	1,120 人	1,090 人	1,060 人	1,030 人
	受診予定者数	285 人	392 人	491 人	583 人	618 人
特定 保健指導	実施率	40.0 %	45.0 %	50.0 %	55.0 %	60.0 %
	対象者数	46 人	63 人	79 人	93 人	98 人
	実施予定者数	19 人	29 人	40 人	52 人	59 人
内臓脂肪症候群の 該当者・予備群減少率						25.0 %

※特定健診対象者数は、過去5年の国保被保険者数の減少率2%で算定

※特定保健指導対象者数は、平成23年度特定健診受診者数に対する比率16%で算定

3 特定健診の実施

保険者事務の効率化を図り、被保険者が受診しやすい健診体制を構築する。

(1) 実施形態

- ① 集団健診
- ② 個別健診
- ③ 職場の健康診断からの健診結果の提出
- ④ 生活習慣病等で通院されているかたの病院からの情報提供の検討

(2) 実施場所

集団健診は、様似町保健福祉センターとする。
個別健診は、契約をしている健診実施機関とする。

(3) 実施期間

毎年4月から翌年3月までの1年間とする。

(4) 委託基準等

特定健診は健診実施機関への業務委託により実施し、契約は個別契約とする。
法第28条及びこれに基づく特定健康診査・特定保健指導の実施に関する基準を満たす適切な医療機関を選定する。

(5) 健診委託単価、自己負担額

予算の範囲内とする。

(6) 受診券

特定健診の受診券を発行する。様式は別に定める。

(7) 健診の案内方法

健診受診率向上につながるよう、各機会を通して案内する。

- ① 広報誌に掲載
- ② チラシの町内全戸配布により案内
- ③ 受診券の送付により案内
- ④ 未受診者に対して郵送等により案内

(8) 代行機関の利用

データ管理等の業務については、北海道国民健康保険団体連合会等の代行機関に委託し実施する。

(9) 病院等からの情報提供等のデータの収集方法

- ① 職場の健康診断からの健診結果の提出
被保険者が労働安全衛生法に基づく事業者健診等を受診している場合は、法第27条に基づきデータを受領する。
- ② 生活習慣病等で通院されているかたの病院等からの情報提供
特定健診に相当する検査を受け、その結果を証明する書面等の提出があった場合は、法第20条に基づきデータを受領する。

(10) 年間スケジュール

4月	・受診券の発送、集団健診
5～6月	・健診結果説明会、特定保健指導の実施（～12月）
9月	・未受診者に対する受診勧奨通知の発送
10～11月	・集団健診
11月	・前年度の実施結果の検証や評価、翌年度の事業計画の検討、次年度の委託契約の設定準備、予算組等
11～12月	・健診結果説明会、特定保健指導の実施（～翌年5、6月）

4 特定保健指導の実施

(1) 健診から保健指導の流れ

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病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できるようになることを通じて、糖尿病等の生活習慣病を予防することを目的として実施する。

(2) 健診の内容

- 糖尿病等の生活習慣病、とりわけメタボリックシンドロームの該当者・予備群を減少させるため、保健指導を必要とする者を的確に抽出するための健診項目とする。
- 質問項目は、①生活習慣病のリスクを評価するためのものであること。②保健指導の階層化と健診結果を通知する際の「情報提供」の内容を決定する際に活用するものであるという考え方に基づくものとする。

【具体的な健診項目】

① 基本的な健診項目

大項目	小項目
基本的な健診項目	<ul style="list-style-type: none">・ 質問項目・ 身体測定（身長、体重、BMI、腹囲）・ 理学的検査・ 血圧測定・ 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）・ 肝機能検査（AST（GOT）、ALT（GTP）、γGT（γ-GTP））・ 血糖検査（空腹時血糖、HbA1cを選択）・ 尿検査（尿糖、尿蛋白）
詳細な健診項目	<p>一定の基準のもと、医師が必要と判断したものを選択</p> <ul style="list-style-type: none">・ 心電図検査・ 眼底検査・ 貧血検査

② 付加健診項目

尿酸検査、クレアチニン検査、ミニドックとして心電図検査、眼底検査、貧血検査を必須項目として実施します。

(3) 保健指導対象者（階層化）

腹囲	追加リスク ①血糖 ②脂質 ③血圧	④喫煙歴	対象	
			40-64歳	65-74歳
≥ 85 cm (男性) ≥ 90 cm (女性)	2つ以上該当	/	積極的支援	動機付け支援
	1つ該当	あり なし		
上記以外で BMI ≥ 2.5	3つ以上該当	/	積極的支援	動機付け支援
	2つ以上該当	あり なし		
	1つ該当	/		

①血糖（空腹時血糖 100 mg/dℓ以上、又はHbA1c5.2%以上）

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

③血圧（収縮期 130 mmHg以上、又は拡張期 85 mmHg以上）

※対象者が多数の場合は、予防の必要性の高い層を優先的に実施します。

(4) 特定保健指導の内容

ア 動機付け支援

- ・対象者：生活習慣病の改善が必要で、改善の意思決定の支援を必要とする者
- ・支援期間・頻度：原則1回（面接）の支援
- ・内容：医師や保健師、管理栄養士の指導のもと、対象者自らが生活習慣改善のための行動計画を策定。6ヶ月経過後に指導者が評価を行う。

イ 積極的支援

- ・対象者：生活習慣の改善が必要で、継続的で決め細やかな支援を必要とする者
- ・支援期間・頻度：3ヶ月以上継続的に支援
- ・内容：策定した行動計画を対象者が自主的かつ継続的に行えるよう、指導者が定期的・継続的に面談や電話などで支援し、6ヶ月経過後に実績の評価を行う。

(5) 保健指導実施者の人材確保と資質向上

専門職としての資質の向上を図るため、健診・保健指導プログラムの研修等に積極的に参加する。

医療保険者による生活習慣病対策、予防重視の基本的な考えのもと、必要な保健指導に必要な保健師・栄養士の配置、在宅の専門職の活用、アウトソーシングの活用を検討する。

第3章 特定健診・特定保健指導の結果の通知と保存

1 特定健診・特定保健指導のデータの形式

国が示した電子的標準様式により、電子データでの送受信を原則とする。

2 特定健診・特定保健指導の記録の管理・保存期間について

保存期間5年（加入者でなくなった場合は、翌年度末まで）とする。

3 被保険者への結果通知

わかりやすい結果通知とすることに努める。

4 個人情報保護対策

個人情報の保護に関する法律及びこれに基づくガイドライン並びに様似町個人情報保護条例に基づき、特定健診や保健指導の記録の取扱い及び外部委託にあたり、個人情報保護の観点から適切な対応を行う。

第4章 結果の報告（法定報告）

法第142条の規定に基づき、年1回社会保険診療報酬支払基金に対して報告する。

第5章 特定健康診査等実施計画の公表・周知

（1）公表・周知の方法

この計画又は趣旨の周知は、法第19条3に基づき、町のホームページ及び広報誌に掲載し、広く町民の皆さんに周知する。

（2）特定健康診査等を実施する趣旨の普及啓発方法

特定健診・特定保健指導の受診率等の向上を図るため、町のホームページ及び広報誌に掲載し啓発するほか、自治会等を通じて受診勧奨を行う。

第6章 特定健康診査等実施計画の評価及び見直し

毎年度、事業目標に係る達成状況の確認を行うとともに、実施体制、周知方法、保健指導方法など細部にわたっての評価と検証を行い、実施方法等を見直し、より効果の得られる事業となるよう進めていくこととする。

第7章 その他

集団健診の際に、特定健診に併せて以下の検診（査）を実施する。

（1）後期高齢者の健康診査

（2）健康増進事業との共同実施

がん検診、歯周疾患検診、骨粗しょう病検査、肝炎ウィルス検査

（3）その他の保健事業との共同実施

結核検診、前立線がん検診、エキノコックス症検査