

赤平市特定健康診査・ 特定保健指導実施計画

第3期

平成30年4月～平成36年3月

平成30年4月
赤平市 市民生活課

目 次

序 章	背景・現状等	2
第 1 章	達成しようとする目標	6
第 2 章	対象者数	6
第 3 章	特定健康診査・特定保健指導の実施方法	
1	特定健康診査	7
2	特定保健指導	9
第 4 章	個人情報の保護	
1	記録の保存方法	12
2	個人情報の取扱い	12
第 5 章	特定健康診査等実施計画の公表・周知	12
第 6 章	特定健康診査等実施計画の評価及び見直し	
1	特定健康診査等実施計画の評価	12
2	特定健康診査等実施計画の見直し	12
第 7 章	その他	13

はじめに

わが国は、国民皆保険のもと、誰もが安心して医療を受けられる制度実現により、高い保健医療水準を達成してきました。しかしながら、急速な少子高齢化などの環境変化により、医療費が増大していることから、国民皆保険を堅持し、医療制度を将来にわたり維持可能なものとしていくための新たな医療構造改革の必要性が高まる中、「医療制度改革大綱」(平成17年12月1日 政府・与党医療改革協議会)において、平成27年度には平成20年度と比較して生活習慣病有病者や予備軍を25%減少させることが政策目標として掲げられ、中長期的な医療費の伸びの適正化を図ることとされた。この考え方を踏まえ、生活習慣病予防の徹底を図るため、平成20年4月から、高齢者の医療の確保に関する法律(高確法)により、保険者に対して、内臓脂肪の蓄積に起因した生活習慣病に関する健康診査(特定健診)及び特定健診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(特定保健指導)の実施が義務付けられました。

医療費が増大する要因はさまざまありますが、その1つとして食生活や運動不足に起因する、糖尿病や高血圧症、高脂血症、などに代表される生活習慣病が挙げられ、要因として内臓脂肪型肥満に起因する 경우가多く、内臓脂肪型肥満に加えて高血糖や高血圧、高脂血症等のリスク要因が重なるメタボリックシンドロームになると、生活習慣病に陥って虚血性心疾患や脳血管疾患等へ重症化する確率が急激に高くなります。

不適切な食生活や運動不足、喫煙習慣など、不健康な生活習慣が続くと、血圧や血糖値、脂質、中性脂肪などが自覚症状がないまま悪化し、やがて生活習慣病を発症します。しかし、生活習慣病は、早期であれば、費用のかかる医療の必要性が低く、保健指導での対応が有効なため早期に生活に介入し、バランスの取れた食生活や運動習慣の定着などの生活習慣の改善を行うことで、生活習慣病や、その重症化した虚血性心疾患、脳血管疾患等の発症のリスクを抑えることが可能となります。そのためには、年に1回の特定健診を受診することによって、健康状態を把握し、必要に応じ適切な特定保健指導や医療機関での治療開始が必要不可欠となります。

赤平市においても、生活習慣病の有病者の割合が高く医療費を押し上げている要因となっていることから、特定健診、特定保健指導を行うことにより医療費の適正化につながることを期待されます。

背景・現状等

(1) 赤平市国民健康保険被保険者の状況

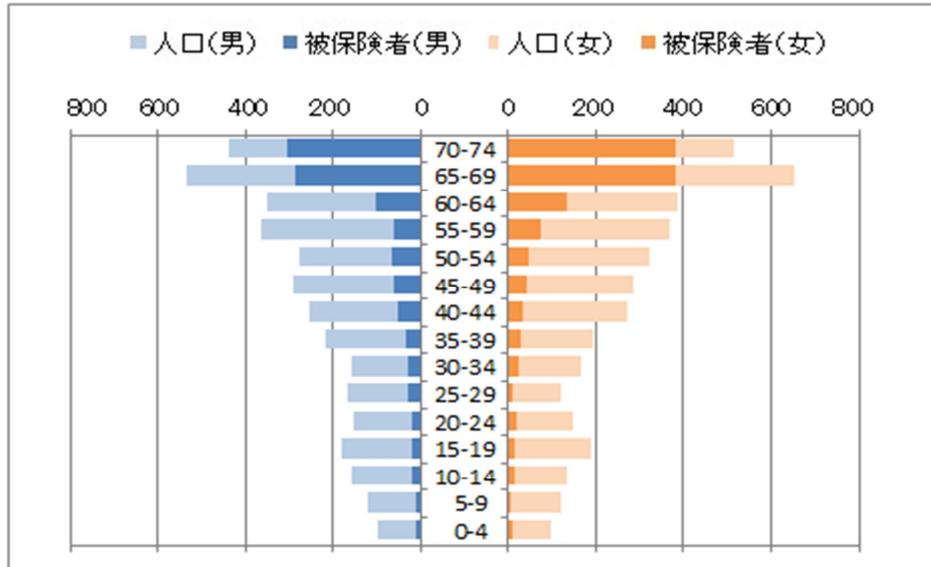
赤平市の人口は、10,369人(平成30年4月1日現在 男性 4,726人、女性 5,643人)で、赤平市国民健康保険被保険者は、2,324人(平成30年4月1日現在 男性 1,063人、女性 1,261人)となっています。(グラフ1)

国民健康保険加入率は、22.4%(男性 22.5%、女性 22.3%)となっています。

特定健康診査及び特定保健指導の対象者である40歳から74歳についてみると、人口は5,302人(男性2,489人、女性2,813人)で、被保険者は2,029人(男性915人、女性1,114人)となっています。

また、被保険者の年齢階級別構成割合をみると、特定健康診査対象者となる40歳から74歳が、男性では86.1%、女性では88.3%を占めています。

グラフ1 年齢階級別人口及び年齢階級別被保険者数



(2) 赤平市国保の医療費の状況

赤平市国保の一人当たりの医療費の推移は、北海道平均と比較して非常に高い水準にあります(グラフ2)。疾病分類別では、新生物(がん)、内分泌栄養及び代謝疾患、精神及び行動の障害、循環器の疾患、消化器系の疾患、筋骨格系及び結合組織の疾患が毎年上位を占めています(表1)。このうち、生活習慣に起因する疾病である高血圧性疾患、糖尿病、虚血性心疾患が含まれており、北海道平均と比較して高い状況にあります。

したがって、血圧や血糖、生活習慣の悪化を早期に発見して、生活習慣病の発症予防や重症化させない対策が重要と考えられます。

グラフ2 一人当たり医療費の推移

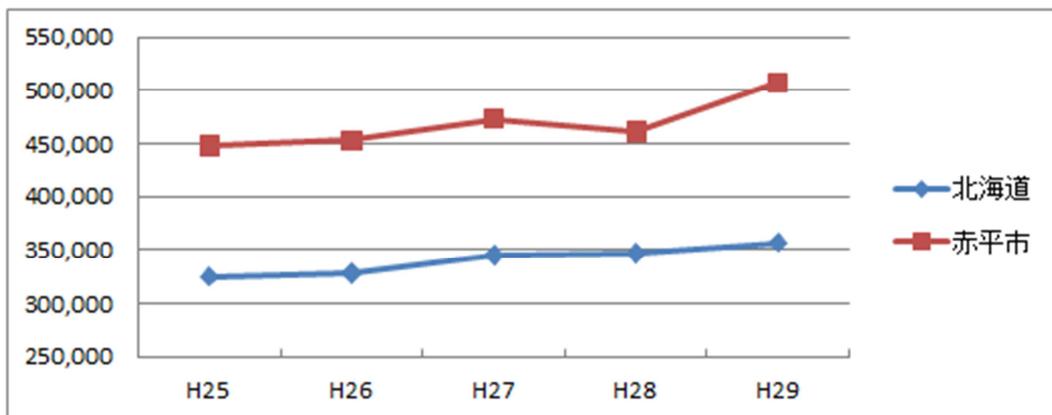


表1 診療疾病分類の状況(レセプト点数上位)

	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
新生物(がん)	20,521,067	19,201,080	17,837,776	16,845,281	16,425,086
内分泌、栄養及び代謝疾患	11,061,886	10,521,726	9,712,571	9,162,097	7,672,918
精神及び行動の障害	25,871,072	25,240,462	25,173,754	22,439,896	19,406,719
循環器系の疾患	24,302,849	19,364,507	22,453,442	19,788,852	17,870,591
消化器系の疾患	10,941,730	10,511,758	7,524,344	6,925,465	6,303,889
筋骨格系及び結合組織の疾患	12,808,246	12,378,226	13,291,579	12,056,199	7,742,412

(3) 赤平市国保の特定健診の状況

表2 第2期計画の年度別目標と実績値

区分	H25 年度	H 26 年度	H 27 年度	H 28 年度	H 29 年度
特定健診受診率(目標)	40.0%	45.0%	50.0%	55.0%	60.0%
〃 (実績)	44.0%	39.9%	42.3%	43.1%	注 33.9%
〃 (北海道平均)	24.7%	26.1%	27.1%	27.6%	未確定
保健指導実施率(目標)	40.0%	45.0%	50.0%	55.0%	60.0%
〃 (実績)	34.0%	38.5%	34.6%	23.1%	未確定
内臓脂肪症候群の 該当者・予備群の 減少率(目標)					△ 25.0%

注:h29年度の特定健診受診率(実績)は、h30.3.27現在です。

特定健診がスタートした平成20年度の受診率は、10.3%と非常に低い結果でしたが、年々上昇し平成23年度には道内市町村平均に到達し、第2期計画期間の初年度には始めて目標受診率を達成しました。ただし、翌平成26年度に始めて前年度実績を下回ったため、外部委託による未受診者対策(電話やはがきによる受診勧奨など)を平成27年度より毎年実施しています。

しかし、目標受診率には及ばない状況が続いていることから、第3期計画においても、対象者が受診しやすい体制づくりのため、集団健診と個別健診の2方式とし、集団健診ではがん検診との同時実施のほか、体成分や血管年齢などの無料測定や保健師、管理栄養士などによる個別の健康相談なども合わせて実施しています。また、春と秋に開催している集団健診は、基本的に土、日曜日に実施し、個別健診の実施医療機関を市内外(滝川市、芦別市)あわせて6つの医療機関とするなど、利用者の様々なニーズに答えて受診率向上につながるよう常に検討を重ねていきます。

男女別、年齢階級別の特定健診受診率の推移は以下のとおり(表3)。女性のほうが受診率が高く、年齢層も男女ともに4～50歳代より60歳代以降のほうが受診率が高い傾向となっています。

表3 男女別，年齢階級別の特定健診受診率の推移

	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
全体	31.6%	44.0%	39.9%	42.3%	43.1%
男性	26.8%	39.3%	34.3%	37.4%	37.8%
うち 40～49 歳	18.1%	28.3%	19.6%	18.4%	24.1%
うち 50～59 歳	16.7%	25.4%	17.3%	22.7%	26.0%
うち 60 歳以上	29.6%	43.1%	38.7%	42.1%	41.3%
女性	35.3%	47.6%	44.1%	46.0%	47.2%
うち 40～49 歳	24.3%	25.5%	15.5%	14.5%	19.2%
うち 50～59 歳	30.9%	47.2%	33.6%	31.3%	32.0%
うち 60 歳以上	36.9%	48.3%	47.3%	50.2%	51.2%

平成 28 年度における特定健診の結果から見える赤平市の傾向は以下のとおり(表4)。男女ともに血圧(収縮期・拡張期)，BMI・腹囲，血糖・HbA1cあたりが全国や全道平均と比較して高い傾向となっている。また，質問表からは，服薬(糖尿病，高血圧症，脂質異常症)者，喫煙や飲酒の習慣がある者の比率が，全国や全道平均と比較して高い傾向となっている。

表4 有所見率が有意に高い項目の国・道との比較

収縮期血圧(130 以上)	赤平市	北海道平均	道平均と比較	国平均	国平均と比較
男性	69.0%	51.0%	129.4	49.2%	135.1
女性	58.3%	43.1%	124.9	42.7%	126.1

拡張期血圧(85 以上)	赤平市	北海道平均	道平均と比較	国平均	国平均と比較
男性	33.2%	25.9%	131.3	24.1%	143.0
女性	20.8%	15.5%	132.2	14.4%	143.7

HbA1c(5.6 以上)	赤平市	北海道平均	道平均と比較	国平均	国平均と比較
男性	71.0%	49.7%	138.3	55.6%	123.1
女性	65.8%	46.5%	133.6	55.2%	113.1

BMI(25 以上)	赤平市	北海道平均	道平均と比較	国平均	国平均と比較
男性	40.3%	35.5%	116.6	30.5%	136.2
女性	32.4%	22.6%	139.1	20.6%	155.5

中性脂肪(150 以上)	赤平市	北海道平均	道平均と比較	国平均	国平均と比較
男性	31.9%	28.1%	117.0	28.2%	116.8
女性	23.7%	15.5%	148.4	16.3%	141.1

第1章 達成しようとする目標

厚生労働省は、実施計画を作成するにあたり、健康日本21(第二次)において、全国目標として平成29年度までに特定健康診査受診率を70%に、特定保健指導実施率を45%に、平成20年度と比較して、メタボリックシンドロームの該当者・予備群の減少率25%を平成27年度に達成することを定めていますが、いずれも達成は困難な情勢となっております。そこで、引き続き第3期実施計画における目標として、市町村国保の加入者に係る特定健康診査受診率を60%以上に、特定保健指導実施率を同じく60%以上として、平成35年度までに達成することを定めていることから、赤平市国民健康保険における目標値を以下のとおり設定します。

表5 年度別目標値

区分	H30 年度	H31 年度	H32 年度	H33 年度	H34 年度	H35 年度
特定健康診査受診率	40.0%	45.0%	50.0%	55.0%	60.0%	60.0%
特定保健指導実施率	40.0%	45.0%	50.0%	55.0%	60.0%	60.0%

第2章 対象者数

表6

区分	H30 年度	H31 年度	H32 年度	H33 年度	H34 年度	H35 年度
特定健診対象者数	1,940 人	1,797 人	1,665 人	1,542 人	1,428 人	1,323 人
特定健診受診率	40.0%	45.0%	50.0%	55.0%	60.0%	60.0%
特定健診受診者数	776 人	809 人	833 人	848 人	857 人	794 人
特定保健指導実施率	40.0%	45.0%	50.0%	55.0%	60.0%	60.0%
特定保健指導対象者	80 人					
特定保健指導終了者	32 人	36 人	40 人	44 人	48 人	48 人

第3章 特定健康診査・特定保健指導の実施方法

1 特定健康診査

(1) 対象者

赤平市国民健康保険被保険者のうち、実施年度中に40～74歳となる方を対象に実施します。

なお、次に該当する方は対象外となります。

- ① 妊産婦
- ② 刑事施設・労役場その他これらに準ずる施設に拘禁されている方
- ③ 国内に住所を有しない方
- ④ 病院又は診療所に6ヶ月以上継続して入院している方
- ⑤ 高齢者の医療の確保に関する法律(昭和57年法律第80号)第55条第1項第2号から第5号までに規定する施設に入所又は入居している方

(2) 実施場所

集団健診 赤平市総合体育館(ふれあいホール)
東公民館
赤平市役所(コミュニティセンター(市役所併設))

個別健診 赤平市内及び近隣市の医療機関で実施します。
なお、必要に応じその他の市外医療機関についても実施場所とすることができるものとします。

(3) 実施項目

① 基本的な健診の項目

項目	備考
既往歴の調査	服薬歴及び喫煙習慣の状況に係る調査(質問票)を含む。
自覚症状及び他覚症状の有無の検査	理学的検査(身体診察)
身長、体重及び腹囲の検査	腹囲の測定は、厚生労働大臣が定める基準(BMIが20未満の者、もしくはBMIが22未満で自ら腹囲を測定し、その値を申告した者)に基づき、医師が必要でないと認めるときは、省略可 腹囲の測定に代えて、内臓脂肪面積の測定でも可
BMIの測定	$BMI = \text{体重(kg)} \div \text{身長(m)}^2$
血圧の測定	
肝機能検査	血清グルタミンオキサロアセチクトランスアミナーゼ(GOT) 血清グルタミンピルビクトランスアミナーゼ(GPT)

	ガンマーグルタミルトランスペプチターゼ(γ-GTP)
血中脂質検査	血清トリグリセライド(中性脂肪)の量 高比重リポ蛋白コレステロール(HDL コレステロール)の量 低比重リポ蛋白コレステロール(LDL コレステロール)の量 中性脂肪が 400mg/dl 以上又は食後採血の場合、LDL コレステロールに代えて、Non-HDL コレステロールの測定でも可
血糖検査	空腹時血糖及びヘモグロビン A1c(HbA1c), やむを得ない場合は随時血糖
尿検査	尿中の糖及び蛋白の有無

② 詳細な健診の項目

項目	備考				
貧血検査(ヘマトクリット値, 血色素量及び赤血球数の測定)	貧血の既往歴を有する者又は視診等で貧血が疑われる者				
心電図検査	当該年度の特定健康診査の結果等において, 収縮期血圧 140mmhg 以上若しくは拡張期血圧 90mmhg 又は問診等で不整脈が疑われる者				
心電図検査 眼底検査	当該年度の特定健康診査の結果等において, 血圧又は血糖が, 次の基準に該当した者 <table border="1" data-bbox="683 1160 1362 1406"> <tr> <td>血糖</td> <td>空腹時血糖値が 126mg/dl 以上, HbA1c (NGSP 値)が 6.5%以上又は随時血糖値が 126mg/dl 以上</td> </tr> <tr> <td>血圧</td> <td>収縮期 140mmHg 以上, または拡張期 90mmHg 以上</td> </tr> </table> <p>ただし, 当該年度の特定健康診査の結果等において, 血圧の基準に該当せず, かつ血糖検査の結果の確認ができない場合, 前年度の特定健康診査の結果等において, 血糖検査の基準に該当する者を含む</p>	血糖	空腹時血糖値が 126mg/dl 以上, HbA1c (NGSP 値)が 6.5%以上又は随時血糖値が 126mg/dl 以上	血圧	収縮期 140mmHg 以上, または拡張期 90mmHg 以上
血糖	空腹時血糖値が 126mg/dl 以上, HbA1c (NGSP 値)が 6.5%以上又は随時血糖値が 126mg/dl 以上				
血圧	収縮期 140mmHg 以上, または拡張期 90mmHg 以上				

③ 独自に実施する健診の項目

項目	備考
尿酸値検査	
血清クレアチニン検査	
尿中クレアチニン検査	集団検診のみ
尿中ナトリウム検査	集団検診のみ

(4)実施時期

特定健康診査の実施時期は, 一定の受診期間を指定して実施します。

② 脂質	ア. 中性脂肪 150 mg/dl以上 イ. HDL コレステロール 40 mg/dl未満	又は
③ 血圧	ア. 収縮期 130mmHg 以上 イ. 拡張期 85mmHg 以上	又は

対象者の階層化

第1段階	第2段階(追加リスク)	④喫煙歴	対象	
	①血糖 ②脂質 ③血圧		40～64 歳	65～74 歳
男性 85 cm以上 女性 90 cm以上	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 BMI25 以上	3つ該当	/	積極的 支援	動機付け 支援
	2つ該当	あり なし		
	1つ該当	/		

注:喫煙歴の斜線欄は、階層化の判定が喫煙歴の有無に関係ないことを意味しています。

また、「対象」欄の年齢は、実施年度中に達する年齢です。

(2) 特定保健指導の内容

① 情報提供

健診受診者全員を対象として、特定健康診査結果のほか健康の保持増進に役立つ内容の情報を提供します。

受診結果の送付等に合わせて情報提供用紙の配布などを行います。

② 動機付け支援

対象者本人が自分の生活習慣の改善点等に気づき、自ら目標を設定し行動に移す事が出来るよう支援を行います。

支援の内容は、面接(原則1回実施)により、対象者自らが生活習慣改善のための行動計画を設定し、6ヶ月経過後に実績の評価を行います。

③ 積極的支援

対象者の健診結果等から、対象者自らが自分の身体に起こっている変化への理解を促すとともに行動変容の必要性を働きかけていきます。具体的に実践可能な行動目標を対象者自らが設定できるよう支援を行うとともに、行動が継続的に行われるよう定期的・継続的に支援します。

支援内容は、面接により、対象者自らが生活習慣改善のための行動計画を設定、その後3ヶ月以上の継続的支援を行い6ヶ月後に実績評価を行います。

(3)実施時期

特定保健指導は、原則として通年実施します。

(4)外部への委託

特定保健指導については、市の直営にて実施しますが、必要に応じて外部委託を行っていきます。

(5)自己負担額

特定保健指導にかかる自己負担額は、0円(無料)とします。

(6)周知や案内の方法

周知については、広報あかびら・赤平市ホームページに掲載して行うものとします。

案内については、特定保健指導の対象者ごとに指導利用券を送付して行います。

第4章 個人情報保護

1 記録の保存方法

特定健康診査等により得られたデータは、国による標準的なデータファイル仕様に基いた電子データとして保存・管理します。この記録は、原則として5年間保存します。

データの保存・管理は、北海道国民健康保険団体連合会への委託により行います。

2 個人情報の取扱い

特定健康診査や特定保健指導により得られる個人情報に関しては、実施医療機関との間で「個人情報取扱注意事項」を定めるほか、「個人情報保護に関する法律(平成15年度法律第57号)」及び同法に基づくガイドライン等並びに「赤平市個人情報保護条例(平成10年3月18日条例第4号)」を遵守し取扱います。

特定健康診査等を外部に委託する際には、個人情報の厳重な管理や目的外使用の禁止等を契約書に定めます。

第5章 特定健康診査等実施計画の公表・周知

高齢者の医療の確保に関する法律第19条第3項に基づき、特定健康診査等実施計画の作成及び変更時は、広報あかびら及び赤平市ホームページに掲載します。

第6章 特定健康診査等実施計画の評価及び見直し

1 特定健康診査等実施計画の評価

前年度の健診・保健指導の結果データから集計し、目標値の達成状況及びその経年変化の推移等について、翌年度に確認し評価・検証します。

2 特定健康診査等実施計画の見直し

実施計画をより実効性の高いものとするために、評価等の結果を活用し必要に応じ、実施計画の見直しを行うものとします。

第7章 その他

特定健診の実施にあたり、受診者の利便性を考慮し、市で実施する各種がん検診等の集団健診との同時実施についても実施していきます。

また、赤平市国民健康保険被保険者以外の者に対する特定健康診査及び特定保健指導については、今後の各保険者の状況等を考慮しながら対応を検討することとします。