

第 3 期 森町国民健康保険 特定健康診査等実施計画

森町国民健康保険

目 次

第 1 章

1. 背景・重要性
2. メタボリックシンドロームに着目する意義
3. 基本的な考え方
4. 実施計画の位置づけ
5. 実施計画の期間

第 2 章 第 2 期の評価と森町の現状と課題

1. 目標達成状況
2. 目標達成に向けての取り組み状況
3. 全国、全道での位置
4. 社会保障の視点から見た森町

第 3 章 目標及び対象者数

1. 目標値の設定
2. 対象者数の見込み

第 4 章 特定健診等の実施方法

1. 特定健診
2. 特定保健指導
3. 保健指導の実施
4. 特定健診から特定保健指導への流れと優先順位

第 5 章 実施結果の公表など

1. 特定健診・特定保健指導の結果の通知と保存
2. 特定健康診査等実施計画の公表・周知
3. 特定健康診査等実施計画の評価及び見直し

第 1 章 実施計画策定にあたって

1 背景・重要性

わが国では、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ています。

しかしながら、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、心疾患、脳血管疾患、糖尿病等の生活習慣病の割合が増加し、死亡原因の 6 割を占め、医療費に占める生活習慣病の割合も国民医療費の約 3 分の 1 となっています。生活習慣病の中でも特に、心疾患等の発症の重要な危険因子である糖尿病等の有病者や予備軍が増加しており、国民の生涯にわたる生活の質の維持・向上のためには、糖尿病等の発症、あるいは重症化や合併症への進行の予防に重点を置いた取り組みが重要であり、喫緊の課題となっています。

こうしたことから、国・都道府県・医療保険者がそれぞれ目標を定め、役割に応じた必要な取り組みを進めることとなりました。

具体的には高齢者の医療の確保に関する法律に基づき、平成 20 年 4 月から特定健康診査・保健指導を実施してきており、第 2 期として策定した計画が終了したことに伴いその評価を基に第 3 期計画を策定するものです。

2 メタボリックシンドロームに着目する意義

内臓脂肪の蓄積に起因する糖尿病、脂質異常症、高血圧症は、生活習慣の改善により予防可能であり、発症してしまった後でも、LDL コレステロールと同時に、血糖、血圧等をコントロールすることにより、心筋梗塞等の虚血性心疾患、脳梗塞等の脳血管疾患、人工透析を必要とする腎不全等への進展や重症化を予防することが可能であると考えられます。

メタボリックシンドロームの概念を導入することにより、内臓脂肪の蓄積や体重増加が、血糖や中性脂肪、血圧等の上昇をもたらすことや、様々な形で血管を損傷して動脈硬化を引き起こすことにより、虚血性心疾患、脳血管疾患、腎不全等に至る原因となることを詳細に示すことができるため、健診受診者にとって、生活習慣と健診結果、疾病発症との関係が理解しやすく、実施者にとっても生活習慣の改善に向けての明確な動機づけがしやすいといえます。

3 基本的な考え方

・特定健康診査

医療保険者が40～74歳の加入者を対象として、毎年度計画的に（特定健康診査等実施計画に定めた内容に基づき）実施している、生活習慣病に関する健康診査をいいます。

これは、糖尿病等の生活習慣病の発症や重症化の予防を目的とし、個々の生活習慣の改善に主眼を置いた特定保健指導を重視するものとなっています。

・特定保健指導

特定健康診査の結果により、生活習慣の改善の必要がある者に対し、毎年度計画的に（特定健康診査等実施計画に定めた内容に基づき）実施する、個別の保健指導をいいます。これは、内臓脂肪型肥満（メタボリックシンドローム）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ことにより、糖尿病等の生活習慣病の発症や重症化を予防することを目的とするものです。

対象者は、特定健康診査の結果腹囲が、男性85 cm以上・女性90 cm以上の者、又は腹囲が基準未満でもBMIが25以上の者のうち追加リスクとして

- ・血糖：空腹時血糖（やむを得ない場合は随時血糖）が100mg/dl以上またはHbA1cが5.6%（NGSP値）以上）
- ・脂質（中性脂肪150mg/dl以上またはHDLコレステロール40 mg/dl未満）
- ・血圧（収縮期130mmHg以上または拡張期85mmHg以上）

に該当する者となります。

さらに喫煙歴等の有無を勘案して、動機付け支援か積極的支援に分けられます。

表：特定保健指導の対象者（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		
腹囲は上記未満 で BMI ≥ 25	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する。

内臓脂肪の蓄積に着目した生活習慣病予防のための 健診・保健指導の基本的な考え方について

	かつての健診・保健指導		現在の健診・保健指導
健診・保健指導の関係	健診に付加した保健指導	最新の科学的知識と、課題抽出のための分析 ➔ 行動変容を促す手法	内臓脂肪の蓄積に着目した生活習慣病予防のための保健指導を必要とする者を抽出するための健診
特徴	プロセス(過程重視)の保健指導		結果を出す保健指導
目的	個別疾患の早期発見・早期治療		内臓脂肪の蓄積に着目した早期介入・行動変容 リスクの重複がある対象者に対し、医師、保健師、管理栄養士等が早期に介入し、行動変容につながる保健指導を行う
内容	健診結果の伝達、理想的な生活習慣に係る一般的な情報提供		自己選択と行動変容 対象者が代謝等の身体メカニズムと生活習慣との関係を理解し、生活習慣の改善を自らで選択し、行動変容につなげる
保健指導の対象者	健診結果で「要指導」と指摘された者		健診受診者全員に対し情報提供、必要に応じて階層化された保健指導を提供 リスクに基づく優先順位をつけ、保健指導の必要性に応じて「動機付け支援」「積極的支援」を行う
方法	主に健診結果に基づく保健指導 画一的な保健指導	健診結果の経年変化及び将来予測を踏まえた保健指導 データ分析等を通じて集団としての健康課題を設定し、目標に沿った保健指導を計画的に実施 個人の健診結果を読み解くとともに、ライフスタイルを考慮した保健指導	
評価	アウトプット(事業実施量)評価を重視	アウトプット評価に加え、ストラクチャー評価、プロセス評価、アウトカム評価を含めた総合的な評価	
実施主体	市町村	保険者	

この計画は高齢者の医療の確保に関する法律第 19 条に定める規定に基づき森町国民健康保険が策定し、森町データヘルス計画や北海道医療費適正化計画などとの整合性を図ります。

第 1 期及び第 2 期は 5 年を一期としていましたが、医療費適正化計画が 6 年一期に見直されたことを踏まえ、第 3 期からは 6 年を一期とします。

このため、計画の期間は平成 30（2018）年度から平成 35（2023）年度までの 6 年間とし、必要に応じて見直しを行います。

第2章 第2期の評価と森町の現状と課題

1 目標達成状況

(1) 実施に関する目標と実績

① 特定健診受診率

市町村国保については、平成29年度において、40歳～74歳までの対象者の60%以上が特定健康診査を受診することを目標として定められています。

区分	H25年度	H26年度	H27年度	H28年度	H29年度
目標	20.0%	25.0%	30.0%	35.0%	60.0%
実績	14.0%	13.7%	16.1%	17.7%	

※特定健診等データ管理システム（法定報告）

② 特定保健指導実施率

平成29年度において、特定保健指導が必要と判定された対象者の60%以上が特定保健指導を受けることを目標として定められています。

区分	H25年度	H26年度	H27年度	H28年度	H29年度
目標	20.0%	25.0%	30.0%	35.0%	60.0%
実績	16.2%	13.9%	6.8%	16.3%	

※特定健診等データ管理システム（法定報告）

(2) 内臓脂肪症候群（該当者及び予備軍）減少率

平成29年度の内臓脂肪症（該当者及び予備軍）の割合が、平成20年度に比べて25%減少することを目標として定められています。

現時点では、特定健康診査受診者の中の内臓脂肪症候群（該当者及び予備軍）の人数と割合を示します

区分	H25年度	H26年度	H27年度	H28年度	H29年度
該当者	79人	88人	96人	101人	
	13.7%	15.9%	15.4%	15.6%	
予備軍	73人	79人	71人	93人	
	12.7%	14.3%	11.4%	14.4%	

※KDB 厚労省様式（様式6-8）

2 目標達成に向けての取り組み状況

・健診実施率の向上対策

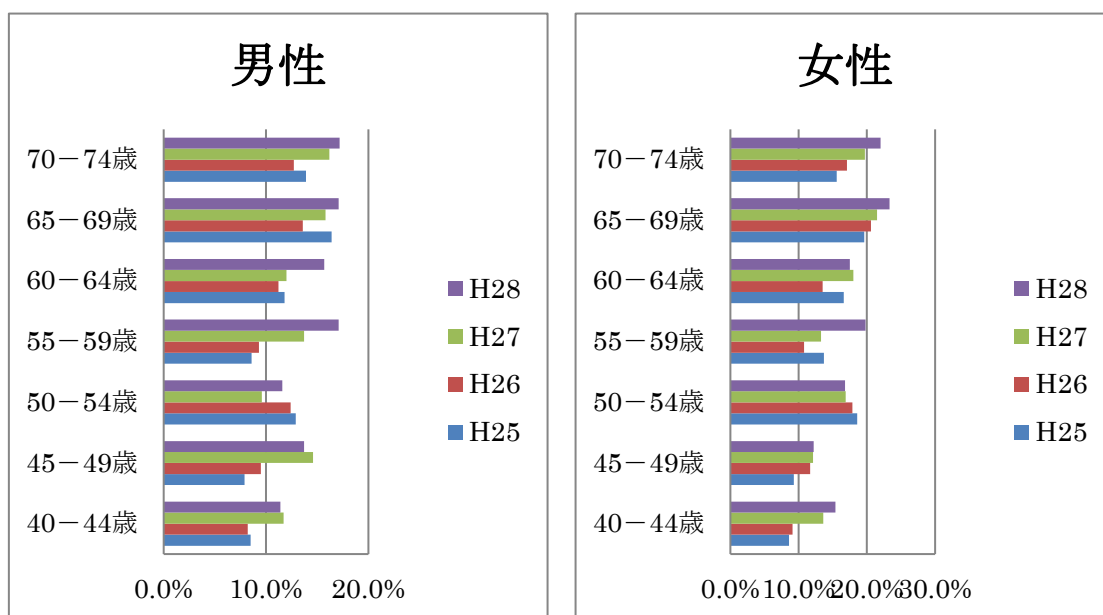
【平成 29 年度までの取り組み】

- ・受診券を個別送付
- ・未受診者への電話勧奨。
- ・町内医療機関による、個別健診を開始
- ・アンケート調査の実施
- ・農協、漁協健診とのタイアップ事業を開始。
- ・モデル地区を設定し、地区会館での健診を実施
- ・町内会総会・町内イベント等に出向き、健診 PR 実施
- ・担当課全員で PR 用 T シャツを着用
- ・直接、対象者宅を訪問し、受診勧奨
- ・保険税納付書に健診 PR チラシ封入
- ・未受診者に勧奨通知発送

《考察》

- ・受診率は、微増しているが、60%の目標値には程遠い状況。
- ・40 代の男女及び 50 代の男性の受診率が 15%を下回っており、健診の重要性を周知が必要。

図 平成 25 年度からの受診率の推移



・保健指導実施率の向上対策

【平成 29 年度までの取り組み】

- ・個別の電話勧奨実施
- ・健診結果説明会
- ・重点的個別指導
- ・血液検査を実施し、対象者の取り組み意欲維持と向上を図る

《考察》

新規の特定健診受診者が少ない影響もあるのか、同じ人が毎年、対象になる傾向にあります。特定保健指導を受けたことのある対象者へも周知、案内は同様に行いますが、一度受けたらもう必要ないと思う方も多いため、その必要性を理解し、メリットとして捉えてもらうための工夫が必要と考えます。

また、新規の特定健診受診者を増やしていくことが重要になると考えます。

3 全国・全道での位置

特定健診、特定保健指導の実施率ともに、全国・全道と比較し、とても低くなっています。

特定健診実施率		特定保健指導実施率	
全 国	36.6%	全 国	26.3%
北海道	27.6%	北海道	33.6%
森 町	17.7%	森 町	16.3%

※平成 28 年度法定報告

4 社会保障の視点から見た森町

(1) 人口の構成

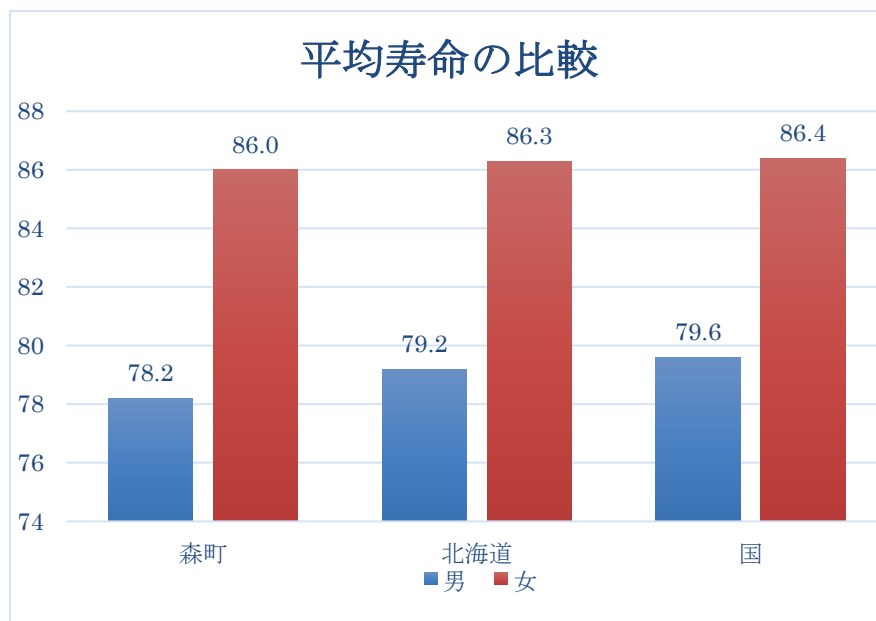
森町の総人口は、平成 25 年度以降も、減少傾向が続いています。一方、老年人口（65 歳以上人口）は、平成 25 年度末で 5,405 人（31.5%）でしたが、平成 29 年度末では、5,686 人（35.6%）と 4.1%増加しており、高齢化は着実に進んでいます。

	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
総人口	17,167 人	16,875 人	16,478 人	16,081 人	15,956 人
老年人口	5,405 人 (31.5%)	5,510 人 (32.7%)	5,602 人 (34.0%)	5,654 人 (35.2%)	5,686 人 (35.6%)

※（）内は総人口に占める割合 住民基本台帳（各年 10 月 1 日現在）より

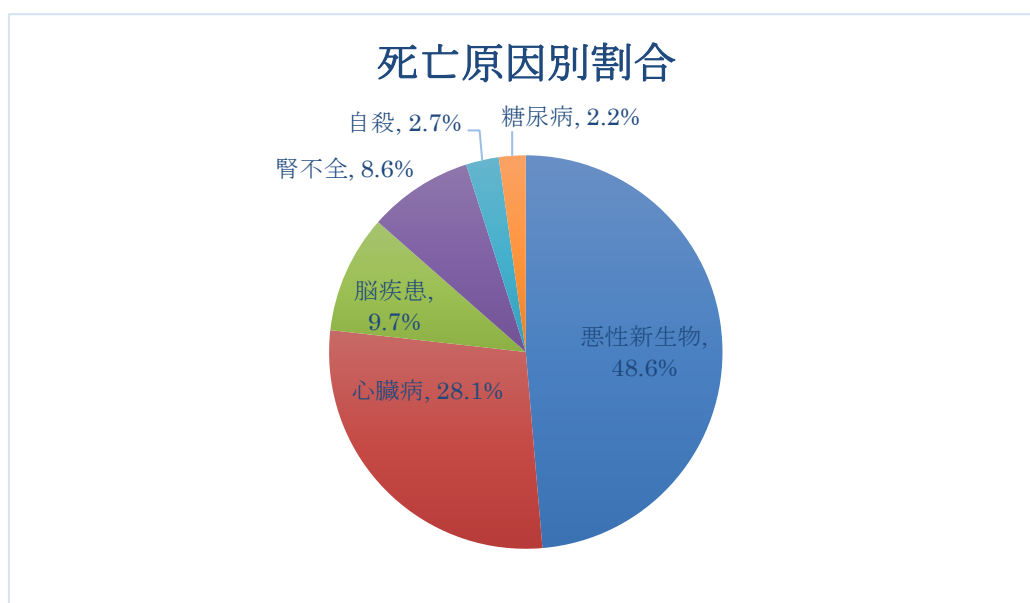
(2) 平均寿命と死亡原因

森町の平均寿命は、男性が 78.2 歳、女性が 86.0 歳でいずれも全道平均寿命を下回っております。



※KDB 地域の全体像の把握

原因別の死亡率では、1位の悪性新生物（がん）、2位の心疾患、3位の脳血管疾患となっており、いずれも全国、全道と比較して高い状況で、生活習慣病を起因とするものが多くなっています。



※KDB 地域の全体像の把握

(3) 後期高齢者医療の状況

一人あたりの医療費は、全国より 16 万円、全道とは、ほぼ同額となっていますが、被保険者数の増加に伴い、医療費の増加が見込まれます。

(4) 国民健康保険

森町の国民健康保険加入者は、平成 28 年度末では 5,392 人となっており、年々減少しています。

国保被保険者全体の一人当たり医療費は全国、全道より低いものの、前期高齢者と 70 歳以上の一人あたり医療費が全道より高くなっています。

社会保障の視点で見た医療等の特徴

項目			全国		全道		森町	
1	人口構成	総人口	人数(人)	割合	人数	割合	人数	割合
			127,094,745	-	5,381,733	-	15,946	-
H27年 国勢調査		0歳～14歳	15,886,810	12.6%	608,296	11.4%	1,795	11.3%
		15歳～64歳	76,288,736	60.7%	3,190,804	59.6%	8,625	54.1%
		65歳以上	33,465,441	26.6%	1,558,387	29.1%	5,526	34.7%
		(再掲)75歳以上	16,125,763	12.8%	767,891	14.3%	1,044	6.5%
2	平均寿命	男性	80.8		80.3		79.0	
		女性	87.0		86.8		86.4	
3	28年度 人口動態	死亡原因	死亡原因	死亡率 (10万対)	原因	死亡率 (10万対)	原因	死亡率 (10万対)
		1位	悪性新生物	298.3	悪性新生物	360.0	悪性新生物	401.4
		2位	心疾患	173.9	心疾患	173.9	心疾患	197.7
		3位	肺炎	95.4	肺炎	109.5	肺炎	125.8
		4位	脳血管疾患	87.4	脳血管疾患	92.6	脳血管疾患	89.9
		5位	老衰	74.2	老衰	63.7	不慮の事故	71.9
4	早世予防からみた死亡 (64歳以下)	合計	136,944	10.5%	6,845	11.1%	27	10.1%
		男性	91,123	13.5%	4,406	13.7%	15	10.9%
		女性	45,821	7.2%	2,439	8.2%	12	9.2%
5	介護保険 H28年度介護保険 事業状況報告	認定者数	6,319,730	-	318,180	-	1,204	-
		1号認定者数/1号被 保険者に対する割合 ※通常比較する認定率	6,186,862	18.0%	312,226	19.5%	1,193	21.0%
		(再)75歳以上(%)	5,441,398	86.1%	273,017	85.8%	1,041	86.5%
		(再)65～74再(%)	745,464	11.8%	39,209	12.3%	152	12.6%
		2号認定者数/2号被 保険者に対する割合	132,868	1.4%	5,954	1.4%	11	0.6%
		介護給付費 (単位:千円)	9,229,764,706	一人あたり 268	407,538,498	一人あたり 255	1,665,376	一人あたり 293
6	後期高齢者医療 H28年度後期高齢者医療事 業状況報告	加入者(年度平均)	16,457,820		774,997		2,763	
		一人あたり医療費(円)	934,547		1,083,621	全国4位	1,159,328	全道12位
		医療費総額(千円)	15,380,608		839,803		3,203,223	
7	国保の状況 H28年度国民健康保険事 業年報	被保険者数	30,125,921	-	1,252,180	-	5,392	-
		(再掲)前期高齢者	12,378,078	41.1%	538,828	43.0%	1,889	35.0%
		(再掲)70歳以上	5,251,361	17.4%	240,134	19.2%	748	13.9%
		一般	29,581,863	98.2%	1,230,197	98.2%	5,345	99.1%
		退職	544,058	1.8%	21,983	1.8%	47	0.9%
		加入率(年度末)	25.8		24.1		33.4	
	医療費の状況 平成28年度国民健康保険 事業年報	医療費総額(千円)	医療費	一人あたり	医療費	一人あたり	医療費	一人あたり
			11,026,747,423	366	497,826,848	398	2,071,054	384
		(再掲)前期高齢者	6,403,055,770	517	281,876,003	523	1,069,591	566
		(再掲)70歳以上	3,131,790,899	596	146,161,363	609	509,322	681
		一般	10,711,707,518	362	483,205,650	393	2,403,903	450
		退職	315,039,905	579	14,621,198	665	27,151	578
8	医療の状況 (平成29年10月診療 レセプトより)	生活習慣病(20～74歳)	実人数	割合	実人数	割合	実人数	割合
		脳血管疾患					162	4.9%
		虚血性心疾患					301	9.1%
		糖尿病					783	23.5%
		高血圧症					1,232	37.6%

社会保障の視点で見た医療等の特徴(2)

項目			全国		全道			森町			
9	特定健診 特定保健指導 (H28年度)	特定健診	受診者数	受診率	受診者数	受診率	全国順位	受診者数	受診率	全道順位	
			7,552,670	33.6%	239,488	27.6%	44位	647	17.7%	172位	
		特定保健指導	終了者数	実施率	終了者数	実施率	全国順位	終了者数	実施率		
			258,686	29.8%	9,310	33.6%	19位	14	16.3%	156位	
10	様式6-2 健診有所見者状況 総数 (40～74歳) 北海道国保連合会 H28年度市町村国保における 特定健診等結果状況報告書	検診項目				有所見者	有所見率			有所見者	有所見率
		摂取 エネ ルギ ー 過剰	腹囲			50,897	31.1%			238	35.4%
			BMI			45,684	28.0%			207	30.8%
			中性脂肪			33,410	20.4%			129	19.2%
			ALT(GPT)			21,491	13.1%			102	15.2%
			HDL			7,016	4.3%			15	2.2%
			血糖値			40,562	31.4%			162	24.1%
		血管 を傷 つけ る	HbA1c			86,604	53.6%			322	48.6%
			尿酸			10,226	7.7%			40	6.5%
			収縮期血圧			86,558	53.0%			299	44.5%
			拡張期血圧			31,398	19.2%			142	21.1%
			LDLコレ			88,362	54.1%			384	55.7%
			腎臓			尿蛋白	7,100			4.3%	13
		クレアチニン	1,675			1.2%	3			0.5%	

第3章 目標及び対象者数

1 目標値の設定

国では、平成35年度の参酌標準を特定健診60%、特定保健指導60%と示しており、森町として、特定健診実施率及び特定保健指導実施率の目標値を以下のように設定します。

	H30 年度	H31 年度	H32 年度	H33 年度	H34 年度	H35 年度
特定健診受診率	20.0%	25.0%	30.0%	35.0%	40.0%	60.0%
特定保健指導実施率	20.0%	25.0%	30.0%	35.0%	40.0%	60.0%

※平成35年度は、国の参酌標準値

2 対象者数の見込み

特定健診対象者数及び受診者数、特定保健指導対象者数及び実施者数の見込みは以下のとおりとする。

	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	3,400 人	3,350 人	3,300 人	3,250 人	3,200 人	3,150 人
特定健診受診者数	680 人	840 人	990 人	1,140 人	1,280 人	1,890 人
特定保健指導対象者数	70 人	70 人	70 人	65 人	60 人	55 人
特定保健指導実施者数	15 人	18 人	21 人	23 人	24 人	33 人

第4章 特定健診等の実施方法

1 特定健診等の実施方法

①特定健診

対象者			実施年度中に 40 歳以上となる被保険者において、当該年度に他の法令等に基づく健診又は特定健康診査（他に保険者実施分を含む。）を受診していない者	
実施方法及び場所	方法	集団健診	場所	森町保健センター・さわやかセンター砂原等
		個別健診		町内委託先医療機関
実施項目	法定項目	基本項目	問診・診察、身体計測、血圧測定、尿検査(糖、蛋白)、血液検査 (中性脂肪、HDL コレステロール、LDL コレステロール、AST、ALT、 γ —GT、血糖)	
		詳細項目	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） ※基準に該当し、医師が必要と認めた場合に実施	
	追加項目		血液検査（HbA1c、血清クレアチニン）	
実施時期			集団健診は、7 月、9 月、11 月、1 月 個別健診は、6 月から翌年 1 月までの期間	
外部委託契約の有無			有	
外部委託契約の契約形態			随意契約	
周知方法			「広報もり」や折り込みチラシ等	
対象者への通知			毎年 5 月頃、対象者へ受診券を送付します。	
代行機関			北海道国民健康保険団体連合会	
特定検診受診とみなすデータ収集方法			かかりつけ医で行う血液検査データに不足分の特定健診の検査項目を補完し、そのデータをかかりつけ医が町へ情報提供することで、特定健診受診したとみなす方法です。生活習慣病治療中者の利便性向上のため、必要に応じ、実施することができる。	

②特定保健指導

実施場所	森町保健センター、さわやかセンター砂原、自宅（家庭訪問）
実施項目	動機づけ支援、積極的支援
実施時期	通年
外部委託の有無	無
対象者への通知	町から個別に対象者に通知します

3 保健指導の実施

第1期計画の実践から見えてきた被保険者の健康状況と課題で説明したとおり、糖尿病、循環器疾患（高血圧、脂質異常症）、慢性腎臓病における重症化予防対策（保健指導）が必要と考えます。

特定保健指導対象外の方にも、受診が必要な情報提供者（腹囲やBMIが基準を超えていなくても、データが悪い方）に保健指導をする必要があると考えます。

4 特定健診から特定保健指導等への流れと優先順位

特定健診、特定保健指導プログラム（確定版）様式6-10をもとに、健診結果から特定保健指導及び保健指導対象者の明確化、保健指導計画の策定、実践評価を行います。

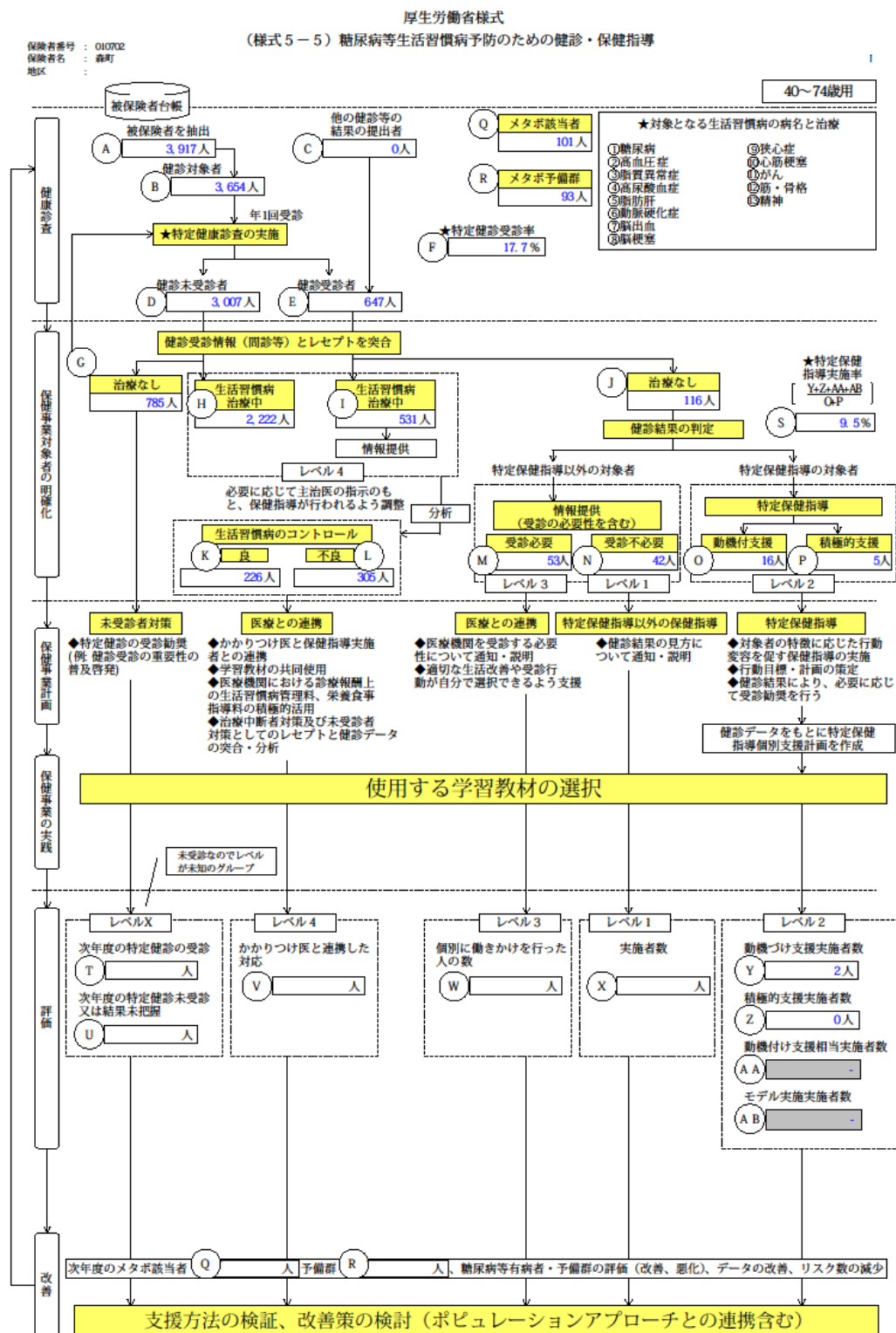
[1] 特定保健指導の支援方法と目標値

優先 順位	様式 6-10	保健指導レベル	支援方法	目 標 実施率
1	O P	特定保健指導 O：動機づけ支援 P：積極的支援	1. 来所での個別支援 2. 家庭訪問 ◆対象者の特徴に応じた行動変容を促す保健指導 ◆行動目標・計画策定 ◆健診結果により、必要に応じて受診勧奨を行う	60%

[2] 保健指導の優先順位と支援方法

優先 順位	様式 6-10	保健指導 レベル	支援方法
2	M	情報提供 (受診必要) ※重症化予防	1. 家庭訪問 2. 手紙で通知 ◆医療機関を受診する必要性の説明、受診状況確認 ◆適切な生活改善や受診行動が自分で選択できるよう支援
3	N	情報提供 (受診不必要)	1. 情報提供資料の送付 ◆健診結果の見方について通知、説明
4	I	情報提供 (生活習慣病)	◆治療中断者対策及び未受診者対策としてのレセプトと健診データの突合、分析

図 健診から保健指導へのフローチャート



第5章 実施結果の公表など

1 特定健診・特定保健指導の結果の通知と保存

(1) 特定健診・保健指導のデータの形式

国の通知「電磁的方法により作成された特定健康診査及び特定保健指導に関する記録の取り扱いについて（平成20年3月28日健発第0328024号、保発第0328003号）」に基づき作成されたデータ形式で、健診実施機関から代行機関に送付されます。

受領したデータファイルは、特定健康診査等データ管理システムに保管されます。

特定保健指導の実績については、特定健康診査等データ管理システムへのデータ登録を行います。

(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

特定健診・特定保健指導の記録の管理は、特定健康診査等のデータ管理システムで行います。

保存期間は、記録作成の日の属する年の翌年から5年間の保存とします。（それ以上でも可）

(3) 個人情報の保護

特定健康診査及び特定保健指導で得た情報の取り扱いについては、「個人情報の保護に関する法律」、同法に基づく「健康保険組合等における個人情報の適切な取り扱いに関するガイドライン」等を踏まえた対応をとるとともに「森町個人情報保護条例」を遵守し、適切な対応を図ります。特定健康診査等を受託した業者についても、同様の取り扱いとし、個人情報の漏えい、滅失及び損傷防止、その他の個人情報の適正な管理のために必要な措置を講ずるよう努めることとします。

(4) 結果の報告

支払基金(国)への実績報告を行う際に、国の指定する標準的な様式に基づいて報告するよう、大臣告示（平成20年厚生労働省告示第380号）及び通知で定められています。

実績報告については、特定健診データ管理システムから実績報告用データを作成し、健診実施年度の翌年度11月1日までに報告します。

2 特定健康診査等実施計画の公表・周知

本計画の公表については、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、作成・変更時は遅滞無く公表することが義務付けられており、本計画をホームページ等に掲載し公表・周知します。

3 特定健康診査等実施計画の評価及び見直し

本計画については、特定健康診査及び特定保健指導の目標達成度・実施体制・周知方法・保健指導方法等の評価を毎年行い、より効果的な事業を実施するため評価・見直しを行うこととする。