

枕崎市国民健康保険
特定健康診査等実施計画

平成 20 年 4 月

枕 崎 市

目次

第1章 計画策定にあたって	
1 背景及び趣旨	1
2 生活習慣病対策の必要性	1
3 メタボリックシンドロームという概念への着目	2
4 新しい特定健康診査等の考え方	2
5 特定健康診査等の効果	4
6 計画の位置づけ	4
7 計画の期間	4
8 枕崎市の現状	4
第2章 特定健康診査等の目標値	
1 目標の設定	6
2 目標達成に向けた推進方策	6
第3章 対象者数	7
第4章 実施方法	
1 実施場所	8
2 対象者	8
3 実施項目	8
4 実施期間	9
5 外部委託	10
6 周知や案内の方法	10
7 事業主健診等の健診受診者の記録収集	10
8 特定保健指導対象者の重点化	10
9 年間スケジュール	11
第5章 個人情報保護	
1 記録の保存方法	12
2 管理ルールの制定	12
第6章 実施計画の公表方法	
1 実施計画の公表方法	12
2 普及啓発の方法	12
第7章 実施計画の評価・見直し	
1 実施計画の評価方法	12
2 実施計画の見直しに関する考え方	12
第8章 その他	
1 がん検診等との連携	13
2 75歳以上の後期高齢者への対応	13

第1章 計画策定にあたって

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することとし、医療保険者による健康診査及び保健指導の充実を図る観点から、高齢者の医療の確保に関する法律（昭和57年法律第80号。以下「法」という。）に基づいて、保険者は、被保険者及び被扶養者に対し、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。）の生活習慣病に関する健康診査及び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実施することとしました。

国は法第18条第1項に基づき、特定健康診査及び特定保健指導（以下「特定健康診査等」という。）の実施に関する基本的な事項、及び特定健康診査等の実施及びその成果に係る目標に関する基本的な事項、並びに特定健康診査等実施計画の作成に関する重要事項を指針に定め、法第19条により、各保険者は5年ごとに、5年を1期として、特定健康診査等実施計画を定めることとしています。

なお、法第11条に基づき、医療費適正化計画について、その作成年度の翌々年度に当該計画の進捗状況に関する評価が行われることや、医療費適正化計画及び保険者の特定健康診査等実施計画が5年ごとの計画であることを踏まえ、国の指針についても当該評価の時期にあわせて検討を行い、必要があると認めるときにはこれを変更することとしています。

2 生活習慣病対策の必要性

国民の受療の実態を見ると、高齢期に向けて生活習慣病の外来受診率が徐々に増加し、次に75歳を境にして生活習慣病を中心とした入院受診率が上昇しています。これを個人に置き換えてみると、不適切な食生活や運動不足等の不健康な生活習慣がやがて糖尿病等の生活習慣病の発症を招き、外来通院及び投薬が始まり、生活習慣病の改善がないままに、その後こうした疾患が重症化し、虚血性心疾患や脳卒中等の発症に至るといった経過をたどることになります。

このため、生活習慣病の改善により、若いときからの糖尿病等の生活習慣病の予防対策を進め、糖尿病等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、その結果、国民の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。

3 メタボリックシンドロームという概念への着目

糖尿病等の生活習慣病は、内臓脂肪の蓄積（内臓脂肪型肥満）に起因する場合が多く、肥満に加え、高血糖、高血圧等の状態が重複した場合には、虚血性心疾患、脳血管疾患等の発症リスクが高くなります。このため、内臓脂肪症候群（メタボリックシンドローム）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、糖尿病等の生活習慣病や、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可能となります。

特定健康診査は、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して、メタボリックシンドロームに着目し、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あります。

この特定健康診査の項目については、法第 20 条の厚生労働省令で定めています。

4 新しい特定健康診査等の考え方

これまでの健康診査は、老人保健法に基づいて市町村が行う基本健康診査、医療保険各法に基づき、医療保険者が行う一般健診、労働安全衛生法に基づき事業主が行う事業主健診などとして実施されてきました。

新しい特定健康診査は、メタボリックシンドロームに着目し、特定保健指導を必要とする人を抽出するための特定健康診査との位置付けが加わりました。また、特定保健指導は、メタボリックシンドロームに着目して、特定健康診査の結果から対象者が生活習慣病となるリスクを把握し、そのリスクに応じて、早期に生活習慣の改善のための介入を行うものです。

特定健康診査の受診者全員を対象として、生活習慣病のリスクは、腹囲、高血圧、脂質異常、高血糖、喫煙の有無についての一定の基準を設けて判定し、「動機付け支援」・「積極的支援」の 2 種類の保健指導を行います。これを階層化といい、この 2 種類の保健指導を「特定保健指導」といいます。

「動機付け支援」は、原則 1 回の保健指導により、生活習慣の改善の行動目標を立て、日常の生活習慣の改善計画を設定することとなります。「積極的支援」は同じように生活習慣の改善のための行動目標を立て、日常の生活習慣の改善計画を設定することになりますが、継続的に複数回の保健指導を行うこととなります。いずれの場合も、概ね半年後に、目標が達成できたか否かの評価を行う必要があります。

医療保険者は毎年度、計画的に特定健康診査等を実施することとしています。

特定健診・特定保健指導の流れ

1 特定健診

5月から6月に送付される受診券を持って、集団健診については指定された会場で受診し、個人健診については指定された医療機関などでの受診となります。

基本的な健診

(問診 + 基本的な検査)

+

詳細な健診等

(心電図・眼底など)

結果にもとづき

2 判定・結果通知

生活習慣改善の必要レベルを3段階に分けて判定、通知されます。

生活習慣の改善の必要性が

低い人

生活習慣の改善の必要性が

中程度の人

生活習慣の改善の必要性が

高い人

情報提供

健診結果と同時に、ひとりひとりに合った健康づくりのための情報を提供します。

3 特定保健指導

検査値改善のために目標を設定して保健指導を受けます。

動機づけ支援

生活習慣の改善点にもとづき、目標を設定し行動できるように支援します。

積極的支援

健診判定の改善に向けて実践できる目標を選択、継続的に実行できるように支援します。

5 特定健康診査等の効果

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特定保健指導を行うことで、糖尿病等の有病者・予備群を減少させることが可能になります。

また、医療保険者が実施主体となることで、医療費データと健診データが同一保険者の下に総合的に保有・管理されることから、特定健康診査等の効果を測定しながら、着実に進めることができます。

6 計画の位置づけ

本計画は、法第 18 条に基づいて厚生労働大臣が定めた「特定健康診査等基本指針」に即して同法第 19 条に基づき枕崎市国民健康保険が策定する「特定健康診査等実施計画」であり、鹿児島県医療費適正化計画等と十分な整合性を図るとともに、健康増進法第 9 条に規定する健康診査等指針に定める内容に留意する必要があります。

また枕崎市では、平成 19 年度に国の補助事業として「ヘルスアップ事業」を実施しました。この事業は特定保健指導の準備事業としての位置付けで、事業を通じて、課題となった点を検討して計画策定の参考としました。

平成 18 年度に策定した第 5 次枕崎市総合振興計画実施計画（平成 18 年度～平成 20 年度）において、基本方針では、医療費の適正化に取り組み、健康づくりの施策と連動した制度の安定化を図ることとし、また事業計画では、国民健康保険の健全な財政運営を実現するために、保健事業の推進と医療費適正化事業の推進を掲げています。第 5 次枕崎市総合振興計画実施計画に沿って、特定健康診査等を効果的に推進していきます。

7 計画の期間

本計画は、高齢者の医療の確保に関する法律第 19 条第 1 項の規定に基づき、5 年を 1 期とし、第 1 期は平成 20 年度から平成 24 年度までとします。また、5 年ごとに見直しを行います。

8 枕崎市の現状

(1) 国民健康保険被保険者の状況

枕崎市の人口は、平成 19 年 9 月末現在で、25,026 人、このうち国民健康保険の被保険者は 11,443 人となっています。内訳は、0～39 歳 1,963 人、40 歳～64 歳 3,122 人、65 歳～74 歳 3,154 人、75 歳以上が 3,204 人となっており、加入率は 45.72%となっています。

枕崎市の世帯数は 11,198 世帯で、国保世帯数は 6,523 世帯となっており、全体に占める割合は 58.25%となっています。

なお、平成 20 年度から平成 24 年度までの国民健康保険特定健康診査等対象

者数（40歳～74歳）の推計は次のとおりです。

区 分		20年度	21年度	22年度	23年度	24年度
40歳～64歳	男性	1,424	1,405	1,386	1,367	1,349
	女性	1,509	1,484	1,459	1,435	1,411
	計	2,933	2,889	2,845	2,802	2,760
65歳～74歳	男性	1,435	1,437	1,439	1,441	1,444
	女性	1,680	1,670	1,659	1,649	1,639
	計	3,115	3,107	3,098	3,090	3,083
40歳～74歳 合計	男性	2,859	2,842	2,825	2,808	2,793
	女性	3,189	3,154	3,118	3,084	3,050
	計	6,048	5,996	5,943	5,892	5,843

（2）基本健康診査の実施状況

老人保健法に基づいて、40歳以上の市民を対象に行ってきた基本健康診査の受診率は、平成19年度で31.62%です。このうち国民健康保険の40歳～74歳の対象者数は、6,276人で、受診者数は1,143人、受診率は18.21%となっています。

◎基本健康診査の受診率の推移

	14年度	15年度	16年度	17年度	18年度	19年度
対象者数	6,314	6,219	5,962	5,863	5,431	5,468
受診者数	1,874	1,886	1,852	1,855	1,818	1,729
受診率(%)	29.68	30.33	31.06	31.64	33.47	31.62

（3）医療費の推移

平成18年度の国民健康保険の医療費総額（老人保健制度による医療費を除く）は約28億4,714万3千円であり、一人当たりの医療費は約355千円であり、年々増加の傾向にあります。

◎医療費の推移

区 分	一般被保険者			退職被保険者			一般+退職(合計)		
	医療給付 費用額 (千円)	年間平均 人数	1人当たり 医療費(円)	医療給付 費用額 (千円)	年間平均 人数	1人当たり 医療費(円)	医療給付 費用額 (千円)	年間平均 人数	1人当たり 医療費(円)
14年度	1,431,463,826	5,536	258,574	629,729,446	1,719	366,335	2,061,193,272	7,255	284,107
15年度	1,716,794,874	5,667	302,946	814,031,427	1,893	430,022	2,530,826,301	7,560	334,765
16年度	1,708,273,532	5,675	301,017	886,983,752	2,096	423,179	2,595,257,284	7,771	333,967
17年度	1,818,404,781	5,694	319,355	986,557,767	2,213	445,801	2,804,962,548	7,907	354,744
18年度	1,770,292,225	5,587	316,859	1,076,850,775	2,442	440,971	2,847,143,000	8,029	354,607

第2章 目標値

1 目標の設定

厚生労働大臣が定めた特定健康診査基本指針を踏まえ、本計画の実施に当たり、平成24年度までに特定健康診査受診率を65%、特定保健指導実施率45%とし、また内臓脂肪症候群の該当者・予備群の減少率を10%という目標を設定します。

最終目標を達成するため、計画期間中の各年度の目標値を次のとおりとします。

区 分	20年度	21年度	22年度	23年度	24年度
特定健康診査受診率	40%	48%	53%	58%	65%
特定保健指導実施率	30%	33%	36%	40%	45%
内臓脂肪症候群の該当者・予備群の減少率	—	—	—	—	10%

2 目標達成に向けた推進方策

(1) 特定健康診査実施率の向上の方策

- ① 特定健康診査を受けやすい環境をつくるため、従来の基本健康診査における集団健康診査に加えて、市内医療機関による個別健康診査を実施します。
- ② 特定健康診査対象者に対して、わかりやすい資料等を提供し、啓発や情報提供に努めます。
- ③ 枕崎市の広報紙等を活用し、特定健康診査等の重要性について啓発を図り、受診の勧奨を継続的に行います。また、各種会合等で啓発を図ります。
- ④ 特定健康診査の未受診者に対して、電話等で受診の勧奨を行います。

(2) 特定保健指導の実施率の向上の方策

- ① 特定保健指導は、特定健康診査結果報告会等を活用し開始します。
- ② 個々の対象者の特徴にあわせた特定保健指導を実施することで、糖尿病等の生活習慣病を予防し、医療費適正化を図ります。

(3) メタボリックシンドローム該当者・予備群の減少方策

- ① メタボリックシンドローム該当者・予備群を減少させるために、必要な特定健康診査内容の充実に努めるとともに、特定保健指導の対象者の選定方法、有効な保健指導の方法及び学習教材の開発に努めます。

第3章 対象者数

平成20年度から平成24年度までの特定健康診査等の対象者数については、次の推計方法を用いて算出しました。

[推計方法]

- (1) 特定健康診査 国保対象者数（40歳～74歳）×実施率
- (2) 特定保健指導
 - ① 動機付け支援 特定健康診査×本市の出現率（12.4%）×実施率
 - ② 積極的支援 特定健康診査×本市の出現率（5.6%）×実施率

区 分		20年度	21年度	22年度	23年度	24年度	
特 定 健 康 診 査	40歳～64歳	1,137	1,344	1,461	1,575	1,739	
	65歳～74歳	1,208	1,445	1,592	1,737	1,941	
	計	2,345	2,789	3,053	3,312	3,680	
特定保健指導	動機付け支援	40歳～64歳	42	55	65	78	97
		65歳～74歳	45	59	71	86	108
		計	87	114	136	164	205
	積極的支援	40歳～64歳	19	25	30	35	44
		40歳～64歳	61	80	95	113	141
		65歳～74歳	45	59	71	86	108
	合 計	計	106	139	166	199	249

第4章 実施方法

1 実施場所

(1) 特定健康診査

集団健康診査については、各年度「集団健診日程表」に基づき、それぞれ指定した場所において実施します。

個別健康診査については、各年度の枕崎市医師会との契約に基づき、登録した医療機関において実施します。

(2) 特定保健指導

特定保健指導は、各年度において枕崎市が指定する場所、または委託した場合には、委託先が指定した場所で行います。

2 対象者

枕崎市国民健康保険に加入している40歳～74歳までの被保険者とします。

3 実施項目

(1) 特定健康診査

① 基本的な項目

- ・質問票（服薬歴、喫煙歴等）
- ・身体測定（身長、体重、肥満度、腹囲）
- ・理学的検査（身体診察）
- ・血圧測定
- ・脂質検査（中性脂肪、HDL-C、LDL-C）
- ・肝機能検査（GOT、GPT、 γ -GTP）
- ・血糖検査（空腹時血糖又はヘモグロビンA1c）
- ・尿検査（尿糖、尿蛋白）

② 詳細な項目

一定の基準に基づき、医師が判断したものを実施します。

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

(2) 特定保健指導

特定健康診査の受診者全員に「情報提供」を行い、特定健康診査の結果から、生活習慣病のリスクに応じて、「動機付け支援」「積極的支援」に階層化します。

① 情報提供

ア 対象者

- ・特定健康診査の受診者全員

イ 内容

- ・特定健康診査の結果を、結果説明会時等に個人の生活習慣やその改善に関する基本的な情報を提供します。

②動機付け支援

ア 対象者

- ・腹囲が男性 85 c m以上、女性 90 c m以上で、血糖、脂質、血圧のうち1つが基準値を超え、喫煙歴なしの者
- ・腹囲が基準値に満たない場合でも、肥満度 (BMI) が 25 以上で、血糖、脂質、血圧のうち1つが基準を超えている者又は2つが基準値を超え、喫煙歴なしの者

イ 内容

- ・医師等の指導者により、原則として1回の保健指導を行い、生活習慣病の改善のための行動目標を立てて、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か月経過後に実績の評価を行います。

③積極的支援

ア 対象者

- ・腹囲が男性 85 c m以上、女性 90 c m以上で、血糖、脂質、血圧のうち2つ以上が基準値を超える者
- ・腹囲が男性 85 c m以上、女性 90 c m以上で、血糖、脂質、血圧のうち1つ以上が基準値を超え、喫煙歴ありの者
- ・腹囲が基準値に満たない場合でも、肥満度 (BMI) が 25 以上で、血糖、脂質、血圧の3つ全てが基準値を超える者
- ・腹囲が基準値に満たない場合でも、肥満度 (BMI) が 25 以上で、血糖、脂質、血圧のうち2つ全てが基準値を超え、喫煙歴ありの者

イ 内容

- ・医師等の指導者により、1回目の保健指導で生活習慣の改善のための行動目標を立て、対象者自らが生活習慣改善のための行動計画を立てます。その後、策定した行動計画を対象者自らが自主的かつ継続的に行えるよう、指導者が複数回の面談を行って支援し、6か月経過後に実績の評価を行います。

4 実施期間

特定健康診査等は原則として、各年度5月から翌年度3月まで実施します。

5 外部委託

特定健康診査等は、厚生労働省令で定める「特定健康診査及び特定保健指導の実施に関する基準」を満たしている県内健康診査機関及び枕崎市医師会に委託して実施します。

6 周知や案内の方法

特定健康診査等の実施率の向上につながるよう、次のとおり周知や案内を行います。

- ① 対象者に受診券を送付し、特定健康診査等の実施を周知します。
- ② 枕崎市の広報紙への掲載や枕崎市ホームページ等への掲載により周知します。

7 事業主健診等の健診受診者の記録収集

- ① 事業主健診等の受診者の記録については、関係機関と連携して収集に努めます。
- ② 事業主健診等の記録を求める場合は、電子媒体により収集します。

8 特定保健指導対象者の重点化

内臓脂肪症候群の該当者や予備群を減少させるためには、効果的・効率的な特定保健指導の実施が重要です。そのため、最も必要で効果の期待できる対象者を選定して、指導を行うことについては、今後の動向を踏まえながら特定保健指導の対象者について、次の基準により優先順位をつけるか否かを検討します。

- ① 年齢が若い対象者
- ② 特定健康診査の結果が前年度と比較して悪化し、特定保健指導レベルが前年度より高くなり、より緻密な特定保健指導を必要とする者
- ③ 質問票の回答により、生活習慣改善の必要性が高いと認められた者

9 年間スケジュール

	20年度	21年度以降
4月	特定健康診査対象者の抽出, 受診券等の印刷・送付(随時可) 集団健診機関及び枕崎市医師会との契約	特定健康診査対象者の抽出, 受診券等の印刷・送付(随時可) 集団健診機関及び枕崎市医師会との契約
5月	代行機関に受診券発行情報の登録	代行機関に受診券発行情報の登録
6月	特定健康診査の受診券の送付	特定健康診査の受診券の送付
7月	特定健康診査・特定保健指導の実施	特定健康診査・特定保健指導の実施
8月	特定健康診査等データ受取費用決済	特定健康診査等データ受取費用決済
9月		
10月		特定健康診査等データ抽出(前年度分)
11月		実施率等, 実施実績の算出 支払基金への報告 (ファイル作成・送付)
12月		実施実績の分析 実施方法の見直し等
1月		
2月		
3月		

第5章 個人情報の保護

1 記録の保存方法

特定健康診査等の記録は、電子的標準形式によりデータベースの形で保存します。また、特定健康診査等に関する記録は、原則として5年間保存します。

2 管理ルールの制定

個人情報保護対策として、「枕崎市個人情報保護条例」及び「枕崎市情報セキュリティポリシー」の規定により、情報の厳格な管理や目的外使用の禁止等を契約書に定めるとともに、契約遵守状況についても厳格に管理します。

第6章 実施計画の公表・周知

1 実施計画の公表方法

特定健康診査等実施計画については、枕崎市ホームページで公表するほか、市の広報紙等で広く市民に周知します。

2 普及啓発の方法

特定健康診査等を実施する趣旨を周知するため、市の広報紙に掲載し普及活動に努めます。また、普及啓発用のチラシを作成し、関係機関・関係団体等の協力を得て配布します。

第7章 実施計画の評価・見直し

1 実施計画の評価方法

① 実施及び成果に係る目標の達成状況

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評価と検証を行います。

② その他の評価方法

目標の達成のために実施計画で定めた実施方法・内容・スケジュール等について、実施後の評価を行います。

③ 評価方法

特定健康診査等の最終目標である糖尿病等の有病者及び予備群の減少状況、また、医療費適正化の観点から評価します。

特定健康診査等の成果が、数値データとして現れるのは、数年後になることが予測されるため、最終評価のみでなく特定健康診査結果などの短期的で評価ができる事項についても評価を行います。

2 事業計画の見直しに関する考え方

特定健康診査等実施計画をより実効性の高いものにするために、達成状況の点検・評価だけに終わるのではなく、点検・評価の結果を活用し、必要に応じて実施計画の記載内容を、実態に即したより効果的なものに見直します。

また、平成22年度を中間評価として、計画の進捗状況に関する評価を行います。

第8章 その他

1 がん検診等との連携

枕崎市が実施する各種がん検診等や介護保険法に基づいて実施する生活機能評価についても、関係各課と連携を図りながら、国民健康保険の被保険者が利用しやすい体制に努めます。

2 75歳以上の後期高齢者への対応

75歳以上の後期高齢者は、医療保険者である鹿児島県後期高齢者医療広域連合からの委託を受け、枕崎市医師会へ委託して健康診査を実施します。