

# 白鷹町特定健康診査等実施計画書

平成20年2月

白鷹町国民健康保険

<b>序章 計画策定にあたって</b> .....	- 1 -
1. 特定健康診査・特定保健指導の導入の趣旨 .....	- 1 -
2. 特定健康診査・特定保健指導の対象となる生活習慣病.....	- 1 -
3. メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)に着目する意義.....	- 1 -
4. 内臓脂肪型肥満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.....	- 2 -
5. 計画の性格 .....	- 2 -
6. 計画の期間 .....	- 2 -
7. 計画の目標値.....	- 2 -
<b>第1章 健診の現状</b> .....	- 3 -
1. 白鷹町の主要疾病の状況(平成19年5月診療分).....	- 3 -
(1) 件数.....	- 3 -
(2) 診療費.....	- 3 -
(3) 受診状況.....	- 3 -
2. 平成18年度基本健診受診状況.....	- 4 -
3. 健診有所見状況.....	- 4 -
<b>第2章 特定健康診査・特定保健指導の実施</b> .....	- 5 -
1. 特定健康診査・特定保健指導実施の基本的考え方.....	- 5 -
2. 目標値の設定.....	- 5 -
3. 特定健康診査・特定保健指導の対象者.....	- 5 -
4. 特定健康診査の実施方法.....	- 6 -
(1) 実施場所.....	- 6 -
(2) 実施時期あるいは期間.....	- 6 -
(3) 実施項目.....	- 6 -
(4) 委託先等について.....	- 6 -
(5) 自己負担額.....	- 7 -
(6) 周知や案内等の方法.....	- 7 -
(7) 事業主健診等他の健診等受診者の健診データをデータ保有者から受領する方法.....	- 7 -
(8) 健診結果の通知と保存期間について.....	- 7 -
5. 特定保健指導の実施方法.....	- 8 -
(1) 対象者の抽出(階層化).....	- 8 -
(2) 特定保健指導対象者の優先順位づけ(重点化).....	- 8 -
(3) 実施概要.....	- 8 -
(4) 実施内容.....	- 9 -
(5) 中断者への対応・継続への支援.....	- 9 -
(6) 特定保健指導不参加者への対応.....	- 10 -
(7) 特定保健指導の自己負担額.....	- 10 -
6. 実施における年間スケジュール.....	- 10 -
<b>第3章 個人情報保護</b> .....	- 11 -
<b>第4章 特定健康診査等実施計画の公表・周知</b> .....	- 11 -
<b>第5章 特定健康診査等実施計画の評価及び見直し</b> .....	- 11 -
<b>第6章 その他</b> .....	- 11 -

## 序章 計画策定にあたって

### 1. 特定健康診査・特定保健指導の導入の趣旨

健診等の保健事業については、現在、老人保健法や医療保険各法に基づいて市町村、企業、医療保険者によって実施されているが、各健診の役割分担が不明確である、受診者に対するフォローアップが不十分であるとの指摘がされているところである。

このため、これからの健診・保健指導については

- ① 適切に実施することにより、将来の医療費の削減効果が期待され、医療保険者が最も大きな恩恵を受けること
- ② 医療費のデータと健診・保健指導のデータを突合することができ、より効果的な方法等を分析できること
- ③ 対象者の把握を行いやすいこと

から、保険者が実施主体になることにより、被保険者だけでなく、従来手薄だった被扶養者に対する健診も充実し、健診受診率の向上が見込まれるほか、十分なフォローアップ〈保健指導〉も期待できることから、保険者にその実施が義務づけられる。

上記の趣旨により、白鷹町国民健康保険の保険者である白鷹町は「高齢者の医療の確保に関する法律」に基づき、平成20年度から糖尿病等の生活習慣病に着目した特定健康診査及び特定保健指導を行うこととする。

### 2. 特定健康診査・特定保健指導の対象となる生活習慣病

特定健康診査・特定保健指導の対象となる生活習慣病は、メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)の該当者・予備群とする。

### 3. メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)に着目する意義

平成17年4月に、日本内科学会等内科系8学会が合同でメタボリックシンドロームの疾患概念と診断基準を示した。

これは内臓脂肪型肥満を共通の要因として、高血糖、脂質異常、高血圧を呈する病態であり、それぞれが重複した場合は、虚血性心疾患、脳血管疾患等の発症リスクが高く、内臓脂肪を減少させることでそれらの発症リスクの低減が図られるという考え方を基本としている。

すなわち、内臓脂肪型肥満に起因する糖尿病、脂質異常症、高血圧症は予防可能であり、また、発症してしまった後でも、血糖、血圧等をコントロールすることにより、心筋梗塞等の心血管疾患、脳梗塞等の脳血管疾患、人工透析を必要とする腎不全などへの進展や重症化を予防することは可能であるという考え方である。

内臓脂肪症候群(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、体重増加が血糖や中性脂肪、血圧などの上昇をもたらすとともに、さまざまな形で血管を損傷し、動脈硬化を引き起こし、心血管疾患、脳血管疾患、人工透析の必要な腎不全などに至る原因となることを詳細にデータで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、生活習慣の改善に向けての明確な動機づけができるようになると思われる。

#### 4. 内臓脂肪型肥満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

	これまでの健診・保健指導		これからの健診・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	内臓脂肪型肥満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		内臓脂肪型肥満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選択し、行動変容につなげる
保健指導の対象	健診結果で「要指導」と指摘され、健康教育等の保健指導に参加した者		健診受診者全員に対し、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「情報提供」「動機づけ支援」「積極的支援」を行う
方法	一時点の健診結果のみに基づく保健指導 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 個々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 実施回数や参加人数		行動変容を促す手法
実施主体	市町村		医療保険者

#### 5. 計画の性格

この計画は、国の特定健康診査等基本指針(法第18条)に基づき、白鷹町国民健康保険が策定する計画であり、山形県医療費適正化計画と十分な整合性を図るものとする。

#### 6. 計画の期間

この計画は5年を1期とする。第1期は平成20年度から平成24年度までとし、5年ごとに見直しを行う。

#### 7. 計画の目標値

この計画の実行により、平成27年度までに国の政策目標に合わせ、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25%減少することを目標とする。

# 第1章 健診の現状

## 1. 白鷹町の主要疾病の状況（平成19年5月診療分）

### (1) 件数

受診総件数は6,000件となっている。主要疾病別にみると、高血圧性疾患の占める割合が最も高く21.1%、ついで歯の疾患、脳血管疾患、糖尿病などの順となっている。県計と比較すると、糖尿病、認知症、高血圧性疾患、心疾患、脳血管疾患、歯の疾患などの占める割合が高くなっている。

(単位:%)

	悪性 新生物	糖尿病	認知症	高血圧 性疾患	心疾患	脳血管 疾患	歯の 疾患	骨粗し ょう症	その他
白鷹町 6,000件	3.1	4.6	0.8	21.1	4.2	5.1	12.5	0.9	47.7
県計	3.2	4.0	0.7	18.0	3.6	3.1	11.7	0.9	54.8

### (2) 診療費

総診療費は1億6,600万円となっている。主要疾病別にみると、高血圧性疾患の占める割合が10.2%と最も高く、ついで脳血管疾患、悪性新生物、歯の疾患、などの順となっている。県全体と比較すると、糖尿病、認知症、脳血管疾患、歯の疾患などの占める割合が高くなっている。

(単位:%)

	悪性 新生物	糖尿病	認知症	高血圧 性疾患	心疾患	脳血管 疾患	歯の 疾患	骨粗し ょう症	その他
白鷹町 166百万	8.4	4.7	2.2	10.2	4.5	9.1	6.3	0.2	54.4
県計	9.6	4.1	1.9	10.2	5.3	7.2	6.3	0.6	54.9

### (3) 受診状況

被保険者の高齢化の影響を取り除いた件数の年齢調整比をみると、糖尿病、高血圧性疾患、心疾患、脳血管疾患で山形県(=100)を上回っている。

	悪性 新生物	糖尿病	高血圧 性疾患	心疾患	脳血管 疾患
白鷹町	89.4	107.5	106.1	104.3	151.4
村山地区	99.5	98.7	103.2	95.1	109.9
最上地区	88.5	92.5	99.2	107.7	87.4
置賜地区	88.3	102.3	110.9	104.5	97.7
庄内地区	110.2	102.3	88.2	98.8	85.6

(基準値:山形県=100.0)

資料 一 山形県国民健康保険団体連合会



## 第2章 特定健康診査・特定保健指導の実施

### 1. 特定健康診査・特定保健指導実施の基本的考え方

これまでの健診・保健指導は、個別疾病の早期発見、早期治療が目的となっており、そのため、健診後の保健指導は「要精検」や「要治療」となった者に対する受診勧奨や、高血圧症、脂質異常症、糖尿病などの疾患を中心とした保健指導を行ってきた。

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、糖尿病等の有病者・予備群を減少させることが目的である。生活習慣病は自覚症状がないまま進行するため、健診は個人が生活習慣を振り返る機会と位置付け、行動変容につながる保健指導を実施する。

### 2. 目標値の設定

特定健康診査・特定保健指導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。特定健康診査等基本指針に掲げる参酌標準をもとに、特定健康診査の実施率、特定保健指導の実施率及びメタボリックシンドロームの該当者・予備群の減少率について、白鷹町国民健康保険における目標値を下記のとおり設定する。

#### 達成しようとする目標

(単位:%)

	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
特定健康診査の実施率	50	55	60	63	65
特定保健指導の実施率	30	35	40	43	45
メタボリックシンドロームの該当者・予備群の減少率					(H20比) 10

### 3. 特定健康診査・特定保健指導の対象者

特定健康診査の対象者は、健診年齢が40歳から74歳までの白鷹町国民健康保険の加入者とする。平成19年4月1日現在の当該被保険者数を基に減少率等を勘案して推計し、特定保健指導対象者は、特定健康診査の実施率及び有所見状況により推計した。

(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
特定健康診査の対象者数(見込)	3,038	2,955	2,818	2,713	2,594
特定保健指導の対象者数(見込)※	137 125	146 133	152 139	154 140	152 138

上段:動機づけ支援対象者数、下段:積極的支援対象者数

## 4. 特定健康診査の実施方法

### (1) 実施場所

#### < 集団健診 >

保険者事務の効率化を図るとともに、被保険者が受診しやすいよう従来の集団健診と同様、がん検診等と合わせて各地区公民館等で実施する。

○実施場所: 蚕桑地区公民館、ハーモニープラザ、健康福祉センター、山峡体育館、鷹山小学校、中山小学校、東陽ホール、浅立公民館

#### < 個別健診 >

特定健康診査実施医療機関として委託した、町内医療機関で実施する。

#### < 個別健診(人間ドック同時実施) >

今まで被保険者の受診を支援してきた白鷹町立病院における人間ドックについて、相応の受診者が見込まれることから、人間ドック実施の際にも国保被保険者に対して特定健康診査を行う。

### (2) 実施時期あるいは期間

集団健診及び個別健診は、4月下旬から翌年1月下旬までとする。ただし、人間ドック同時実施の場合は、4月下旬から翌年3月下旬までとする。

### (3) 実施項目

#### ① 基本的な健診の項目

○質問項目(服薬歴、既往歴、生活習慣に関する項目、自覚症状等) ○身体計測(身長、体重、BMI、腹囲) ○血圧測定 ○理学的検査(身体診察) ○血液化学検査(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(GOT、GTP、 $\gamma$ -GTP) ○HbA1c検査 ○尿・腎機能検査(尿糖、尿蛋白)

#### ② 詳細な健診の項目(医師の判断に基づき選択的に実施する項目)

○血色素量 ○赤血球数 ○心電図検査 ○眼底検査

#### ③ 追加健診の実施

医師の判断に基づき選択的に実施する項目については、貧血は既往歴のある者、視診で貧血が疑われる者、心電図・眼底は前年度の特定健康診査結果において、血糖・脂質・血圧・肥満の項目すべてにおいて基準を超えた者が対象となるが、従来の住民基本健診の内容を踏まえ、当分の間、対象とならない者についても追加健診として詳細な健診の項目を実施する。

追加健診として実施する項目

○血色素量 ○赤血球数 ○心電図検査 ○眼底検査

### (4) 委託先等について

平成20年厚生労働省告示第11号で示されている特定健康診査の外部委託に関する基準を満たす健診機関・医療機関に委託する。

○集団健診: 財団法人山形県結核成人病予防協会

○個別健診(人間ドック): 白鷹町立病院

個別健診を行う具体的な医療機関名については、実施年度ごとに調整を行ったう

え、委託をすることから、年度ごとにお知らせする。

また、特定健康診査・特定保健指導のデータ管理は山形県国民健康保険団体連合会に委託する。

(5) 自己負担額

特定健康診査における自己負担額は、次のとおりとする。

○40歳から64歳…2,300円

(基本的な項目 1,300円 + 詳細又は追加項目 1,000円)

○65歳から74歳…1,500円

(基本的な項目 1,000円 + 詳細又は追加項目 500円)

なお、特定健康診査委託単価の大幅な変動がある場合、次項の検診世帯調査票の送付前に自己負担額の見直しを行うものとする。

(6) 周知や案内等の方法

特定健康診査の受診率向上につながるよう、町と連携を図り、積極的な広報活動に努める。具体的には次のとおり。

①町報及び国保だよりに掲載 ②元気ニコニコ検診カレンダーの発行 ③節目の方に案内を郵送 ④被保険者証の更新時にパンフ等を同封

4月下旬から健診が実施できるよう、1月頃に検診世帯調査票を送付し、3月上旬まで受診希望者を取りまとめ、後日受診券を送付する。

健診に当たっては、受診券と白鷹町国民健康保険の被保険者証を健診受付に提出してもらい、記載事項等を確認するものとする。

(7) 事業主健診等他の健診等受診者の健診データをデータ保有者から受領する方法

労働安全衛生法に基づく事業主健康審査等を受診した方の結果については、本人の同意の上、事業主に対してその方の健康審査データを磁気媒体により受領する。

(8) 健診結果の通知と保存期間について

受診者の健診結果については健診機関より個別に郵送する。階層化の結果については、後日、健康に関する※情報提供資料とともに町から郵送する。その際、特定保健指導対象者については、特定保健指導利用券も同封する。

特定健康診査・特定保健指導の記録の保存期間は、記録の作成の日から最低5年間又は加入者が他の保険者の加入者となった日の属する年度の翌年度の末日までとする。

※情報提供の資料

・対象者：特定健康診査受診者全員

・支援期間・頻度：年1回

・内容：健診結果の見方や生活習慣病に関する基本的な知識など、生活習慣を見直すきっかけとなる情報を提供する。

## 5. 特定保健指導の実施方法

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し、毎年度計画的に動機づけ支援、積極的支援を実施する。

### (1) 対象者の抽出(階層化)

特定保健指導の対象者は、特定健康診査の結果、腹囲が85cm(男性)・90cm(女性)の者、または腹囲が85cm未満(男性)・90cm未満(女性)の者でBMIが25以上の者のうち、血糖(空腹時血糖が100mg/dl以上、HbA1cが5.2%以上)・脂質(中性脂肪150mg/dl以上、HDLコレステロール40mg/dl未満)・血圧(収縮期130mmHg、拡張期85mmHg以上)に該当する者(糖尿病、高血圧症又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)とする。

対象者のうち、追加リスクの多少と喫煙歴の有無により、動機づけ支援及び積極的支援の対象を抽出する。

なお、前期高齢者(65歳以上75歳未満)については、積極的支援の対象となった場合でも動機づけ支援とする。

腹 囲	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
≥85cm(男性) ≥90cm(女性)	2つ以上該当			/	積極的支援	動機づけ支援
	1つ該当			あり なし		
上記以外で BMI≥25	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			/		

### (2) 特定保健指導対象者の優先順位づけ(重点化)

前項の基準により選定した対象者が多数の場合、効果的・効率的な保健指導を行うため、次の優先順位により対象者を絞り込み特定保健指導を実施する。

- ① 年齢が比較的若い者
- ② 健診結果からの保健指導レベルが情報提供から動機づけ支援、動機づけ支援から積極的支援に移行するなど、前年度に比較して悪化傾向のみられる者
- ③ 質問票の回答により、生活習慣改善の必要性が高い者
- ④ 前年度、積極的支援及び動機づけ支援対象者であったが保健指導を受けていない者

### (3) 実施概要

#### ①実施体制

保険者として責任ある保健指導を行う観点から、町が自ら実施する。

また、計画期間途中における特定保健指導の実施者見込み数の動向を勘案し、外部委託についても検討する。

## ②実施時期及び期間

実施時期については、健診結果受領後、保健指導レベルに応じ、適切な時期に効率的に実施する。実施方法については、「標準的な健診・保健指導プログラム(確定版)」を基本とし、保健指導レベルに応じ、保健指導計画、個別の支援計画を作成し取り組むものとする。

## (4)実施内容

### ①情報提供

前記、特定健康診査の実施方法(8)により実施。

### ②動機づけ支援

対象者：(1)及び(2)に基づく動機づけ支援に該当する者

支援期間・頻度：原則1回の支援

内容：生活習慣の改善のための自主的な取り組みを継続的に行うことができるよう、医師、保健師及び管理栄養士の面接・指導をもとに行動計画を作成し、6カ月経過後に実績の評価を行う。

支援の方法：個人面接(1人につき20分以上)又は、グループ支援(8人以下40分以上)を1回実施し、6ヶ月後に電話等を利用し評価。

### ③積極的支援

対象者：(1)及び(2)に基づく積極的支援に該当する者

支援期間・頻度：3か月以上継続的に支援

内容：生活習慣の改善のための自主的な取り組みを継続的に行うことができるよう、医師、保健師及び管理栄養士の面接・指導をもとに行動計画を作成し、対象者が自主的かつ継続的に行えるよう、定期的・継続的に面談、電話等で支援し、6ヶ月後に実績の評価を行う。

支援の方法：初回面接は個人面接(1人につき20分以上)及び、グループ支援(8人以下40分以上)を行う。

#### ・2回目以降

##### ○積極的関与タイプ(支援 A)

栄養・運動等生活習慣の改善に必要な実践的な指導を行う。

中間評価(面接、検査等)を行う。

##### ○励ましタイプ(支援 B)

行動計画の実施状況の確認と確立された行動を維持するために賞賛や励ましを行う(電話等を利用する)。

#### ・6ヶ月後の評価

継続的な支援の最終回と一体的に実施する。

身体状況や生活習慣に変化が見られたかについて確認を行うとともに、目標達成状況、取り組みの満足度などを確認し、評価を行う。

## (5)中断者への対応・継続への支援

中断者に対しては、各担当者より電話によるフォロー等を行い、復帰に向けた支援を行う。

(6) 特定保健指導不参加者への対応

特定保健指導の不参加者については、電話、ダイレクトメール等により、参加への勧誘を行う。

(7) 特定保健指導の自己負担額

特定保健指導における自己負担については、積極的支援に係る行動計画により家庭等で使用する配布物品相当額等を徴収できるものとする。

## 6. 実施における年間スケジュール

特定健康診査及び特定保健指導の実施における年間スケジュールは次のとおりとする。

	特定健康診査	特定保健指導	その他
4月	・特定健診対象者の抽出 ・受診券等の配布 ・特定健康診査開始		・委託先との契約
5月	↓	・階層化作業(第1回) ↓	
6月	・健診データ受取 ↓	・保健指導対象者抽出 ・利用券の送付	
7月	・費用決済 (繰り返し作業)	↓ ・特定保健指導開始(第1回)	
8月		↓	
9月		↓	
10月		↓	
11月		↓	・次年度契約準備
12月		・特定保健指導終了(第1回) (繰り返し作業)	
翌年1月	・集団健診終了		・健診申し込み開始
2月			・健診申し込み取りまとめ
3月	・個別健診終了		・健診スケジュール作成
4月	・新年度特定健診対象者の抽出(以降前年度に同じ)		・委託先との契約
5月		・新年度階層化作業(第1回) (以降前年度に同じ)	・前年度健診データ抽出
6月			
7月			
8月			
9月			
10月			・前年度実施率等、実施実績の算出

### 第3章 個人情報保護

特定健康診査データ及び特定保健指導データその他追加健診等データについては、全て電子化して管理を行う。特定健康診査業務は、選定基準を満たした健診機関に委託し、健診データの管理は山形県国民健康保険団体連合会に委託する。

特定健康診査の実施にあたっては、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(「医療・介護関係事業者における個人情報の適切な取扱いのためのガイドライン」等)について周知徹底を図るとともに、保険者である白鷹町において定める個人情報保護条例及び情報セキュリティポリシーを遵守し適切な対応を行う。

### 第4章 特定健康診査等実施計画の公表・周知

特定健康診査計画及び趣旨については、町のホームページ及び広報誌等に掲載することにより広報及び周知を図る。

### 第5章 特定健康診査等実施計画の評価及び見直し

特定健康診査・特定保健指導は、できる限り多くの対象者に確実に実施することによって、メタボリックシンドロームのリスクのある者を減らしていくことを目的とする。

そのため、作成した実施計画に沿って、毎年、計画的かつ着実に健診・保健指導を実施していくことが重要となるが、その際、実施のみでなく実施中・実施後の成果を検証することが重要であることから、以下の項目について分析・評価を行う。

- ① 特定健康診査・特定保健指導の実施率
- ② メタボリックシンドロームの該当者・予備群の減少率
- ③ その他(事業の実施方法・内容・スケジュール等)

実績が出た時点で、毎年総合的な評価を行い、次年度の計画を見直ししていくものとする。

### 第6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、介護保険法による65歳以上の高齢者を対象とした「生活機能評価」との同時実施に努めるものとする。

白鷹町町民税務課国保医療係

〒992-0892 山形県西置賜郡白鷹町大字荒砥甲 833

TEL0238-85-6130 FAX0238-85-5275

E-Mail : [cyoumin@so.town.shirataka.yamagata.jp](mailto:cyoumin@so.town.shirataka.yamagata.jp)