

神栖市国民健康保険
第二期特定健康診査等実施計画
(概要版)

平成25年度～平成29年度

平成25年3月

神 栖 市

1 第二期計画策定の概要

(1) 趣旨

我が国は、国民皆保険のもと、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、生活習慣病などの増加による医療費の増大、急速な少子高齢化や国民生活や意識の変化など、様々な環境が変化してきており、医療制度を将来にわたり持続可能なものにするためには、生活の質の維持向上を確保しつつ、医療費の増大を防いでいく体制が必要となっています。

そこで、高齢者の医療の確保に関する法律（以下「法」という）に基づき、各医療保険者に特定健康診査特定保健指導が義務づけられ、第一期特定健康診査等実施計画を策定し、生活習慣病予防対策を推進してまいりました。

この計画は、平成20年度から24年度までの5年を第一期とし、5年ごとに策定するため、このたび、平成25年度から29年度までの特定健康診査及び特定保健指導に関する第二期計画を定めるものです。

(2) 計画の位置づけ

本計画は、国の特定健康診査等基本指針（法第十八条）・特定健康診査及び特定保健指導の適切かつ有効な実施を図るための基本的な指針（平成24年9月28日公布）に基づき、神栖市国民健康保険が策定する計画です。

なお、「健康かみす21プラン」（平成24年3月）との整合性を図りながら策定しました。

(3) 計画の期間

策定期間は5年を一期としており、本計画は、平成25年度から平成29年度までの5か年計画とします。

2 第一期特定健康診査等実施計画の評価（平成20年度から24年度まで）

（1） 特定健康診査の取り組み及び健診データの評価について

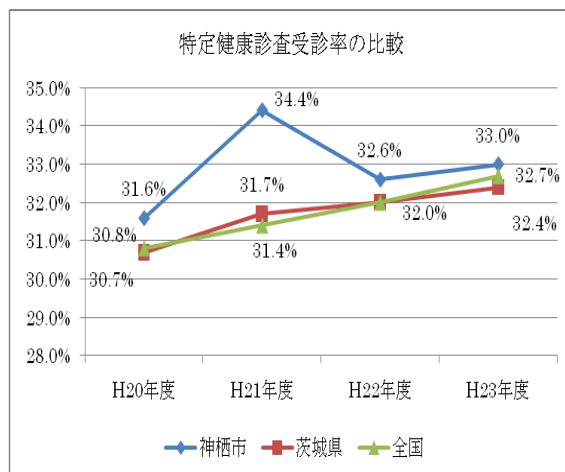
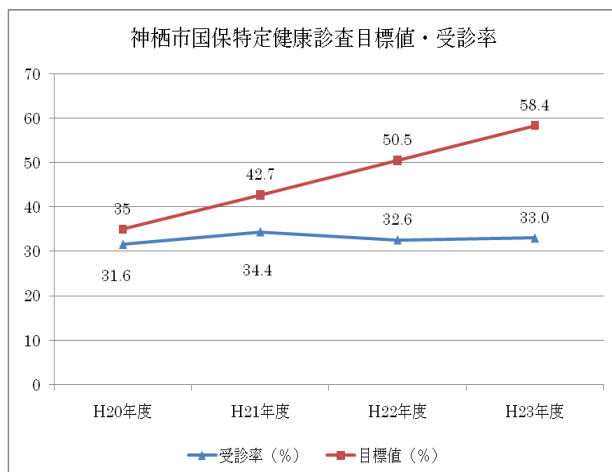
特定健康診査の受診率は、平成20年度31.6%（県内25位）、平成21年度34.4%（県内20位）、平成22年度32.6%（県内23位）平成23年度33%（県内25位）と微増の状況ですが、目標値には達していない状況です。

特定健康診査受診率

*順位は、茨城県市町村国保の順位です。

		H20年度	H21年度	H22年度	H23年度
神栖市	対象者数	18,821	18,958	19,073	19,192
	受診者数	5,950	6,513	6,488	6,326
	受診率	31.6	34.4	32.6	33.0
	目標受診率	35.0%	42.7%	50.5%	65.0%
茨城県	受診率	30.7%	31.7%	32.0%	32.4%
全国	受診率	30.8%	31.4%	32.0%	*32.7%

*H23 速報値資料：茨城県国保連合会



特定健康診査は平成20年度から集団健診・市内個別医療機関で受診できる体制で実施してきました。

対象者への個別通知，未受診者に対して受診勧奨の通知，健診にかかる費用を無料とし，健診項目は国の基準に加え，腎機能検査として，血清クレアチニン・尿酸値・尿潜血を市独自に追加し，健診内容の充実を図ってきました。

また，集団健診日程を増やすとともに，休日健診の実施・協力医療機関の拡大・人間ドック健診との併用を実施してきました。

さらに，地区組織及び関係団体や保健部門・介護部門との連携により取り組んできました。

3 特定健康診査等の実施方法

(1) 対象者

40歳から74歳までの神栖市国民健康保険の被保険者

(2) 健診の内容

1) 健診項目

①基本的な健診の項目

- ・問診
- ・身体計測〔身長，体重，BMI，腹囲（内臓脂肪面積）〕
- ・理学的検査（身体診察）
- ・血圧測定
- ・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〔AST（GOT），ALT（GPT）， γ -GT（ γ -GTP）〕
- ・血糖検査（空腹時血糖又はHbA1c検査）
- ・尿検査（尿糖，尿蛋白）

当市においては，平成20年度より，国の基準項目の他に「随時血糖検査，腎機能検査（クレアチニン，尿酸，尿潜血）」を追加して実施しています。HbA1c（ヘモグロビンA1c）検査は，平成25年度より，国際基準値（NGSP値）を使用します。

②詳細な健診の項目

心電図検査，眼底検査，貧血検査〔赤血球，血色素（ヘモグロビン値），ヘマトクリット値〕のうち，医師が必要と判断したものを選択します。

2) 健診形態と実施場所

市内公共施設などで実施する集団健診および個別に当市が委託契約した医療機関健診のいずれかの方法を選び受診できます。

3) 健診委託機関の選定

「厚生労働省告示第十一号特定健康診査の外部委託に関する基準」に基づき，茨城県医師会との集合契約を結んでいる実施機関等に選定します。

4) 健診の案内方法

特定健診の受診率向上につながるよう，対象者に受診券を発行します。その他，ホームページや広報紙等により周知を図ります。

4 特定保健指導の実施方法

(1) 特定保健指導の基本的考え方

特定保健指導は、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することができるようになることを通じて、高血圧・糖尿病等の生活習慣病を予防することを目的とするものです。

実施方法については、特定健康診査の基本的考え方に準じています。

(2) 特定保健指導の対象者と支援方法

1) 対象者の基準

特定保健指導の対象者は、以下の条件により抽出します。

	<リスク> ① 血圧 ② ②脂質 ③ ③血糖	<リスク> ④ 喫煙	対象年齢 40～64歳	対象年齢 65～74歳
腹囲				
男性 85cm以上	2つ以上該当	なし	積極的支援	動機づけ支援
女性 90cm以上	1つ該当	あり	積極的支援	
上記以外で BMI（体格 指数）25以 上	3つ該当 2つ該当 2つ該当 1つ該当	なし あり なし —	積極的支援 積極的支援 動機づけ支援 動機づけ支援	動機づけ支援

- ① 血圧：収縮時血圧130mgHg以上または収縮期血圧85mgHg以上
- ② 脂質：中性脂肪150mg/dl以上またはHDLコレステロール40mg/dl未満
- ③ 血糖：空腹時血糖100 mg/dl以上またはHbA1c5.6%以上
- ④ 喫煙：6ヶ月以上吸っている者で、最近1ヶ月間吸っている者

※高血圧・脂質異常症・糖尿病の治療に係る薬剤を服用している者は除きますが、検査結果数値により、相談による、改善のための情報提供を行います。

2) 特定保健指導の内容

特定保健指導の標準的なプログラムの内容

目的	指導区分	実施基準	支援期間
対象者が自らの健康状態を自覚し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になること。	動機づけ支援	<p><初回面接：個別支援20分以上又はグループ支援80分以上></p> <p>医師・保健師・管理栄養士の面接・指導のもとに行動計画を策定し，生活習慣の改善のための取り組みに係る支援を行う。</p> <p><6ヶ月後の評価：個別支援・グループ支援・電話など></p> <p>身体状況や生活習慣に変化がみられたか確認する。</p>	6ヶ月間
	積極的支援	<p><初回面接：個別支援20分以上又はグループ支援80分以上></p> <p>医師・保健師・管理栄養士の面接・指導のもとに行動計画を策定し，生活習慣の改善のための取り組みに係る支援を行う。</p> <p><3ヶ月以上の継続的な支援：個別支援・グループ支援・電話など></p> <p>栄養・運動等の生活習慣の改善に必要な実践的な指導を行う。</p> <p><6ヶ月後の評価：個別支援・グループ支援・電話など></p> <p>身体状況や生活習慣に変化がみられたか確認する。</p>	6ヶ月間

5 特定健康診査等の達成目標と取り組み

(1) 特定健康診査等の実施に係る目標

平成29年度における神栖市国民健康保険の目標として、特定健康診査実施率を60%、特定保健指導実施率を60%、平成20年度と比較したメタボリックシンドローム該当者・予備軍の減少率を25%以上とします。

1) 第二期計画の目標値

区分	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
特定健康診査受診率	35%	42%	48%	55%	60%
特定保健指導実施率	20%	30%	40%	50%	60%
メタボリックシンドローム該当者及び予備軍の減少率					25%

2) 第二期計画対象者数の推計

		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
特定健康診査	対象者数	19,350人	19,440人	19,530人	19,620人	19,720人
	実施者数	6,773人	8,165人	9,374人	10,791人	11,832人
特定保健指導	対象者数	1,355人	1,633人	1,875人	2,158人	2,366人
	実施者数	339人	572人	844人	1,187人	1,420人

(2) 特定健康診査受診率向上の取り組み

40歳から74歳までの特定健康診査の対象者に対し、受診券などを用いて周知を行い、被保険者が自らの健康状態を確認する機会として活用できるように受診率の向上に努めます。対象者のうち、40歳になる方へは、特定健康診査の目的や必要性・受診方法などの詳細情報を同封して送り、初回受診の掘り起こしを行います。当市は若年者の未受診者が多いことから、集団健診での休日健診の実施や、個別医療機関健診の実施、がん検診との併用健診の実施について、広報紙やホームページ、ポスター・チラシの掲示・のぼり旗の設置・各種

事業の機会などをおし健診に関する情報提供を行い、受診促進に努めます。

未受診者に対しては、再通知などを行い、継続受診につながるよう努めていきます。

また、地区組織・各種団体・関係各課等と連携し受診率向上に取り組んでいきます。

(3) 特定保健指導実施率向上の取り組み

特定健康診査を受診した結果、特定保健指導の対象者に対し、利用券などで周知し、健診結果の経年的データを活用することにより自らの生活習慣を見直し、健康の維持・管理につながるよう効果的な保健指導の実施に努めます。また、健診会場における健康相談で保健指導の周知を行い実施率の向上に取り組めます。

さらに、保健指導対象者への具体的な取り組みとして、訪問活動による個別面接や健診結果説明会の開催、栄養教室・運動教室等の健康増進事業における健康教育と併用するなど、保健指導の機会をつくり、効果的な実施を目指すと共に、6ヵ月評価を行う機会として、2次検査と健康教室を実施していきます。

(4) メタボリックシンドローム該当者・予備群の減少率を目指した取り組み

動機づけ支援や積極的支援対象者の他に、情報提供対象者にも健診結果説明会や個別相談の実施、健康増進事業における健康教育と併用するなどポピュレーションアプローチの機会をおし、メタボリックシンドローム該当者等の減少に努めます。

その他に関係団体と連携し、若年期男性にターゲットをあててのグループ支援による健康づくり事業を展開していきます。