

**妹背牛町**  
**第 2 期特定健康診査等実施計画**

**平成 25 年 3 月**  
**妹背牛町**



## 目次

<b>第1章 計画策定にあたって</b> . . . . .	<b>1</b>
1. 計画策定の背景及び目的 . . . . .	3
2. 計画の性格 . . . . .	3
3. 計画の期間 . . . . .	3
<b>第2章 特定健康診査等の現状</b> . . . . .	<b>5</b>
1. 特定健康診査の実施状況 . . . . .	7
2. 特定保健指導の実施状況 . . . . .	8
3. 特定健診未受診者に対するアンケート調査の実施結果について . . . . .	10
4. 有所見者の状況 . . . . .	15
5. 透析導入者の動向 . . . . .	17
<b>第3章 特定健康診査等の実施目標</b> . . . . .	<b>19</b>
1. 達成しようとする目標 . . . . .	21
2. 特定健康診査等の対象者数等 . . . . .	21
(1) 特定健康診査等の対象者数 . . . . .	21
(2) 特定健康診査等の見込数 . . . . .	21
<b>第4章 特定健康診査等の実施方法</b> . . . . .	<b>23</b>
1. 特定健康診査の実施方法 . . . . .	25
(1) 特定健康診査の実施に関して . . . . .	25
(2) 委託契約に関して . . . . .	25
(3) 実施項目 . . . . .	26
(4) 周知や案内の方法 . . . . .	26
(5) 特定健康診査受診券の様式 . . . . .	27
(6) 代行機関について . . . . .	28
(7) 事業所健診等他の健診受診者の健診データ収集方法 . . . . .	28

2. 特定保健指導の実施方法	29
(1) 特定保健指導の基本的な考え方	29
(2) 保健指導対象者の選定と階層化	29
(3) 実施機関・実施場所	30
(4) 実施項目	30
(5) 特定保健指導実施における工夫、留意点	30
3. 年間実施スケジュール	32
4. 個人情報保護対策	33
(1) 特定健康診査等の記録の保存方法	33
(2) 体制	33
(3) 保存に係わる外部委託	33
(4) 特定健康診査等の記録の管理に関するルール	33
<b>第5章 特定健康診査等実施計画の公表・周知及び評価と見直し</b>	<b>35</b>
1. 公表・周知	37
2. 計画の評価と見直し	37

# 第1章 計画策定にあたって



# 第1章 計画策定にあたって

## 1. 計画策定の背景及び目的

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、保険者による健診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）に基づき、保険者は、被保険者及び被扶養者に対し、糖尿病等の生活習慣病に関する健康診査を実施し、その結果により、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。

本町におきましても、国民健康保険被保険者に対し、生涯にわたる生活の質の維持向上に向けて、メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）の概念を導入した特定健康診査及び特定保健指導を積極的に推進し、町民の健康づくりを図っています。

本計画は、平成20年度から平成24年度を計画期間とする「第1期特定健康診査実施計画」が終了することから、第1期計画の実施状況を踏まえ、生活習慣病の発症、重症化を抑制し、将来的な医療費の適正化を図ることを目的とし、「第2期特定健康診査実施計画」を策定するものです。

## 2. 計画の性格

本計画は、高齢者の医療の確保に関する法律 第18条第1項に基づき、特定健康診査及び特定保健指導の実施方法に関する基本的な事項、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定めるものです。

## 3. 計画の期間

この計画は5年を1期とし、第2期計画の計画期間は、平成25年度から平成29年度までの5年間とします。



## 第2章 特定健康診査等の現状



## 第2章 特定健康診査等の現状

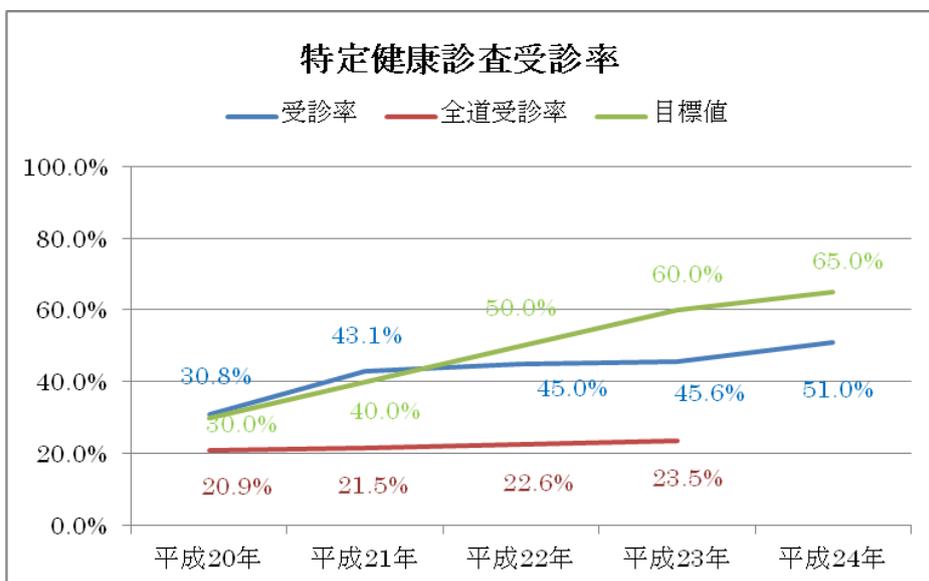
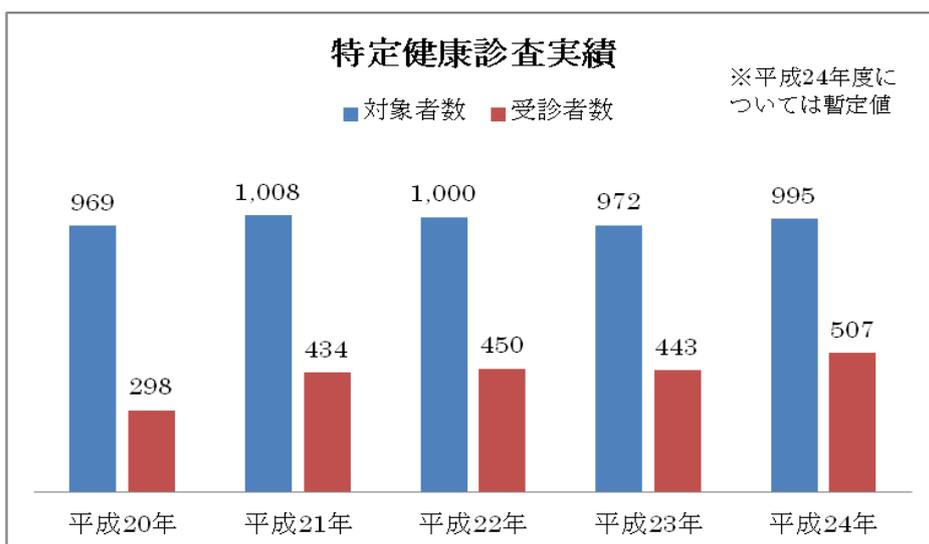
### 1. 特定健康診査の実施状況

特定健康診査の対象者は平成 20 年度の 969 人から平成 24 年度の 995 人と、ほぼ横ばいとなっています。

特定健康診査の受診者数は、受診率向上対策として休日健診の実施、深川医師会への個別健診の委託、特定健診未受診者への戸別訪問等さまざまな取り組みにより、少しずつ増加してきています。

特定健康診査の受診率は平成 20 年度の 30.8%から毎年少しずつ増加し、平成 24 年度には暫定値ながら初めて 50%を超えました。目標の 65%にはまだ届きませんが、全道順位は平成 20 年度 66 位、23 年度 28 位となっています

対象者数及び受診者数



## 受診率向上に向けての対策

年度	受診率	対 策
20年度	30.8%	休日健診の実施。乳がん、子宮がん検診の同時実施（胃・肺・大腸がんについては以前から同時実施）。
21年度	43.1%	深川医師会に個別健診を委託。
22年度	45.0%	自己負担金の無料化。
23年度	45.6%	旭川厚生病院に人間ドックを委託。
24年度	51.0%	未受診者への戸別訪問、電話勧奨、アンケート調査の実施。

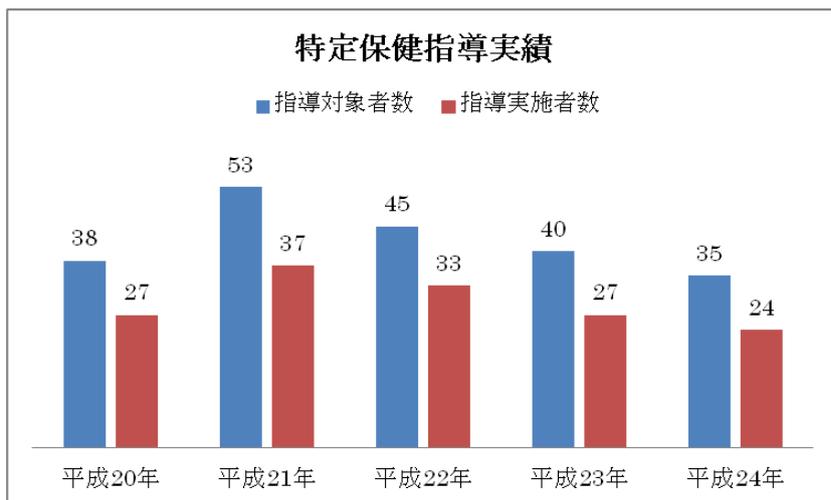
## 2. 特定保健指導の実施状況

特定保健指導の対象者数は平成21年度に健診受診者数が増えたことに伴い増加しましたが、特定保健指導の実施により次年度特定保健指導非該当となる人も多く、また服薬治療中者の割合も年々増えてきているためか、以後は減少傾向に転じています。

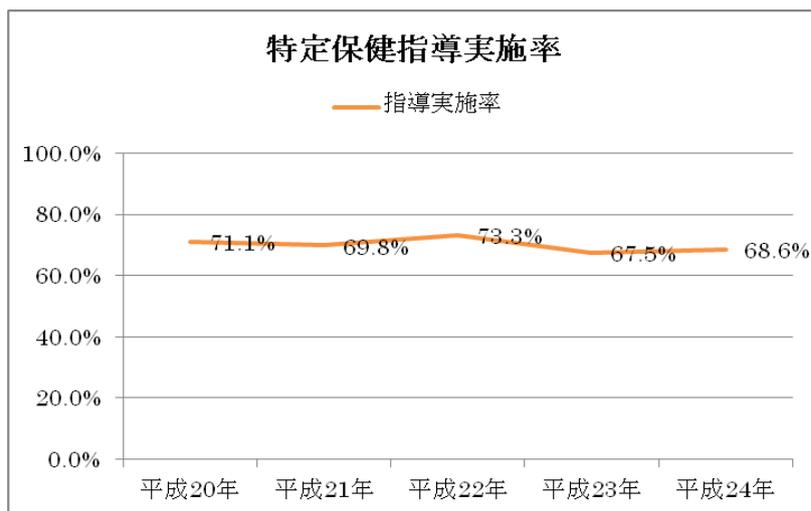
対象者の減少にともない特定保健指導の指導者数も平成21年度をピークに減少しています。

特定保健指導の実施率は、年度ごとに多少の増減はありますが、毎年ほぼ70%±5%以内を保っています。前回計画時の目標値と比較すると、全ての年度において目標値を上回っています。

特定保健指導対象者数および指導実施者数



特定保健指導実施率

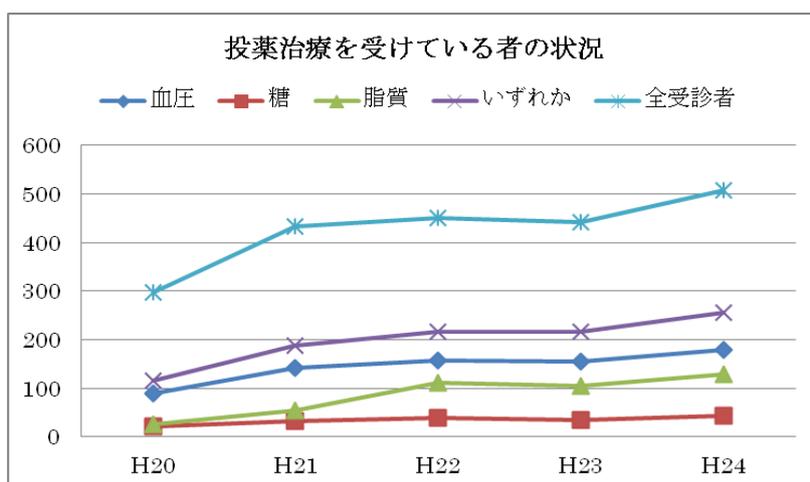


特定保健指導実施者の次年度の特定健診判定結果（平成23～24年度）

平成23年度特定保健指導実施者数（町実施分）	22名	
平成23年度特定保健指導実施者のうちH24年度特定健診受診者数	21名	
平成24年度特定保健指導判定結果	特定保健指導なし	11名(52.4%)
	特定保健指導対象	6名(28.6%)
	服薬治療中	3名(14.3%)
	対象除外（75歳）	1名(4.8%)
	計	21名

投薬治療中者（問診票より）

	H20年度	H21年度	H22年度	H23年度	H24年度
高血圧	90	142	157	155	180
糖尿病	21	32	39	35	44
脂質異常症	25	55	111	105	129
いずれか	116	187	217	216	256
全受診者	298	434	450	443	507



### 3. 特定健診未受診者に対するアンケート調査の実施結果について

平成 24 年度の特定健診対象者のうち、平成 24 年 12 月までに特定健診を受診していない人を対象に、郵送によるアンケート調査を実施しました。

①調査期間 平成 25 年 1 月～2 月

②回収状況

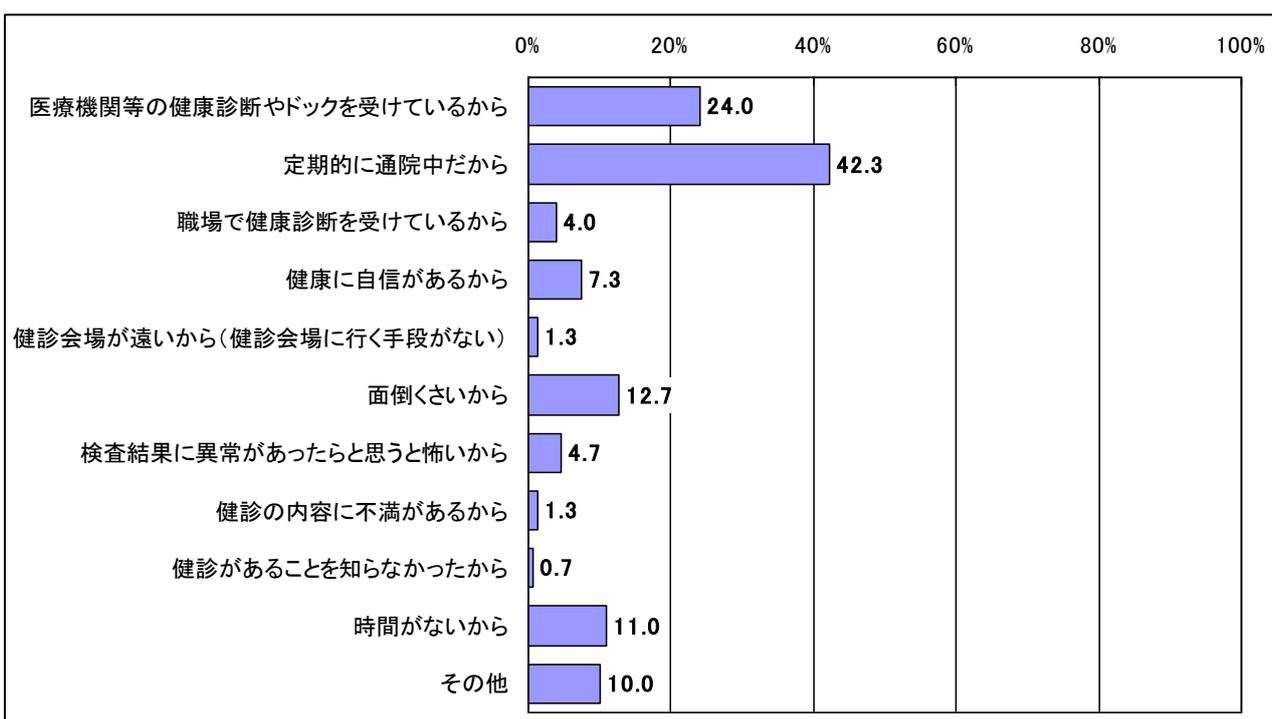
郵送数	回収数	回収率
539	299	55.4%

③特定健診を受診しない理由

「定期的に通院中だから」と回答した人が 42.3%と最も多く、次いで「医療機関等の健康診断やドックを受けているから」24.0%、「面倒くさいから」12.7%の順となっています。

平成 24 年度に実施した未受診者への戸別訪問でも、「定期通院中なので、受けなくてもよいと思っていた」と答えた人が多く、通院中の人に対する周知の徹底が必要と思われます。

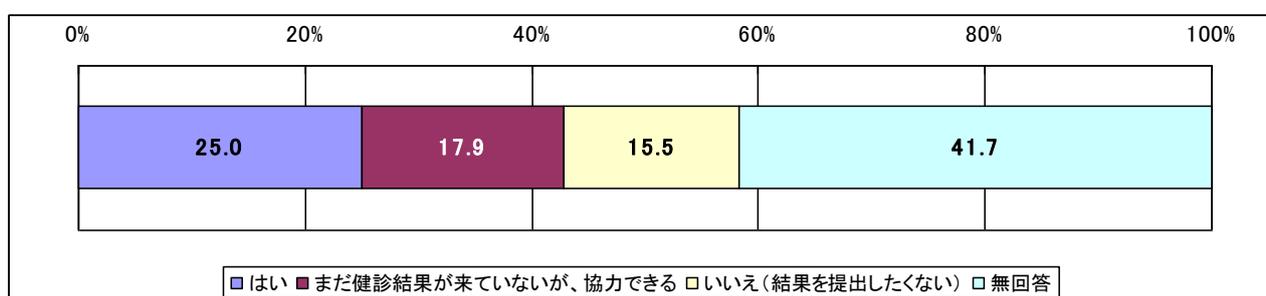
	全体 (件)	割合 (%)	性別(%)			年代(%)							
			男性	女性	無回答	40～ 44歳	45～ 49歳	50～ 54歳	55～ 59歳	60～ 64歳	65～ 69歳	70歳 以上	無回答
医療機関等の健康診断やドックを受けているから	72	24.0	29.4	19.2	0.0	21.1	29.4	29.2	25.9	22.4	22.7	24.3	0.0
定期的に通院中だから	127	42.3	41.3	43.6	0.0	5.3	17.6	37.5	40.7	31.3	60.0	52.9	0.0
職場で健康診断を受けているから	12	4.0	4.2	3.8	0.0	0.0	5.9	16.7	3.7	4.5	2.7	1.4	0.0
健康に自信があるから	22	7.3	9.8	5.1	0.0	5.3	0.0	12.5	7.4	11.9	5.3	5.7	0.0
健診会場が遠いから(健診会場に行く手段がない)	4	1.3	0.0	2.6	0.0	0.0	0.0	4.2	7.4	0.0	1.3	0.0	0.0
面倒くさいから	38	12.7	14.7	10.9	0.0	15.8	11.8	20.8	14.8	13.4	12.0	8.6	0.0
検査結果に異常があったらと思うと怖いから	14	4.7	2.1	6.4	100.0	10.5	5.9	4.2	3.7	4.5	4.0	2.9	100.0
健診の内容に不満があるから	4	1.3	1.4	1.3	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	1.5	1.3	2.9	0.0
健診があることを知らなかったから	2	0.7	0.7	0.6	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	2.7	0.0	0.0
時間がないから	33	11.0	12.6	9.6	0.0	42.1	35.3	20.8	18.5	7.5	2.7	2.9	0.0
その他	30	10.0	9.8	10.3	0.0	15.8	17.6	4.2	14.8	9.0	10.7	7.1	0.0
サンプル数	300	100.0	143	156	1	19	17	24	27	67	75	70	1



④旭川厚生病院以外の人間ドックや職場の健康診断の結果提出の協力について

「はい」「まだ健診結果が来ていないが、協力できる」と答えた人が合わせて36名(42.9%) いましたが、例年保健センターに結果を提出してくれる人は10名に満たないため、周知の徹底により提出数が増える可能性はあります。

	全体 (件)	割合 (%)	性別(%)			年代(%)							
			男性	女性	無回答	40～ 44歳	45～ 49歳	50～ 54歳	55～ 59歳	60～ 64歳	65～ 69歳	70歳 以上	無回答
はい	21	25.0	31.3	16.7	0.0	0.0	33.3	36.4	25.0	16.7	36.8	16.7	0.0
まだ健診結果が来ていないが、協力できる	15	17.9	25.0	8.3	0.0	75.0	16.7	9.1	50.0	11.1	5.3	16.7	0.0
いいえ(結果を提出したくない)	13	15.5	8.3	25.0	0.0	0.0	16.7	18.2	0.0	16.7	31.6	5.6	0.0
無回答	35	41.7	35.4	50.0	0.0	25.0	33.3	36.4	25.0	55.6	26.3	61.1	0.0
サンプル数	84	100.0	48	36	0	4	6	11	8	18	19	18	0

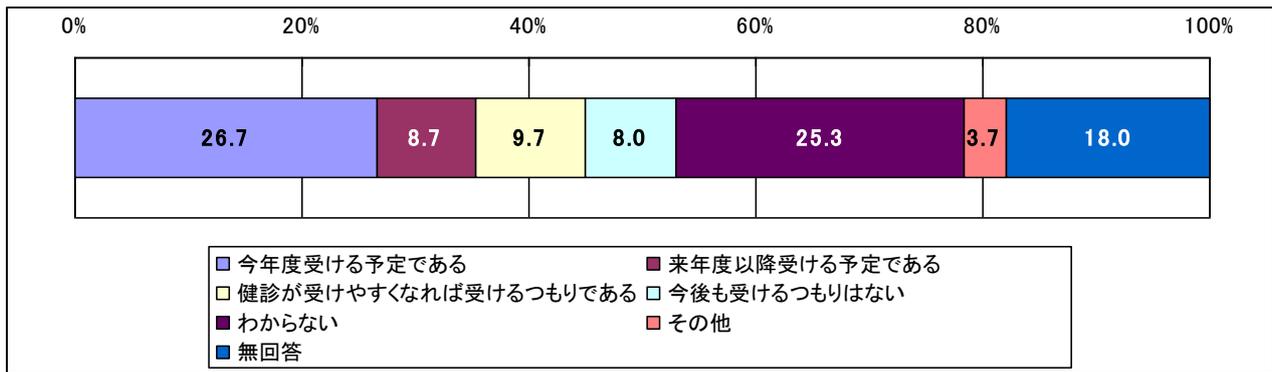


⑤今後の特定健康診査受診予定について

「今年度受ける予定である」と回答した人が26.7%と最も多く、次いで「わからない」25.3%、「健診が受けやすくなれば受けるつもりである」9.7%の順となっています。男女別にみると、「健診が受けやすくなれば受けるつもりである」において男性の割合が高くなっています。

「今後も受けるつもりはない」と答えた人の割合は低く、勧奨方法や健診体制によってはさらに受診率が向上していく可能性があります。

	全体 (件)	割合 (%)	性別(%)			年代(%)							
			男性	女性	無回答	40～ 44歳	45～ 49歳	50～ 54歳	55～ 59歳	60～ 64歳	65～ 69歳	70歳 以上	無回答
今年度受ける予定である	80	26.7	28.0	25.6	0.0	26.3	41.2	20.8	22.2	29.9	21.3	30.0	0.0
来年度以降受ける予定である	26	8.7	7.0	10.3	0.0	15.8	11.8	4.2	11.1	7.5	12.0	4.3	0.0
健診が受けやすくなれば受けるつもりである	29	9.7	14.0	5.8	0.0	15.8	17.6	20.8	14.8	4.5	6.7	8.6	0.0
今後も受けるつもりはない	24	8.0	7.7	8.3	0.0	5.3	0.0	0.0	11.1	13.4	13.3	1.4	0.0
わからない	76	25.3	25.2	25.0	0.0	31.6	23.5	50.0	18.5	23.9	24.0	20.0	100.0
その他	11	3.7	4.2	3.2	0.0	0.0	0.0	4.2	14.8	3.0	1.3	4.3	0.0
無回答	54	18.0	14.0	21.8	0.0	5.3	5.9	0.0	7.4	17.9	21.3	31.4	0.0
サンプル数	300	100.0	143	156	1	19	17	24	27	67	75	70	1



⑥特定健診を受けやすくするにはどうすれば良いと思うか

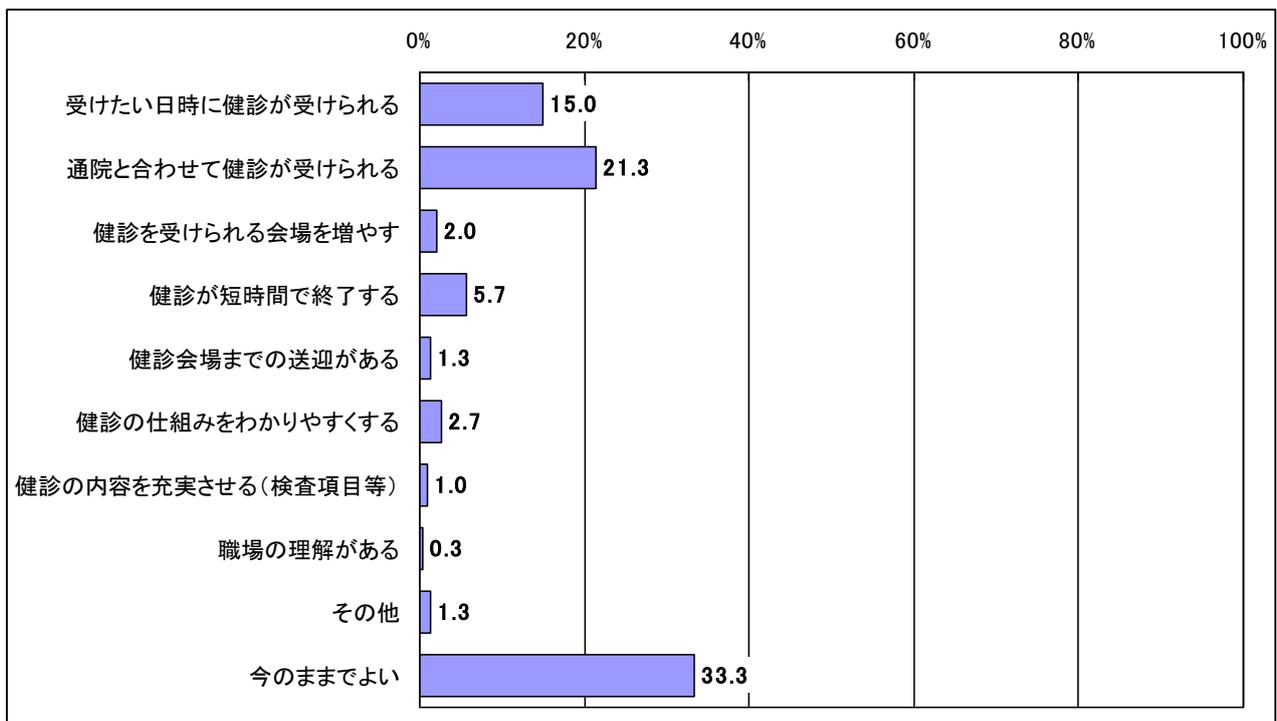
「今のままでよい」と回答した人が33.3%と最も多く、次いで「通院と合わせて健診が受けられる」21.3%、「受けたい日時に健診が受けられる」15.0%の順となっています。

男女別にみると、「受けたい日時に健診が受けられる」において男性の方が高くなっています。

北空知地域では、深川市立病院を除く多くの医療機関で特定健診を受けることができるので、「通院と合わせて健診が受けられる」と答えた人の中には深川市立病院通院中の人相当数含まれているものと考えられます。深川市立病院からは現時点では市外の方の特定健診の受託は難しいといわれており、体制を整えるには時間を要するのではないかと思います。

「受けたい日時に健診が受けられる」については、すでに、医師会や旭川厚生病院人間ドックで受けたい日時に個別健診を受診できることになっているため、個別健診についての周知の徹底をはかることが必要と思われる。

	全体 (件)	割合 (%)	性別(%)			年代(%)							
			男性	女性	無回答	40～ 44歳	45～ 49歳	50～ 54歳	55～ 59歳	60～ 64歳	65～ 69歳	70歳 以上	無回答
受けたい日時に健診が受けられる	45	15.0	16.8	13.5	0.0	31.6	41.2	29.2	18.5	13.4	8.0	7.1	0.0
通院と合わせて健診が受けられる	64	21.3	20.3	22.4	0.0	5.3	23.5	29.2	22.2	14.9	30.7	18.6	0.0
健診を受けられる会場を増やす	6	2.0	1.4	2.6	0.0	0.0	5.9	0.0	7.4	1.5	2.7	0.0	0.0
健診が短時間で終了する	17	5.7	4.9	6.4	0.0	21.1	17.6	0.0	3.7	6.0	6.7	0.0	0.0
健診会場までの送迎がある	4	1.3	1.4	1.3	0.0	0.0	5.9	4.2	0.0	1.5	0.0	1.4	0.0
健診の仕組みをわかりやすくする	8	2.7	2.1	3.2	0.0	5.3	5.9	0.0	3.7	1.5	1.3	4.3	0.0
健診の内容を充実させる(検査項目等)	3	1.0	0.7	1.3	0.0	0.0	5.9	0.0	0.0	0.0	1.3	1.4	0.0
職場の理解がある	1	0.3	0.7	0.0	0.0	0.0	0.0	4.2	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
その他	4	1.3	2.1	0.6	0.0	0.0	5.9	0.0	7.4	1.5	0.0	0.0	0.0
今のままでよい	100	33.3	34.3	32.1	100.0	47.4	17.6	33.3	37.0	40.3	29.3	28.6	100.0
サンプル数	300	100.0	143	156	1	19	17	24	27	67	75	70	1



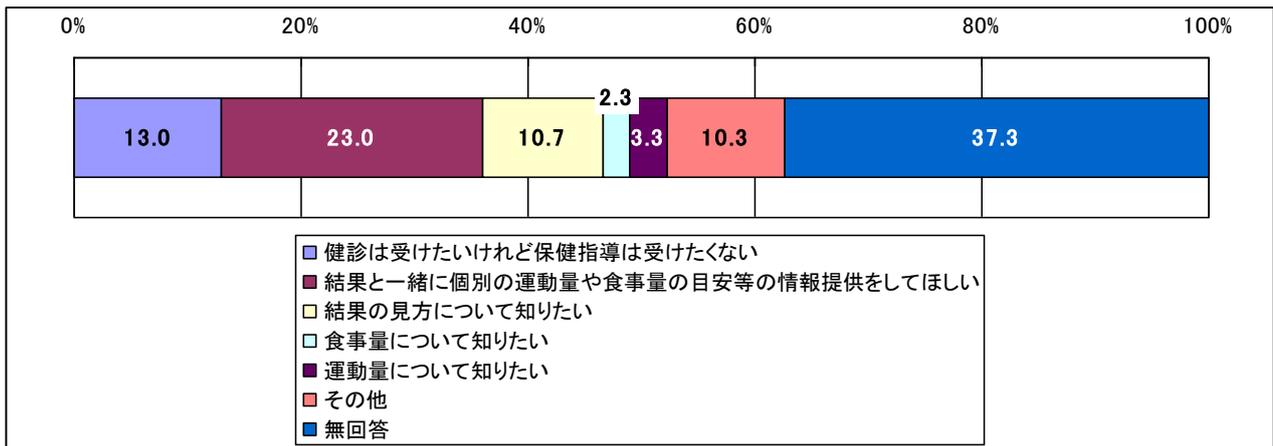
#### ⑦特定保健指導についてどう考えているか

「結果と一緒に個別の運動量や食事量の目安等の情報提供をしてほしい」と回答した人が23.0%と最も多く、次いで「健診は受けたいけれど保健指導は受けたくない」13.0%、「結果の見方について知りたい」10.7%の順となっています。男女別にみると、「健診は受けたいけれど保健指導は受けたくない」において男性の方が高くなっています。

運動や食事についての情報提供を望んでいる人の割合が高く、生活習慣改善に興味を持っている人が多いことがわかります。健診を受けた人にとって有意義となる情報提供の方法について検討していく必要があります。

「健診は受けたいけれど保健指導は受けたくない」という男性は特に人間ドックを受診した人に多く、改めて保健指導だけを受けることにわずらわしさを感じていることも考えられます。町の集団健診では結果を返す時にそのまま初回面接を実施していることもあり、拒否する人は少数です。人間ドック受診者への特定保健指導の方法について工夫が必要と考えます。

	全体 (件)	割合 (%)	性別(%)			年代(%)							
			男性	女性	無回答	40～ 44歳	45～ 49歳	50～ 54歳	55～ 59歳	60～ 64歳	65～ 69歳	70歳 以上	無回答
健診は受けたいけれど保健指導は受けたくない	39	13.0	16.8	9.6	0.0	21.1	23.5	25.0	7.4	19.4	8.0	5.7	0.0
結果と一緒に個別の運動量や食事量の目安等の情報提供をしてほしい	69	23.0	24.5	21.8	0.0	31.6	35.3	33.3	18.5	17.9	18.7	25.7	0.0
結果の見方について知りたい	32	10.7	9.1	12.2	0.0	15.8	11.8	8.3	14.8	11.9	12.0	5.7	0.0
食事量について知りたい	7	2.3	1.4	3.2	0.0	10.5	0.0	4.2	0.0	0.0	2.7	2.9	0.0
運動量について知りたい	10	3.3	4.2	2.6	100.0	5.3	0.0	4.2	3.7	0.0	5.3	4.3	0.0
その他	31	10.3	11.9	9.0	0.0	5.3	5.9	4.2	22.2	10.4	10.7	10.0	0.0
無回答	112	37.3	32.2	41.7	100.0	10.5	23.5	20.8	33.3	40.3	42.7	45.7	100.0
サンプル数	300	100.0	143	156	1	19	17	24	27	67	75	70	1



## 4. 有所見者の状況

平成20年度から24年度までの有所見<sup>※1)</sup>の状況を見てみると、男女とも腹囲、BMIの有所見者割合は増加傾向にあり、男性は腹囲、BMIとも、女性はBMIが全道平均より高くなっています(22、23年度)。

血液検査の値では、男性のGPTの有所見者の割合が増加傾向にあり、特に23年度からは30%を超えています。23年度より人間ドックの委託を開始していますが、冬期間(農閑期)にドックを受診する農家の男性が多く、体重や飲酒量が増えている時期の検査のため、肝機能の値が悪化していることが考えられます。また、妹背牛町の男性は全道に比べて飲酒量が多いこともわかっており(平成21年度健康意識調査)、このこともGPTが全道平均より高い要因と考えられます。

男性のHDLの有所見者の割合も高い傾向にあります。HDLは運動により上昇すると言われていますが、妹背牛町の運動をしている人の割合は全道に比べると低く(平成21年度健康意識調査)、運動との関連も考えられます。

その他の値については、全道平均よりはやや低いものの、HbA1cは男女とも上昇傾向にあり、中性脂肪も女性で上昇してきています。

血圧、LDLの有所見者の割合は男女とも全道平均より低い傾向にあります。

平成20年度から24年度までのメタボリックシンドローム該当者及び予備軍<sup>※2)</sup>の推移を見てみると、20年度から21年度にかけては治療中者の増加に伴い、メタボリックシンドローム該当者及び予備軍の割合も増えていますが以後は横ばいの状況です。しかし、腹囲、BMIの有所見率は年々増加しているため、蓄積された内臓脂肪から分泌される「アディポサイトカイン」という物質により、血圧、血糖、血中脂質等の値が上昇し、結果として今後メタボリックシンドロームが増加していく可能性があります。

さらに、生活習慣病の根本原因とされているメタボリックシンドロームの増加に伴い、糖尿病、高血圧症などの生活習慣病を発症する人が増えていくことも予測されます。

生活習慣病発症予防のためには、特定保健指導対象者のみに限らず、肥満で有所見となった人に対しても運動や食事等の生活習慣改善に向けた積極的な指導が必要と考えられます。

※1) 有所見となる値

腹囲：男性 85 cm以上、女性 90 cm以上

BMI (体重 (kg) ÷ 身長 (m) ÷ 身長 (m))：25 以上

中性脂肪：150 mg/dl 以上

GPT (肝機能)：31 U/l 以上

HDL (善玉コレステロール)：39 mg/dl 以下

LDL（悪玉コレステロール）：120 mg/dl 以上

血糖（空腹時）：100 mg/dl 以上

HbA1c（JDS 値）：5.2%以上

収縮期血圧：130mmHg 以上

拡張期血圧：85 mmHg 以上

※2）メタボリックシンドローム該当者：内臓脂肪の蓄積（腹囲有所見等）に加え、血中脂質、血圧、血糖のうち、  
2つ以上が基準を超える人

メタボリックシンドローム予備軍：内臓脂肪の蓄積（腹囲有所見等）に加え、血中脂質、血圧、血糖のうち、  
1つが基準を超える人

### 有所見者の推移（男性）

	腹 囲	BMI	中性脂肪	GPT	HDL	LDL	血 糖	HbA1c	収縮期血圧	拡張期血圧
20年度	45.6%	36.0%	23.7%	20.2%	13.2%	48.2%	43.0%	35.1%	34.2%	17.5%
21年度	47.8%	42.9%	23.4%	25.0%	10.7%	41.5%	45.1%	43.5%	46.7%	20.1%
22年度	53.2%	38.9%	29.5%	25.3%	14.7%	46.3%	42.1%	38.9%	35.8%	22.1%
全 道	49.9%	34.5%	27.4%	23.8%	8.5%	49.6%	31.7%	54.9%	50.5%	24.6%
23年度	53.2%	38.0%	23.9%	32.2%	7.8%	48.8%	32.7%	48.8%	42.4%	22.9%
全 道	50.4%	35.3%	27.3%	25.0%	8.8%	50.2%	40.2%	53.9%	50.4%	25.1%
24年度	51.1%	41.3%	26.9%	30.5%	14.8%	45.7%	37.7%	53.4%	40.8%	23.3%

### 有所見者の推移（女性）

	腹 囲	BMI	中性脂肪	GPT	HDL	LDL	血 糖	HbA1c	収縮期血圧	拡張期血圧
20年度	14.8%	25.7%	9.8%	8.7%	2.2%	53.0%	19.1%	27.9%	30.6%	13.7%
21年度	20.6%	28.4%	13.8%	8.6%	2.1%	56.3%	21.3%	30.1%	36.9%	12.1%
22年度	13.7%	25.6%	9.3%	9.3%	1.5%	48.1%	24.1%	30.7%	27.0%	12.2%
全 道	17.0%	23.7%	15.2%	10.1%	1.9%	58.0%	18.3%	52.0%	43.9%	16.0%
23年度	15.3%	25.7%	12.4%	6.8%	3.2%	51.8%	14.9%	39.4%	34.1%	14.9%
全 道	16.6%	23.7%	15.4%	10.4%	1.9%	58.1%	23.3%	51.1%	43.6%	15.9%
24年度	18.0%	27.6%	14.3%	8.2%	1.7%	55.4%	20.7%	38.1%	34.7%	13.3%

は全道平均より有所見の割合が高かった項目（22、23年度のみ）

メタボリックシンドローム該当者及び予備軍の数・割合

	メタボリックシンドローム該当者		メタボリックシンドローム予備軍		該当者及び予備軍合計	
	人数	割合	人数	割合	人数	割合
20年度	34 (24)	11.4%	37 (17)	12.4%	71 (41)	23.8%
21年度	57 (44)	13.1%	66 (33)	15.2%	123 (92)	28.3%
22年度	71 (58)	15.8%	49 (25)	10.9%	120 (83)	26.7%
23年度	78 (72)	17.6%	46 (32)	10.4%	124 (104)	28.0%
24年度	87 (74)	17.2%	56 (31)	11.0%	143 (105)	28.2%

( ) は該当者のうち治療中の人数

## 5. 透析導入者の動向

妹背牛町では、人工透析導入により新規に身体障害者手帳 1 級を取得される人が毎年 3 人程度います。総数では 10 人強で経過しています。

町内の透析治療中者の 7～8 割は国保または国保から後期高齢者医療へ移行した人が占めています。社保離脱して国保になった人も含まれます。

原因疾患では、糖尿病性腎障害とされている人が全体の 1/4～1/3 を占め、これ以外では IgA 腎症、腎硬化症、糸球体腎炎等の腎疾患があげられます。

生涯にわたり継続が必要な人工透析治療は一人あたりの医療費が高額で、本人にとっても身体的、精神的負担が大きく、QOL にも大きな影響を及ぼすものです。

生活習慣病の重症化を防ぎ、腎不全から人工透析への移行をできるだけ防いでいくことは個人にとっても社会にとっても有意義なことです。そのためにも定期的に健康診査を受診し、結果を毎日の生活に生かすことが重要です。

### 身体障害者手帳 1 種 1 級 腎臓機能障害該当者

H22～24 年度末現在

	総数	保険種別				原因疾患			異動		
		国保	後期	生保	一般	糖尿病	腎疾患	不明	新規	死亡	転出
H22年度	12	5	4	1	2	4	7	1	3	3	2
H23年度	12	6	4	0	2	5	6	1	3	1	1
H24年度	13	5	5	0	3	3	9	1	3	1	0



### 第3章 特定健康診査等の実施目標



## 第3章 特定健康診査等の実施目標

### 1. 達成しようとする目標

特定健康診査等基本指針に掲げる参酌水準をもとに、特定健康診査等における目標値を下記の通り設定します。

特定健康診査及び特定保健指導の実施率

	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
特定健康診査の実施率	50%	55%	60%	60%	60%
特定保健指導の実施率	60%	60%	60%	60%	60%

### 2. 特定健康診査等の対象者数等

#### (1) 特定健康診査等の対象者数

計画期間内における特定健康診査等の対象者の推計は、下記の通りです。

特定健康診査の対象者数

	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
特定健康診査の対象者数	992	960	930	900	880
特定保健指導の対象者数	40	42	45	47	49

#### (2) 特定健康診査等の見込数

計画期間内における特定健康診査等の見込者の推計は、下記の通りです。

特定健康診査及び特定保健指導の見込数

	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
特定健康診査の見込数	496	528	558	585	572
特定保健指導の見込数	26	27	29	30	31



## 第4章 特定健康診査等の実施方法



## 第4章 特定健康診査等の実施方法

### 1. 特定健康診査の実施方法

#### (1) 特定健康診査の実施に関して

毎年度当初に当該年度分の実施内容を決定し、「広報もせうし」等で周知を図ります。

健診の実施は、対象者に健康診査受診券を送付し、その健康診査受診券で健診を受診することとし、案内は、健康診査受診券を特定健康診査対象者に送付する事により行います。

#### (2) 委託契約に関して

以下の事項について考慮し、特定健康診査等委託契約を行います。

##### ○実施委託機関・実施場所

- ① 集団健診 (公財) 北海道結核予防会に委託し、妹背牛町保健センターで実施
- ② 個別健診 ・(一社) 深川医師会に委託し、北空知の各指定医療機関(15箇所)で実施  
・JA北海道厚生連旭川厚生病院に委託し、人間ドックで実施

##### ○委託先選定基準

- ・健診及び保健指導を適切に実施するために、必要な施設及び設備を有していること。
- ・検査、診察及び保健指導を行う際、受診者のプライバシーが十分に保護される施設(部屋)が確保されていること。
- ・救急時における応急処置のための体制を整えていること。
- ・保健指導については、受託事業所の管理者は、医師、保健師、管理栄養士とし、保健指導の実施率を上げるよう取り組むこと。

##### ○委託契約の方法

契約書には次の事項を盛り込みます。

- ・業務の趣旨、公共性の尊重
- ・委託業務の範囲の内容
- ・委託業務の達成レベル
- ・再委託に関する事項
- ・契約締結後の業務範囲の変更に関する対応
- ・契約解除の条件
- ・個人情報保護、秘密保持に係る責務
- ・事故発生時の対応
- ・損害賠償請求
- ・費用及び支払い

### (3) 実施項目

#### ① 基本的な健診項目

質問項目、身体計測（身長、体重、BMI、腹囲）、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（GOT、GPT、 $\gamma$ -GTP）  
血糖検査（空腹時血糖・ヘモグロビンA1c（NGSP値））  
尿検査（尿糖、尿蛋白）

#### ② 詳細な健診項目 ※一定基準の下、医師が必要と判断したものを選択

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）

#### ③ 追加項目

腎機能検査（尿酸、クレアチニン）

### (4) 周知や案内の方法

健診受診率の向上につながるよう、各機会を通して周知を行います。

具体的な周知や案内の方法及び工夫

- ① 郵送による受診券の発行、及び健診日程等の案内：通院中の人は通院先の医療機関でも受診できること、個人の都合のよい日時に個別健診として受診できること等を案内の中で強調していきます。
- ② 広報等による周知：文字を少なくして、絵や図を多くする等、よりわかりやすい周知の工夫に努めます。
- ③ 各種教室、会議等での周知
- ④ 未受診者への受診勧奨：郵送による勧奨の他、電話、戸別訪問等直接的な勧奨も行い、未受診の場合は理由の聞き取りも行います。
- ⑤ 医療機関にポスター掲示の依頼：通院中の医療機関でも特定健診が受診できることをポスターでも周知します。

## (5) 特定健康診査受診券の様式

特定健康診査受診券の様式は、下記の通りです。

特定健康診査受診券			
2013年(平成25年)04月17日交付			
受診券整理番号	13191000XXX		
氏名	妹背牛 花子		
性別	女	生年月日	S●/●/●
有効期限	2014年(平成26年)03月31日		
健診内容		実施項目	窓口の自己負担
特定健診	基本項目	○	0円
	詳細項目	※	
※ 医師の判断により実施されます。			
保険者	所在地	雨竜郡妹背牛町字妹背牛 5200 番地	
	電話番号	0164-32-2411	
	番号	00011130	
	名称	妹背牛町	
			

住所 〒079-05XX 妹背牛町 ●区 ●町内  
世帯主 妹背牛 太郎  
氏名 妹背牛 花子 様

### 注 意 事 項

1. 上記の住所等に変更がある場合は、二重取消線で消して余白にご記入ください。  
(特定健康診査受診結果等の送付に用います。)
2. 特定健康診査を受診するときには、受診券と被保険者証を窓口へ提出してください。どちらか一方だけでは受診できません。
3. 特定健康診査は受診券に記載してある有効期限内に受診してください。
4. 特定健康診査受診結果は、受診者本人に対して通知するとともに、保険者等において保存し、必要に応じ、保健指導等に活用しますので、ご了承の上、受診願います。
5. 健診結果のデータファイルは、決済代行機関で点検されることがある他、国へ実施結果報告として匿名化され、部分的に提出されますので、ご了承の上、受診願います。
6. 被保険者の資格が無くなったときは、この券を使用する受診はできません。すみやかにこの券を保険者等にお返しください。
7. 不正にこの券を使用した者は、刑法により詐欺罪として懲役の処分を受けることもあります。
8. この券の記載事項に変更があった場合には、すぐに保険者等に差し出して訂正を受けてください。

## (6) 代行機関について

健診に関する事務処理に関して、北海道国民健康保険団体連合会を代行機関として委託を行います。

代行機関においては、次に示す 6 項目の機能が必要です。

- ① 支払い代行や請求等の事務のために、健診機関・保健指導機関及び保険者の情報を管理する機能
- ② 簡単な事務点検のために、契約情報・受診券（利用券）情報を管理する機能
- ③ 健診機関等から送付されたデータを読み込み、確認し、保険者に振り分ける機能
- ④ その際に契約と合っているか、受診資格があるか等を確認する
- ⑤ 特定保健指導の開始と終了を管理する
- ⑥ 請求、支払代行等の機能

## (7) 事業所健診等他の健診受診者の健診データ収集方法

妹背牛町国民健康保険の被保険者で、事業所健診や人間ドック等の他の健診を受診する人の把握を行い、健診の結果を保険者に提出するよう案内します。

## 2. 特定保健指導の実施方法

### (1) 特定保健指導の基本的な考え方

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うものです。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により、糖尿病等の生活習慣病の発症を予防することを目的としています。

### (2) 保健指導対象者の選定と階層化

#### ① 特定保健指導の基本的考え方

特定健康診査の結果に基づき、特定保健指導の対象者を選定し階層化する基準、及び特定保健指導として行う積極的支援及び動機づけ支援の内容については、法第 24 条の厚生労働省令で定められた方法で実施します。

特定保健指導の対象者(階層化)

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	動機付け支援
	1 つ該当	あり なし		
上記以外で BMI ≥25	3 つ該当	/	積極的支援	動機付け支援
	2 つ該当	あり なし		
	1 つ該当	/		

#### ② 特定保健指導の対象とならない被保険者への対応

被保険者の健康の保持及び増進のため、特定健康診査の結果及び診療報酬明細書等の情報を活用し、特定保健指導の対象とはならないが、受診の勧奨その他の保健指導を積極的に行う必要がある者を選定し、これらの者に対する特定保健指導以外の保健指導の実施にも努めます。また、健診を受けた人にとって有意義となるような情報提供の方法について検討していきます。

肥満者の割合が年々増加してきていることから、生活習慣病発症予防のため毎年町で冬期間に実施しているダイエット教室の内容の充実をはかっていきます。従来もダイエット教室の中で栄養の個別指導は実施してきましたが、今後は運動についても個別の指導を行い、運動習慣の定着に努めていきます。

### (3) 実施機関・実施場所

- ① 動機づけ支援：集団健診と医師会委託分からの対象者については妹背牛町が実施します。旭川厚生病院委託分からの対象者については、旭川厚生病院に委託します。
- ② 積極的支援：妹背牛町が実施します。

### (4) 実施項目

対象者が自らの健康状態を自覚し、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、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を目的とした行動計画を作成し、生活習慣改善のための支援を行います。また、計画を作成した保健師が実績評価を行います。

#### ① 動機づけ支援

##### (ア) 初回面接

1人あたり20分以上の個別支援とします。対象者本人が、6カ月後にどうなっていたいかという目標を設定し、目標達成に向けて、自らの生活習慣の改善点や今後も継続できる行動等を記した行動計画を作成し内容を本人と共有します。

##### (イ) 実績評価

初回面接より6カ月後に面接又は電話により実績評価を行います。

#### ② 積極的支援

##### (ア) 初回面接

1人あたり20分以上の個別支援とします。対象者本人が、6カ月後にどうなっていたいかという目標を設定し、目標達成に向けて、自らの生活習慣の改善点や今後も継続できる行動等を記した行動計画を作成し内容を本人と共有します。

##### (イ) 継続的な支援

初回面接から3カ月以上面接や電話による継続的な支援を実施します。

##### (ウ) 実績評価

初回面接より6カ月後に面接又は電話により実績評価を行います。

### (5) 特定保健指導実施における工夫、留意点

#### ① 目標の設定について

- ・目標は具体的で実現可能なものを設定します。本人のやる気を引き出し、目標を意識した行動計画につなげていけるような内容とします。
- ・運動の取り組み目標は安易に設定せず、本人のこれまでの運動経験や一日の生活リズムをふまえて、実現可能かどうかを検討します。本人のやる気が強く、この機会に運動を始めたいと希望している場合には、具体的に一日のどの場面でどれくらいの時間（回数）を行うか本人と話し合いながら決めていきます。
- ・今まで運動経験がなく、今後も運動の取り組みが難しそうな場合には日常生活の活動量を上げる方法を考えます。その場合も具体的に場面設定を行い目標を設定します。

#### ② 評価の時期

- ・春の健診で特定保健指導の対象となった人は8月に初回面接を受けて、評価は6カ月後の2月に行うパターンが主となりますが、特に農家の人は冬になると活動量が減少し、生

活習慣を改善したとしても活動量の違いにより体重は減っていないという人が多い傾向にあります。

- 特定保健指導として 6 カ月後に評価を行いますが、農家地区の特徴（夏と冬の体重差が大きい）をふまえながら、1 年後の同じ時期に健診のデータを見ながら再度評価を行います。

③ 特定保健指導終了後のフォローについて

- 6 カ月後の評価時点で改善した人についても、その後の維持もまた大変と思われるので、対象によっては、電話や訪問等でのフォローを継続します。また、今後 1 人で継続していく自信がないという人には集団での教室（運動や栄養の教室）の紹介も行います。
- 前年度特定保健指導の対象となっていて、今年度は非該当となった人については、行動計画を継続していけるように、面接や手紙等で励ましを行っていきます。

④ 人間ドックからの特定保健指導の対象者について

- 特定保健指導（積極的支援）の対象となった人については、人間ドック当日の保健指導の際に、①今回の健診で「積極的支援」の対象となったこと ②後日、町の保健師から連絡があること ③生活習慣病発症予防のためにぜひ保健指導を受けてもらいたい という 3 点について強調して説明いただくことを厚生病院に依頼します。
- 対象者本人に対しては、健診結果報告が町へ届き次第、なるべく早期にコンタクトをとることで、本人が健診結果を意識している時機を逃さずに介入し、保健指導の利用を勧めます。

### 3. 年間実施スケジュール

下表の年間スケジュールに基づき実施を行います。より効果的に事業を推進するために、健診受診者へのアンケート等を実施して評価を行い、実施内容の見直しやスケジュールの組み直しを行います。

		4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
特定健康診査	委託先との契約	■											
	健診周知	■	■	■			■						
	個別健診実施	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
	集団健診とりまとめ		■	■			■	■					
	集団健診開始				■				■				
	健診データ受取開始					■				■			
特定保健指導	委託先との契約(必要時)	■											
	保健指導対象者の抽出					■				■			
	保健指導初回面接					■				■			
	保健指導継続支援	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
	健康教室の実施									■	■	■	
	健康・保健指導実績まとめ												■
その他	前年度健診データ抽出		■										
	前年度実施率等、実施実績の算出、支払基金への報告	■	■	■	■	■	■	■					

## 4. 個人情報保護対策

### (1) 特定健康診査等の記録の保存方法

健診・保健指導で得られる健康情報等の保存については、個人情報の保護に関する法律及びこれに基づくガイドライン等、及び妹背牛町個人情報保護条例により、適正に保存します。

### (2) 体制

個人情報の保護に関する法律及びこれに基づくガイドライン等、及び妹背牛町個人情報保護条例による管理、運営体制とします。

### (3) 保存に係わる外部委託

保険者は効果的・効率的な健診・保健指導を実施する立場から、収集した個人情報を個人情報の保護に関する法律及びこれに基づくガイドライン等、及び妹背牛町個人情報保護条例により、個人情報の保護に十分に配慮しつつ、データの保存を外部委託できることとします。

### (4) 特定健康診査等の記録の管理に関するルール

特定健康診査等の記録については、個人情報の保護に関する法律及びこれに基づくガイドライン等、及び妹背牛町個人情報保護条例により、適正に管理します。



## 第5章 特定健康診査等実施計画の公表・周知 及び評価と見直し



## 第5章 特定健康診査等実施計画の公表・周知及び 評価と見直し

### 1. 公表・周知

特定健康診査等を実施する趣旨の普及啓発について、本計画を広報誌及びホームページへ掲載します。

また各種案内・通知や保健事業等の実施に合わせて、啓発のためのパンフレット等配布し、公表・周知を行います。

### 2. 計画の評価と見直し

毎年、数値目標の達成状況と事業実施状況について評価を行い、その結果について見直しが必要な場合は見直しをおこないます。