

序章 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、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、急速な少子高齢化や国民の意識変化などにより、大きな環境変化に直面しており、医療制度を持続可能なものにするために、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、「高齢者の医療の確保に関する法律」に基づいて、保険者は被保険者及び被扶養者に対し、糖尿病等の生活習慣病に関する健康診査（特定健康診査）及び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（特定保健指導）を実施することとされました。

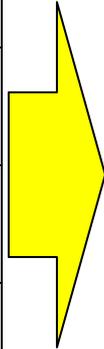
そこで、国民健康保険の特定健康診査及び特定保健指導の実施方法に関する基本的な事項、特定健康診査及び特定保健指導の実施並びにその成果に関する目標に係る基本的な事項について定める矢掛町特定健康診査等実施計画（以下「本計画」という。）を策定します。

2 特定健診・特定保健指導の実施における基本的な考え方

これまでの健診・保健指導は、個別疾患の早期発見、早期治療が目的となっており、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を行うことや高血圧、高脂血症、糖尿病、肝臓病などの疾患を中心とした保健指導を行ってきました。

これからの特定健診・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となります。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絶好の機会と位置づけ、行動変容につながる保健指導を行います。

これまでの健診・保健指導	
健診・保健指導の関係	健診に付加した保健指導
特徴	プロセス重視の保健指導
目的	・個別疾患の早期発見・早期治療
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
保健指導の対象者	・健診結果で「要指導」と指摘され、健康教育等の保健事業に参加した者
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
評価	アウトプット(事業実施量)評価 実施回数や参加人数
実施主体	市町村



これからの健診・保健指導	
・メタボリックシンドローム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	
・結果を出す保健指導	
・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、行動変容につなげる	
・自己選択と行動変容 対象者が代謝等の身体のメカニズムと生活習慣との関係を理解し、生活習慣改善を自らが選択し、行動変容につなげる	
・健診受診者全員に対し、必要に応じ、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	
・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	
アウトカム(結果)評価 糖尿病等の患者・予備群の25%減少	
医療保険者	

1) 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条に規定する特定健康診査等基本指針に基づき、矢掛町国民健康保険が策定する計画であり、岡山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。

2) 他の保険者が行う健康診査及び保健指導との関係

他の医療保険者が健診を実施した場合は、矢掛町国民健康保険は、そのデータを他の医療保険者から受領し、健診費用は矢掛町国民健康保険が負担します。

3) 計画の期間

この計画は5年を1期とし、第1期は平成20年度から平成24年度とし、5年ごとに
見直します。

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	平成25年度
第1期(本計画)					
				見直し	第2期

第1章 矢掛町国民健康保険の現状

1) 矢掛町における国民健康保険の状況

矢掛町の現状は、人口約 16,000 人、そのうち国民健康保険被保険者は約 6,000 人です。

(矢掛町)

年度	人口(人)	被保険者数(人)	左のうち老人被保険者数(人)	加入率(%)	老人の割合(%)	1人当たりの保険税(円)		1世帯当たりの保険税(円)		1人当たりの医療費(円)	
						矢掛町	県内平均	矢掛町	県内平均	矢掛町	県内平均
	A	B	C	B/A	C/B						
14	16,489	5,586	2,468	35.7	41.9	62,551	74,780	130,880	137,866	408,818	424,808
15	16,410	6,030	2,465	36.7	40.9	64,287	73,889	126,560	146,539	431,387	427,663
16	16,297	6,031	2,357	37.0	39.1	62,765	78,882	122,345	146,411	443,705	438,407
17	16,202	6,108	2,319	37.7	38.0	61,431	78,618	118,929	147,330	465,937	458,121
18	16,079	6,124	2,234	38.1	36.5	61,973	75,450	118,343	136,454	474,211	460,187

矢掛町においては1人当たり及び1世帯当たりの保険税は、県内平均より少ない。しかし、1世帯当たりの医療費は県内平均より高い。

2) 国民健康保険被保険者の死亡状況、医療状況

(矢掛町)

年度		H17 年度				H16 年度			
被保険者(人)		6,108				6,031			
40～74 歳 被保険者数(人)		3,207				3,237			
65～74 歳 被保険者数(人)		1,770				1,776			
死亡 の 状 況	順位	原因	10万対(人)	65歳未満比率(%)	原因	10万対(人)	65歳未満比率(%)		
	第1位	心疾患	297.6	4.26	悪性新生物	354.6	19.64		
	第2位	悪性新生物	272.3	16.28	心疾患	215.3	14.71		
	第3位	肺炎	152.0	0.00	肺炎	215.3	0.00		
	第4位	脳血管疾患	114.0	0.00	脳血管疾患	126.6	5.00		
	第5位	不慮の事故	25.3	66.70	不慮の事故	95.0	13.33		
医 療 状 況		治療者数(%)	主治療に占める割合(%)	加入者に占める割合(%)	治療者数(%)	主治療に占める割合(%)	加入者に占める割合(%)		
	虚血性疾患	158	1.9	2.6	165	2.0	2.7		
	脳血管疾患	198	2.4	3.3	203	2.5	3.3		
	糖尿病	227	3.3	4.6	275	3.4	4.5		
	高血圧症	1480	17.6	24.4	1508	18.6	24.9		

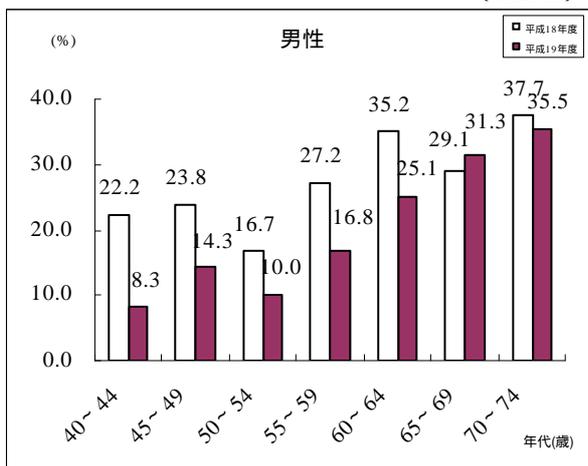
死亡状況については、平成16年度で1位 悪性新生物 2位 心疾患であったが、平成17年度では1位、2位が逆転している。医療状況については、主治療に高血圧症の占める割合が平成16年度、17年度共に約25%をしめている。

2) 健診実施率の状況

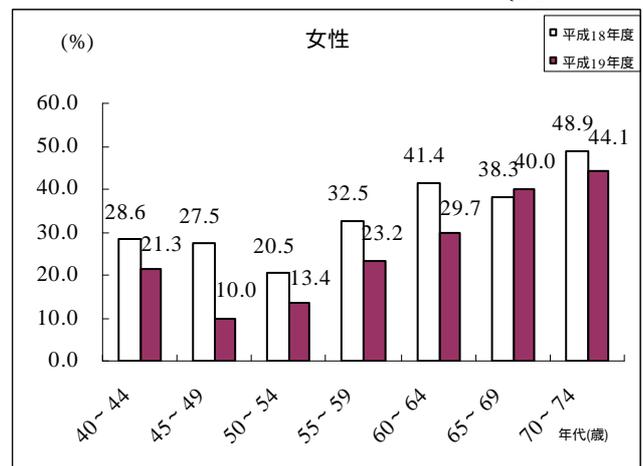
平成18年度、19年度基本健康診査結果データから見た矢掛町国民健康保険加入者全体の実施率は平均51.6%、40歳～74歳の実施率は平均33.3%です。

男性は40歳～54歳、女性は45歳～54歳の実施率が特に低くなっています。

(矢掛町)



(矢)



第 2 章 矢掛町における特定健康診査・特定保健指導の推奨対象者と目標実施数

1 特定健診の対象者

特定健診の対象者は、矢掛町国民健康保険被保険者のうち、特定健診の実施年度中に 40 歳～74 歳になる者で、かつ、当該実施年度の一年間を通じて加入している方（年度途中での加入・脱退等異動のない者）です。

なお、妊産婦その他の厚生労働大臣が定める者（刑務所入所中、海外在住、長期入院等告示で規定）は、上記対象者から除きます。また、年度途中での妊娠・刑務所入所等は、異動者と同様に対象者から除きます。

2 達成しようとする目標

本計画の実行により、特定健康診査実施率を 65%、特定保健指導実施率を 45%、内臓脂肪症候群の該当者・予備群の 25%減少を平成 27 年度までに達成することを目標とします。

また、第 1 期の目標として特定健康診査受診率を 65%、特定保健指導実施率を 45%、内臓脂肪症候群の該当者・予備群の減少率を 10%以上にするを平成 24 年度までに達成することを目標とします。（国の基本指針が示す参酌基準に即して設定）

1) 特定健康診査の目標について

（矢掛町）

項目 \ 年度	20 年度	21 年度	22 年度	23 年度	24 年度
国民健康保険被保険者 （40 歳～74 歳）	3,138 (人)	3,114 (人)	3,118 (人)	3,135 (人)	3,135 (人)
目標実施率	65 (%)	65 (%)	65 (%)	65 (%)	65 (%)
目標実施者数	2,040 (人)	2,024 (人)	2,027 (人)	2,038 (人)	2,038 (人)
全国市町村の平均目標実施率	35.4 (%)	40.8 (%)	47.7 (%)	54.5 (%)	63.6 (%)

2) 特定保健指導の目標について

【参考】特定保健指導対象者発生率の全国推計値

	< 男性 >		< 女性 >	
	動機づけ支援	積極的支援	動機づけ支援	積極的支援
40～64 歳	11.8%	24.6%	10.2%	6.0%
65～74 歳	27.6%		15.2%	

算出式 = 被保険者数 × 健診目標値0.65 × 発生率

(矢掛町)

項目		年度				
		20 年度	21 年度	22 年度	23 年度	24 年度
保健指導対象者		474 (人)	469 (人)	472 (人)	474 (人)	477 (人)
目標実施率		45 (%)	45 (%)	45 (%)	45 (%)	45 (%)
目標実施者数		213 (人)	211 (人)	213 (人)	214 (人)	215 (人)
内 訳	動機づけ支援対象者	340(人)	335(人)	335(人)	339(人)	339(人)
	目標実施率	45 (%)	45 (%)	45 (%)	45 (%)	45 (%)
	目標実施者数	153(人)	151(人)	151(人)	153(人)	153(人)
	積極的支援対象者	134(人)	134(人)	137(人)	135(人)	138(人)
	目標実施率	45 (%)	45 (%)	45 (%)	45 (%)	45 (%)
	目標実施者数	60(人)	60(人)	62(人)	61(人)	62(人)
全国市町村の平均目標実施率		23.0 (%)	28.9 (%)	34.5(%)	39.8 (%)	45.3 (%)

第3章 特定健康診査・特定保健指導の実施方法

1 特定健康診査

(1) 実施場所

特定健康診査は、矢掛町健康管理センター及び各地区公民館等で集団健診を行います。また、実施率の向上のため、医療機関での個別健診も併用するように体制を整えていきます。

(2) 実施項目

実施項目は、以下のとおりです。

(「標準的な健診・保健指導プログラム」第2編第2章より)

基本的な検診項目

質問票(服薬歴・喫煙歴など)
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(AST、ALT、GT)
血糖検査(空腹時血糖またはHbA1c検査)
尿検査(尿糖・尿蛋白)

詳細な健診の項目 一定の基準の下、医師が必要と判断した場合に実施する項目

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)

(3) 実施時期

特定健診の実施時期は、9月～10月とします。ただし、毎年、実施率等を考慮し、見直します。

(4) 委託の有無

被保険者が遠隔地にいる場合など矢掛町での受診が困難である場合は、代表保険者を通じて健診機関の全国組織との集合契約を結び、代行機関として岡山県国民健康保険連合会を通じて決済を行い全国での受診が可能となるよう措置します。

(5) 周知方法

対象者へ受診券を発行し、実施を周知します。

また、広報紙、暮らしのカレンダー、町ホームページ、CATV、有線放送などで幅広く健診の必要性等について普及・啓発します。

さらに、愛育委員等により受診勧奨を図ります。

(6) 健診データの受領方法

健診のデータは、契約健診機関から岡山県国民健康保険連合会を通じ電子データを随時受領して、矢掛町で保管します。また、特定保健指導について外部委託機関実施分についてもデータで受領するものとします。なお、保管年数は5年とします。

(7) 結果の通知方法

集団健診受診者については、健診機関から結果を受領し、保険者から直接受診者に通知します。

個別健診受診者については、受診医療機関により、受診者に通知します。

2 特定保健指導

(1) 実施場所

特定保健指導は、矢掛町健康管理センター及び各地区公民館等で行います。

(2) 実施内容

健診結果を判定し、保健指導の必要性(生活習慣病のリスク)に応じて「情報提供」、「動機づけ支援」、「積極的支援」に区分して実施します。対象者が代謝等の身体のメカニズムと生活習慣との関係を理解し、生活改善(運動、食事、喫煙、飲酒

等)を自らが選択し、行動変容につなげるよう支援します。

(3) 実施時期

特定保健指導は、特定健康診査終了後、速やかに実施します。

(4) 委託の有無

被保険者・被扶養者が遠隔地にいる場合など矢掛町での受診が困難である場合は、標準的な健診・保健指導プログラム第3編第6章の考え方にに基づき外部委託します。また、代行機関として岡山県国民健康保険連合会を利用して決済を行い、全国での利用が可能となるよう措置します。

(5) 周知方法

対象者へ利用券を発行し、個別に指導内容を通知します。

周知は、広報紙等に掲載するとともに、町ホームページに掲載します。

(6) 保健指導データの受領方法

外部委託先機関に委託し実施する場合は、月単位電子データで受領します。なお、保管年数は5年とします。

(7) 特定保健指導対象者の選出(重点化)の方法

効果的かつ効率的な保健指導を実施するため、次の条件に該当する受診者を優先的に保健指導対象者とします。

年齢が比較的若い対象者

健診結果が前年度と比較して悪化し、ち密な保健指導が必要になった対象者

質問項目の回答により、生活習慣改善の必要性が高い対象者

前年度、積極的支援及び動機づけ支援の対象者であったにもかかわらず保健指導を受けなかった対象者

第4章 個人情報保護

特定健診・特定保健指導の記録の取り扱いに当たり、個人情報保護の観点から適切な対応を行います。

【ガイドラインの遵守】

個人情報の取り扱いに関しては、個人情報保護法及び矢掛町個人情報保護条例に基づき、厚生労働省で定める「国民健康保険組合における個人情報の適正な取り扱いのためのガイドライン」に基づいて行う。

ガイドラインにおける役員・職員の義務（データの正確性の確保、漏洩防止策、従業員の監督、委託先の監督）について周知を図る。

委託された健診・保健指導機関は、業務によって知り得た情報を外部に漏らしてはならない。データの利用者は矢掛町職員に限る。

特定健診・特定保健指導を外部委託するときは、個人情報の厳重な管理や、目的外使用の禁止等を契約書に定めるとともに、委託先の契約状況を管理する。

第5章 特定健康診査等実施計画の公表・周知

高齢者の医療の確保に関する法律第19条第3項の規定に基づいて、特定健康診査等実施計画を広報紙及び町ホームページに掲載することにより、広く公表し、周知を図ります。

第6章 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、毎年、矢掛町国民健康保険運営協議会において計画の進捗状況の報告を行います。

平成22年度に3年間の評価を行い、目標と大きくかけ離れた場合その他必要がある場合には見直すこととします。

第7章 その他

特定健診等は、健康増進法及び介護保険法で実施しているその他の健診についても、可能な範囲で連携して実施します。

なお、本計画に基づき、各年度の実施計画については別紙策定し、具体的な実施期間、実施場所、委託内容等実施方法を定めます。

保健指導対象者の選定と階層化の方法

ステップ1 内臓脂肪面積に着目してリスクを判定

- | | |
|--------------------------------|-----|
| ・腹囲 男性 85cm、女性 90cm | (1) |
| ・腹囲 男性<85 cm、女性<90cm かつ BMI 25 | (2) |

ステップ2

- | | | |
|-----|---------------------------|----|
| 血糖 | a 空腹時血糖 100 mg/dl 以上 | 又は |
| | b HbA1c 5.2%以上 | 又は |
| | c 薬剤治療を受けている場合(質問票により) | |
| 脂質 | a 中性脂肪 150 mg/dl 以上 | 又は |
| | b HDL コレステロール 40 mg/dl 未満 | 又は |
| | c 薬剤治療を受けている場合(質問票により) | |
| 血圧 | a 収縮期 130mmHg 以上 | 又は |
| | b 拡張期 85 mmHg 以上 | 又は |
| | c 薬剤治療を受けている場合(質問票により) | |
| 質問票 | 喫煙歴あり | |
| | (から のリスクが1つ以上の場合にのみカウント) | |

ステップ3 ステップ1、2から保健指導対象者をグループ分け

- | | | |
|-----------------|-----------|-----------|
| (1)の場合 | ～ のリスクのうち | |
| 追加リスクが 2以上の対象者は | | 積極的支援レベル |
| 1の対象者は | | 動機づけ支援レベル |
| 0の対象者は | | 情報提供レベル |
| (2)の場合 | ～ のリスクのうち | |
| 追加リスクが 3以上の対象者は | | 積極的支援レベル |
| 1又は2の対象者は | | 動機づけ支援レベル |
| 0の対象者は | | 情報提供レベル |

ステップ4

- | |
|---|
| ・前期高齢者(65歳以上75歳未満)については、予防効果が多く期待できる65歳までに特定保健指導がすでに行われてきていると考えられること、日常生活動作能力、運動機能等を踏まえ、QOL(生活の質)の低下に配慮した生活習慣の改善が重要であること等の理由から、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。 |
| ・血圧降下剤等を服用中の者(質問票等において把握)については、継続的に医療機関を受診しており、栄養・運動等を含めた必要な保健指導については医療機関において継続的な医学的管理の一環として行われていることが適当であるため、医療保険者による特定保健指導の対象としない。 |

階層	情報提供	動機づけ支援	積極的支援
目的	・健診結果から、自らの身体状況を認識するとともに、生活習慣を見直すきっかけとする。	・対象者への個別支援又はグループ支援により、対象者が自らの生活習慣を振り返り、行動目標を立てることができるとともに、保健指導終了後、対象者がすぐに実践(行動)に移り、その生活が継続できることをめざす。	・動機づけ支援に加え、定期的・継続的な支援により、対象者が自らの生活習慣を振り返り、行動目標を設定し、目標達成に向けた実践(行動)に取り組みながら、支援プログラム終了後にはその生活が継続できることをめざす。
対象者	健診受診者全員	健診結果、質問票から、生活習慣の改善が必要と判断された者で、生活習慣を変えるに当たって、意思決定の支援が必要な者	健診結果、質問票から、生活習慣の改善が必要な者で、そのために専門職による継続的できめ細やかな支援が必要な者
支援者		医師、保健師又は管理栄養士等	医師、保健師又は管理栄養士等
支援頻度・期間	年1回 健診結果と同時	原則1回	3か月以上継続的に支援
支援の内容	健診結果、生活習慣、社会資源などの情報を提供する。	・面接による支援 ・6か月後の評価	・面接による支援 ・3か月以上の継続的な支援 ・6か月後の評価
支援形態	・紙媒体 ・IT活用	・面接による支援 ・6か月後の評価	・面接による支援 ・3か月以上の継続的な支援 (個別、グループ、電話、e-mailなど) ・6か月後の評価