

江差町国民健康保険 特定健診等実施計画 (第3期:2018～2023年度)

平成30年3月
江差町



江差町キャラクター
しげっち

目次

1. 特定健診等実施計画とは

- 1) 計画策定の趣旨・・・1
- 2) 特定健診・特定保健指導の基本的な考え方・・・2
- 3) メタボリックシンドロームに着目する意義・・・3

2. 第2期の評価

- 1) 特定健診受診率・・・4
- 2) 特定保健指導実施率・・・7
- 3) 内臓脂肪症候群減少率・・・8
- 4) 保健指導の評価・・・9

3. 江差町の現状と課題

- 1) 江差町健康課題・・・11

4. 特定健診等の実施について

- 1) 達成しようとする目標・・・13
- 2) 対象者数の見込み・・・14
- 3) 特定健診の実施方法・・・15
- 4) 受診率向上および未受診者対策・・・17
- 5) 特定保健指導の実施方法・・・20
- 6) 特定保健指導以外の生活習慣病対策について・・・22

5. 特定健診・特定保健指導結果の管理と保存・・・23

7. 計画の公表・周知・評価・・・24

1.特定健診等実施計画とは

1)計画策定の趣旨

平成20年度から「高齢者の医療の確保に関する法律」に基づき、生活習慣病の発症や重症化を予防するため、医療保険者にメタボリックシンドロームに着目した特定健康診査及び特定保健指導の実施が義務付けられました。

当町では、平成19年度に「第1期江差町国民健康保険特定健診等実施計画」を策定し、生活習慣病の予防、早期発見、早期治療を目指し、特定健診等の実施に取り組んでおります。

本計画は第2期(平成25年度～29年度)が終了することに伴い、第3期(2018年度～2023年度)の計画として策定するものです。

1.特定健診等実施計画とは

2) 特定健診・特定保健指導の基本的な考え方

特定健診は、糖尿病等生活習慣病の発症に起因する「メタボリックシンドローム」の概念に着目し、該当者やその予備群を抽出することを目的としています。

また、特定保健指導は、メタボリックシンドロームの該当者や予備群の被保険者に対し、生活習慣の見直しで内臓脂肪型肥満を改善する事ができるよう重点的に支援する事を目的としています。

1.特定健診等実施計画とは

3) メタボリックシンドロームに着目する意義

メタボリックシンドロームとは、内臓脂肪型肥満を共通の要因として、高血糖、高血圧、脂質異常などを呈する事を行い、これらが重複した状態は心疾患・脳血管疾患等の発症リスクを高めることから、内臓脂肪を減少させることで、生活習慣病のリスクを低減し、糖尿病等の諸病態の改善が図られるという概念です。

このメタボリックシンドロームの概念を導入する事により、生活習慣病発症のメカニズムを健診受診者に示すことができるため、生活習慣と健診結果、生活習慣病との関係が理解しやすく、生活習慣の改善に向けて明確な動機づけが出来るようになると考えられます。

2. 第2期の評価

1) 特定健診受診率

	H25年度	H26年度	H27年度	H28年度	H29年度
目標	40.0%	45.0%	50.0%	55.0%	60.0%
実績	34.7%	32.9%	31.6%	32.0%	—
参考) 全国	34.3%	35.4%	36.3%	—	—

【第2期受診勧奨重点地区】

	H25年度	H26年度	H27年度	H28年度	H29年度
該当地区	尾山/田沢 泊/大澗	柏/砂川 椴川	愛宕/新栄 豊川/桧岱	伏木戸/柳崎	姥神/津花
前年度比較	-1.6%	2.5%	3.1%	3.8%	3.2%(見込)

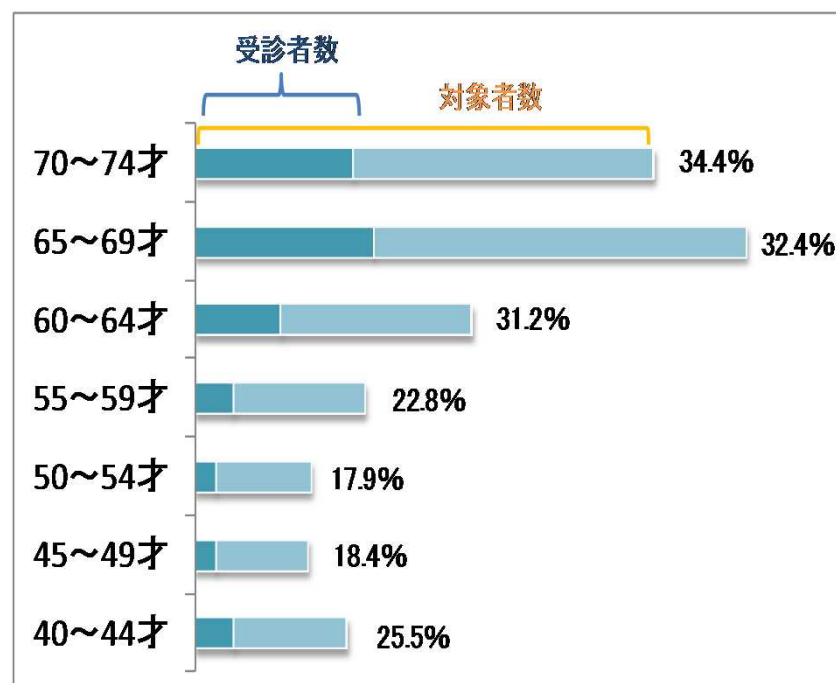
・第2期は、第1期を通して受診率が低かった地区を受診勧奨重点地区として設定し、重点的に訪問や電話勧奨を行ったが、単年度では受診率向上に繋がった地区もあったものの、継続せず、町全体の受診率向上には繋がらなかった(受診率目標は達成されなかった)。

2. 第2期の評価

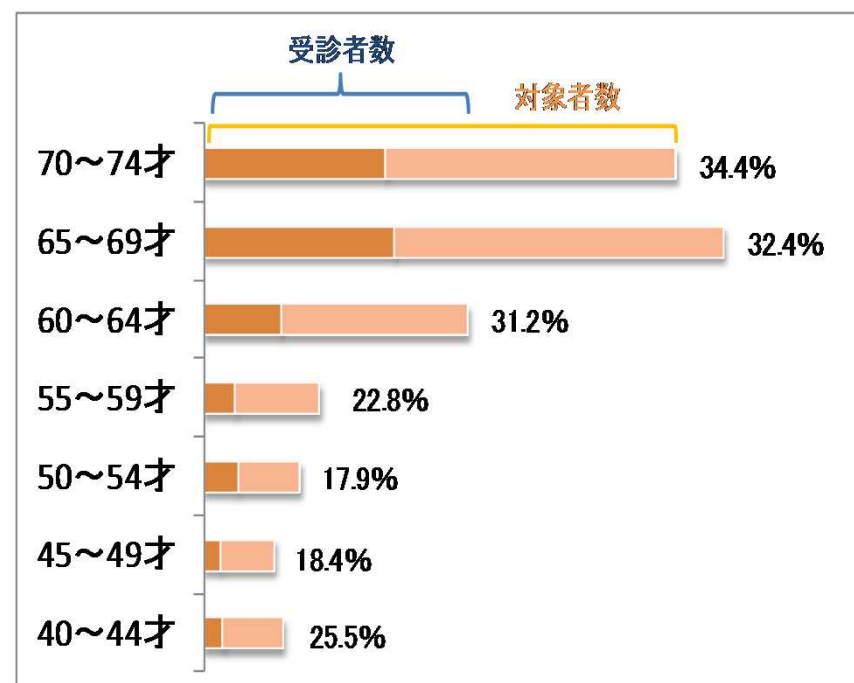
1) 特定健診受診率

【健診受診者の年齢構成】

男性(H28年度)



女性(H28年度)



・健診受診率は、男性・女性とも「45～54才」の働き盛り世代の受診率が低い。

2. 第2期の評価

1) 特定健診受診率

【受診方法の推移】

	平成25年度		平成26年度		平成27年度		平成28年度	
集団健診	233人	41.6%	197人	39.3%	212人	43.7%	177人	40.3%
個別健診	183人	32.7%	184人	36.7%	151人	31.1%	144人	32.8%
人間・脳ドック	126人	22.5%	108人	21.6%	100人	20.6%	96人	21.9%
情報提供票	7人	1.3%	7人	1.4%	11人	2.3%	7人	1.6%
結果持参	11人	2.0%	5人	1.0%	11人	2.3%	15人	3.4%
合計	560人	100%	501人	100%	485人	100%	439人	100%

・従来の集団健診・個別健診だけでなく、人間ドックや脳ドックの結果活用が受診率に貢献している。

・第2期より、情報提供票の取り組みを進めているが、活用されているのは1医療機関のみで、件数が極めて少ない。実施方法も含め、検討が必要。

2. 第2期の評価

2) 特定保健指導実施率

	H25年度	H26年度	H27年度	H28年度	H29年度
目標	40.0%	40.0%	50.0%	50.0%	60.0%
実績	13.9%	10.1%	4.8%	11.1%	—
参考) 全国	23.7%	24.4%	25.1%	—	—

【その他の指標】

	H25年度	H26年度	H27年度	H28年度	H29年度
運動教室 スリムくらぶ	延246人	延163人	延130人	延138人	—
結果説明会 来所者	実199人	実152人	実185人	実148人	—

・特定保健指導については、①運動教室コース ②栄養指導コース ③減量支援コースの3コース選択性としたが、参加に繋がらない場合が多く、実施率は極めて低く、目標は達成されなかった。

・運動教室「スリムくらぶ」や結果説明会についても、参加者は多いが、特定保健指導該当者は参加に至らないという状況であった。ただし、参加に繋がった方に関しては、第1期の保健指導のみの場合と比べ満足度が高く、生活習慣改善効果が高かった。

2. 第2期の評価

3) 内臓脂肪症候群(特定保健指導対象者)減少率

メタボリックシンドローム該当者および予備群の減少率計算シートにより算出

	H25年度	H26年度	H27年度	H28年度	H29年度
目標	—	—	—	—	10.0%
該当者	79人	79人	63人	63人	—
該当者割合	14.2%	15.8%	13.0%	14.4%	—
減少率 (H20年度比較)	6.4%	10.2%	9.2%	16.3%	—

・内臓脂肪症候群減少率は、28年度に16.3%と目標の10.0%を達成していることから、29年度についても達成される見込みである。

・特定保健指導の実施率は低かったが、各コースに参加されない方についても、結果説明会や事後指導を行った効果が現れたと考えられる。

2. 第2期の評価

4) 保健指導の評価

		H25年度		H26年度		H27年度		H28年度	
高血糖	HbA1c 7.4以上	8人	1.4%	14人	2.7%	8人	1.6%	10人	2.1%
	HbA1c 6.5以上	35人	6.1%	36人	7.0%	23人	4.7%	27人	5.6%
	HbA1c 6.0以上	79人	13.7%	83人	16.1%	70人	14.2%	67人	13.8%
	HbA1c 5.6以上	220人	38.1%	192人	37.4%	147人	29.9%	143人	29.4%
高血圧	収縮期血圧180以上	2人	0.3%	2人	0.4%	1人	0.2%	1人	0.2%
	収縮期血圧160以上	15人	2.5%	19人	3.5%	10人	1.9%	18人	3.7%
	収縮期血圧140以上	108人	18.0%	120人	22.2%	88人	16.8%	79人	16.2%
	収縮期血圧130以上	167人	27.8%	141人	26.1%	119人	22.7%	110人	22.5%

・高血糖の有所見率については、全体にやや減少傾向である。特にHbA1c値5.6以上の軽度異常者が大きく減少している。

・高血圧についても、収縮期血圧130・140以上の軽度異常者が減少傾向であり、高血圧治療者に対しての家庭血圧の目標値の普及による効果と推測される。

2. 第2期の評価

4) 保健指導の評価

		H25年度		H26年度		H27年度		H28年度	
脂質異常	中性脂肪300以上	14人	2.3%	15人	2.8%	15人	2.9%	16人	3.3%
	HDL34以下	11人	1.8%	11人	2.0%	13人	2.5%	16人	3.3%
	LDL160以上	69人	11.5%	68人	12.6%	57人	10.9%	54人	11.0%
腎機能	eGFR30以下	2人	0.3%	1人	0.2%	0人	0.0%	1人	0.2%
	eGFR60以下	114人	19.2%	102人	19.0%	109人	22.7%	108人	22.5%

- ・脂質異常の有所見率については、ほぼ横ばいである。
- ・腎機能については、重症者については横ばいであるが、eGFR60以下の区分ではやや増加。減塩指導等についてより重点的に行う必要がある。

3. 江差町の現状と課題

1) 江差町の健康課題

※ 医療費分析等の詳細は、データヘルス計画P5～18
参照

生活習慣

- 女性の喫煙率が高い、不適切な生活習慣も女性が全国比で高い項目が多い
- 塩分摂取量が多い(H23年道調査:14.8g)

健診

- がん検診の受診率が低い
- 肥満(腹囲・BMI)、血糖値、クレアチニンの有所見率が高い

医療

- 脳梗塞の受診率が全道1位である
- 高血圧性疾患の1人あたり診療費が50代から急激に増える

介護

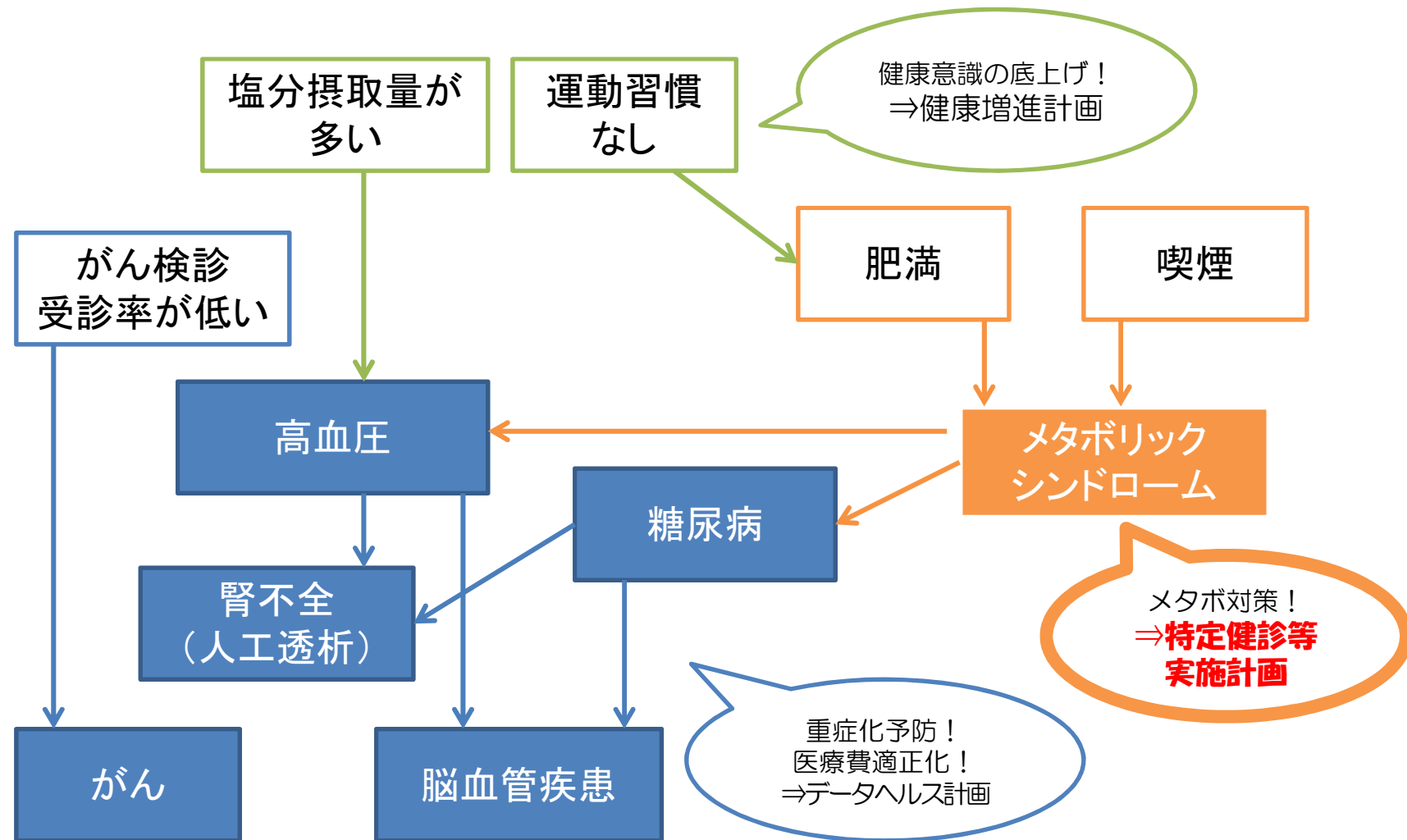
- 糖尿病や脳疾患が原因で介護が必要になる人が多い
- 1件あたりの介護給付費が高い

死亡

- 平均寿命、健康寿命とも全国と比べて短い(特に女性)
- 肺がん、大腸がんなど、検診で早期発見が可能ながんの死亡が多い

3. 江差町の現状の課題

1) 江差町の健康課題



4. 特定健診等の実施について

1) 達成しようとする目標

区 分	2018年度	2019年度	2020年度	2021年度	2022年度	2023年度
特定健診 受診率	35.0%	40.0%	45.0%	50.0%	55.0%	60.0%
特定保健 指導実施率	30.0%	35.0%	40.0%	45.0%	50.0%	60.0%
内臓脂肪 症候群 減少率	—	—	—	—	—	35.0% ※H20年度比

4. 特定健診等の実施について

2) 対象者数の見込み

区 分	2018年度	2019年度	2020年度	2021年度	2022年度	2023年度
特定健診 対象者数	1,400人	1,400人	1,400人	1,400人	1,400人	1,400人
特定健診 受診者数	490人	560人	630人	700人	770人	840人
特定 保健指導 対象者数	69人	78人	88人	98人	108人	118人
特定 保健指導 実施者数	21人	27人	35人	44人	54人	71人

※ 各目標値を元に算出

4. 特定健診等の実施について

3) 特定健診の実施方法

【特定健診項目】

基本的な健診の項目

問診	質問票
理学的検査	医師の診察
身体測定	身長・体重・BMI・腹囲
血圧測定	収縮期血圧・拡張期血圧
肝機能検査	GOT・GPT・γGTP
血中脂質検査	中性脂肪・HDLコレステロール・LDLコレステロール
血糖検査	空腹時血糖値、HbA1c
尿検査	尿糖、尿蛋白

江差町独自追加項目

腎機能検査 (※1)	血清クレアチニン、推定GFR
血清尿酸検査	

詳細な健診の項目

心電図検査	当該年度の健診結果で ・収縮期血圧140mmHgまたは拡張期血圧90mmHg以上の者 ・問診等で不整脈が疑われる者
眼底検査	・当該年度の健診結果で収縮期血圧140mmHgまたは拡張期血圧90mmHg以上の者 ・前年度の健診結果で空腹時血糖が ≥ 126 mg/dl以上、HbA1c6.5%以上または随時血糖値が ≥ 126 mg/dl以上

(※1)腎機能検査については、第3期から国の指針では詳細な健診項目として追加されているが、江差町では、独自追加項目として全員に実施する。

4. 特定健診等の実施について

3) 特定健診の実施方法

【実施形態】

集団健診(巡回人間ドック)	
実施時期	年2回(7・10月頃)
実施場所	町内各会館で実施
健診実施機関	北海道対がん協会 札幌がん検診センター
その他	がん検診等と同時実施

情報提供票	
実施時期	6月初旬～3月31日
町内医療機関に通院中で、特定健診必須項目をすべてを実施している場合、医療機関から情報提供票の提出を受け、特定健診結果として活用する。	

個別健診	
実施時期	6月初旬～3月31日
健診実施機関	北海道立江差病院 医療法人恵愛会 佐々木病院 道南勤医協江差診療所 医療法人雄心会 江差脳神経外科クリニック

国保脳ドック	
実施時期	9月～12月頃
実施医療機関	医療法人雄心会江差脳神経外科クリニック

国保人間ドック	
実施時期	6月初旬～定員に達するまで
実施医療機関	北海道立江差病院、函館中央病院 函館五稜郭病院

・集団健診は他のがん検診等と同時に受診できる、個別健診は都合のよい日に受診できるということを利点として、人気のある人間ドックや脳ドックについても引き続き、結果データを活用できるよう体制を整える。

4. 特定健診等の実施について

4) 受診率向上および未受診者対策

【受けやすい健診体制の整備】

- ・**集団健診の予約等利便性の向上**

⇒平成29年度から試験的に実施している、予約受付方法の柔軟化（時間指定がない方の開始日前の受付等）が好評であることから、第3期も継続し、ハガキの活用など、より利便性が向上するよう、体制を整備する。

- ・**情報提供票の活用充実**

⇒必須項目を満たしていない場合が多く、上手く活用されていないため、項目が満たない場合も追加項目を実施する等、活用しやすい体制整備を進める。

- ・**自己負担額の無料化**

【健診イメージの向上】

- ・集団健診の名称について、平成29年度から試験的に「特定健診・胃肺大腸がん検診」から「巡回人間ドック」に変更した所、集団健診の利点（がん検診や肝炎ウイルス検査・エキソコックス症検診などが同時受診できる）が伝わりやすく、新規の受診者も増加したことから、第3期についても集団健診名称は「**巡回人間ドック**」で統一する。

- ・国の指針により詳細項目となっている心電図・眼底検査について町独自の基準による対象者の拡大について検討を行う。

4. 特定健診等の実施について

3) 受診率向上および未受診者対策

【健康推進員との連携強化】

・健康推進員勉強会の実施

⇒年に1回程度、勉強会を開催し、「特定健診の意義」や「江差町国保の健康課題」「江差町の保健事業の実施状況」等について、学習・共有を行い、訪問勧奨等の活動へ活かすほか、モチベーション強化に繋げる。

・訪問勧奨の実施

⇒健康推進員のいる地区について、職員と同伴訪問を行い、受診勧奨を行う。スケジュールは下記の通り。また、健康推進員未設置の地区についても、設置できるよう獲得に努め、スケジュールに組み込んでいく。

2018年度	2019年度	2020年度	2021年度	2022年度	2023年度
小黑部町 鯺川町	水堀町 南が丘	円山 新地町 橋本町	陣屋町 海岸町	大澗町 泊町 田沢町	中歌町 愛宕町

4. 特定健診等の実施について

3) 受診率向上および未受診者対策

【重点受診勧奨地区の設定】

・第2期に引き続き、第2期の平均受診率が低い地区で、健康推進員が未設置である地区を2年度毎に重点勧奨地区に設定し、職員が訪問勧奨を行うほか、地区の集まり等を活用し、受診勧奨を行う。

	2018年度	2019年度	2020年度	2021年度	2022年度	2023年度
地区	尾山町		椴川町		朝日町	
第2期 平均 受診率	6.5%		16.1%		18.3%	

4. 特定健診等の実施について

5) 特定保健指導の実施方法

【情報提供】(受診者全員対象)

集団健診		個別健診・人間ドック・脳ドック	
① 結果説明会の実施		① 郵送による結果通知	
↓	健診結果の説明、保健指導、 要精密検査者へ連絡票の発行 運動教室等への参加勧奨	↓	結果説明会の案内 健診結果についてパンフレットの同封
② 来所しなかった方へ結果通知		② 結果説明会の実施	
↓	要精密検査者は訪問指導実施 上記以外の方は、郵送による結果通知	↓	健診結果の説明、保健指導、 運動教室等への参加勧奨 要精密検査者へ連絡票の発行
③ 連絡票未返送者へ受診状況確認		③ 要精密検査者へ電話勧奨	
		↓	要精密検査対象者で説明会に来所されな かった方へ、電話による受診勧奨・連絡票 の発行
		④ 連絡票未返送者へ受診状況確認	

4. 特定健診等の実施について

5) 特定保健指導の実施方法

【動機づけ支援】

①	特定保健指導利用券の交付
↓	
②	結果説明会（初回面接）の実施
↓	健診結果の説明、初回面接の実施 運動教室「スリムくらぶ」の参加勧奨 記録用紙・メジャーの配布、目標に合わせた支援期間の設定
③	支援レターの送付
↓	支援レター（健康情報パンフレット）の 送付による励まし支援
④	実績評価（3～6ヶ月後）
	来所（体組成計・腹囲・血圧の測定） または、終了シートの返送による評価

【積極的支援】

①	特定保健指導利用券の交付
↓	
②	結果説明会（初回面接）の実施
↓	健診結果の説明、初回面接の実施、記録用紙・メ ジャーの配布、目標に合わせた支援期間の設定
③	指導コースの選択・実行
↓	A) 運動教室コース 運動教室への参加・面接による支援・中間評価 B) 栄養指導コース 栄養士による3ヶ月以上の面接・電話支援・中間評価 C) 減量支援コース 6ヶ月間の電話・メールによる励まし支援 （必要時禁煙支援）
④	実績評価（3～6ヶ月後）
	来所（体組成計・腹囲・血圧の測定） または、終了シートの返送による評価

4. 特定健診等の実施について

6) 特定保健指導以外の生活習慣病対策について

	高 血 圧 対 策	脂 質 異 常 症 対 策	糖 尿 病 対 策	慢 性 腎 臓 病 対 策	肥 満 対 策
家庭血圧の普及	○		○	○	
塩分さし替えレシピ(えさしレシピ)の普及	○		○	○	
尿検査による塩分摂取量測定	○		○	○	
運動教室「スリムくらぶ」への参加勧奨	○	○	○		○
食改「スキムミルクレシピ」の普及		○			
飲み物等の糖分量模型の展示		○	○		○
体組成計測定					○
南檜山糖尿病重症化予防プロジェクト (医療との連携による保健・栄養指導)			○	○	

5. 特定健診・特定保健指導結果の管理と保存

1) 記録の管理について

- ・特定健診結果については、健診実施機関から代行機関に送付後、特定健診等データ管理システムに取り込まれるデータを保管・管理を行う。
- ・上記、データ送付環境が整っていない医療機関および国保人間ドック・脳ドック等のデータについては、保険者で特定健診等データ管理システムに登録し、管理を行う。

2) 記録の保存期間について

- ・被保険者が経年的に自己の健診情報を活用し、健康づくりに役立てることを支援するため、江差町では、**保存期間を10年**とする。

3) 個人情報保護対策

- ・特定健診・特定保健指導で取り扱うデータについては
「**個人情報保護に関する法律**（平成15年法律第57号）」および同法カイドライン
「**江差町個人情報保護条例**（平成15年法律第57号）」
を順守し、取り扱う。

6. 計画の公表・周知・評価

1) 計画の周知・公表

- ・江差町公式ホームページに掲載
- ・被保険者へ普及パンフレットによる周知

2) 計画の評価

- ・特定健診・特定保健指導の実績および取り組み状況については、
江差町国民健康保険運営協議会に報告するとともに、実施体制等について
評価を行い、効率的な事業運営が行えるよう努める。

3) 計画の見直し

- ・本計画は、2018年度～2023年度の6年間の計画とし、
2023年度に見直しを行い、2024年度からの第4期計画を策定し、
事業の改善へとつなげる。