

# 江差町国民健康保険 特定健診等実施計画 ～ダイジェスト版～ (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

# 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) 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いい、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

### 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。

### 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

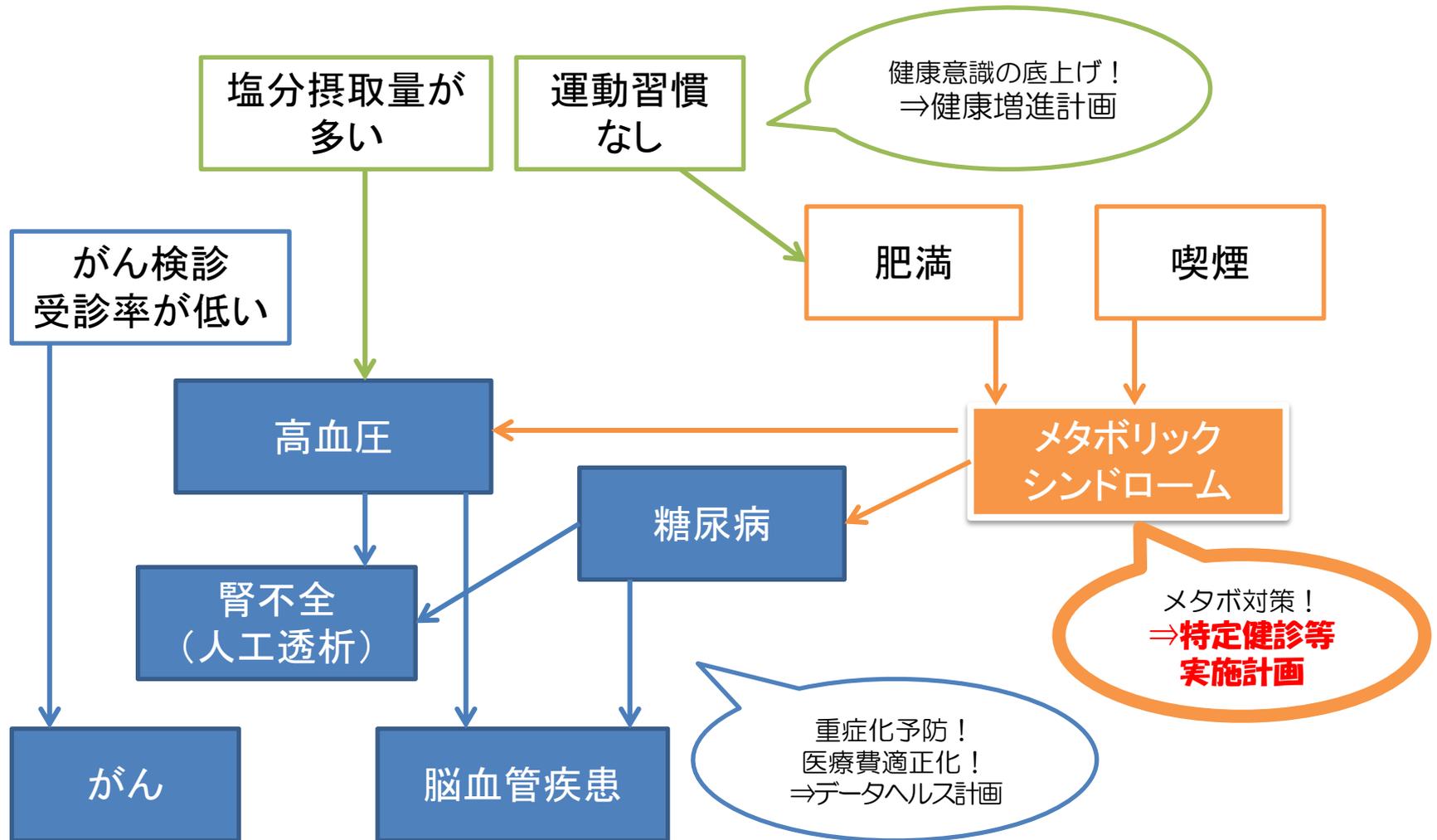
- 糖尿病や脳疾患が原因で介護が必要になる人が多い
- 1件あたりの介護給付費が高い

##### 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) 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・エキノ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
小黒部町 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

### 4) 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

### 4) 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

### 5) 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)			○	○	