

網走市国民健康保険

## 第2期 保健事業実施計画

(データヘルス計画)

## 第3期 特定健康診査等

## 実施計画



平成31年3月

網走市

# 目 次

<b>第1章</b>	<b>データヘルス計画の基本的事項</b>	<b>1</b>
1	背景・目的	1
2	健康都市連合（WHO）への加盟	1
3	計画の位置づけ	1
4	計画の進め方	2
5	関係機関との役割及び連携	2
6	計画期間	2
<b>第2章</b>	<b>網走市国民健康保険の状況</b>	<b>3</b>
1	被保険者の状況	3
2	医療費の状況	5
3	特定健診及び特定保健指導の状況	11
4	メタボリックシンドロームの状況	13
5	健診有所見者の状況	14
6	介護の状況	16
<b>第3章</b>	<b>第1期データヘルス計画に係る評価</b>	<b>18</b>
1	目標及び保健事業の取り組みと評価	18
<b>第4章</b>	<b>第2期計画における目的と健康課題</b>	<b>23</b>
1	目的と健康課題	23
2	健康課題の背景	24
3	保健事業の実施内容・評価	34
<b>第5章</b>	<b>第3期特定健康診査等実施計画</b>	<b>44</b>
1	特定健診・特定保健指導の導入の趣旨	44
2	特定健診等の実施目標	44
3	特定健診等の対象者数等	44
4	特定健診の実施	45
5	特定保健指導の実施	47
6	年間スケジュール	49
<b>第6章</b>	<b>地域包括ケアに係る取り組み</b>	<b>50</b>
<b>第7章</b>	<b>データヘルス計画の評価方法の設定及び見直し</b>	<b>50</b>
<b>第8章</b>	<b>計画の公表・周知</b>	<b>51</b>
<b>第9章</b>	<b>個人情報保護</b>	<b>51</b>

## 第5章 第3期特定健康診査等実施計画

### 1 特定健診・特定保健指導の導入の趣旨

医療保険者は高齢者の医療の確保に関する法律第19条において、メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）に着目した特定健診及び特定保健指導を実施することが義務付けられました。国で定める「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に基本的な指針（特定健康診査等基本計画）」に基づき、網走市においても「特定健康診査等実施計画」を策定し、事業を実施してきました。

なお、第1期及び第2期は5年を1期としていましたが、国の医療費適正化計画が6年に1期に見直されたことを踏まえ、計画期間を同じとする本計画と一体的に「第3期特定健康診査等実施計画」を策定することとします。

### 2 特定健診等の実施目標

国では、市町村国保において、計画期間の最終年度である平成35年度までに特定健康診査受診率60.0%以上、特定保健指導実施率60.0%を達成することとしています。

本市においては、各年度の目標値を下記のとおり設定します。

	平成30年度 (2018)	平成31年度 (2019)	平成32年度 (2020)	平成33年度 (2021)	平成34年度 (2022)	平成35年度 (2023)	国の 目標値
特定健診の 受診率	28%	30%	33%	35%	37%	40%	60% 以上
特定保健 指導実施率	12%	14%	18%	22%	25%	30%	60% 以上

●平成29年度の特定健診受診率 23.4%・特定保健指導実施率 8.3%

### 3 特定健診等の対象者数等

#### (1) 特定健康診査の対象者と実施人数の見込み

特定健康診査に実施年度内に40～74歳となる被保険者より、特定健診対象除外者（長期入院・妊産婦等）を除いて推計しています。

対象者数	平成30年度 (2018)	平成31年度 (2019)	平成32年度 (2020)	平成33年度 (2021)	平成34年度 (2022)	平成35年度 (2023)
40～64歳	2,400	2,350	2,300	2,250	2,200	2,150
65～74歳	3,500	3,450	3,400	3,350	3,300	3,250
計	5,900	5,800	5,700	5,600	5,500	5,400

●平成29年度の対象者数 40～64歳 2,505人・65～74歳 3,588人

実施人数	平成30年度 (2018)	平成31年度 (2019)	平成32年度 (2020)	平成33年度 (2021)	平成34年度 (2022)	平成35年度 (2023)
40～64歳の受診目標数	650	700	780	800	850	900
65～74歳の受診目標数	1,000	1,050	1,100	1,150	1,180	1,250
特定健診の受診者目標数	1,650	1,750	1,880	1,950	2,030	2,150
特定健診の実施率	28%	30%	33%	35%	37%	40%

## (2) 特定保健指導対象者と実施人数の見込み

過去の特定保健指導対象者の割合を考慮し推計しています。

	平成 30 年度 (2018)	平成 31 年度 (2019)	平成 32 年度 (2020)	平成 33 年度 (2021)	平成 34 年度 (2022)	平成 35 年度 (2023)
対象者数	165	162	159	156	153	151

●平成 29 年度対象者数 170 人

実施人数	平成 30 年度 (2018)	平成 31 年度 (2019)	平成 32 年度 (2020)	平成 33 年度 (2021)	平成 34 年度 (2022)	平成 35 年度 (2023)
特定保健指導実施者数	20	23	28	35	38	45
特定保健指導実施率	12%	14%	18%	22%	25%	30%

## 4 特定健康診査の実施

### (1) 実施形態

特定健診については、集団健診と個別健診（医療機関の施設で行う）で実施しています。なお、人間ドック・脳ドックについては、その健診項目の一部が特定健康診査の項目に該当することから、特定健康診査の実施形態の一つとします。

実施形態	実施場所	実施機関																
集団健診 (春・秋・冬の がん検診と同時受診)	網走市 保健センター	公益財団法人 北海道対がん協会																
個別健診 (通年実施)	各健診実施機関	<table border="0"> <tr> <td>網走厚生病院 (人間ドックと同時受診可)</td> <td>網走中央病院</td> </tr> <tr> <td>網走脳神経外科・リハビリ テーション病院</td> <td>こが病院</td> </tr> <tr> <td>(脳ドックと同時受診のみ)</td> <td>角谷こどもクリニック</td> </tr> <tr> <td>つくしヶ丘医院</td> <td>青沼医院</td> </tr> <tr> <td>南5条クリニック藤田整 形外科内科</td> <td>桂ヶ丘クリニック</td> </tr> <tr> <td></td> <td>中山医院</td> </tr> <tr> <td></td> <td>金川医院</td> </tr> <tr> <td></td> <td>後藤田医院</td> </tr> </table>	網走厚生病院 (人間ドックと同時受診可)	網走中央病院	網走脳神経外科・リハビリ テーション病院	こが病院	(脳ドックと同時受診のみ)	角谷こどもクリニック	つくしヶ丘医院	青沼医院	南5条クリニック藤田整 形外科内科	桂ヶ丘クリニック		中山医院		金川医院		後藤田医院
網走厚生病院 (人間ドックと同時受診可)	網走中央病院																	
網走脳神経外科・リハビリ テーション病院	こが病院																	
(脳ドックと同時受診のみ)	角谷こどもクリニック																	
つくしヶ丘医院	青沼医院																	
南5条クリニック藤田整 形外科内科	桂ヶ丘クリニック																	
	中山医院																	
	金川医院																	
	後藤田医院																	

### (2) 自己負担額について

厚生労働省が示す一人当たりの助成基準単価を基に健診委託単価を設定し、単価契約を行います。なお、受診にかかる本人負担は無料とします。

### (3) 特定健康診査の案内・周知

基本的に受診券を年度当初に一括発券し、該当者へ送付します。受診券送付時には健診機関・時期等を明記した案内書を同封し、受診率向上に務めます。なお、途中加入者については随時交付します。

また、広報誌等での周知やポスターを作成し、医療機関等に掲示し周知を図ります。

#### (4) 未受診者への受診勧奨

がん検診申込受付期間に合わせて、未受診者に対して受診勧奨を行います。なお、勧奨に当たっては、より効果的に受診を促せるよう方法・内容に工夫を凝らします。

#### (5) 健診の内容

健診項目は、実施基準に定める特定健康診査の項目と医師の判断により実施する詳細な健診項目を実施します。

	健診項目
①	既往歴の調査（服薬歴及び喫煙習慣の状況に係る調査を含む。）
②	自覚症状及び他覚症状の有無の検査
③	身長、体重及び腹囲の検査
④	BMIの測定 ※BMI＝体重（kg）÷身長（m） <sup>2</sup>
⑤	血圧の測定
⑥	GOT、GPT及びγ-GTPの検査（以下「肝機能検査」という。）
⑦	中性脂肪、HDLコレステロール及びLDLコレステロール（Non-HDLコレステロール）の量の検査（以下「血中脂質検査」という。）、
⑧	血糖検査
⑨	尿中の糖及び蛋白の有無の検査（以下「尿検査」という。）
⑩	上記①～⑨に掲げる項目のほか、厚生労働大臣が定める項目について厚生労働大臣が定める基準に基づき医師が必要と認めるときに行うもの。 精密検査（詳細）項目 ・貧血検査（ヘマトクリット値、血色素量及び赤血球数の測定） ・心電図検査及び眼底検査 ・血清クレアチニン検査（eGFR）

#### (6) 健診結果

健診結果については集団健診の場合、健康推進課より受診者へ通知します。その際、生活習慣やその改善に関する基本的な情報の提供を行います。なお、個別健診の場合は、受診した医療機関より通知します。

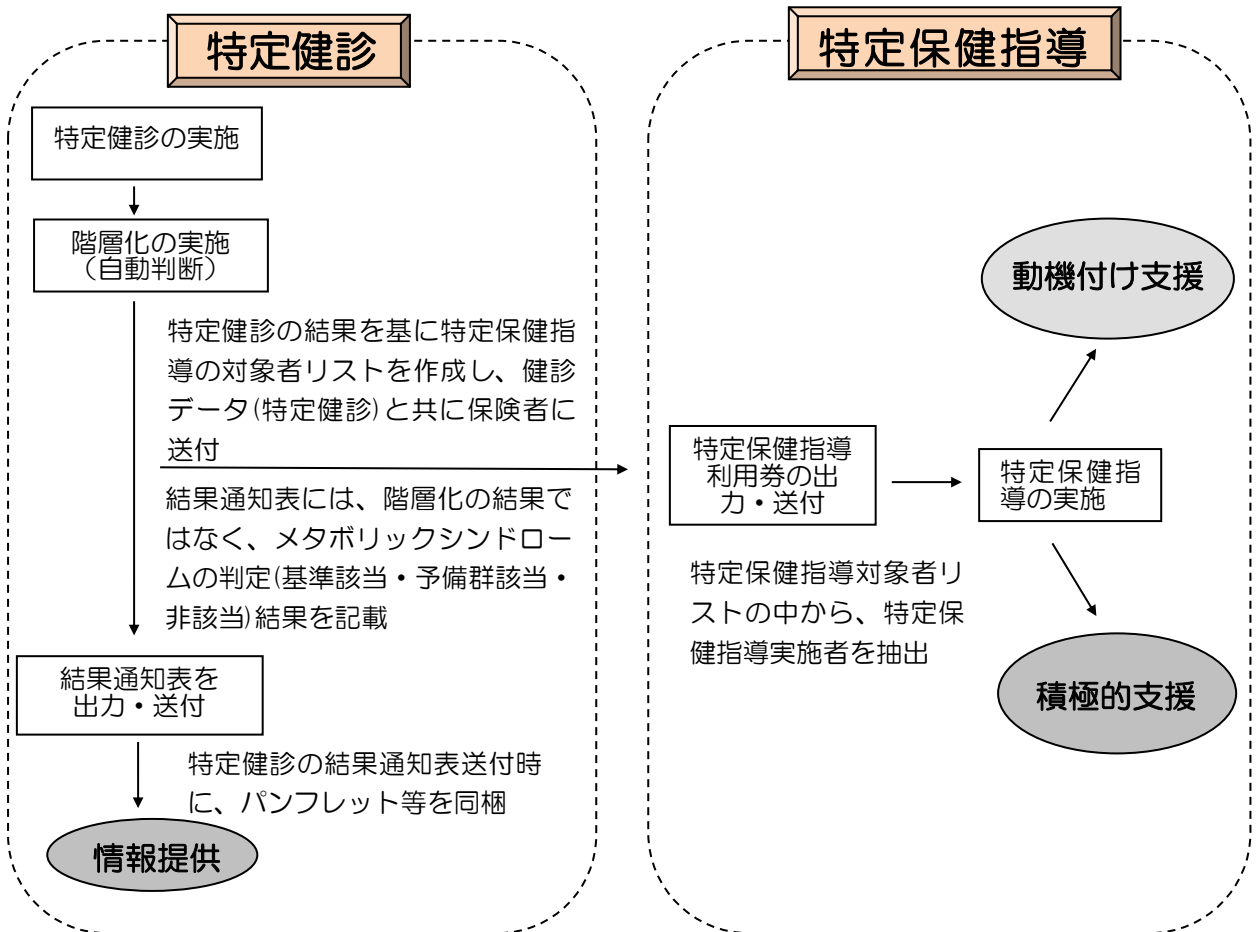
#### (7) 医療機関との適切な連携

治療中でも特定健診を受診するよう、かかりつけ医から本人に対し健診受診に向けた協力を依頼します。また、本人の同意を得て診察における検査データの提供を受け、特定健診結果のデータとして円滑に活用できるよう、かかりつけ医の協力を求めて連携していきます。

## 5 特定保健指導の実施

### (1) 健診から保健指導実施の流れ

特定保健指導は、対象者が自らの生活習慣における課題に気付き、健康的な行動変容の方向性を自ら導き出せるように支援することとされています。医療保険者は特定健診を受けた方の中で、健康保持に努める必要がある方に対して、リスク要因（腹囲・血糖・脂質・血圧など）の数により、①情報提供②動機づけ支援③積極的支援に階層化され、受診者の状況に応じた支援を提供することとなります。特定保健指導は次の流れで実施します。



### (2) 特定保健指導の対象者と支援方法

- ① 特定健康診査の結果、腹囲・血糖等が所定の値を上回る者のうち、糖尿病、高脂血症または高血圧症の治療に係る薬剤を服用している者を除く方が対象者となります。（実施基準第4条）
- ② 次の表にあるように、追加リスクの多少と喫煙歴の有無により、動機付け支援の対象となるか積極的支援の対象となるのかが異なります。

- ①血糖 空腹時血糖 100mg/dl 以上又は HbA1c5.2%以上
- ②脂質 中性脂肪 150mg/dl 以上 HDL コレステロール値 40mg/dl 未満
- ③血圧 収縮期血圧（最高血圧）130mmHg 以上  
拡張期血圧（最低血圧）85mmHg 以上
- ④質問票 喫煙歴あり（①から③のリスクが1つ以上の場合にのみカウント）

	追加リスク				対 象	
	①血糖	②脂質	③血圧	④喫煙歴	40～64 歳	65～74 歳
腹 囲 男性85cm 以上 女性90cm 以上	①～③のうち2つ以上該当				積極的 支 援	動機付け 支 援
	①～③のうち1つ該当					
	該当しない				情報提供	
上記以外で BMI 25 以上	①～③のうち3つ該当				積極的 支 援	
	①～③のうち2つ該当					
	①～③のうち1つ該当				動機付け支援	
	該当しない				情報提供	
腹囲も BMI も正常					情報提供	

注意）糖尿病、脂質異常症（高脂血症）、高血圧症の治療に係る薬剤を服用している者を除く。

### （3）特定保健指導の内容

特定健診の受診結果を基に、メタボリックシンドロームの予防や生活習慣の改善に役立つ情報の提供や、保健師・管理栄養士などからの支援を行います。種類は下記の3つがあります。

高 ↑ 生活習慣 改善の 必要性 ↓ 低	1. 積極的支援	3～6ヶ月にわたり、積極的に保健指導を行います。 被保険者ご自身が実践できる目標を選び、継続的に実行していただけるよう支援します。
	2. 動機付け支援	保健指導を1回行います。 被保険者ご自身の生活習慣をどう改善すればよいのかを知り、目標を立て、実際に行動にうつせるように支援します。
	3. 情報提供	被保険者ご自身が健康な生活を送るため、生活習慣の見直しや改善のきっかけとなる情報を、健診結果とともに提供します。

### （4）特定保健指導実施形態

医療保険者による生活習慣病対策、予防重視の基本的な考え方のもと、健康推進課や医療機関と連携し実施します。

支援方法	実施機関
積極的支援 動機付け支援	網走市保健センター
	網走脳神経外科・リハビリテーション病院 （脳ドックと同時受診者のみ）

## (5) 保健指導委託単価、自己負担額

厚生労働省が示す一人当たりの助成基準単価を基に保健指導委託単価を設定し、単価契約を行います。なお、受診にかかる本人負担は無料とします。

## (6) 特定保健指導の案内

特定健康診査結果を基に随時利用券を発券し案内します。利用券送付時には保健指導機関・時期等を明記した案内書を同封し、保健指導実施率向上に務めます。

## 6 年間スケジュール

月	特定健診	特定保健指導
4月	<ul style="list-style-type: none"> <li>実施機関との契約</li> <li>特定健診受診券発送 (年度途中加入者には随時発送)</li> <li>がん検診(春)受付開始</li> <li>個別健診実施(通年)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>プログラム開始(前年度10~2月受診者)</li> </ul>
5月	<ul style="list-style-type: none"> <li>受診勧奨通知発送</li> <li>市広報掲載</li> </ul>	
6月	<ul style="list-style-type: none"> <li>がん検診(春)実施</li> </ul>	
7月		
8月	<ul style="list-style-type: none"> <li>周知ポスター作成、医療機関等に掲示依頼</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>対象者の抽出、勧奨(3~5月個別健診受診者)</li> <li>※集団健診受診者は保健センターで抽出、勧奨</li> <li>プログラム開始</li> <li>※網走脳神経外科・リハビリテーション病院は個別に対応</li> </ul>
9月	<ul style="list-style-type: none"> <li>国への法定報告</li> <li>がん検診(秋)受付開始</li> <li>未受診者受診勧奨通知発送</li> <li>市広報掲載</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>国への法定報告</li> </ul>
10月	<ul style="list-style-type: none"> <li>がん検診(秋)実施</li> </ul>	
11月		<ul style="list-style-type: none"> <li>対象者の抽出、勧奨(6~9月個別健診受診者)</li> <li>※集団健診受診者は保健センターで抽出、勧奨</li> <li>再勧奨(3~5月個別健診受診者)</li> </ul>
12月	<ul style="list-style-type: none"> <li>がん検診(冬)受付開始</li> <li>未受診者受診勧奨通知発送</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>プログラム開始</li> </ul>
1月		
2月	<ul style="list-style-type: none"> <li>がん検診(冬)実施</li> </ul>	
3月	<ul style="list-style-type: none"> <li>次年度受診券発送準備</li> <li>実施機関との契約準備</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>対象者の抽出、勧奨(10~2月個別健診受診者)</li> <li>※集団健診受診者は保健センターで抽出、勧奨</li> </ul>



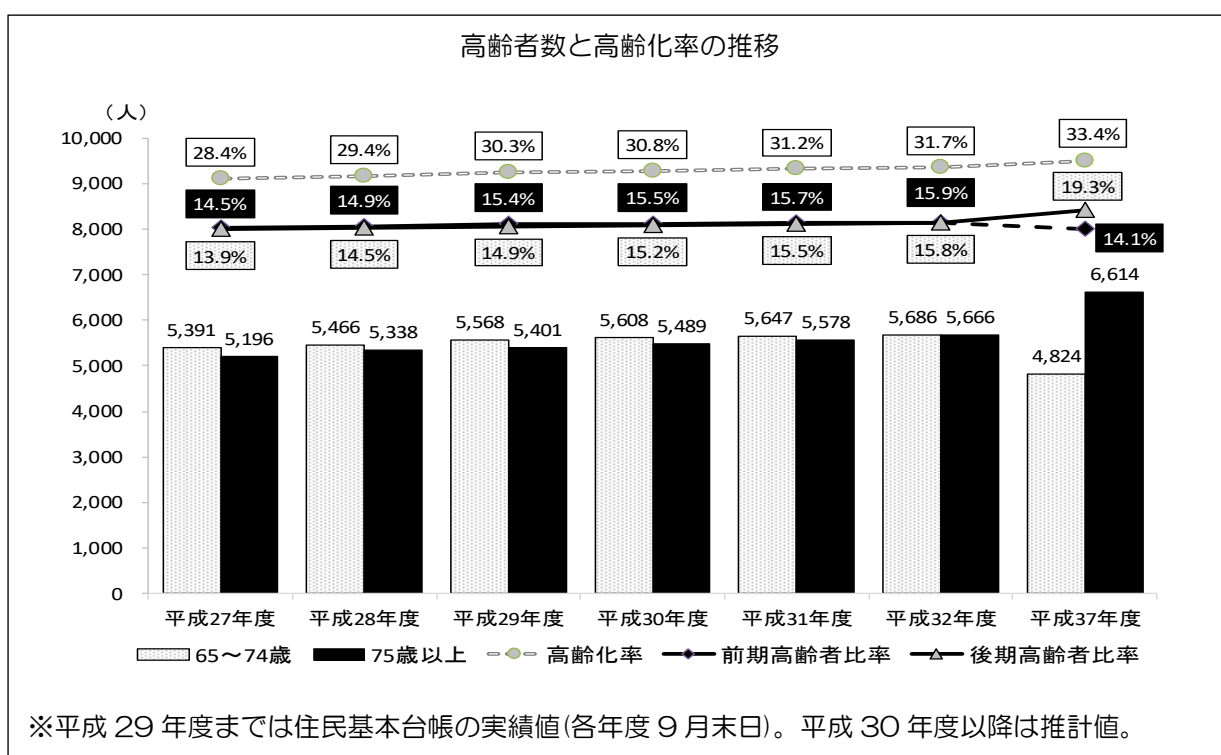
## 第6章 地域包括ケアに係る取り組み

平成37年度（2025年）に団塊の世代が75歳以上となり、医療や介護が必要となる高齢者が増加する一方で、現役世代の生産年齢が減少していくことが予想されます。

本市の高齢化も年々高くなっており、平成37年度には33.4%に達すると推計されています。

国保では、被保険者のうち、65歳以上の高齢者の割合が高く、年々医療費が増加しています。今後高齢者人口の割合が伸びていく中で、医療や介護の問題は切り離せない課題となっています。高齢者が重度な要介護状態になっても、住み慣れた地域で生活できるよう、住まい・医療・介護・生活支援が一体的に提供される地域包括ケアシステムの構築が必要です。

今後、地域で支える体制を構築するために、医療・介護・福祉関係者が連携して支援体制が組めるよう取り組みを推進していきます。



資料：第7期網走市高齢者保健福祉計画 網走市介護保険事業計画

## 第7章 データヘルス計画の評価方法の設定及び見直し

### 1 評価方法の設定

本計画の評価は、個別事業については毎年度行うこととし、計画全体は、平成32年（2020年）度に中間評価をおこない、計画期間の最終年度となる平成35年（2023年）度に最終評価を行います。なお、平成30年度のみ、平成31年度と併せて2年間とします。

評価方法としては、KDBシステムを活用し、データの経年変化、北海道・同規模保険者・全国との比較を行うとともに、個別事業については、毎年度の目標値の達成状況や取り組み内容等の評価します。

## 2 見直し

毎年度行う評価及び中間評価により、必要に応じて計画内容の見直しや個別事業の内容、目標値の見直しを行います。

## 3 評価の体制

評価及び見直しは、国保担当部門、保健衛生担当部門において実施します。また、必要に応じて北海道及び国保連からの支援を受けることとします。

## 第8章 計画の公表・周知

策定した計画は、広報誌やホームページに掲載します。  
また、関係機関に配布するなど広く周知を図ります。

## 第9章 個人情報の保護

網走市における個人情報の取扱いは、「網走市個人情報保護条例」（平成 17 年条例第 1 号）を順守します。

網走市国民健康保険

第2期 保健事業実施計画（データヘルス計画）

第3期 特定健康診査等実施計画

発行年月 平成31年3月

発行・編集 網走市 戸籍保険課・健康推進課

所在地 〒093-8555

北海道網走市南6条東4丁目

電話 0152-44-6111

