

特定健康診査等実施計画 (第 2 期)

平成 2 5 年 3 月

北 栄 町

目次

【序 章】	計画策定にあたって	
	・・・	1 ページ
【第 1 章】	達成しようとする目標	
	・・・	3 ページ
【第 2 章】	特定健康診査等の対象者数	
	・・・	3 ページ
【第 3 章】	特定健康診査・特定保健指導の実施方法	
	・・・	5 ページ
【第 4 章】	特定健診・特定保健指導の結果の通知と保存	
	・・・	15 ページ
【第 5 章】	個人情報の保護	
	・・・	15 ページ
【第 6 章】	特定健康診査等実施計画の公表・周知	
	・・・	16 ページ
【第 7 章】	特定健康診査等実施計画の評価及び見直し	
	・・・	16 ページ
【第 8 章】	その他	
	・・・	17 ページ

序章 計画策定にあたって

1 特定健診・特定保健指導導入の趣旨

健診等の保健指導については、平成20年度から特定健診及び特定保健指導を実施することが保険者に義務付けられた。

これに伴い、北栄町国民健康保険の保険者である北栄町は、

- ① 特定健康診査等を適切に受診することにより、将来の医療費の削減効果が期待され、医療保険者が最も大きな恩恵を受けること。
- ② 医療費のデータと健診・保健指導のデータを突合することができ、より効果的な方法等を分析できること。
- ③ 対象者の把握及び管理が行いやすいことから、保険者が実施主体になることにより、被保険者だけでなく、従来手薄だった被扶養者に対する健診も充実し、健診受診率の向上が見込まれるほか、十分なフォローアップ（保健指導）も期待できることから、保険者にその実施が義務づけられる。

上記の趣旨により、糖尿病等の生活習慣病に着目した、特定健診・特定保健指導を行うこととしている。

2 特定健診・保健指導の対象となる生活習慣病

不適切な食生活や運動不足等の不健康な生活習慣が、糖尿病や高血圧症、脂質異常、肥満症等の発症を招き、虚血性心疾患や脳血管疾患等の発症に至る経過をたどることになる。

このため、生活習慣の改善による糖尿病等の生活習慣病の予防対策を進めることが重要である。

3 メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）に着目する意義

平成17年4月に日本内科学会等内科系8学会が合同でメタボリックシンドロームの疾患概念と診断基準を示した。

これは、内臓脂肪型肥満を共通の要因として、高血糖、脂質異常、高血圧を呈する病態であり、それぞれが重複した場合は、虚血性心疾患、脳血管疾患等の発症リスクが高く、内臓脂肪を減少させることでそれらの発症リスクの軽減が図れるという考え方を基本としている。

すなわち、内臓脂肪型肥満に起因する糖尿病、脂質異常症、高血圧は予防可能であり、また、発症してしまった後でも、血糖、血圧等をコントロールすることにより、心筋梗塞等の心血管疾患、脳梗塞等の脳血管疾患、人工透析を必要とする腎不全などへの進展や重症化を予防することは可能であるという考え方である。

内臓脂肪症候群（メタボリックシンドローム）の概念を導入することにより、内臓脂肪の蓄積、体重増加が血糖や中性脂肪、血圧などの上昇をもたらすとともに、様々な形で血管を損傷し、動脈硬化を引き起こし、心血管疾患、脳血管疾患、人工透析の必要な腎不全などに至る原因となることを詳細にデータで示すことが出来るため、健診受診者にとって、生活習慣と健診結果、疾病発症との関係が理解しやすく、生活習慣の改善に向けての明確な動機づけが出来るようになると考えられる。

4 内臓脂肪型肥満に着目した生活習慣病予防のための健診・保健指導の基本的な考え方について

平成20年度からは、疾病の早期発見や早期治療重視から生活習慣病予防を中心に保健指導を実施し、糖尿病等の有病者、予備軍を減少させることに努めてきた。

平成25年度以降においても、生活習慣病予防を中心として、健診及び個人の健康支援に重点をおいた保健指導を行っていく。

対象者が生活習慣を振り返り、自身の行動変容につながるよう一人ひとりに合った保健指導を実施する。また、個別支援のみではなく、町民全体の健康意識を高めることも重要であることから、自治会や組織、団体での健康講座等を開催していく。

5 計画の性格

この計画は、国の特定健康診査等基本指針（法第18条）に基づき北栄町国民健康保険が策定する計画であり、都道府県医療費適正化計画と十分な整合性を図るものとする

6 計画の期間

この計画は5年を一期とし、第1期は平成20年度から平成24年度まで、第2期は平成25年度から平成29年度までとし、5年ごとに見直しを行う。

第1章 達成しようとする目標

1 計画の目標値

この計画の実行により、特定健康診査受診率を60%、特定保健指導実施率を45%、メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）の該当者・予備群を平成29年度までに10%減少することを目標とする。

2 北栄町国民健康保険の特定健診・特定保健指導の目標値

(1) 目標値（第2期）

特定健康診査等基本指針に掲げる参酌標準を基に、北栄町国民健康保険における目標値を下記のとおり設定する。

	25年度	26年度	27年度	28年度	29年度
特定健診の受診率	40%	45%	50%	55%	60%
特定保健指導の実施率 （又は結果把握率）	25%	30%	35%	40%	45%
内臓脂肪症候群の該当者・予備群の減少率	平成24年度の実績をもとに設定				10%減少

第2章 特定健康診査等の対象者数

1 特定健康診査等実施の基本的な考え方

予防に着目した効果的・効率的な特定健診・特定保健指導実施のための取り組みを強化する。

- (1) 健診未受診者の確実な把握
- (2) 健診結果からの保健指導の徹底

(3) 医療費適正化効果までを含めたデータ蓄積と効果の評価

2 特定健診の状況

平成20年度からの特定健診受診率は以下のとおり。

	対象者数 (40～74歳)	健診受診者数	受診率
平成20年度	3,435	1,167	34.0%
平成21年度	3,374	1,094	32.4%
平成22年度	3,369	1,040	30.9%
平成23年度	3,324	1,123	33.8%
平成24年度(見込)	3,652	1,173	32.1%

3 平成29年度までの各年度の対象者数(推計)

	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
特定健診受診数	1,437人	1,616人	1,796人	1,976人	2,155人
特定保健指導実施数	56人	75人	96人	123人	151人

*特定健診受診者数は、平成22年～24年4月1日現在の40歳以上被保険者数の平均(3,593人)を基に推計

*特定保健指導実施者数は、保健指導対象者の出現率(15.6%)を基に推計

なお、対象者のうち以下のものを除外したものを各年度の実施すべき数とする

- (1) 事業主健診受診者
- (2) 特定健康診査に相当する健診を受診し、その結果を証明する書面を提出した者
- (3) 年度途中に転入、転出等の異動が生じた者

第3章 特定健診・特定保健指導の実施方法

保険者事務の効率化を図り、被保険者が受診しやすい健診体制を構築する。

1 特定健康診査

(1) 実施場所

- 集団健診
 - ・ 大栄健康増進センター
- 個別健診
 - ・ 委託契約医療機関

(2) 実施項目

内臓脂肪型肥満に着目した生活習慣病予防のための保健指導を必要とする者を抽出する健診項目とする。

2 具体的な健診項目

(1) 具体的な健診項目

- (ア) 質問項目（服薬歴、喫煙歴等）
- (イ) 身体計測（身長、体重、BMI、腹囲）
- (ウ) 理学的検査（身体診察）
- (エ) 血圧測定
- (オ) 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）
- (カ) 肝機能検査（AST（GOT）、ALT（GPT）、 γ -GTP）
- (キ) 血糖検査（HbA1c 検査）
- (ク) 尿検査（尿糖、尿蛋白）

(2) 詳細な検査の項目

一定の基準の下、医師が必要と判断したものを選択

- (ア) 貧血検査
- (イ) 心電図
- (ウ) 眼底検査

(3) 町独自の追加検査の項目

- (ア) 貧血検査
- (イ) 心電図（町独自の基準による）
- (ウ) 腎機能検査（尿酸、クレアチニン）

(4) 実施時期

(ア) 実施回数 (集団健診)

平日 午前 15回程度

日曜 午前 1回

個別健診は委託契約医療機関で定められた日に実施。

(イ) 実施期間

集団健診 6月～12月に実施

個別健診 6月～1月に実施

(5) 周知や案内の方法

特定健康診査の実施率の向上につながるよう、次のとおり周知や案内を行う。

(ア) 対象者に受診券を送付し、特定健康診査等の実施を周知する。その際に

特定健診等の趣旨説明を記載したチラシも送付する。

(イ) 町の広報紙への掲載やホームページへの掲載により周知する。

(ウ) ケーブルテレビ、町の告知放送により周知する。

(エ) 健康推進員の協力を得て、自治会放送及びポスター掲示を行う。

(6) 特定健診委託基準

選定基準は、厚生労働省令である「特定健康診査及び特定保健指導の実施に関する基準 (仮称)」に基づき厚生労働大臣が告示にて定める外部委託に関する基準を満たしている機関であること。

(7) 委託契約の方法、契約書の様式

特定健康診査の実施については(財)鳥取県保健事業団、(社)鳥取県中部医師会への集合契約とする。

(8) 健診委託単価、自己負担額

・(財)鳥取県保健事業団

特定健康診査1件あたり 6,300円

○自己負担額

40歳～69歳の者 1,200円

70歳～74歳の者 500円

・(社)鳥取県中部医師会

特定健康診査1件あたり 8,000円

○自己負担額

40歳から69歳の者

1,200円

70歳から74歳の者

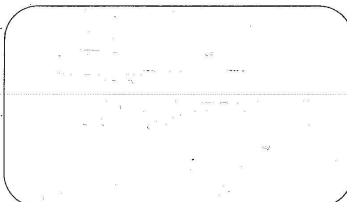
500円

(8) 受診券の様式

〒 999-9999

鳥取県東伯郡北栄町

〇〇 太郎 様



特定健康診査受診券

平成 年 月 日 交付

受診券整理番号	0810000001
〒	〒999-9999
住所	鳥取県東伯郡北栄町
カナ氏名	〇〇 太郎
氏名	〇〇 太郎
性別	男
生年月日	昭和20年 1月 1日
有効期限	平成20年 3月 31日

健診内容	実施形態	実施項目	窓口の自己負担		保険者負担上限額
			負担額	負担率	
特定健診	基本項目	個別			
	基本項目	集団			
その他	追加項目	個別			
	追加項目	集団			
生活機能評価	生活機能チェック	個別			
	生活機能チェック	集団			
	生活機能検査	個別			
	生活機能検査	集団			
人間ドック	人間ドック	個別			
	人間ドック	集団			

※詳細項目は基本項目の結果により医師の判断で実施

保険者	所在地	
	電話番号	
	番号	
	名称	

契約とりまとめ機関名	
支払代行機関番号	
支払代行機関名	

特定健康診査受診上の注意事項

1. 受診券の交付を受けたときは、すぐに、下記の住所欄に変更がある場合、ご自宅の住所を自署してください。(特定健康診査受診結果等の送付に用います。)

〒

- 特定健康診査を受診するときは、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。
- 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。
- 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。また、この券で受診する追加項目、その他(人間ドック)健診についても同様です。
- 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、国への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。
- 被保険者の資格が無くなったときは、この券を使用してい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。
- 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。
- この券の記載事項に変更があった場合には、すぐに保険者に差し出して訂正を受けてください。

2 特定保健指導

(1) 基本的な考え方

生活習慣病に移行させないことを目的に、対象者自身が健診結果を理解して体の変化に気づき、自らの生活習慣を振り返り、生活習慣を改善するための行動目標を設定するとともに、自らが実践できるよう支援し、そのことにより対象者が自分の健康に関するセルフケア（自己管理）ができるようになることを目的とする。

そのために、課題やどのような生活習慣を身につけることが必要であるか、対象者と共に考え、実行可能な行動目標を対象者が自ら立てられるよう支援する。支援の方法として、個別面接や小集団のグループワーク等を活用し行動変容のきっかけづくりを行う。

さらに、健康増進法等で実施するポピュレーションアプローチのための社会資源を積極的に活用することや、地域・職域におけるグループ、ボランティア等との協働した体制整備を実施する。

(2) 実施場所

- ・ 大栄健康増進センター
- ・ B&G 海洋センターほか各体育施設
- ・ 訪問による個別指導 など

(3) 実施期間

特定健康診査実施後、初回面接から6か月間

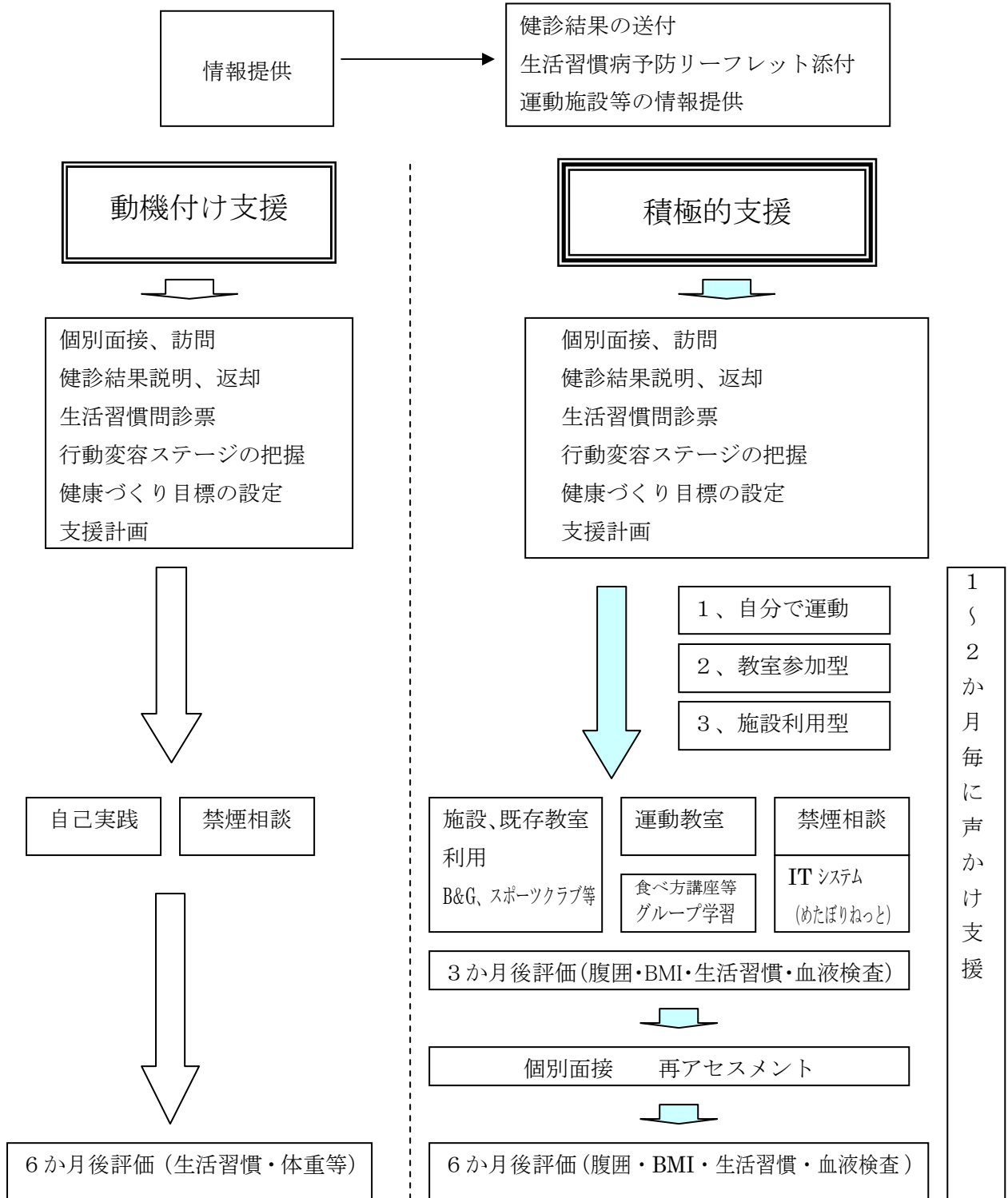
(4) 周知や案内の方法

特定保険指導の実施率向上につながるよう、次のとおり周知や案内を行う。

- (ア) 対象者に特定保健指導の案内を送付する。
- (イ) 町の広報紙への掲載やホームページへの掲載により周知する。
- (ウ) 特定健診受診時に特定保健指導の周知や案内を行う。
- (エ) 特定健康診査結果の返却と併せて、対象者に直接案内する。

(5) 実施方法

保健指導プログラムフローチャート



3 特定健診・特定保健指導の対象者の抽出（重点化）の方法

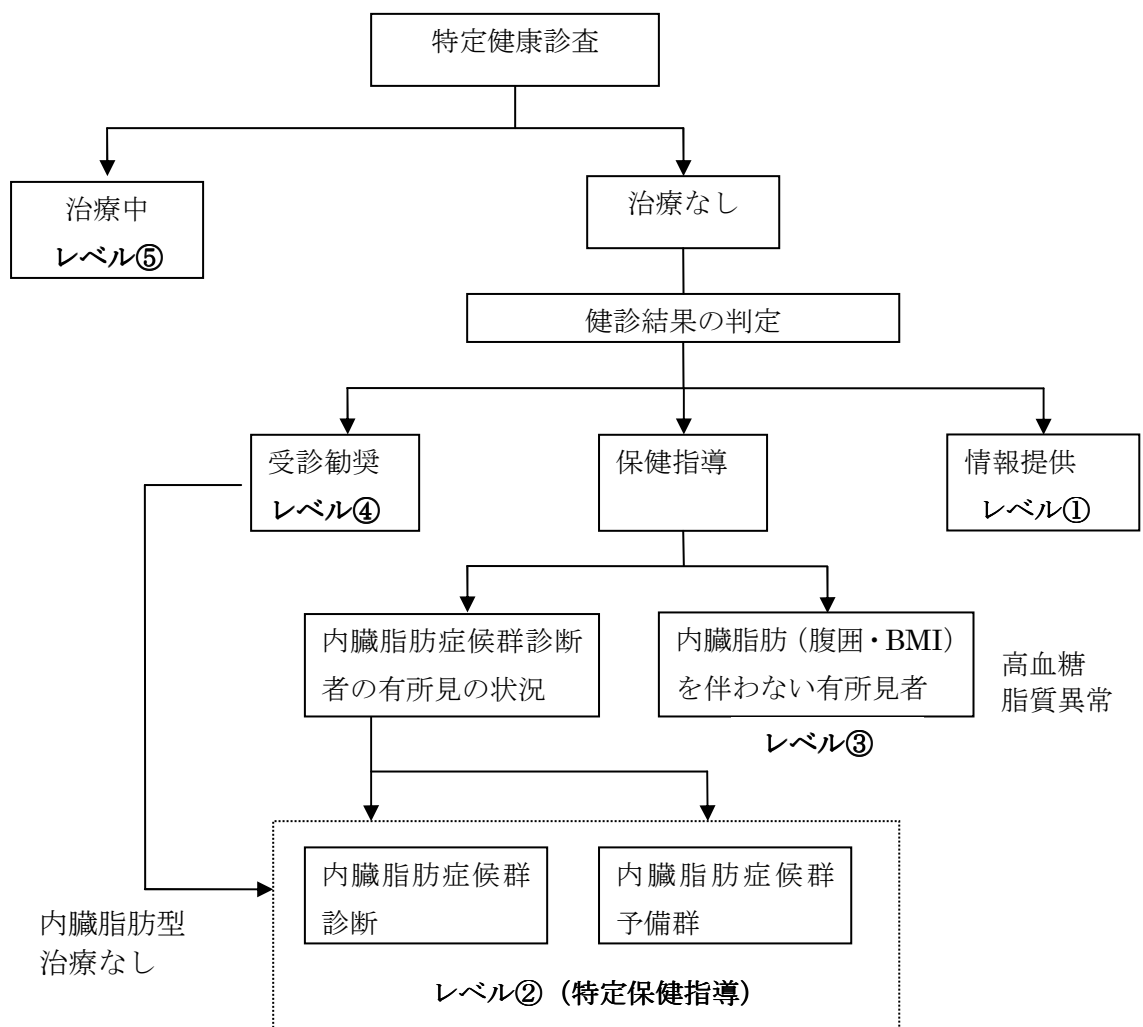
(1) 基本的な考え方

効果的、効率的な保健指導を実施するにあたって、予防効果が多く期待できる層を優先的に実施する。

特定健診受診者のリスクに基づく優先順位をつけ、必要性に応じた保健指導レベル別の支援を実施する。

基本的には、糖尿病は重症化すると心疾患や脳血管疾患、腎疾患等の重篤な健康障害に至る可能性が高いこと、本町の血糖異常者の割合が近年高くなっていることから、糖尿病予防を重点とした保健指導を行う。

特定健康診査からの保健指導へのフローチャート



事業実施に関する優先順位・支援方法

(2) 保健指導対象者の選定と階層化

特定保健指導対象者を明確にするために特定健康診査結果から対象者をグループに分類して保健指導を実施する。各グループの中でも、優先順位をつけて取り組む。

優先順位	保健指導レベル	理由	優先順位、内容等	支援方法
1	レベル② (特定保健指導)	特定健診・保健指導の評価指標、医療費適正化計画の目標に寄与するグループである	優先順位の考え方 <ul style="list-style-type: none"> ・ 年齢が比較的若い者 (40～64歳) ・ 高血糖がある者 ・ 健診結果が前年と比較して悪化した者 ・ 質問項目から生活習慣改善の必要が高い者 	動機付け支援 健康相談 訪問 積極的支援 健康相談 訪問 電話 メール、FAX
2	レベル④	病気の発症予防・重症化予防を図る	<ul style="list-style-type: none"> ・ 必要な再検査、精密検査について説明 ・ 必要に応じて再検査精密紹介状を添付する ・ 適切な生活改善や受診行動が自分で選択できるよう支援 	訪問 電話 健診結果郵送時の受診勧奨
3	レベル③	特定保健指導の評価指標にはないが、病気の発症予防を図る	優先順位の考え方 <ul style="list-style-type: none"> ・ 年齢が比較的若い者 (40～64歳) ・ 高血糖と脂質異常がある者 ・ 健診結果が前年と比較して悪化した者 	訪問 電話 情報提供
4	レベル①	健診受診、健康の自己管理に向けた継続的な支援が必要	<ul style="list-style-type: none"> ・ 健診の意義や各健診項目の見方について説明 ・ 生活習慣病予防 運動、食事、禁煙等 	情報提供
5	未受診者対策	特定健診受診率向上、ハイリスク予備軍の把握、早期介入により、医療費適正化を図る	優先順位の考え方 <ul style="list-style-type: none"> ・ 年齢が比較的若い者 (40～64歳) ・ 近年受診がない者 	受診券交付 情報提供 ポピュレーション対策
6	レベル⑤	すでに病気を発症していても、重症化予防の視点で、医療費適正化に寄与できる	<ul style="list-style-type: none"> ・ かかりつけ医と保健指導実施者の連携 ・ 治療中断者対策としてのレセプトと健診データの突合・分析 	訪問

- (ア) レベル 5 (特定健康診査受診者かつ治療者)
医療との連携が必要な者で特定保健指導以外の対象者
(糖尿病、高血圧、脂質異常症、虚血性心疾患、脳血管疾患、人工透析等
治療中の者)
- (イ) レベル 4 (特定保健指導以外の受診勧奨者)
医療への受診勧奨が必要な者で特定保健指導以外の対象者
- (ウ) レベル 3 (特定保健指導以外の保健指導)
内臓脂肪症候群診断者・予備群には該当しない有所見者
- (エ) レベル 2 (特定保健指導)
内臓脂肪症候群診断者、予備群に該当する者で治療を要しない者
- (オ) レベル 1 (情報提供)
特定健康診査受診者で (ア) ~ (エ) に該当しない者
- (カ) 特定健康診査未受診者
糖尿病等の生活習慣病治療者以外の特定健康診査未受診者

4 特定保健指導委託基準

平成 25 年度については、特定保健指導は外部委託を行わない。平成 26 年度以降、外部委託を行う場合は、厚生労働省令で定める「特定健康診査及び特定保健指導の実施に関する基準（仮称）」を満たしている医療機関等に委託して実施する。

5 保健指導の評価

(1) 個人レベルの評価

評価対象：特に積極的支援、動機づけ支援プログラムに参加した人

評価項目

- 健康状態の改善：肥満度（BMI、腹囲）、6 か月後の血液検査値、次年度の検査値
- メタボリックシンドロームのリスク数の減少及び維持

- ・ 行動目標の達成度（本人の立案した目標に対する達成度、自己評価及び保健指導従事者による他者評価）
- ・ 行動変容ステージの変化
- ・ 生活習慣の改善状況（健診時に行った生活習慣に関する問診の変化、食事調査等の変化）
- ・ 行動の継続化のために提供した支援材料等の活用度（体重記録票、血圧記録票、歩数記録票等）
- ・ 満足度

（2）集団レベルの評価

評価対象：特に動機づけ支援・積極的支援プログラムに参加した人

評価項目

- ・ 健康状態の改善：肥満度（BMI、腹囲）、6か月後の血液検査値、次年度の検査値
メタボリックシンドロームの該当者・予備群の割合
- ・ 生活習慣の改善状況（健診時に行った生活習慣に関する問診の変化、食事調査等の変化）
- ・ 目標に対する行動変容の状況
- ・ 行動変容と生活の中での継続状況
- ・ 生活習慣病関連医療費の変化

（3）事業レベルの評価

評価対象：情報提供、動機づけ支援、積極的支援の各プログラム

評価項目

- ・ 保健指導従事者数、保健指導時間数、保健指導実施数→対象者1人に要した費用・時間
- ・ 保健指導参加者による満足度、プログラム参加の継続率・脱落率
- ・ 健診実施率、保健指導実施率、要医療者の医療機関受診率
- ・ 各保健指導プログラム目標の達成度

年間実施スケジュール

	平成25年度		平成26年度
4月	健診対象者の抽出 受診券等の印刷		↓ ↓
5月	受診券の配布	前年度 保健指導継続 及び評価	↓ ↓ 健診データ抽出（前年度分） ↓
6月	集団健診開始	個別健診開始	実施率等、実施実績の算出 支払基金への報告 （ファイル作成・送付）
7月			
8月	健診データ受取 費用決済	（随時） 保健指導対象者選定 保健指導対象者案内通知	
9月		特定保健指導開始	
10月			
11月			
12月	↓ （集団健診終了）		
1月		↓ （個別健診終了）	
2月		↓	
3月		↓ 特定保健指導の利用受付終了	
平成25年度以降繰り返し作業			

第4章 特定健診・特定保健指導の結果の通知と保存

1 特定健診・特定保健指導のデータの形式

電子的標準形式により、電子データでの効率的な保存及び送受信を原則とする。

2 特定健診・保健指導の記録の管理・保存期間について

保存期間5年（加入者でなくなった場合は翌年度末まで）とする。

3 被保険者への結果通知の様式

国が定める標準的な様式に準拠して行う。

4 記録の収集の考え方

事業主健診等の受診者の記録の収集については、関係機関と連携し、電子データでおこなう。

5 代行機関の利用

特定健康診査、特定保健指導の決裁、データ点検等については、代行機関として鳥取県国民健康保険団体連合会を利用する。

第5章 個人情報保護

1 基本的考え方

医療保険者は、健診・保健指導で得られる健康情報の取扱いについては、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を踏まえた対応を行う。その際には、受診者の利益を最大限に保証するため個人情報の保護に十分に配慮しつつ、効果的・効率的な健診・保健指導を実施する立場から、収集された個人情報を有効に利用することが必要である。

2 具体的な個人情報の保護

個人情報の取扱いに関しては、個人情報保護法に基づく「国民健康保険組合等における個人情報の適切な取扱いのためのガイドライン」にもとづいて行う。

特定健康診査・特定保健指導を外部に委託する際は、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

していく。

3 守秘義務規定

保険者の役員若しくは職員又はこれらの職にあった者が、正当な理由なしに、国民健康保険事業に関して職務上知得した秘密を漏らしたときは、一年以下の懲役又は百万円以下の罰金に処する

(国民健康保健法 第二百十条の二 平成 20 年 4 月 1 日施行分)

第 6 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 3 「保険者は、特定健康診査等実施計画を定め、又はこれを変更したときは、遅滞なく、これを公表しなければならない」に基づき、特定健康診査等実施計画を広報及びホームページに掲載する。

第 7 章 特定健康診査等実施計画の評価及び見直し

1 基本的な考え方

評価は、「特定健康診査・特定保健指導」の成果について評価を行うことであり、有病者や予備群の数、生活習慣病関連の医療費の推移などで評価されるものである。

その成果が数値データとして現れるのは数年後になることが想定されるため、最終評価のみではなく、健診結果や生活習慣の改善状況などの短期間で評価ができる事項についても評価を行っていく。

また、平成 27 年度に中間評価として計画の進捗状況に関する評価を行う。

2 具体的な評価

(1) ストラクチャー（構造）

保健指導に従事する職員の体制（職種・職員数・職員の資質等）、保健指導の実施に係る予算、施設・設備の状況、他機関との連携体制、社会資源の活用状況。

(2) プロセス（過程）

保健指導の実施過程、アセスメント、問題の分析、目標の設定、指導手段（コミュニケーション、教材を含む）、保健指導実施者の態度、記録状況、対象者の満足度。

(3) アウトプット（事業実施量）

健診受診率、保健指導実施率、保健指導の継続率。

(4) アウトカム（結果）

肥満度や血液検査などの健診結果の変化、糖尿病等の有病者・予備群、死亡率、要介護率、医療費の変化。

3 評価の実施責任者

事業としての保健指導の評価は、「健診・保健指導」事業を企画する立場にある北栄町国民健康保険がその評価の責任を持つこととする。

委託事業の評価については、委託された医療機関等が実施責任者になるが、成果や運営などに関しては北栄町国民健康保険が最終責任を持つことにする。

最終評価については、健診・保健指導の成果として、対象者全体における生活習慣病対策の評価（有病率、医療費等）を行うものであるから、北栄町国民健康保険が実施責任者となる。

なお、この計画は5年を一期とし、第1期は平成20年度から平成24年度まで、第2期は平成25年度から平成29年度までとし、状況に応じて特定健診等実施計画を見直すこととする。

第8章 その他

1 各種健診との連携

北栄町が実施する各種がん検診等と連携を図りながら国民健康保険の被保険者が利用しやすい体制を整える。

75歳以上の後期高齢者は鳥取県後期高齢者医療広域連合からの委託を受け、北栄町が健康診査を実施するが、特定健康診査等の体制を利用し、円滑な実施を図ることとする。