

八王子市国民健康保険 特定健康診査等実施計画 (概要版)

計画の概要

1 計画の基本的な考え方

(1) 計画の背景

近年、我が国においては、急速な高齢化に伴い疾病構造が変化しています。糖尿病等の生活習慣病やその重症化した脳血管疾患、心疾患などが増加し、医療費も増大し続けています。本市の国民健康保険においても医療費は年々増加し、年間総医療費は平成 18 年度には約 670 億円に達しています。また、医療費の伸びの抑制という視点のみではなく、健康・長寿はすべての人の願いでもあることから、早期に疾病のリスクを把握し、望ましい生活習慣に変えることによって疾病予防を図っていくことが重要となっています。

従来健康診査は、受診を促すことに重点が置かれ、健康診査後の保健指導は付加的な役割にとどまっていた。しかし、最近では、内臓脂肪症候群（以下「メタボリックシンドローム」という。）に着目した保健指導の重要性も明らかになってきました。メタボリックシンドロームに起因する糖尿病や脂質異常症、高血圧症は生活習慣の改善によって予防が可能です。食習慣の見直しや運動を通じて内臓脂肪を減らすことにより、高血糖、脂質異常（高脂血など）、高血圧の危険因子を改善していくことができ、生活習慣病の予防につながります。

(2) 計画の目的・位置づけ

生活習慣病を中心とした疾病を予防するため、「高齢者の医療の確保に関する法律」に基づき、平成20年度から、保険者は加入者に対して生活習慣病に関する健康診査（特定健康診査）を行い、その結果によって、必要な人には保健指導（特定保健指導）を実施することとなりました。本計画は、八王子市が国民健康保険の保険者として、40歳～74歳の国民健康保険被保険者（以下「国保加入者」という。）について、平成20年度から開始する特定健康診査及び特定保健指導の実施に関し、その具体的な内容を定める計画（「特定健康診査等実施計画」）です。

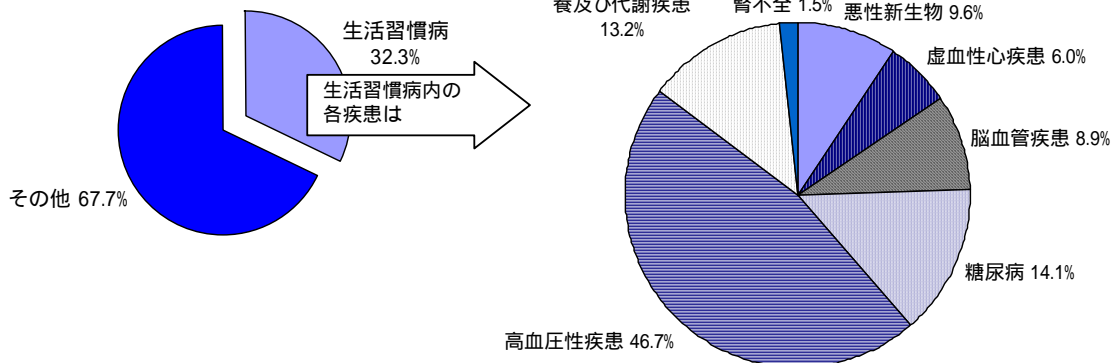
(3) 計画の期間

本計画は、平成20年度から平成24年度までの5年間を計画期間とします。また、必要に応じて期間の途中で見直しを行います。

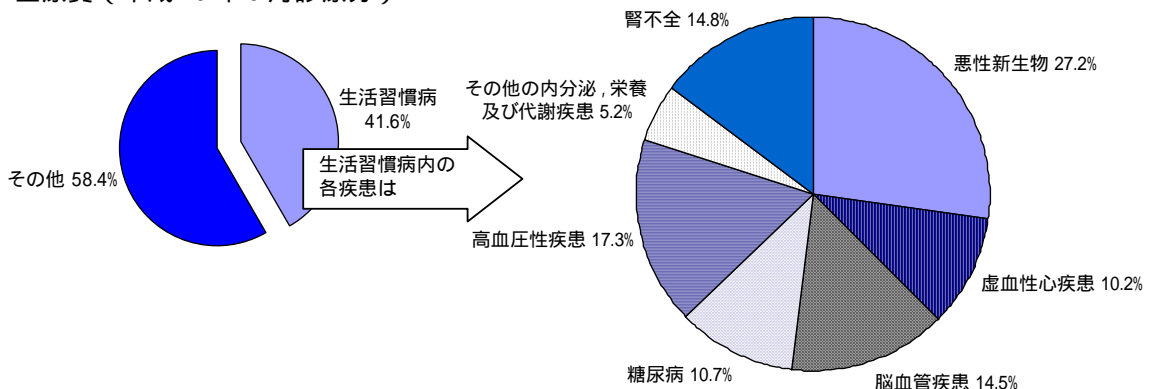
2 八王子市国民健康保険加入者の入院・入院外の受診件数及び医療費

入院・入院外を合わせると、生活習慣病は件数では32.3%、医療費では41.6%を占めています（平成19年5月診療分）。

受診件数（平成19年5月診療分）



医療費（平成19年5月診療分）



3 特定健康診査等の実施に向けて

本市の死因別死亡率は、東京都・全国と同様に悪性新生物が第1位ですが、脳血管疾患が東京都や全国に比べ高く、死因の第2位という特徴があり、心疾患が第3位となっています。

<脳血管疾患による死亡の減少>

悪性新生物に次いで脳血管疾患が死因の第2位となっており、心疾患も含めこれらをいかに減らしていくかが課題です。糖尿病や高血圧症、高脂血症が重症化・複合化しないための適切な医療受診が大切です。また、悪化して入院を要するような病態にならないよう、外来受診を続けながら疾病をコントロールしていくことは、本人のQOL（Quality of Life、生活の質）の向上とともに、医療費適正化にもつながります。

<生活習慣病の予防>

健やかに暮らしていくことは誰しものが願うことであり、生活習慣病予防の取組を一層進めることが必要です。

生活習慣病の危険因子である肥満を防ぎ、健康づくりを推進していくうえでは、自分の健康は自らつくり守るという意識の醸成と、そのためのアプローチを強化していくことが重要です。

<特定健康診査・特定保健指導の実施に向けて>

平成20年度から始まる特定健康診査は、メタボリックシンドロームに着目し、生活習慣病予防のための保健指導が必要な人を抽出するための健診です。年に1回の特定健康診査を受け、自らの健康状態を把握することが重要です。

現在の健康診査の実施率（受診率）は40歳代・50歳代は高くないため、いかに多くの方が特定健康診査を受け、実施率を高めていくかが今後の課題です。60歳代以上は、生活習慣病が顕在化してくる世代でもあり、自分自身の健康リスクをしっかりと把握し、行動変容によって生活習慣病の予防を図ることが重要です。

また、特定保健指導は、リスクに応じた指導を通じ生活習慣を変えること（行動変容）を促していくものです。このため、指導された内容を実践し、健康的な生活を維持発展していけるよう、効果的な方法や内容とすることが重要となります。

さらに、健康づくりとともに、かかりつけ医を持つための啓発や医療機関の適切な受診を促していくことも大切です。

4 計画の目標

本計画の目標は、平成24年度における「メタボリックシンドロームの該当者・予備群の減少」として、平成20年度に比べ10%の減少を目指します。

特定健康診査の受診率については、平成20年度には健診実施率を45%とする目標を掲げ、以降は段階的に上昇させ、平成24年度には65%になるように目標

を設定しています。

特定保健指導の実施率については新たな取組であるため、初年度は10%の目標とし、平成24年度の45%に向け、こちらも段階的に上昇させていくこととしています。

計画の目標

	平成20年度	平成24年度
メタリックシンドロームの該当者・予備群の減少 (=特定保健指導の対象者の減少)	平成20年度の特定健康診査による特定保健指導対象者数	10%減少 (対平成20年度比)

	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
特定健康診査の実施率	45%	50%	55%	60%	65%

	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
特定保健指導の実施率	10%	20%	30%	35%	45%

平成24年度の目標値は、国の示す参酌標準

特定健康診査・特定保健指導の展開

1 対象者

特定健康診査・特定保健指導は、40歳～74歳の国保加入者を対象に実施します。平成19年度の国保加入者数をもとに人口増減率を考慮して、平成24年度までの国保加入者数を推計しました。

40歳～74歳の推計国保加入者数

(単位 人)

	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
40～64歳	56,100	56,100	57,100	59,000	59,000
65～74歳	48,200	50,800	52,200	52,300	54,200
計	104,300	106,900	109,300	111,300	113,200

特定健康診査の実施者数は平成20年度に46,900人、実施率を引き上げていくため平成24年度には73,600人を見込んでいます。また、特定健康診査を受けた人のうち、およそ25%程度の人々が特定保健指導の対象になると推計され、特定保健指導の実施率の上昇にともなって指導実施者数も増加し、平成24年度には7,700人を想定します。

特定健康診査及び特定保健指導の実施者数（見込み）

（単位 人）

		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	
特定健康診査	実施率	45%	50%	55%	60%	65%	
	実施者数	46,900	53,500	60,100	66,800	73,600	
特定保健指導	対象者数	動機付け支援	7,300	8,400	9,500	10,400	11,600
		積極的支援	3,700	4,100	4,600	5,100	5,600
		計	11,000	12,500	14,100	15,500	17,200
	実施率		10%	20%	30%	35%	45%
	実施者数	動機付け支援	700	1,700	2,900	3,600	5,200
		積極的支援	400	800	1,400	1,800	2,500
		計	1,100	2,500	4,300	5,400	7,700

特定保健指導の対象者数は、平成 15～17 年国民健康・栄養調査の東京都集計分及び平成 18 年都民健康・栄養調査の「都民の特定保健指導対象相当の者の割合」による。

2 特定健康診査・特定保健指導の実施体制・方法

（1）特定健康診査

ア．特定健康診査の内容

特定健康診査においては、生活習慣病の予防・改善に向けて、メタボリックシンドロームの該当者・予備群を減少させるため、保健指導を必要とする国保加入者を的確に抽出・選定するための健診項目とします。「基本的な健診」の項目は、特定健康診査受診者の全員が受ける項目です。「詳細な健診」の項目は、医師が受診者の症状により必要と判断した場合に選択して実施する項目です。

特定健康診査の具体的な項目

	項目
基本的な健診	問診（服薬歴、既往歴、生活習慣に関する項目など） 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） 肝機能検査（AST（GOT）、ALT（GPT）、 γ -GT（ γ -GTP）） 血糖検査（ヘモグロビンA1c） 尿検査（尿糖、尿蛋白）
詳細な健診	胸部X線検査（付加健診項目） 心電図検査 眼底検査 貧血検査（赤血球数、血色素量（ヘモグロビン値）、ヘマトクリット値）

イ．実施体制

特定健康診査は八王子市（国民健康保険の保険者）が実施主体となり、国保加入者が身近な医療機関で個別に受けられるよう、八王子市医師会に委託して行います。

（２）特定保健指導対象者の選定

特定健康診査の結果を用い、腹囲、血糖、脂質、血圧及び喫煙歴をもとに階層化を行い、特定保健指導の対象者（動機付け支援対象者、積極的支援対象者）を抽出します。

特定保健指導の階層化の基準

腹囲	追加リスク			喫煙歴	特定保健指導の区分		
	血糖	脂質	血圧		40～64歳	65～74歳	
男性85cm以上 女性90cm以上	2つ以上該当			/	積極的支援	動機付け支援	
	1つ該当						あり なし
男性85cm未満 女性90cm未満 で BMI 25以上	3つ該当			/	積極的支援	動機付け支援	
	2つ以上該当						あり なし
	1つ該当						/

*追加リスク

血糖 空腹時血糖 100mg/dl 以上、又はヘモグロビン A1c 5.2%以上、又は薬剤治療中

脂質 中性脂肪 150mg/dl 以上、又はHDL コレステロール 40mg/dl 未満、又は薬剤治療中

血圧 収縮期 130mmHg 以上、又は拡張期 85 mmHg 以上、又は薬剤治療中



(3) 特定保健指導

ア．保健指導プログラム

特定保健指導には、「動機付け支援」と「積極的支援」の2種類があります。

また、特定健康診査の受診者全員に健診結果を説明する際、情報提供（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。

支援レベル	支援時期	保健指導の内容
動機付け支援	初回に面接を行い、6か月後に実績に関する評価（面接または電話、E-mail、手紙など）を行います。	<ul style="list-style-type: none">対象者が自らの健康状態を自覚し、生活習慣の改善のために自主的な取組を行うことができるように動機付けるための支援を行います。対象者自らが保健師・管理栄養士等の面接・指導のもとに行動計画を立て実践し、その生活が継続できることを目指します。
積極的支援	初回面接から始まり、面接または電話、E-mail、手紙などで3か月以上継続的に支援し、進捗状況を評価するとともに、6か月後に実績に関する評価を行います。	<ul style="list-style-type: none">対象者が自らの健康状態を自覚し、生活習慣の改善のために自主的な取組を継続的に行うことができるよう、保健師、管理栄養士等の面接・指導のもとに行動計画を策定します。そして、対象者が主体的に取り組むことができるよう、適切な支援を継続して行います。支援プログラム終了後もその生活が継続できることを目指します。

イ．実施体制

特定保健指導は八王子市が実施主体となり、市と保健指導機関とが分担して実施します。

3 特定健康診査・特定保健指導の実施日程

特定健康診査は、5月から翌年1月にかけて実施します。特定健康診査の結果から特定保健指導の対象者の選定（階層化）を行い、「動機付け支援」「積極的支援」の対象となった人には8月ごろから特定保健指導を行います。

4 個人情報保護

特定健康診査・特定保健指導に関するデータや記録は、重要な個人情報です。八王子市個人情報保護条例及び高齢者の医療の確保に関する法律、個人情報の保護に関する法律やこれに基づくガイドライン等を踏まえ、厳格な運用・管理を行います。

特定健康診査・特定保健指導の委託先に対しては、個人情報の厳重な管理や目的外使用の禁止等について契約書に定めるとともに、その徹底を図ります。

5 広報・情報提供

本計画は市の広報紙やホームページ等において公表します。特定健康診査・特定保健指導は新たな制度であり、国保加入者にその目的・意義、重要性を周知するため、広報紙、市のホームページ等を用いて情報を提供するとともに、多様な場や機会を通じて普及啓発に努めます。

計画の推進

1 推進方策

市は八王子市国民健康保険の保険者として、特定健康診査・特定保健指導の実施に関して全般の責任を有します。特定健康診査・特定保健指導事業全体の円滑な運営のため、事業の企画・立案、実施及び評価を行います。

2 計画の進行管理・評価

(1) 進行管理

市は特定健康診査・特定保健指導の実施主体として、P D C Aサイクル（P：Plan，D：Do，C：Check，A：Action）の考え方にに基づき、計画全体の進行管理を行います。計画事業の進捗状況については、八王子市国民健康保険運営協議会に適宜報告します。

(2) 計画の評価

特定健康診査・特定保健指導の最終目標は、生活習慣病の有病者・予備群の減少であり、長期的には医療費の適正化の観点からも評価を行います。本計画の具体的な目標として掲げた「メタボリックシンドロームの該当者・予備群の減少（平成24年度において、平成20年度と比較して10%の減少）」の達成を目指します。また、中長期的な視点の評価とともに、毎年、年度単位の評価を行います。

八王子市国民健康保険 特定健康診査等実施計画 (概要版)

発行日 / 平成20年3月

発行 / 八王子市 市民部国民健康保険年金課

〒192-8501 東京都八王子市元本郷町三丁目24番1号

TEL 042-620-7235

平成20年4月以降の問い合わせは、健康福祉部地域医療推進課
(TEL 042-620-7428)へ。