

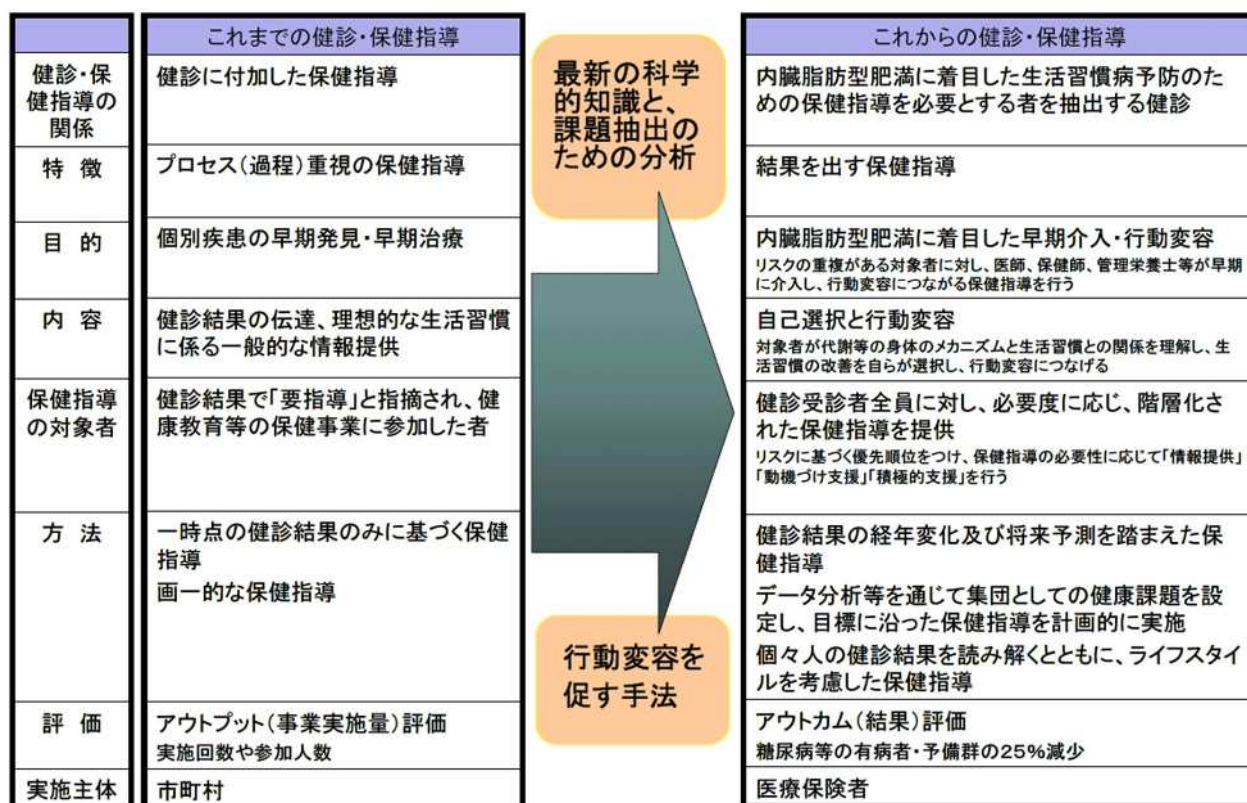
## 第2章 荒川区特定健康診査等実施計画（第4期）

### I 特定健康診査等とは

日本人の生活習慣の変化等により、糖尿病等の生活習慣病の有病者・予備群が増加しており、それを原因とする死亡は、全体の約3分の1にも上ると推計されていたことから、平成20年に生活習慣病予防のための新しい健診・保健指導として、特定健康診査・特定保健指導が始まった。

特定健康診査等とは、40～74歳の国民健康保険被保険者を対象とした健康診査であり、メタボリックシンドロームに着目し、高血圧症、脂質異常症、糖尿病等の生活習慣病のリスクを早期に発見し、疾病の予防を図り、被保険者の健康寿命の延伸と早世の減少を目指す取り組みである。

【図1】特定健康診査等の基本的考え方



## Ⅱ 第3期計画の事業評価

### (1) 第3期計画の目標値

【表1】第3期計画の目標値

	平成30年度	令和元年度	令和2年度	令和3年度	令和4年度	令和5年度
特定健康診査 受診率	45%	47%	49%	51%	53%	60%
特定保健指導 実施率	20%	22%	24%	26%	28%	60%

### (2) 特定健康診査受診率

特定健康診査受診率は、高齢者の医療の確保に関する法律第142条による法定報告の数値を示す。なお、法定報告の対象は、特定健康診査等の実施年度中に40歳以上75歳未満に達する4月1日時点での加入者（年度途中の資格取得者等は含まない。）から、年度中の資格喪失者、特定健康診査・保健指導の対象者からの除外者（妊産婦、施設入所者等）を除いたものとなる。

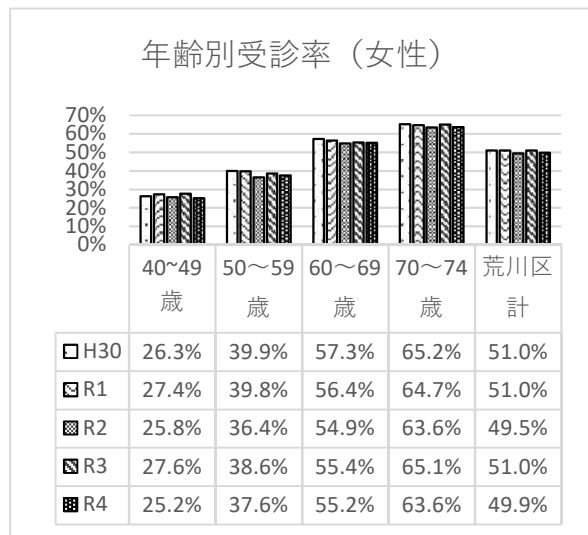
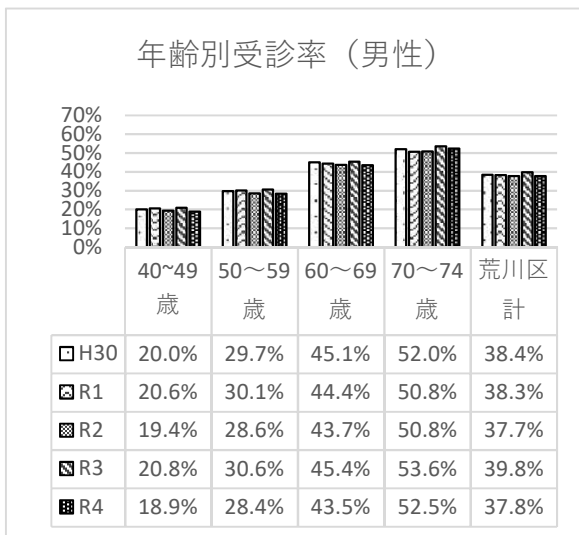
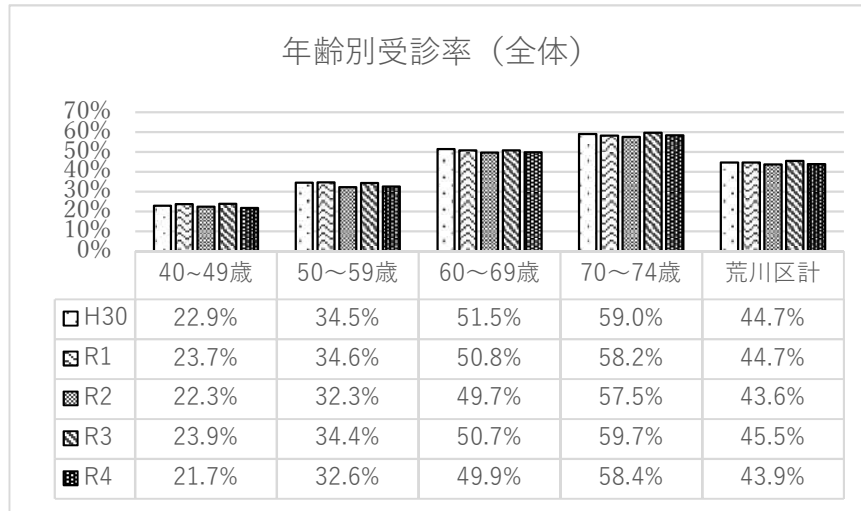
【表2】特定健康診査の受診率

	対象者数 (A)	受診者数 (B)	受診率 (B) / (A)
平成30年度	30,650人	13,715人	44.7%
令和元年度	29,632人	13,251人	44.7%
令和2年度	29,064人	12,681人	43.6%
令和3年度	28,038人	12,748人	45.5%
令和4年度	26,004人	11,420人	43.9%

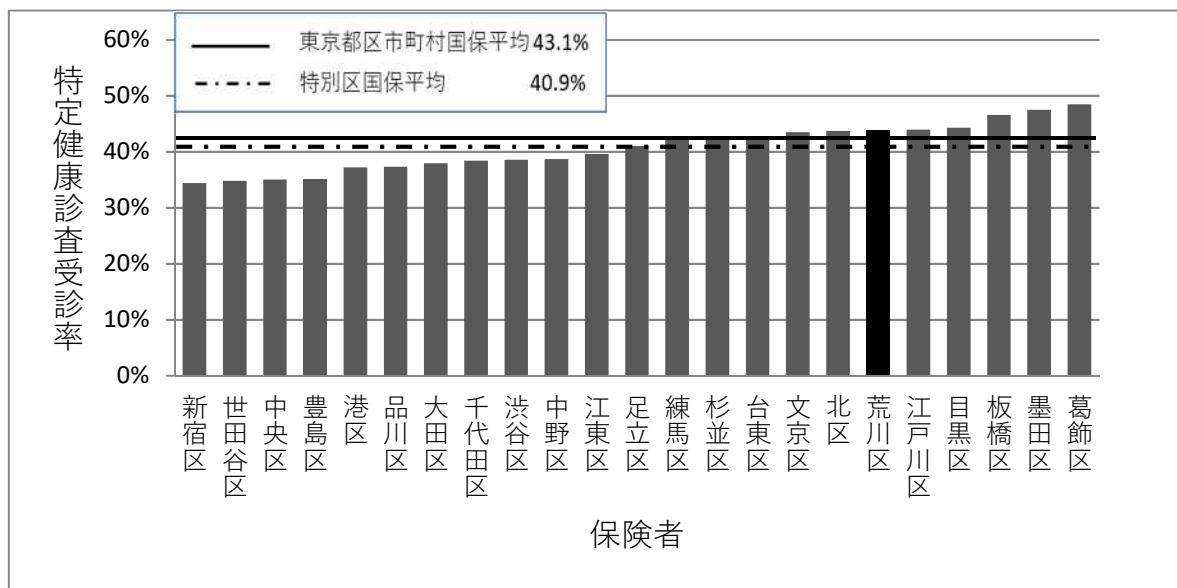
※特定健診等データ管理システム（法定報告数値）より

年齢階層別で見ると、40～50歳代の受診率が低く、年代が上がるほど受診率が高くなる傾向がある。また、全ての年代で、女性の受診率が男性の受診率を上回っている。特に40歳代男性では、20%前後の低い受診率で横ばいとなっており、令和4年度の区全体受診率43.9%の半分以下である。

【図2】 特定健康診査の年齢別の受診率



【図3】 23区の特定健康診査の受診率（令和4年度法定報告数値）



### (3) 特定保健指導実施率

荒川区の特定保健指導の実施率は、ほぼ横ばいである。また、特定健康診査と同様に年代が上がるほど実施率が高くなる傾向がある。

(※) 実施率：特定保健指導対象者のうち、最後まで参加した方（終了者）の割合

【表3】特定保健指導の実施率

	対象者数 (A)	終了者数 (B)	実施率 (B) / (A)
平成 30 年度	1,710 人	67 人	3.9%
令和元年度	1,606 人	95 人	5.9%
令和 2 年度	1,650 人	97 人	5.9%
令和 3 年度	1,569 人	41 人	2.6%
令和 4 年度	1,332 人	124 人	9.3%

※特定健診等データ管理システム（法定報告数値）より

【表4】特定保健指導の対象者（階層化）

腹囲	①血糖②脂質③血圧 が下記の基準に該当	④喫煙歴	対象	
			40～64 歳	65～74 歳
男性 85cm 以上 女性 90cm 以上	2つ以上該当	なし	※1 積極的 支援	※2 動機付け 支援
	1つ該当	あり		
上記以外で BMI が 25 以上	3つ該当	なし	※1 積極的 支援	※2 動機付け 支援
	2つ該当	あり		
	1つ該当	なし		

※喫煙歴の斜線欄は、階層化の判定が喫煙歴の有無に関係ないことを意味する。

※BMI：肥満度を測るための指標。「体重 (kg) ÷ 身長 (m) ÷ 身長 (m)」で算出される。

(※) 保健指導の対象となる基準

①血糖：空腹時血糖 100mg/dl 以上、HbA1c(NGSP 値)5.6%以上又は随時血糖 100mg/dl 以上※メタボリックシンドローム判定基準値より低い

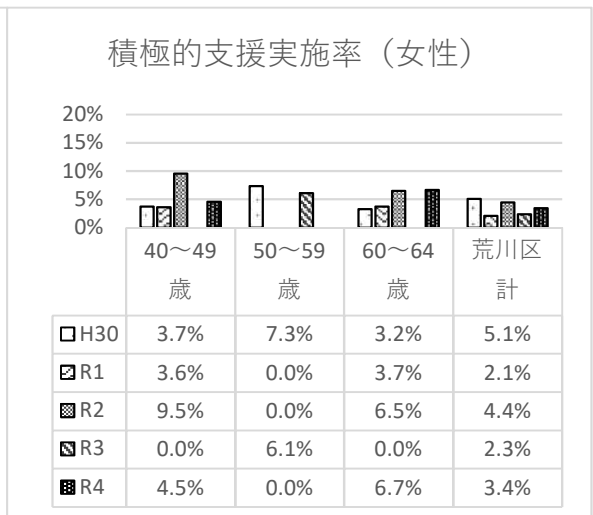
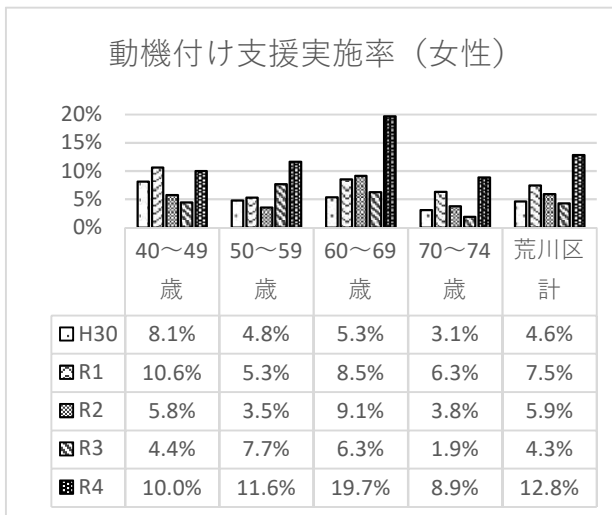
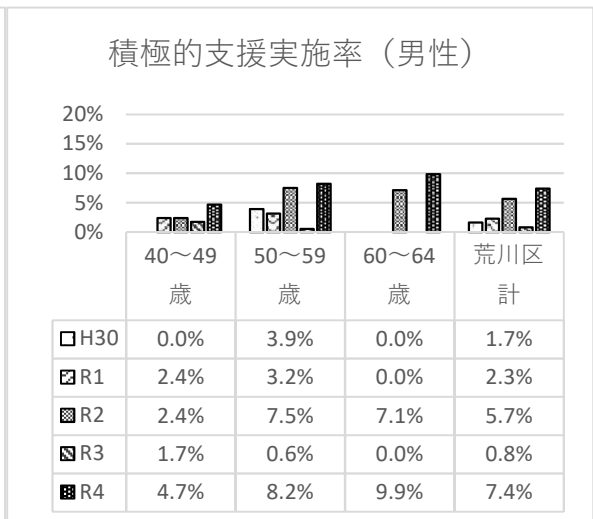
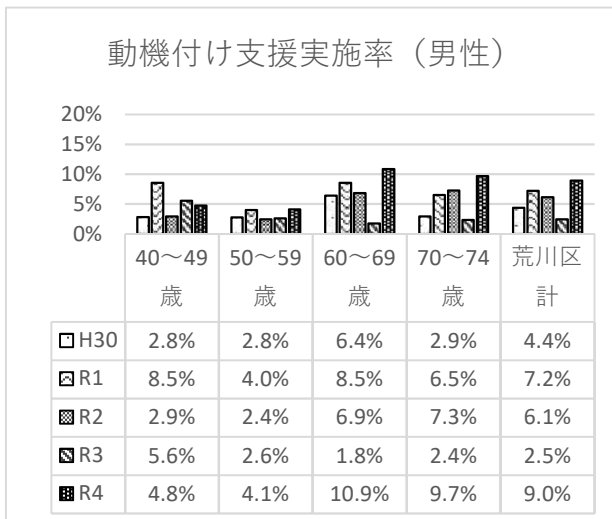
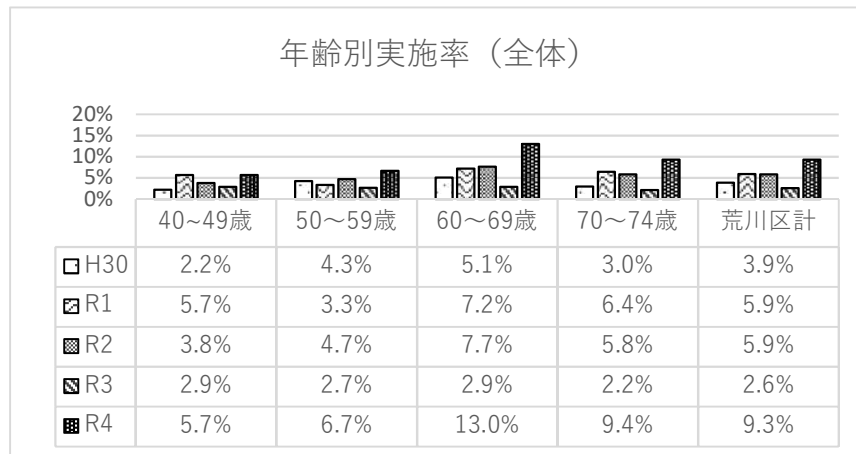
②脂質：空腹時中性脂肪 150mg/dl 以上又は随時中性脂肪 175mg/dl 以上又は HDL コレステロール 40mg/dl 未満

③血圧：収縮期 130mmHg 以上又は拡張期 85mmHg 以上

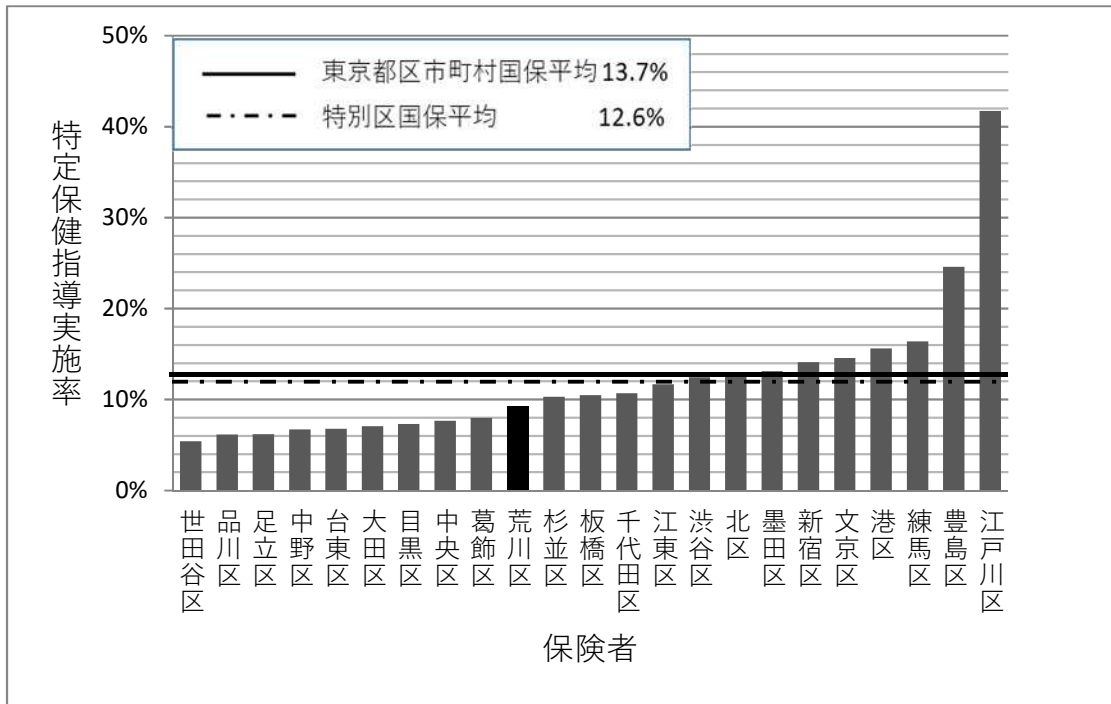
※1 積極的支援：医師、保健師等との面談を通して、自らの健康状態、生活習慣の改善すべき点を自覚し、生活習慣の改善に向けた自主的な取組ができるよう、電話や電子メール等により3月以上継続的に支援を行う保健指導をいう。

※2 動機付け支援：医師、保健師等との面談（原則として1回）を通して、自らの健康状態、生活習慣の改善すべき点を自覚し、自ら目標を設定し行動に移すことができるよう支援を行う保健指導をいう。

【図4】特定保健指導の年齢別実施率



【図5】23区の特定保健指導の実施率（令和4年度法定報告数値）

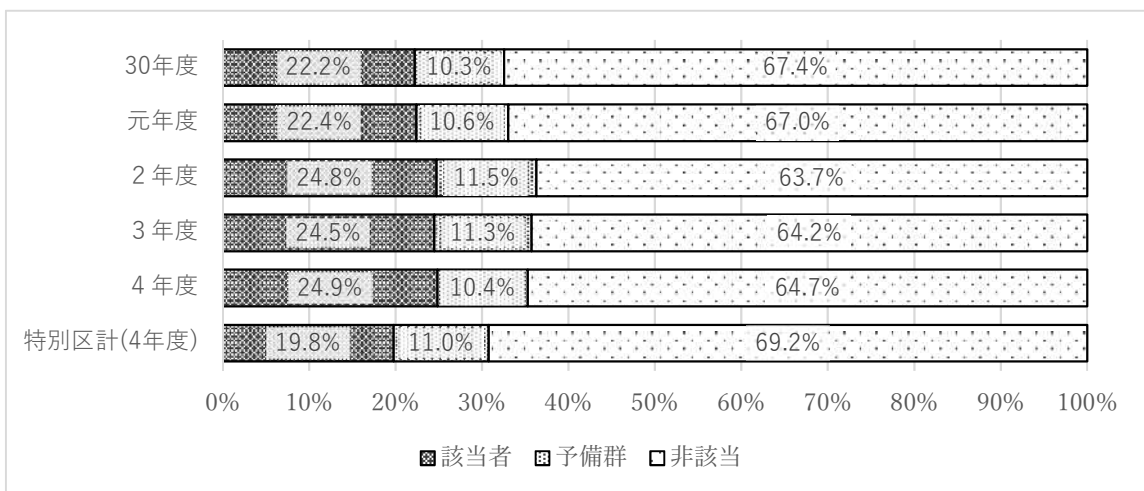


(4) メタボリックシンドロームの該当者・予備軍の割合、減少率

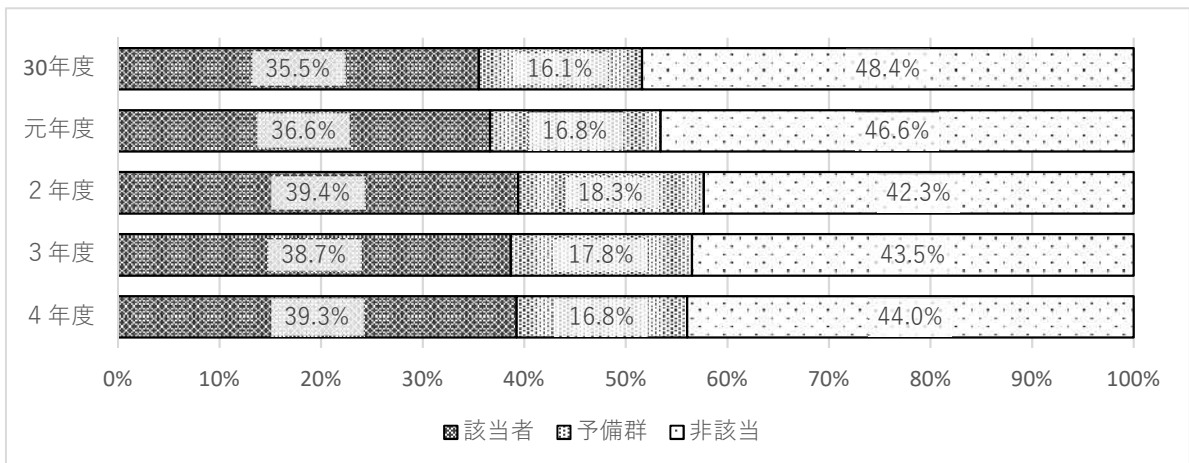
① メタボリックシンドローム該当者・予備群の割合

メタボリックシンドローム該当者・予備群の割合は、令和2年度から令和4年度にかけて減少しているものの、特別区平均の30.8%より高い状況にある。

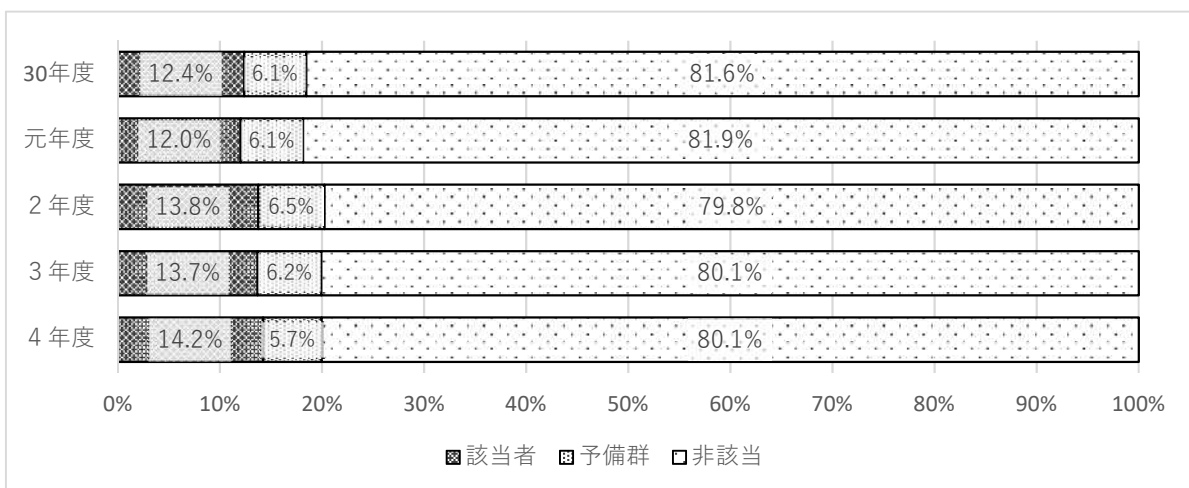
【図6】メタボリックシンドローム該当者・予備群の割合（全体）



【図7】メタボリックシンドローム該当者・予備群の割合（男性）



【図8】メタボリックシンドローム該当者・予備群の割合（女性）



② メタボリックシンドローム該当者・予備群の減少率

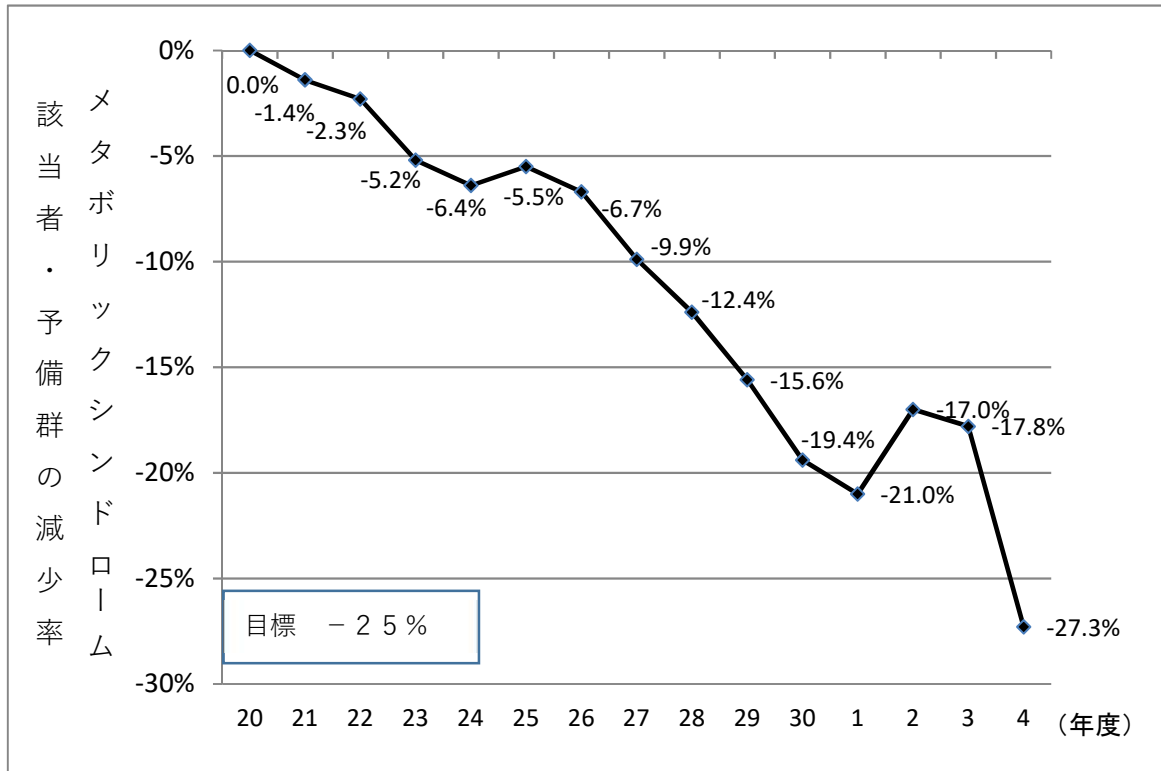
平成20年度を基準年度として、メタボリックシンドローム該当者・予備群の減少率を見ると、減少傾向にあり、令和4年度には目標値である25%減少に到達した。

【表5】メタボリックシンドローム該当者・予備群の減少率

年度	健診受診者数	該当者	予備軍	該当者・予備軍計	減少率
平成20年度	17,231人	3,612人	1,932人	5,544人	0.0% (基準)
平成30年度	13,715人	3,049人	1,417人	4,466人	-19.4%
令和元年度	13,251人	2,971人	1,408人	4,379人	-21.0%
令和2年度	12,681人	3,139人	1,463人	4,602人	-17.0%
令和3年度	12,748人	3,123人	1,435人	4,558人	-17.8%
令和4年度	11,420人	2,841人	1,192人	4,033人	-27.3%

※算出式：当該年度の該当者・予備軍の計÷基準年度(平成20年度)の該当者・予備軍の計-1

【図9】メタボリックシンドローム該当者・予備群の減少率



### Ⅲ 今期達成しようとする目標

#### (1) 目標の設定

国が定める特定健康診査及び特定保健指導の適正かつ有効な実施を図るための基本的な指針（平成20年厚生労働省告示第150号）では、令和11年度の最終目標値は本指針に即して設定し、令和6年度から5年間については各保険者の実情を踏まえて定めることとされている。指針では、令和11年度までの目標値が定められており、区国保の加入者に係る特定健康診査と特定保健指導の実施率は、いずれも60%以上とされている。

#### (2) 荒川区国民健康保険の目標値

第1期計画から第3期計画までにおける特定健康診査の状況は、概ね40%前半の受診率にとどまっている。特に、40歳代の受診率が低いこと等への有効な対策がない限り、上記指針に示された目標値の達成は厳しい状況にある。同様に、特定保健指導の状況についても、平成20年度の実施率30.7%から減少傾向にあり、目標値の達成は厳しい状況にある。これらのことを踏まえて、第4期計画については、下表に示す目標値とし、11年度については国が示す指針の最小値である60%を目標値とする。



## ① 特定健康診査

【表6】 特定健康診査受診率（目標値）

	令和6年度	令和7年度	令和8年度	令和9年度	令和10年度	令和11年度
対象者数 （推計）	27,906人	26,617人	25,397人	24,246人	23,157人	22,126人
特定健康診査 受診率 （目標値）	45%	48%	51%	54%	57%	60%
受診予定者数 （推計）	12,558人	12,776人	12,952人	13,093人	13,199人	13,276人

（注1） 荒川区国民健康保険被保険者のうち、特定健康診査の実施年度中に40歳以上75歳以下に達する4月1日時点での加入者。なお、妊産婦その他の厚生労働大臣が定める者（刑事施設入所中、海外在住、長期入院等告示で規定）は上記対象者から除く。

（注2） 対象者数及び受診者数は、人口推計及び過去5年間における国民健康保険被保険者数の増減率を基に推計した。

（注3） 令和11年度の最終目標値は、国の基本指針の目標値を設定した。

## ② 特定保健指導

【表7】 特定保健指導実施率（目標値）

	令和6年度	令和7年度	令和8年度	令和9年度	令和10年度	令和11年度
対象者数 （推計）	1,343人	1,379人	1,348人	1,323人	1,338人	1,327人
特定保健指導 実施率 （目標値）	15%	20%	30%	40%	50%	60%
実施予定者数 （推計）	202人	276人	406人	530人	676人	795人

（注1） 特定健康診査の受診結果により、腹囲・血糖等が保健指導の対象となる基準（※P48参照）に該当する者。動機付け支援の対象となるか積極的支援の対象となるかは該当する項目の多少と喫煙歴の有無により決定する。なお、糖尿病、高脂血症又は高血圧症の治療に係る薬剤を服用している者は保健指導の対象から除く。

（注2） 対象者数及び実施者数は、各年度の特定健康診査受診予定者数から、令和4年度における特定保健指導該当者率（特定健康診査の結果、特定保健指導の対象者となった者の割合）を基に、近年の減少傾向を考慮し、推計した。

（注3） 令和11年度の最終目標値は、国の基本指針の目標値を設定した。

## IV 特定健康診査・特定保健指導の実施方法

### (1) 特定健康診査

#### ① 実施場所

荒川区内の医療機関で実施する。

#### ② 実施内容

健診対象者全員が受ける「基本的な健診項目」及び医師が必要と判断した場合に選択的に受ける「詳細な健診項目」並びに荒川区独自で設定する「追加健診項目」は、以下のとおりとする。

##### ●具体的な健診項目

#### ① 基本的な健診項目

ア 問診（服薬歴、喫煙歴ほか）

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 血液検査

・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>、 $\gamma$ -GT< $\gamma$ -GTP>）

・血糖検査（空腹時血糖又はHbA1cを選択）

カ 尿検査（尿糖、尿蛋白）

#### ② 詳細な健診項目

一定の基準の下、医師が必要と判断したものを選択

ア 心電図検査

イ 眼底検査

ウ 血液検査（赤血球数、血色素量、血清クレアチニン、ヘマトクリット値）

#### ③ 追加健診項目

ア 血液検査（尿酸、白血球数）

イ 尿検査（潜血）

ウ 眼圧検査

エ 胸部エックス線検査

#### ③ 実施時期

7月から11月までの期間で、荒川区が指定する期間

#### ④ 業務委託の有無

荒川区医師会への委託により実施する。

## ⑤ 受診方法

指定された期間内に受診券及び保険証を持参の上、区内指定医療機関で受診する。なお、受診に係る本人負担は無料とする。

## ⑥ 周知、案内方法

### ア 健診の実施

対象者ごとに受診券を送付し、個別に特定健康診査の実施を周知するとともに、区報及び区ホームページに掲載して周知を図る。なお、受診券の発送時期は、健診開始月の前月末日までとする。

### イ 受診勧奨

受診券送付後、一定の期間が経過した時点で、未受診者に対し受診勧奨を行う。

### ウ 健診結果

健診実施医療機関より受診者本人に健診結果票とともに直接伝える。

## ⑦ 事業主健診等の健診受診者のデータ収集方法

特定健康診査の対象となる被保険者で、事業主健診や人間ドック等、他の健診を受診した者の健診内容が、特定健康診査の実施項目と重複する部分については、医療保険者での実施が不要となる。

このことから、それらの健診を受診した場合は、健診結果を受領することが重要であるため、受診券送付時に結果送付に関する案内を記載するなどの適当な方法を検討し、健診結果の収集に努めていく。

## ⑧ 特定健康診査・特定保健指導の記録の保管体制

特定健康診査・特定保健指導のデータは、東京都国民健康保険団体連合会の特定健診等データ管理システムにより原則5年間以上保管する。

## (2) 特定保健指導

### ① 実施場所

荒川区がん予防・健康づくりセンター、区内ふれあい館又はオンラインで実施する。なお、利用者の利便性や希望日時等にも配慮し、平日夜間や土日等の休日にも実施する。

### ② 実施内容

厚生労働省の示す「標準的な健診・保健指導プログラム」及び「特定健康診査・特定保健指導の円滑な実施に向けた手引き」の内容に準拠し、生活習慣病の予防・改善に係る行動変容を目的とした保健指導を実施する。

【表8】特定保健指導の内容

レベル	期間・回数等	実施方法	支援内容
動機付け 支援	1回以上	個別面談又はグループ面談による支援	個別面談20分以上又は グループ面談80分以上
積極的 支援	3か月以上の 継続的な支援	個別面談又はグループ面談、 電話、メール等による支援	保健指導プログラムによる 支援ポイント数で、180 ポイント以上

※実施から（積極的支援は初回面接から）6か月後に面談、電話、電子メール等により評価を行う。

### ③ 実施時期

特定保健指導の実施期間は、初回面談から3か月間又は6か月間とする。

### ④ 業務委託の有無

民間事業者への委託により実施する。事業者の選定に当たっては、保健指導の内容のほか、個人情報保護、事業の有効性・実効性を確保し、さらに区の健康づくり事業に最も適した事業者を選定する。

### ⑤ 利用方法

指定された期間内に、指定された場所又はオンラインで保健指導を受ける。なお、本人負担は無料とする。

### ⑥ 周知、案内方法

#### ア 指導の開始

特定健康診査の受診から2か月程度後に、事業者から特定保健指導の対象者に対して利用案内を送付し、指導の開始を周知するとともに、区報及び区ホームページに掲載して周知を図る。

#### イ 利用勧奨

利用案内発送後、一定の期間が経過した時点で利用の申込みがない場合は、電話等を活用し、積極的に利用勧奨を実施する。なお、利用勧奨は、事業者が行う。

### ⑦ 特定健康診査・特定保健指導の記録の保管体制

特定健康診査・特定保健指導のデータは、東京都国民健康保険団体連合会の特定健診等データ管理システムにより、原則5年間以上保管する。

### (3) 特定健康診査の受診勧奨等の充実

これまで区では、特定健康診査の受診率及び特定保健指導の実施率の向上を目指して様々な取組みを実施しているところだが、特定健康診査の受診率は、概ね横ばいが続いている。さらに、現状では、特定健康診査の受診率及び特定保健指導の実施率は、いずれも目標値に達していない。今後も、糖尿病対策協議会（平成24年4月設置）等の意見も取り入れながら、受診率、実施率の向上を目指していく。

#### ① 特定健康診査の受診率の向上を目指した取組み

これまで、受診率の向上を目指して次の取組みを実施してきた。

- 受診券を個別に郵送するとともに、区報及び区ホームページに記事を掲載し、周知
- 健診実施期間の1か月延長や、40～59歳の2年連続未受診者への受診勧奨を郵送するなどの取組みを実施
- 平成27年度からは未受診者への受診勧奨の通知内容を見直し、より受診を促すような文言に工夫し、平成29年度からは受診券レイアウトを見直し、健診実施期間を強調するなどの改善を実施
- 令和3年度からは受診勧奨の対象者を40～74歳の前年度未受診者に拡大し、通知内容を年代別に変え、さらに、令和5年度からは2年以上連続未受診者と前年度未受診者で通知内容を変えるなどの改善を実施

今後も未受診者への受診勧奨において、年齢・受診歴等で通知内容を変えるなど、通知効果の向上を図る。特に40歳代の男性では、20%前後の低い受診率で推移し、令和4年度の区全体受診率43.9%の半分以下となっている。こうした年齢層・受診歴等に合った通知内容にすることで、受診行動に繋がるような改善を検討していく。また、地域の様々な組織と協力し、リーフレット等を情報提供するなど、積極的な周知を行っていく。

#### ② 特定保健指導の実施率の向上を目指した取組み

事業開始当初から、対象者へ個別に申込書類を送付するとともに、電話により申込の勧奨を行うなどの取組みを実施してきた。現在までの取組み及び事業実績を見ると、実施率の向上に大きく繋がる方策を見出すことはなかなか困難な状況である。今後は、他の保険者において効果を上げている取組み事例を研究するなど、対象者が申し込みたくなる保健指導プログラム等を検討していく。

## V 特定健康診査等実施計画の運用

### (1) 特定健康診査等実施計画の評価及び見直し

国民健康保険事業の健全な運営の観点から、PDCAサイクルに基づく実施計画の進行管理及び評価を行い、実態に即した効果的な計画となるよう見直しを行う。

### (2) 個人情報の保護

個人情報の保護に関する各種法令・ガイドラインに基づき、庁内等での利用、民間事業者への業務委託等の各場面で、その保有する個人情報の適切な取扱いが確保されるよう措置を講じる。

### (3) 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条第3項「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区ホームページ等に掲載する。

また、被保険者に特定健康診査・特定保健指導を実施する必要性の周知を図り、実施への協力（積極的な受診等）が得られるよう、区報、国保だより、区ホームページ、また、区の主催等で行われるイベント等を活用し、メタボリックシンドロームに関する様々な情報提供を行う。

### (4) その他

荒川区の国民健康保険被保険者のうち、当該年度に75歳になる被保険者と、特定健診実施期間中に途中加入した被保険者を対象に「国民健康保険健康診査」を実施する。

また、後期高齢者医療制度被保険者を対象に「後期高齢者医療制度健康診査」を特定健康診査と同様に実施し、生活保護受給者を対象に「健康診査」を特定健康診査・特定保健指導と同様に実施していく。