

瑞穂市国民健康保険

第三期 特定健康診査等実施計画

平成30年度～平成35年度

岐阜県瑞穂市

平成30年3月

— 目次 —

第1章 計画策定にあたって	
1、計画策定の背景	1
2、特定健康診査・特定保健指導の基本的な考え方	1
3、計画の期間	1
第2章 第二期特定健康診査等実施計画の評価と課題	
1、瑞穂市国民健康保険の現状	2
2、第二期特定健康診査等実施計画の実施結果と評価	6
第3章 第三期特定健康診査等実施計画の目標	
1、目標値の設定	10
第4章 特定健康診査等の対象者数	
1、特定健康診査の対象者数	10
第5章 特定健康診査・特定保健指導の実施方法	
1、特定健康診査	11
2、特定保健指導	13
3、特定健康診査から特定保健指導への流れ	14
第6章 個人情報の保護	
1、基本的な考え方	14
2、個人情報の取り扱い	14
第7章 特定健康診査等実施計画の公表・周知	
1、計画の公表及び周知方法	15
2、趣旨の普及啓発及び情報提供	15
第8章 特定健康診査等実施計画の評価及び見直し	
1、評価方法	16

第9章 人間ドック費用助成事業	
1、人間ドック費用助成事業	16
第10章 重症化予防事業	
1、特定健診受診者を対象にした料理教室（ランチョンセミナー）	17
2、糖尿病予防教室（血糖コントロール教室）	19
3、糖尿病性腎症重症化予防	19
第11章 早期介入保健指導事業	
1、若年層健康診査（good ライフ健診）	20
2、若年層健康診査事後指導	21
第12章 特定歯科健診	
1、実施について	23
2、特定歯科健診の受診率	23
3、特定歯科健診の目標及び今後の取り組み・課題	24
第13章 特定健康診査受診率向上への取り組み	
1、特定健康診査受診券送付時に前回受診結果を同封	24
2、受診率の低い40歳代・50歳代の未受診者へ 受診勧奨ハガキを送付	24
3、特定保健指導未利用で受診の必要なかたへの受診勧奨	25
第14章 協力連携	
1、医療機関との協力連携	25
2、その他健診との強力連携	25

第1章 計画策定にあたって

1 計画策定の背景

平成20年4月から「高齢者の医療の確保に関する法律」に基づき、40歳～74歳の国民健康保険被保険者に対する糖尿病等の生活習慣病の発症や重症化を予防するための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。

当市においても、「特定健康診査等実施計画」を第一期特定健康診査等実施計画（平成20年度～平成24年度）、第二期特定健康診査等実施計画（平成25年度～平成29年度）を策定し実施してきました。

第二期における特定健康診査及び特定保健指導の実施結果・評価等を検証し、新たに第三期の計画を策定するものです。

2 特定健康診査・特定保健指導の基本的な考え方

(1) 特定健康診査

糖尿病等の生活習慣病の発症や重症化を予防することを目的として、メタボリックシンドロームの該当者及び予備群を減少させるために実施します。特定健康診査受診結果からリスクに基づく優先順位をつけ、「情報提供」「動機付け支援」、「積極的支援」と階層化し、対象者に対して特定保健指導の実施に繋がっていきます。

(2) 特定保健指導

特定健康診査受診結果により階層化された対象者に生活習慣病を改善するための保健指導を行うことです。保健指導を受けた対象者は、自らの生活習慣を振り返り、課題を認識して行動変容するとともに、セルフケアが出来るよう、生活習慣の改善により健康的な生活維持に繋がっていきます。

3 計画の期間

第一期及び第二期は5年を一期としていましたが、医療費適正化計画が6年で一期に見直されたことを踏まえ、第三期は平成30年度～平成35年度の6年間として策定します。ただし、特定健康診査及び特定保健指導の受診（実施）率向上対策等に応じて、評価・見直しを行います。



第2章 第二期特定健康診査等実施計画の評価と課題

第二期特定健康診査等実施計画の目標は、糖尿病等の生活習慣病の有病者及び予備群を減少させることを目的に、国の基本指針が示す参酌標準に基づき、特定健康診査の受診率、特定保健指導の実施率、メタボリックシンドローム該当者及び予備群の減少のために設定しました。

1 瑞穂市国民健康保険の現状

■人口の推移

平成29年度の人口（11月末現在）は、54,277人で、平成25年度と比較して1,455人増え、年々増加傾向にあります。65歳以上は11,170人、比率は20.6%となっており高齢化の比率が高まっています。

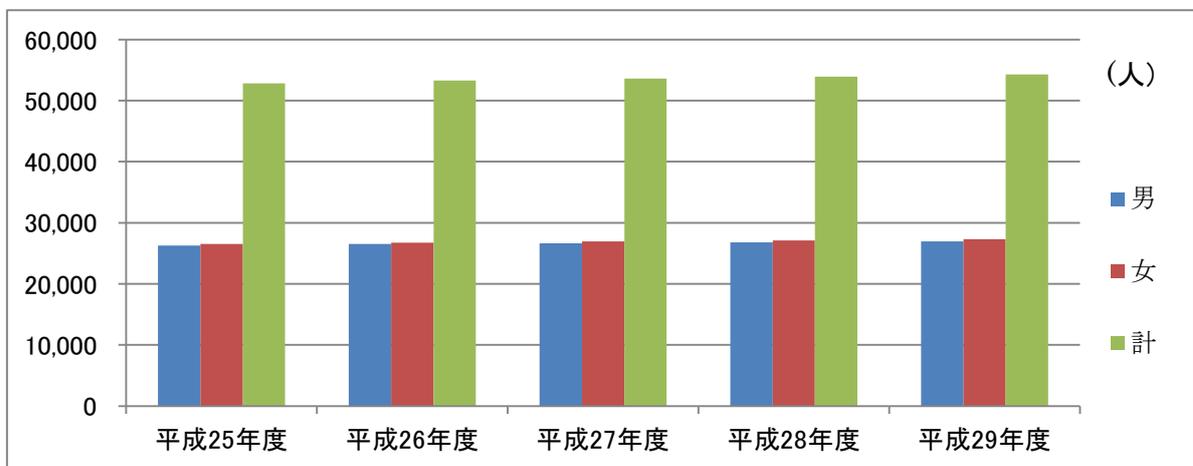
(表1)人口の状況

総人口(人)			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
		男	26,293	26,525	26,654	26,781	26,972
女	26,529	26,746	26,945	27,128	27,305		
計	52,822	53,271	53,599	53,909	54,277		
65歳以上	人口(人)	男	4,500	4,703	4,876	5,024	5,099
		女	5,401	5,638	5,821	5,983	6,071
		計	9,901	10,341	10,697	11,007	11,170
	比率(%)	男	17.1	17.7	18.3	18.8	18.9
		女	20.4	21.1	21.6	22.1	22.2
		計	18.7	19.4	20.0	20.4	20.6

各年度3月31日現在(資料:市民課、住民基本台帳・外国人住民)

※平成29年度は、平成29年11月末現在

(図1)人口の推移



■国民健康保険加入者数の推移

国民健康保険加入者数及び加入率は、平成25年度以降は年々減少傾向にあります。平成25年度と平成29年度を比較すると、1,774人減少し、加入率は、約4%減少しています。

(表2)国保加入の状況

		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
世帯数	全世帯	19,533	19,842	20,148	20,559	20,866
	国保世帯数	7,092	7,033	6,842	6,646	6,518
被保険者 (人)	全人口	52,822	53,271	53,599	53,909	54,277
	国保被保険者数	12,711	12,402	11,944	11,370	10,937
加入率 (%)	世帯	36.3	35.4	34.0	32.3	31.2
	被保険者	24.1	23.3	22.3	21.1	20.2

※対象者は、各年度3月31日現在(資料:事業月報、市民課住民基本台帳より)

※平成29年度は、平成29年11月末現在

■年齢階層別加入者数

年齢階層別では、60歳を過ぎると被保険者数が急激に増加しています。ほとんどのかたが退職されるため、65歳からでは67.5%、70歳を過ぎると約70%の加入率となっています。

(表3)年齢階層別加入状況

年齢階層(歳)	瑞穂市人口(人)	国保被保険者数(人)	国保加入率(%)
20~29	6,168	915	14.8
30~39	7,599	1,025	13.5
40~44	4,607	656	14.2
45~49	4,148	672	16.2
50~54	3,108	505	16.2
55~59	2,746	551	20.1
60~64	2,862	1,120	39.1
65~69	3,650	2,462	67.5
70~74	2,555	1,785	69.9

※対象者は、平成29年3月31日現在(資料:国民健康保険システム、市民課住民基本台帳より)

■医療費等について

(1) 医療費等の動向

被保険者数の減少とともに医療費等の総額は減少していますが、一人当たりの医療費は、毎年増加し続けています。

但し、平成26年度、平成27年度は新薬の承認により、医療費が一時的に上昇しています。

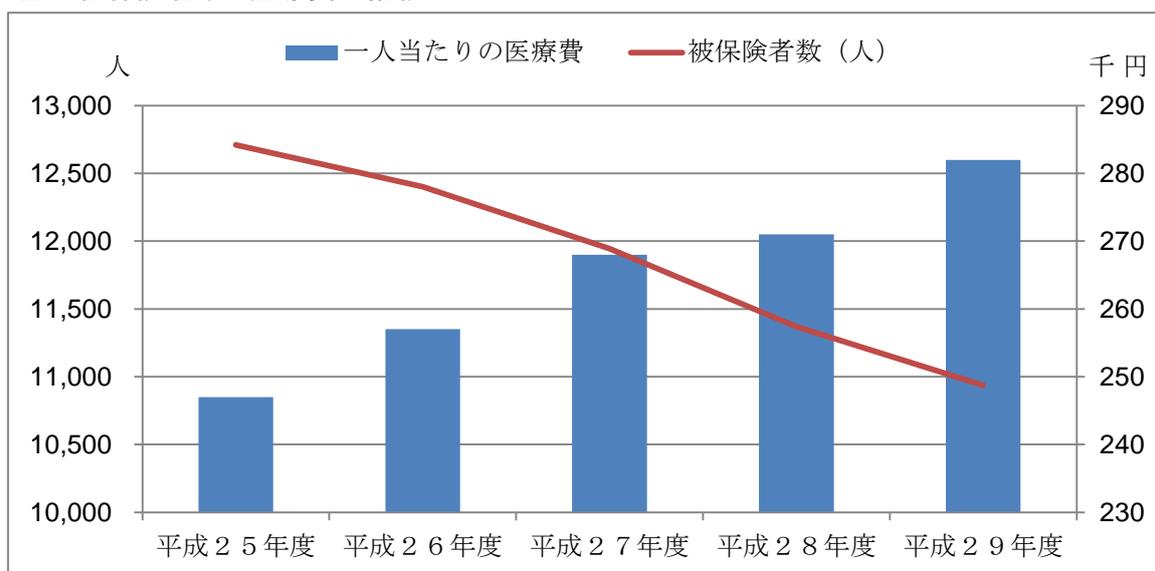
(表4)医療費等の状況

(単位:千円)

	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
療養給付費	2,759,504	2,792,491	2,798,873	2,676,478	2,662,239
療養費	48,942	49,487	45,830	41,168	38,860
高額療養費	334,457	347,472	359,475	358,393	358,750
合計	3,142,903	3,189,450	3,204,178	3,076,039	3,059,849
被保険者数(人)	12,711	12,402	11,944	11,370	10,937
一人当たりの医療費	247	257	268	271	280

※平成29年度は見込 ※出産育児諸費、葬祭費、高額介護合算療養費、移送費、審査手数料を除く

(図2)被保険者数と医療費の推移



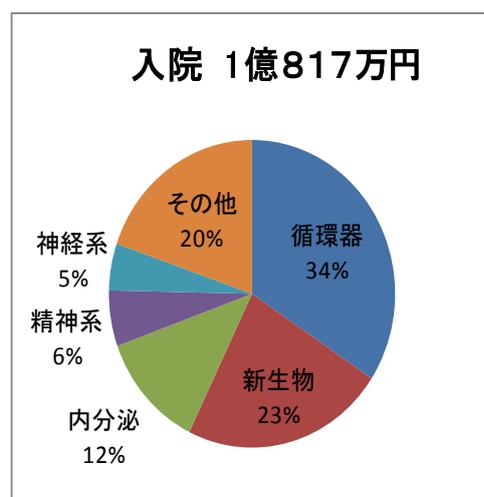
(2) 医療費の現状

全疾病分析データ（平成29年5月分）において、当市の医療費は月額で入院が1億817万円、外来が1億4565万円で合計約2億5千4百万円となっています。

全体の医療費に占める構成割合は、循環器系の疾病が入院で34.3%、外来で19.2%でともに一番大きくなっています。

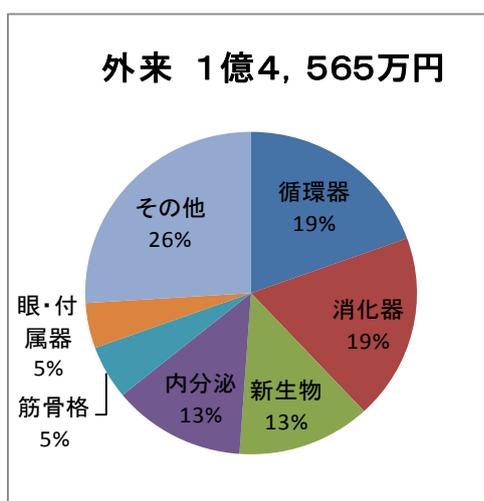
(表5)入院(疾病別医療費)

疾病大分類名称	略称	医療費金額(円)	割合
循環器系の疾患	循環器	37,070,580	34.3%
新生物	新生物	24,824,810	23.0%
内分泌、栄養及び代謝疾患	内分泌	13,273,000	12.3%
精神及び行動の障害	精神系	6,342,290	5.9%
神経系の疾患	神経系	5,324,970	4.9%
その他	その他	21,335,470	19.6%
合計		108,171,120	100.0%



(表6)外来(疾病別医療費)

疾病大分類名称	略称	医療費金額(円)	割合
循環器系の疾患	循環器	28,376,550	19.2%
消化器系の疾患	消化器	27,081,550	18.6%
新生物	新生物	18,996,580	13.0%
内分泌、栄養及び代謝疾患	内分泌	18,926,790	13.0%
筋骨格系及び結合組織の疾患	筋骨格	7,817,420	5.4%
眼及び付属器の疾患	眼・付属器	6,605,130	4.5%
その他	その他	37,848,850	26.3%
合計		145,652,870	100.0%



(資料:岐阜県国民健康保険団体連合会 平成29年5月受診データより)

2 第二期特定健康診査等実施計画の実施結果と評価

■特定健康診査受診率（法定報告）

平成25年度44.0%、平成26年度46.2%、平成27年度46.0%、平成28年度46.0%となっています。

この受診率は、岐阜県市町村国保受診率をすべての年度で上回っていますが、平成28年度の当市国民健康保険の目標値である56.0%は達成できていない状況です。

(表7)受診率の推移

	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
対象者数(人)	7,661	7,655	7,530	7,237	8,004
受診者数(人)	3,369	3,540	3,464	3,331	3,341
受診率(%)	44.0	46.2	46.0	46.0	41.7
第2期目標受診率(%)	49.0	52.0	56.0	56.0	60.0
岐阜県市町村国保受診率(%)	35.6	36.2	36.9	37.6	—

(資料:岐阜県国民健康保険団体連合会データ、法定報告※より抜粋)

※平成29年度は、平成29年11月末現在

※法定報告の数値は、報告年度において40～74歳になる者で、年度途中の加入・脱退等の異動がなく、かつ結果として妊産婦や長期入院患者等の除外規定に該当しない者を集計した受診者数です。

■特定健康診査男女別の受診率

男性の受診率と女性の受診率を比較した結果、ほとんどの年代で女性の受診率が男性の受診率を上回っています。その中でも女性は全体的に40歳～44歳が低く、男性は50歳～54歳の受診率が低くなっています。しかし、男性・女性とも55歳以降は受診率が高くなる傾向にあります。

(表8) 男性の受診率

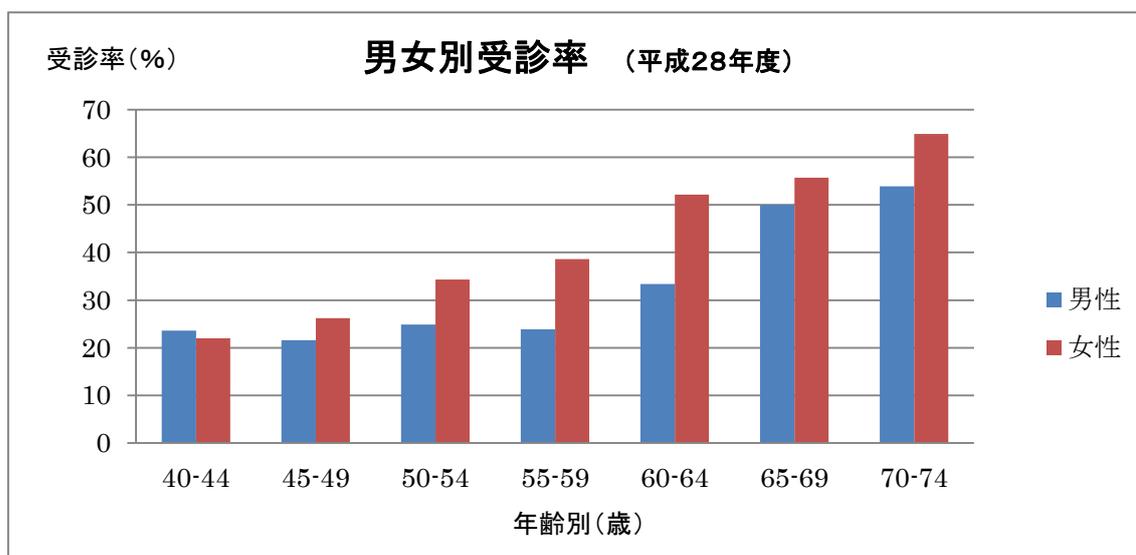
	全 体	40-44歳	45-49	50-54	55-59	60-64	65-69	70-74
平成25年度(%)	37.9	17.2	17.8	19.2	22.6	35.9	46.9	52.5
平成26年度(%)	40.2	22.5	17.8	16.5	24.6	38.9	49.8	53.2
平成27年度(%)	36.6	22.2	22.6	19.2	23.9	30.5	42.8	50.3
平成28年度(%)	41.0	23.6	21.6	24.9	23.9	33.4	50.0	53.9
平成29年度(%)	37.3	22.1	24.0	20.5	23.5	27.4	43.3	50.4

(表9) 女性の受診率

	全 体	40-44歳	45-49	50-54	55-59	60-64	65-69	70-74
平成25年度(%)	49.6	20.5	21.9	28.6	39.3	53.3	58.7	63.4
平成26年度(%)	51.8	22.5	21.5	32.3	41.8	55.1	61.8	63.5
平成27年度(%)	49.0	23.6	24.1	31.5	39.2	48.6	55.6	64.6
平成28年度(%)	50.6	22.0	26.2	34.3	38.6	52.2	55.7	64.9
平成29年度(%)	47.5	22.2	26.0	30.4	36.4	48.7	52.0	60.6

※平成29年度は、平成29年11月末現在 (資料: 岐阜県国民健康保険団体連合会データより)

(図3) 男女別の受診率



■ 特定保健指導対象者と終了率

特定保健指導対象者は、経年的にみると増減がありますが、平均330人程です。対象の階層化により「動機づけ支援」「積極的支援」に分けられますが、比率は3：1程度で「動機づけ支援」が多くなっています。

特定保健指導終了率は、平成26年度は11%台と伸び悩みましたが、平成27年度35%、平成28年度59.4%となり、岐阜県の平均終了率37.5%より高くなっています。

(表10) 特定保健指導終了率の推移

年度	平成25年度					平成26年度				
	対象者数 (人)	利用者数 (人)	終了者数 (人)	終了率(%)	岐阜県 終了率(%)	対象者数 (人)	利用者数 (人)	終了者数 (人)	終了率(%)	岐阜県 終了率(%)
瑞穂市										
動機づけ支援	255	63	63	24.7	39.8	274	33	33	12.0	39.1
積極的支援	74	17	17	23.0	22.9	77	7	7	9.1	22.9
合計	329	80	80	24.3	35.4	351	40	40	11.4	35.1
年度	平成27年度					平成28年度				
	対象者数 (人)	利用者数 (人)	終了者数 (人)	終了率(%)	岐阜県 終了率(%)	対象者数 (人)	利用者数 (人)	終了者数 (人)	終了率(%)	岐阜県 終了率(%)
瑞穂市										
動機づけ支援	255	129	103	40.4	41.1	242	167	166	68.6	41.6
積極的支援	82	28	15	18.3	21.2	66	26	17	25.8	23.2
合計	337	157	118	35.0	36.4	308	193	183	59.4	37.5

(資料: 岐阜県国民健康保険団体連合会データより)

■ 特定保健指導内容

メタボリックシンドロームと判定をされたかたに食事、運動等からその人に合った方法で生活習慣を見直し、特定健康診査結果が改善されるよう教室と訪問の2本柱で指導を行っています。スリムアップ教室では健康運動指導士による運動の紹介や管理栄養士による栄養バランスの良い食事の提供等を行っています。

また、教室参加が難しいかたには保健師や管理栄養士が自宅へ訪問し、生活習慣病予防の方法を提案し、特定保健指導対象者へ寄り添いながら改善を図っています。

■ 特定健康診査・特定保健指導の評価と課題

特定健康診査受診率向上対策として、特定健康診査の継続受診を促進することを目的とし、受診券送付時に前回受診結果を同封しました。受診者本人が過去の健診結果を振り返り受診意欲を向上させることに繋がりました。

また、受診率が低迷している40歳代・50歳代に的を絞り、この年代の未受診者に対し受診勧奨ハガキを送付し、未受診者対策を講じました。ハガキ送付後、受診券再発行の依頼も多く効果があったとみられます。

平成25年度から平成28年度まで、いずれの年度も受診率の目標値は下回っているものの県と比較すると高く、引き続き受診率向上対策に努めてまいります。

特定保健指導の対象者が自分の身体状況や生活習慣改善の必要性を理解し、生活習慣の改善を自らできるようになるための効果的な保健指導が重要です。

まずは特定保健指導未利用で受診の必要なかたへの受診勧奨が重要であり、特定保健指導を利用されない人で、血糖値、脂質、血圧等、各検査結果の数値が悪化しているかたに対しては、訪問、電話、面談等を行い、生活習慣の改善や医療機関への受診勧奨に努めました。効果的な特定保健指導を実施することで、翌年以降のメタボリックシンドローム改善率に繋がるよう実践しました。



第3章 第三期特定健康診査等実施計画の目標

1 目標値の設定

国の特定健診等基本指針に掲げる参酌基準をもとに、当市国民健康保険における各年度の目標値を下表のとおり設定します。

(表11)第三期特定健康診査等実施期間における目標値

	平成30年度	平成31年度	平成32年度	平成33年度	平成34年度	平成35年度	国基準
特定健診実施率	50%	52%	54%	56%	60%	60%	60%
特定保健指導実施率	56%	57%	58%	59%	60%	60%	60%
特定保健指導対象者の減少率(※)						25% (平成20年度比)	25%

※保険者が数値目標として定める必要はないが、目標としての活用を推奨

(表12)参考資料:第三期特定健康診査等実施期間における目標値(平成35年度)

保険者種別	全国目標	市町村国保	国保組合	全国健康 保険協会 (船保)	単一健保	総合健保	共済組合
特定健診実施率	70%	60%	70%	65% (65%)	90%	85%	90%
特定保健指導実施率	45%	60%	30%	35% (30%)	55%	30%	45%

※特定保健指導対象者の減少率(保険者全体目標)平成20年度比25%以上減少

第4章 特定健康診査等の対象者数

1 特定健康診査の対象者数

平成30年度～平成35年度までにおける国民健康保険被保険者数(見込み)及び特定健康診査受診率の目標値等から算出される特定健康診査の対象者数を推計しました。

当市の人口については、瑞穂市第2次総合計画の将来人口推計を参考に推計しました。

(表13)国保加入者数と人口(推計)

	平成30年度	平成31年度	平成32年度	平成33年度	平成34年度	平成35年度
国保被保険者数 (40歳～74歳)	7,456	7,371	7,222	7,108	7,057	6,963
40～64歳計	3,281	3,237	3,172	3,123	3,092	3,029
65～74歳計	4,175	4,134	4,050	3,985	3,965	3,934
人口	54,156	54,357	54,431	54,505	54,580	54,654
特定健康診査受診率	50	52	54	56	60	60
特定健康診査受診者数	3,579	3,612	3,756	3,981	4,235	4,178
特定保健指導対象者数	358	361	376	398	424	418
特定保健指導実施率	56	57	58	59	60	60
特定保健指導実施数	200	206	218	234	254	250

第5章 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

(一般社団法人)もとす医師会加盟の瑞穂市内、14医療機関による個別健診

(2) 実施期間

7月1日から9月末まで

(3) 対象者

瑞穂市国民健康保険被保険者のうち40歳から74歳までの被保険者

誕生日	受診券発行月	特定健康診査実施期間
4月1日現在、国保加入している40～74歳までのかた (年度内に40歳になるかたも含む)	6月下旬	7月から9月末まで
4、5月の新規加入者	7月上旬	9月末まで
6月の新規加入者	8月上旬	
7月の新規加入者	9月上旬	
4月～7月に75歳になられるかた	6月下旬	すこやか健診対象(7. 8. 9月)
8、9月に75歳になられるかた	6月下旬	7月から誕生日の前日まで
10月～翌年3月に75歳になられるかた	6月下旬	7月から9月末まで

(4) 実施方法

対象被保険者全員に、受診券、特定健康診査実施方法のパンフレット等を郵送します。受診券の有効期限内に、受診券等を実施医療機関へ持参して特定健康診査を受けます。

(5) 実施項目

区 分	内 容	
基本的な健診の項目	問診(服薬歴・喫煙習慣等の調査を含む)	
	自覚症状及び他覚症状の検査	
	身体計測	身長 体重 腹囲(へそ周囲経) BMI
	血圧	収縮期血圧 拡張期血圧
	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 ALT γ -GT
	血糖検査	空腹時血糖 ヘモグロビン A 1 c
	尿酸	尿酸
尿検査	糖 潜血 蛋白	
詳細な健診の項目	貧血検査	赤血球数 血色素量 ヘマトクリット値
	心電図検査	
	眼底検査	
	腎機能	血清クレアチニン

※詳細な健診の項目は、実施機関との調整により全受診者に実施します。

(6) 健診結果について

実施医療機関より送付された健診結果データに基づき、健診結果表を作成し、「情報提供」、「動機付け支援」、「積極的支援」の3段階に選定(階層化)した内容の案内とパンフレットを受診者に郵送します。

(7) 代行機関

費用決済は、岐阜県国民健康保険団体連合会を代行機関とします。

岐阜県国民健康保険団体連合会

〒500-8385

岐阜市下奈良2丁目2番1号 岐阜県福祉・農業福祉会館内

電話 058-273-1111

2 特定保健指導

(1) 対象者

特定健康診査の結果から、「情報提供」、「動機付け支援」、「積極的支援」の3段階に選定（階層化）し、「動機付け支援」、「積極的支援」のかたを抽出し特定保健指導の対象者とします。特定保健指導は健康推進課で実施します。

(表14)特定保健指導対象者の階層化

腹 囲	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
◇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		
	該当しない		情報提供	
上記以外でBMI 25以上	3つ該当		積極的支援	動機付け支援
	2つ該当	あり なし		
	1つ該当		情報提供	
	該当しない			
腹囲もBMIも正常			情報提供	

※糖尿病、高血圧症または、脂質異常症(高脂血症)の治療に係る薬剤を服用している場合は、情報提供となります。

《追加リスク》

- ①血糖:空腹時血糖100mg/dl以上、またはヘモグロビンA1c5.6%以上
- ②脂質:中性脂肪150mg/dl以上、またはHDLコレステロール40mg/dl未満
- ③血圧:収縮期130mmHg以上、または拡張期85mmHg以上

(2) 情報提供

特定健康診査の結果表送付時にリーフレット等を利用して受診者全員にメタボリックシンドロームの予防について情報提供を行います。

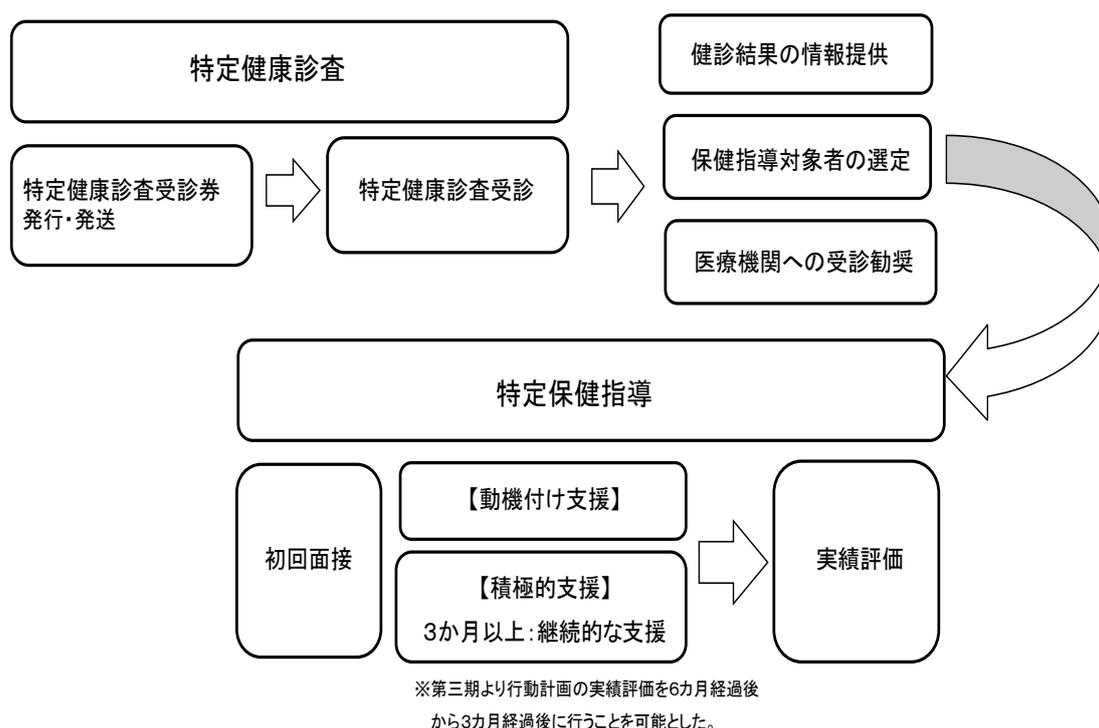
(3) 動機付け支援

専門的知識及び技術を有する者との原則1回の面接で、生活習慣改善の目標を立て、3ヶ月後に改善状況の確認をします。

(4) 積極的支援

専門的知識及び技術を有する者との初回面談で、今後の目標や行動計画を立て、3ヶ月以上継続してサポートを受けます。3ヶ月以上の継続的な支援終了後に健康状態や生活習慣病の確認を行います。

3 特定健康診査から特定保健指導への流れ



第6章 個人情報の保護

1 基本的な考え方

特定健康診査等で得られる健康情報の取り扱いについては、個人情報の保護に関する法律及び同法に基づくガイドライン並びに瑞穂市個人情報保護条例等を踏まえた対応を行います。

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な配慮をした上で、効果的・効率的な特定健康診査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できるものとします。

2 個人情報の取り扱い

個人情報の取り扱いについては、個人情報の保護に関する法律及び同法に

基づくガイドライン等に定める役員・職員の義務（データの正確性の確保、漏えい防止措置、従事者の監督、委託先の監督等）について周知徹底を図り、個人情報の漏えい防止に最新の注意を払います。

第7章 特定健康診査等実施計画の公表・周知

1 計画の公表及び周知方法

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、遅延なく、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ホームページに掲載します。

2 趣旨の普及啓発及び情報提供

対象の被保険者に特定健康診査・特定保健指導の必要性を理解していただくため、逐次情報の提供を行うとともに、趣旨の普及啓発に努めます。

①広報みずほ・瑞穂市ホームページに実施案内を掲載

②啓発用ポスターの掲示

関係医療機関やコミュニティーセンター等の公共施設、自治会の掲示板や金融機関等に特定健康診査ポスターを掲示して受診案内をします。

③自治会回覧で啓発チラシを回覧

④出前講座にて受診案内・受診勧奨

⑤受診勧奨用チラシを広報みずほ全戸配布

⑥健診期間中に未受診者に対する勧奨ハガキの送付

平成29年度は、40歳代・50歳代の未受診者を対象とし受診勧奨しました。未受診者の多い世代を対象とし、今後も受診勧奨を行います。

⑦治療中のかたへの勧奨

治療中のかたも特定健康診査の対象になります。そのため各医療機関へ来院されたかたに特定健康診査の受診勧奨をお願いします。



第8章 特定健康診査等実施計画の評価及び見直し

1 評価方法

国への実績報告等を活用し、特定健康診査受診率・特定保健指導終了率等を翌年度に確認し、実施計画における目標値の達成状況を把握します。

その他実施体制や実施方法について、実施計画上の内容と実際の事業の実施状況を比較評価し、特定健康診査受診率等の指標を用いて総合的に評価・分析し目標に向かって事業が順調に推進されているかを整理し、実施計画の見直しや実施方法の変更を必要に応じ随時検討を行います。

第9章 人間ドック費用助成事業

平成22年度より病気の予防や早期発見・早期治療による健康の保持及び増進を図る目的から人間ドック費用助成事業を実施しています。

人間ドックの検査結果の判定により、特定保健指導対象者になった場合は、特定健康診査受診者と同様に瑞穂市国民健康保険の特定保健指導を受けることができます。

人間ドック費用助成対象者は、特定健康診査の受診者数に加算されることから、広報みずほ・瑞穂市ホームページに実施案内を掲載し、出前講座において助成申請の案内を行い、特定健康診査の受診率向上に努めています。

■助成対象者

- ・40歳以上の国民健康保険被保険者
- ・当該年度内に特定健康診査又は人間ドック費用助成を受けていないこと
- ・人間ドックの結果を瑞穂市に特定保健指導データとして提供できること
- ・国民健康保険税に未納がないこと

■助成額

- ・人間ドック受診費用の2分の1、ただし特定健診対象者の上限額は11,000円

■手続き方法

- ・助成を受けようとする場合は、事前に申込書を記入し提出します。受診後、助成請求書、健診結果の写し、領収書及び問診票を添えて、2ヶ月以内（もしくは受診した年度の末日のいずれか早い日まで）に請求します。

(表15)費用助成事業の実績

	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
申請件数(人)	110	136	177	183	146
助成人数(人)	110	131	174	180	104
助成額(円)	1,198,870	1,418,546	1,903,095	1,966,350	1,130,890

※平成29年度は平成29年11月末現在

助成申請者は年々増加傾向にあり、今後も増加が見込まれます。人間ドック費用は1回の健診費用が高額なので、多くの人を受診できるものではありませんが、自主的に受診し自己管理してもらおうことができるメリットがあります。今後も助成事業を継続していきたいと考えています。

第10章 重症化予防事業

1 特定健診受診者を対象にした料理教室（ランチョンセミナー）

平成25年度より情報提供者（特定保健指導非該当者）を対象にし、将来特定保健指導の対象にならないために生活習慣の改善方法を身につけることを目的として、血糖、血圧、中性脂肪・コレステロールの3つのテーマに分け、食と健康について学ぶ教室を開催しています。

生活習慣病対策には食生活の改善が必要であり、生活習慣病が減少すれば医療費の削減につながりますので、参加者の増加と食と体の健康改善の向上を目指します。

■対象者

40歳以上の国民健康保険被保険者で特定健康診査受診結果により情報提供者と判定された者のうち下記に該当する数値のかた

- ・血圧収縮期血圧130mmHg以上または拡張期血圧85mmHg以上のかた
- ・中性脂肪150mg/dl以上またはLDLコレステロール120mg/dl以上のかた
- ・空腹時血糖100mg/dl以上またはヘモグロビンA1c5.6%以上のかた

■教室内容

開催時期は、毎年特定健康診査終了後に、各教室1回を予定し、各20名を定員としています。自己負担金は500円。

高血圧、脂質異常、血糖値が高いなどの生活習慣病を改善するため日常の食

生活に役立つ料理を1回ごとの講座で学びます。料理以外にも保健師と栄養士が各教室の内容にあった講話も取り入れています。

平成29年度からは「血压」のコースにおいて、運動指導員による効果的な運動指導を取り入れました。

■周知方法

特定健康診査結果通知送付時に教室案内チラシを同封しています。

参加人数の少ないコースにおいては、対象者に対し再勧奨を実施し、申込者の増加を図ります。

■手続き方法

・希望者は、各回ごとに電話で応募。（来庁申込みも可）

・申込み多数の場合は抽選となります。

・教室参加者の年齢は、男女とも60～69歳が最も多い結果となりました。どの年度も脂質（中性脂肪・コレステロール）の参加者が多く、特に血压については、治療中のかたが多く参加者は少なかったが、すぐには、数値の変化としては出ないため、今後も継続していきたいと考えています。

(表16)教室参加の実績

男性	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		
	血压(人)	脂質(人)	血糖(人)												
40～49歳	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
50～59歳	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
60～69歳	0	1	0	0	2	0	0	3	2	0	0	0	0	3	1
70～74歳	0	1	2	0	1	1	1	1	2	0	0	0	1	4	2
合計	0	2	2	0	3	1	1	4	4	0	0	0	1	7	3

女性	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		
	血压(人)	脂質(人)	血糖(人)												
40～49歳	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0
50～59歳	2	2	1	0	0	1	0	0	0	0	3	0	0	0	1
60～69歳	9	21	13	1	8	4	5	10	6	2	9	1	4	4	4
70～74歳	0	0	0	4	9	2	0	3	3	0	3	1	1	4	2
合計	11	23	14	5	17	7	6	14	9	2	15	2	5	8	7

総合計	11	25	16	5	20	8	7	18	13	2	15	2	6	15	10
-----	----	----	----	---	----	---	---	----	----	---	----	---	---	----	----

2 糖尿病予防教室（血糖コントロール教室） 【健康推進課で実施】

将来的な糖尿病の発症を防ぐことを目指します。

■対象者

特定健診を受診した69歳以下の者（過去に教室参加した者、糖尿病の治療をしている者を除く）で、ヘモグロビンA1c（NGSP値）5.5～6.0%に該当する者

■教室内容

5回を1クールとし、糖尿病の栄養指導、運動指導の他、75g糖負荷試験（OGTT）の実施、ライフコーダを装着してもらい運動量の測定を行い、活動状況を分析することから、糖尿病予防のための生活習慣の改善に取り組みます。結果を解析し参加者へ説明します。

■周知方法

対象者に対して、教室への参加案内文書を郵送します。

（表17）糖尿病予防教室（血糖コントロール教室）実施状況

	平成25年度	平成26年度	平成27年度	平成28年度
参加者(人)	14	13	15	20

平成29年11月末現在

3 糖尿病性腎症重症化予防 【健康推進課で実施】

糖尿病から人工透析への移行を防止し、医療費の適正化を図ります。

①医療機関未受診者に対する受診勧奨

■対象者

特定健康診査受診者で、ヘモグロビンA1c 6.5%以上かつ血圧160/100（Ⅱ度高血圧）以上かつ尿蛋白2+以上のかた

■実施方法

対象者に対し、通知・個別面談・訪問し受診勧奨および指導をします。

②通院中の重症化リスクの alta に対する保健指導

■対象者

医療機関に通院中で、保健指導が必要とかかりつけ医が判断したかた

■実施方法

医療機関（かかりつけ医）からの紹介をもとに、個別面談・訪問等にて保健指導を実施する

第 1 1 章 早期介入保健指導事業

1 若年層健康診査（good ライフ健診）

【健康推進課で実施】

■目的

若い年齢から健康に関する自己管理能力を養うとともに、生活習慣病予防対策を実施することで、将来の生活習慣病予防・健康寿命の延伸を図る

■実施期間

7 月 1 日～8 月末まで

■対象者

20 歳～38 歳（4 月 1 日現在）の市民

■実施内容

- ・瑞穂市内委託医療機関にて実施
- ・健診項目は、身長、体重、BMI、ウエスト周囲径、尿検査(蛋白、潜血、糖)、AST、ALT、 γ -GT、HDL コレステロール、LDL コレステロール、中性脂肪、血糖、ヘモグロビン A1c、血圧、尿酸、クレアチニン、e-GFR、心電図、貧血

■周知方法

- ①20 歳・25 歳・30 歳・35 歳・38 歳のかた、過去 3 年以内に若年層健康診査受診歴のあるかたには、健康診査受診票と案内文書を郵送にて健診開始前に個別通知をしています。
- ②瑞穂市立保育所において保護者宛に、若年層健康診査受診勧奨チラシを配布しています。
- ③市役所、保健センターに若年層健康診査 PR ポスターを掲示しています。

④広報みずほ、市役所内電光掲示板に若年層健康診査に関する情報を掲載しています。

⑤『瑞穂市大人の健(検)診早見表』内に若年層健康診査についても盛り込み、特定健診受診券と同封し郵送、さらに瑞穂市への転入者に配布しています。

2 若年層健康診査事後指導

【健康推進課で実施】

■実施期間

≪集団指導：good ライフ健康セミナー≫

7月～9月までの計7日間（午前1回、午後1回、夜間5回）

≪個別指導≫

随時、窓口及び電話にて個別指導

■対象者

若年層健康診査受診者の20歳～38歳の市民

■実施方法

①健診の受診勧奨をする

②対象者に合わせた事後指導を実施し、生活習慣病の発症や重症化の予防を行う

■周知方法

若年層健診受診者全員に good ライフ健康セミナーの案内を郵送

■平成29年度若年層健康診査と事後指導結果

(表18) 受診率

	H29年度			H28年度		
	人口(人)	受診者数(人)	受診率(%)	人口(人)	受診者数(人)	受診率(%)
20～29歳	6,168	220	3.6	6,121	567	9.3
30～38歳	6,843	572	8.4	6,928	571	8.2
計	13,011	792	6.1	13,049	1,138	8.7

※各年度、4月1日現在

(表19) 受診者数と受診結果

年齢別受診者数			総合判定別件数				平成28年度	昨年比
20歳代	30歳代	計	異常なし	要指導 ※1(セミナー 勸奨者)	要医療	治療中	受診者数	
220人	572人	792人	251人	371人 (99人)	163人	7人	1138人	69.6%
27.8%	72.2%	100.0%	31.7%	46.8% (要指導者の26.7%)	20.6%	0.9%		

(表20) メタボリックシンドローム関連検査項目にて要指導判定者への事後指導結果

	30分セミナー参加者数(人)			個別指導数(セミナー以外)(人)		
	20~29歳	30~38歳	計	20~29歳	30~38歳	計
男	2	3	5	1	8	9
女	6	10	16	1	20	21
計	8	13	21	2	28	30
※1に対するセミナー参加率			51.5%			

※1 (セミナー勸奨者)



第12章 特定歯科健診

平成21年度より歯と歯ぐきの健康づくりから行う生活習慣病予防としてとらえ実施しています。平成21年度と平成22年度の対象者は40歳以上70歳までの10歳刻みで実施していましたが、平成23年度より、40歳以上70歳までの5歳刻みに対象者を広げ、さらに平成27年度からは、25歳以上70歳までの5歳刻みに対象者を広げ取り組んでいます。

口腔疾患が全身の疾患に大きく関係していることが、近年の研究で明らかになっています。中でも、歯周病が進行すると歯周病菌や歯周病の場所で作られた様々な物質が、血流に乗って全身に運ばれ、心臓病や脳卒中などの病気を引き起こします。更に、しっかり噛むことは、食欲を抑え肥満を予防する効果があります。

歯の健康とメタボリックシンドロームには深い関係があり、歯と歯ぐきの健康づくりはメタボリックシンドロームの改善に重要です。

1 実施について

■実施場所

(一般社団法人) もとす歯科医師会加盟の瑞穂市内、20 医療機関

■実施期間

7月から翌3月末まで

■対象者

瑞穂市国民健康保険被保険者のうち、年度内25、30、35、40、45、50、55、60、65、70歳のかた

■実施方法

該当者のかたに、受診券を6月下旬に特定健康診査受診券に同封して郵送します。25、30、35歳のかたは別途受診券のみ郵送します。受診されるかたは、受診券を持参し実施医療機関にて受診します。自己負担金はありません。

■健診項目

問診、口腔内検査、歯周病検査、歯垢・歯石の状況、歯肉の発赤腫脹、歯周病の評価など

■周知方法

広報みずほ、瑞穂市ホームページ、公共施設、金融機関等

2 特定歯科健診の受診率

(表21)特定歯科健診受診率の推移

	対象者		受診者数(人)	受診率(%)
	対象年齢	対象者数(人)		
平成25年度	40歳以上5歳ごと	1,672	210	12.6
平成26年度	40歳以上5歳ごと	1,663	192	11.5
平成27年度	25歳以上5歳ごと	1,709	153	9.0
平成28年度	25歳以上5歳ごと	1,800	180	10.0
平成29年度	25歳以上5歳ごと	1,838	94	5.1

※平成29年度は平成29年11月末現在

3 特定歯科健診の目標及び今後の取り組み・課題

特定歯科健診受診者は継続で来院しているかたが多く、新規で健診に来院するかたは少ない状況です。すでにかかりつけ医を持って定期的に歯の検査や歯垢の除去に通院しているかたが多いこと、すでに虫歯で治療中のかたは受診しないなどの実情はありますが、受診率が向上するために、ポスターの掲示や広報みずほ・瑞穂市ホームページに実施案内を掲載するなど受診勧奨をより積極的に実施し、すでに治療しているかたについては医療機関との連携を図っていきます。

また、口腔内の実態を把握するため受診結果を基に病状の統計を実施します。

(表22)特定歯科健診実施期間における目標

	平成30年度	平成31年度	平成32年度	平成33年度	平成34年度	平成35年度
実施率(%)	13.0	13.0	13.0	13.5	13.5	14.0

※平成27年度～平成29年度の平均受診率より算定

第13章 特定健康診査受診率向上への取り組み

1 特定健康診査受診券送付時に前回受診結果を同封

平成25年度から実施している事業で、受診券送付時に前回受診結果を同封することで、健診の継続受診を促進することを目的としています。

健診の継続受診は疾病の重症化予防の最善策です。受診者本人が過去の健診結果を振り返り受診意欲を向上させ、さらに健診受診時に持参することで、医師の診断の補助材料に活用しています。引き続き、前回受診結果を同封し継続受診を促進させ受診率の向上を図ります。

2 受診率の低い40歳代・50歳代の未受診者へ受診勧奨ハガキを送付

特定健康診査において、特に受診率の低い40歳から59歳までの未受診者を対象に受診勧奨ハガキを送付し、対象者の的を絞って勧奨することで受診率向上を図ります。この事業は平成24年度から実施しています。

3 特定保健指導未利用で受診の必要なかたへの受診勧奨

特定保健指導の利用を勧奨したにもかかわらず利用されないかたで、血糖値、脂質、血圧等、各検査結果の数値において医療機関受診が必要な程度に悪化しているかたに対しては、メタボリックシンドロームが重症化して心筋梗塞や糖尿病等発症する危険性が高いと考えられるため、健康推進課にて、訪問、電話、面談のいずれかにて生活習慣の改善や、医療機関に受診する必要があることを指導し、今後も受診勧奨に努めていきます。

第14章 協力連携

1 医療機関との協力連携

「治療中でも健診の対象者である」ことについて、医療機関など直接治療に関わる機関と連携し周知しています。受診券の再交付等の対応も早急に対処し郵送等に取り組んでいます。さらに今後は医療機関と連携を図り、特定健康診査受診率向上策の一環として、特定健康診査を未受診のかたが生活習慣病で医療機関受診中であった場合に、受診時の検査結果データを提出していただく「特定健康診査情報提供事業」の実施に努めていきます。

2 その他の健診との協力連携

職場での健診等他の法令に基づく健診を受けた場合、受診結果の提供を依頼しています。なお、当市特定健康診査の受診結果提供の依頼に関しては、受診券送付時の案内や受診勧奨文書の中で周知を図っています。引き続き継続し受診率の向上を目指します。

また、健康推進課で全市民対象に若年層健康診査（goodライフ健診）を実施しています。自身の健康のために若い世代から健診を受けることの意義を理解し、20歳代から「健診を受けることが当たり前」の認識が定着すれば、40歳代、50歳代の受診率も向上してくるのではと考えています。特定健康診査の受診率向上のために若年層健康診査（goodライフ健診）とも引き続き連携し進めていきます。

後期高齢者医療の被保険者を対象とした「すこやか健診」「さわやか口腔健診」とも連携を図ります。



発行日	平成30年3月
発行者	瑞穂市 岐阜県瑞穂市別府1288番地
編集	瑞穂市 市民部 医療保険課