

第3期 多摩市国民健康保険特定健康診査等実施計画 素案（概要版）

1. 計画の目的等

① 計画の背景

- 急速な少子高齢化、疾病構造等の変化から国民の医療費が増大している。特に、虚血性心疾患、脳血管疾患、糖尿病等の生活習慣病の割合が増加し、死亡原因でも生活習慣病が約6割を占め、医療費に占める生活習慣病の割合も国民医療費の約3分の1となっている。
- 生活習慣病を中心とした疾病予防を重視されることになり、保険者による健診及び保健指導の充実を図る観点から、高齢者の医療の確保に関する法律に基づき、保険者は、被保険者及び被扶養者に対し、糖尿病等の生活習慣病に関する健康診査及び健康診査の結果により健康の保持に努める必要がある者に対する保健指導を実施することになった。

② 多摩市のこれまでの取組

- 平成20年4月から「多摩市国民健康保険特定健康診査等実施計画」を策定し、この計画に基づき特定健康診査、特定保健指導を実施。
- 平成25年4月、平成20年4月以降の実施状況や医療費の現状などを踏まえ、「第2期多摩市国民健康保険特定健康診査等実施計画」を策定し、引き続き被保険者の健康維持・促進並びに医療費の適正化に努めている。

③ 目的

- 運動・食事・喫煙などに関する不適切な生活習慣が引き金となり、肥満、脂質異常、血糖高値、血圧高値から起こる糖尿病等の生活習慣病の発症・重症化を予防するためには、早期の発見・治療、必要な対象者には保健指導により生活の改善を支援することが非常に重要である。このことから、被保険者の健康状態を把握できる特定健康診査の受診率の向上並びに生活習慣の改善支援のための特定保健指導の実施率の向上をめざし、もって多摩市国民健康保険被保険者における生活習慣病有病者及びその予備群の減少と健康の保持増進を図るとともに、医療費の適正化を図る。

2. 計画期間

6年を1期とし、第3期は平成30年度から平成35年度までとする。

3. 計画の位置づけ

「第五次多摩市総合計画第2期基本計画」、「多摩市国民健康保険データヘルス計画」並びに「東京都医療費適正化計画」と十分な整合性を図る。



なぜ必要？特定健診

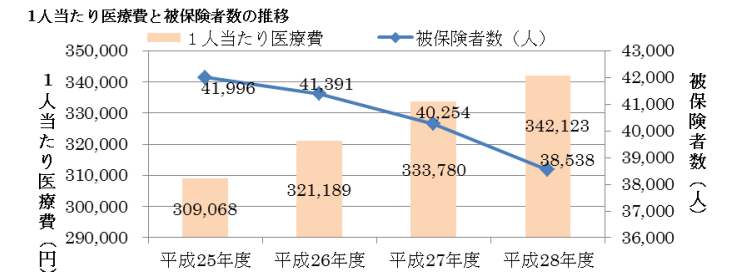
生活習慣病は早期に発見し、生活習慣の見直しや、治療を行うことで重症化することが防げます。まずは、毎年健診を受け、自分の健康状態を確認しましょう。



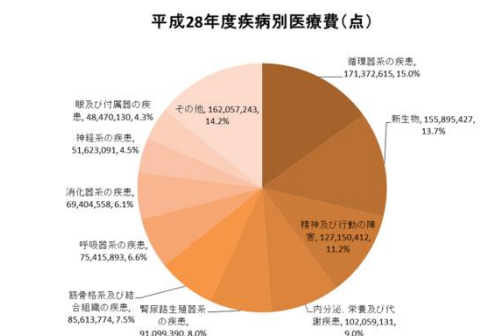
4. 多摩市国民健康保険の状況

① 被保険者と医療費の状況

- 被保険者数は平成23年度をピークに減少傾向にある。これは、高齢化により被保険者が後期高齢者医療に移行していること、社会保険の適用拡大により他の保険に加入している人が増えているためと考えられる。また、被保険者一人あたりの医療費は平成25年度が309,068,068円から平成28年度342,123,123円へ増加している。



- 大分類による疾病別医療費を見ると、高血圧性疾患や虚血性心疾患を含む循環器系の疾患、次に新生物（がん）の医療費が高額となっている。



5. 特定健診・特定保健指導実施状況

① 特定健診実施状況

- 平成20年度の制度開始以降、着実に受診率が伸びてきたが、この数年は微増傾向にとどまっており、計画最終年度の29年度の目標値である60%を達成するのは非常に困難な状況。特に若年層の受診率が低く、女性に比べ、男性の受診率が低い状況。

年度	男			女		
	対象者(人)	受診者(人)	受診率	対象者(人)	受診者(人)	受診率
25	12,628	5,276	41.8%	14,951	7,349	49.2%
26	12,648	5,417	42.8%	15,028	7,523	50.1%
27	12,406	5,358	43.2%	14,790	7,645	51.7%
28	11,717	5,082	43.4%	14,060	7,220	51.4%

② 特定保健指導実施状況

- 保健指導の実施率は非常に低く、なおかつ、実施率が低下してきている状況。実施日時等について、平日以外の日を行うなどの工夫をしているものの、実施率に結びついていない。

年度	対象者(人)	実施者(目標)(人)	実施者(結果)(人)	実施率(目標)	実施率(結果)
25	1,213	464	224	30.0%	18.5%
26	1,236	620	260	37.0%	21.0%
27	1,346	809	175	45.0%	13.0%
28	1,258	987	157	52.0%	12.5%

6. 第二期計画の課題と今後の方向性

① 特定健診の課題と今後の方向性

【課題】

- ・受診率について、計画最終年度の目標である60%の達成が困難な状況である。
- ・検査結果について、経年の検査値の変化、検査値に応じた保健指導や治療の必要性を伝えるなど、受診者にとってより理解しやすく、今後の生活習慣の改善のきっかけとなるような情報提供が必要である。

【今後の方向性】

- ・受診率向上のため、引き続き個別の受診勧奨は実施する。あわせて勧奨内容、対象者の選定方法等は事業の実績を踏まえて修正しながら実施する。特に若年層にターゲットを絞り、特定健康診査等の重要性、若い層に向けたメッセージを盛り込んだ勧奨通知を送付する等重点化した受診勧奨を行うことを検討する。
- ・また、健診実施機関である各医療機関と連携のもと、受診者にとってわかりやすい情報提供の在り方を検討する。

② 特定保健指導の課題と今後の方向性

【課題】

- ・実施率について、低い状況が続いており、平成27年度からは下落している。また、目標値との乖離が大きい。
- ・特定保健指導の案内が健診2ヵ月後であり、保健指導利用の意欲が薄れていることも考えられる。

【今後の方向性】

- ・実施日時、実施場所等について再検討を行い、より多くの対象者が保健指導を受けられる環境を構築する。
- ・かかりつけ医、健診を実施した医師等と連携した特定保健指導の受診勧奨方法についても検討し実施。
- ・保健指導の実施にあたっては、今後も受託事業者との連携を密にとりながら、質の高い保健指導を実施していく事で、被保険者の健康増進を図る。



特定保健指導って何？

特定健康診査の結果、生活習慣病の発症リスクの高い方に対して、食事や運動の生活習慣を見直す援助を保健師、管理栄養士等の専門職により3か月にわたって行われます。

支援の内容は該当するリスクにより「動機付け支援」と「積極的支援」の2種類があります。

健診の結果、リスクが高いと判定されても、それは生活習慣を見直すチャンスです。ぜひ保健指導を受けて健康的な生活を手に入れましょう！！



7. 第3期計画の目標

① 特定健康診査実施率の目標について

平成35年度時点での受診率の目標値を、国で定める第3期特定健診等基本指針に基づき、全国市町村国保の目標値である60%とする。平成30年度からの各年度の目標値は以下のとおりとする。

年度	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
特定健診受診率	50%	52%	54%	56%	58%	60%

② 特定保健指導の目標について

平成35年度時点での実施率の目標を、国で定める第3期特定健康診査等基本指針に基づき、全国市町村国保の目標値である60%とする。また、平成30年度からの各年度の目標値及び実施者数は以下のとおりとする。

年度	30	31	32	33	34	35	
特定保健指導の実施率	30%	37%	43%	49%	55%	60%	
対象者数(人)	積極的支援	610	607	605	607	606	588
	動機付け支援	2,163	2,153	2,144	2,153	2,147	2,086
	合計	2,773	2,760	2,749	2,760	2,752	2,675
目標実施者数(人)	積極的支援	183	225	260	297	333	353
	動機付け支援	649	797	922	1,055	1,181	1,252
	合計	832	1,022	1,182	1,352	1,514	1,605

8. 評価

① 評価指標

評価については、以下の2項目を指標として評価する。

- ・特定健康診査受診率、特定保健指導実施率

国への実績報告を活用し、各年度の目標値の達成状況を評価する。

- ・メタボリックシンドロームの該当者・予備軍の減少率

国への実績報告を活用し、特定保健指導対象者の減少率を参考に特定保健指導の効果を評価する。

その他、実施方法や内容等について、実施計画の内容と実際の事業実施状況を比較・評価し、進捗状況を管理するとともに、中長期的評価として、生活習慣病有病者やその予備軍の数、医療費の推移なども併せ、総合的な分析・評価を行っていく。

② 結果の公表等

評価結果については、多摩市国民健康保険運営協議会に適宜報告するとともに、公式ホームページ等で公表し、市民との情報共有を図る。