

第3期釜石市国民健康保険  
特定健康診査等実施計画

平成30年度～平成35年度

平成30年3月

# 目 次

序 章	計画策定にあたって	
1	背景及び趣旨	1
2	メタボリックシンドロームに着目する意義	2
3	計画の性格	3
4	計画の期間	3
第1章	釜石市の現状と課題	
1	釜石市の現状	4
第2章	特定健康診査・特定保健指導の取り組み状況・評価	
1	特定健康診査	8
2	特定保健指導	10
3	メタボリックシンドロームの該当者数及び減少率	11
第3章	特定健康診査等の目標	
1	目標の設定	12
2	釜石市国民健康保険の目標値	13
3	特定健康診査の対象者数及び実施予定者数について	13
4	特定保健指導の対象者数及び実施予定者数について	14
第4章	特定健康診査等の実施方法	
1	特定健康診査	15
2	特定保健指導	18
第5章	個人情報の保護	
1	記録の保存方法等	20
2	個人情報保護に関する管理ルールの制定	20
第6章	特定健康診査等実施計画の公表と周知	
1	特定健康診査等実施計画の公表方法	20
2	特定健康診査等を実施する趣旨の普及啓発方法	20
第7章	特定健康診査等実施計画の評価及び見直し	
1	特定健康診査等実施計画の評価方法	21
2	特定健康診査等実施計画の見直し	21
第8章	その他	
1	外部委託基準	21
標準様式	標準的な質問票	22

## 序章 計画策定にあたって

### 1 背景及び趣旨

平成20年度に「高齢者の医療の確保に関する法律」が施行されたことにより、生活習慣病対策に重点を置いた特定健康診査（以下「特定健診」という。）及び特定保健指導を開始し、生活習慣病の早期発見・予防による健康保持増進、医療費適正化に取り組んできました。

事業実施にあたって、平成20年3月に「釜石市国民健康保険特定健康診査等実施計画」を、平成25年4月には「第2期釜石市国民健康保険特定健康診査実施計画」（以下「第2期特定健診等実施計画」という。）を策定し、受診率の向上に向けた受診勧奨や啓発を行ってきました。

また、平成28年7月には健康・医療情報を活用してPDCAサイクルに沿った効率的かつ効果的な保健事業の実施を図るため「釜石市国民健康保険データヘルス計画」（以下「第1期データヘルス計画」という。）策定し、生活習慣病の重症化予防等に取り組んできました。

これら第2期特定健診等実施計画及び第1期データヘルス計画が平成29年度をもって満了となることから、計画の評価を実施し、新たな計画を策定するものです。

策定にあたっては、保健事業の実施計画である「第2期釜石市国民健康保険データヘルス計画」と連携し、一体的に策定します。

## 2 メタボリックシンドロームに着目する意義

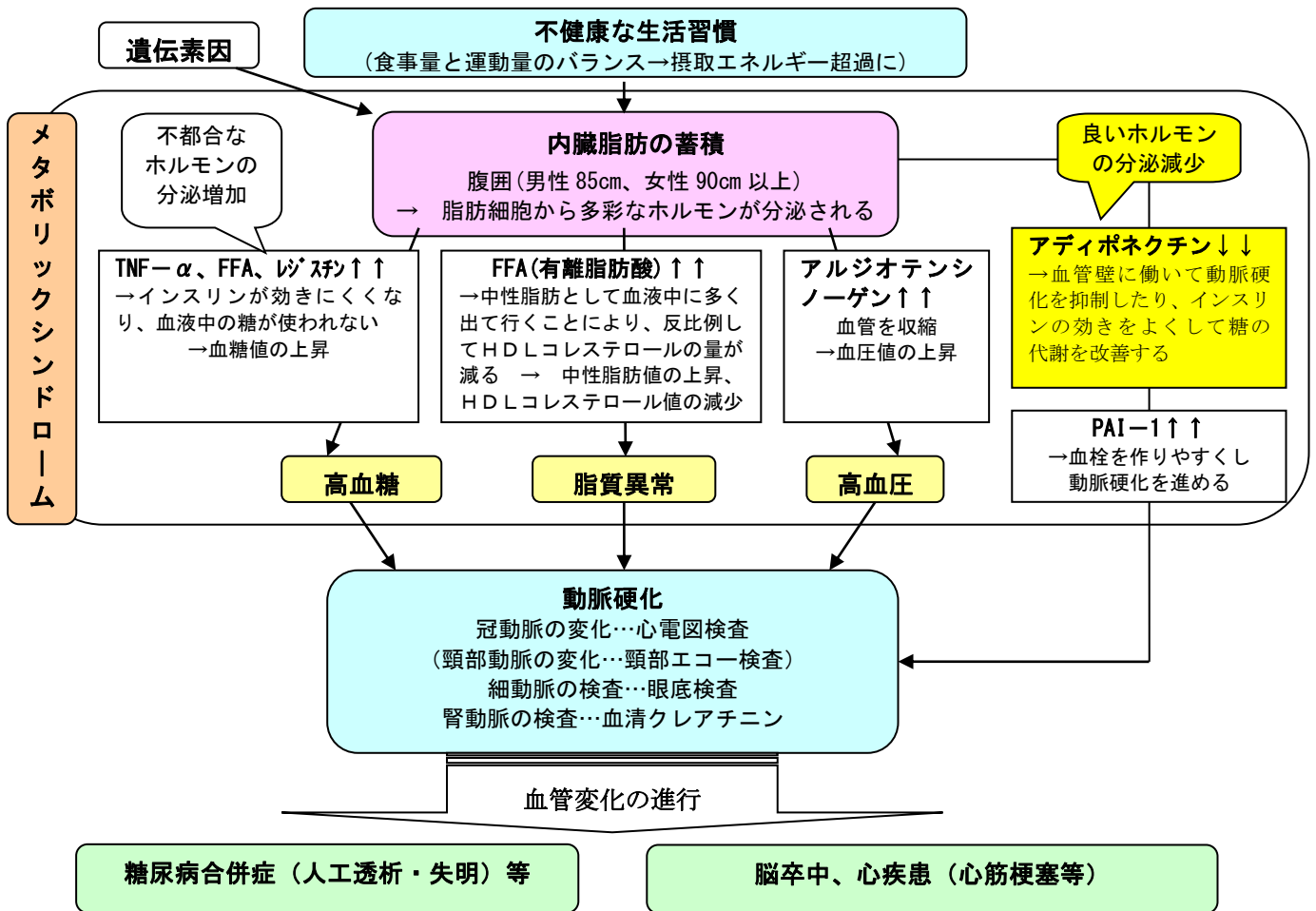
平成17年4月に、日本内科学会等内科系8学会が合同でメタボリックシンドロームの疾患概念と診断基準を示しました。

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低減が図られるという考え方を基本としています。

内臓脂肪型肥満に起因する糖尿病、高脂血症、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。

この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できます。このため、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できるようになると思います。

### メタボリックシンドロームのメカニズム



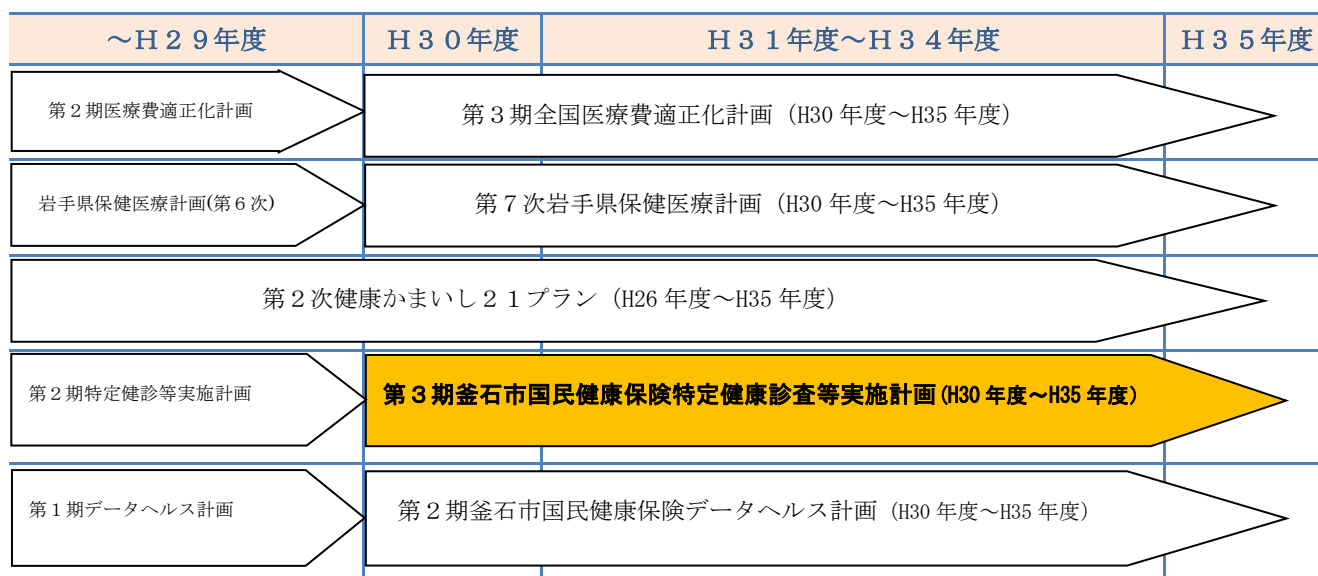
(平成17年9月15日厚生科学審議会健康増進栄養部会より)

### 3 計画の性格

この計画は、国の特定健康診査等基本指針（高齢者の医療の確保に関する法律第18条）に示されている指針の内容に基づき策定する計画であり、国の「第3期全国医療費適正化計画」や、岩手県の「第7次岩手県保健医療計画」に示された基本的な方針を踏まえたものとし、当市の「第2次健康かまいし21プラン」と十分な整合性を図ることとします。

### 4 計画の期間

計画期間については、健康保持の推進及び医療の効率的な推進に関し国や岩手県が定める「第3期全国医療費適正化計画」、当市の「第2次健康かまいし21プラン」との整合性を図るため、6ヵ年計画とし、平成30年度から平成35年度までとします。



## 第1章 釜石市の現状と課題

### 1. 釜石市の現状

#### (1) 国民健康保険被保険者の状況

釜石市の人口は、平成20年度の41,038人から、平成28年度には35,005人に減少し、国保の被保険者も平成20年度の12,433人から、平成28年度には8,655人となり、3,778人減少（△30.3%）しています。

年齢構成別被保険者数の内訳割合をみると、0歳～64歳までは減少傾向にあるのに対し、65歳以上は増加傾向にあり、平成28年度では被保険者に占める65歳以上の割合が49.4%と、ほぼ二人に一人といった状況で、高齢化が顕著にうかがえます。（表1、図1）

表1) 年齢構成別国保被保険者数の推移

単位：人、%

年度	H20	H21	H22	H23	H24	H25	H26	H27	H28
人口	41,038	40,338	39,464	37,590	37,161	36,584	36,078	35,547	35,005
被保険者数	12,433	12,096	11,757	11,515	10,566	9,930	9,451	9,047	8,655
0歳～39歳	2,354	2,312	2,213	2,260	1,954	1,742	1,614	1,494	1,411
	18.9%	19.1%	18.8%	19.6%	18.5%	17.5%	17.1%	16.5%	16.3%
40歳～64歳	4,650	4,402	4,403	4,621	4,114	3,782	3,473	3,194	2,972
	37.4%	36.4%	37.5%	40.1%	38.9%	38.1%	36.7%	35.3%	34.3%
65歳～74歳	5,429	5,382	5,141	4,634	4,498	4,406	4,364	4,359	4,272
	43.7%	44.5%	43.7%	40.2%	42.6%	44.4%	46.2%	48.2%	49.4%

※上段は被保険者数、下段は年齢別の被保険者割合

第2期データヘルス計画抜粋（資料：国民健康保険実態調査）

また、県内で同規模の市町村と比較してみると、いずれも被保険者に占める65歳以上の割合は高いものとなっておりますが、釜石市の割合は非常に高いといえます。（表2）

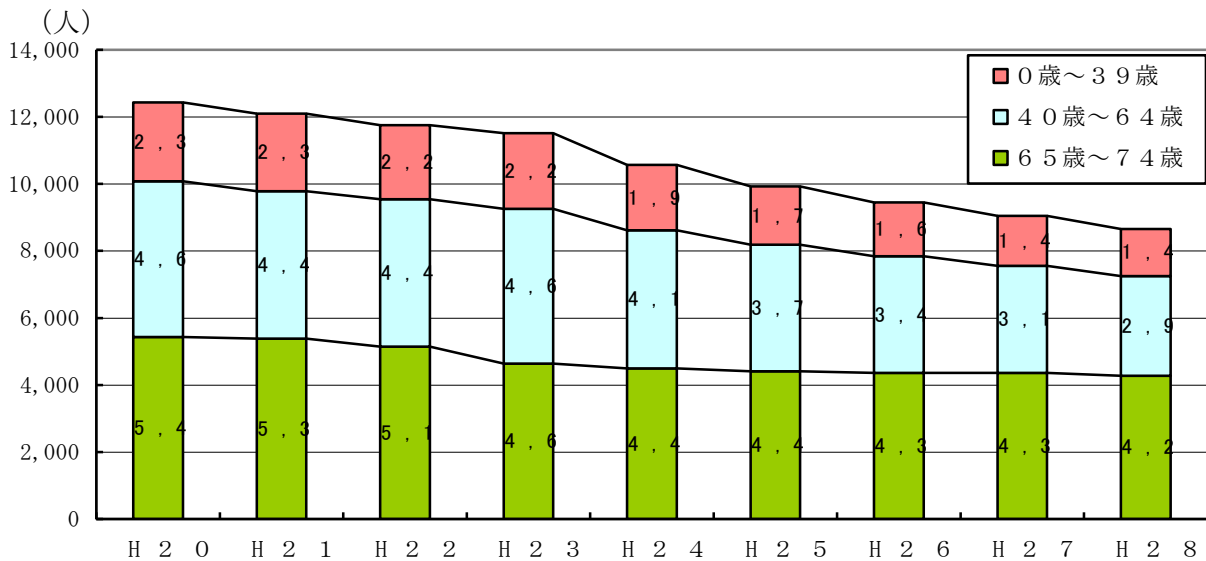
表2) 県内他市町村の状況

単位：人、%

年度	H20			H28		
	大船渡市	遠野市	二戸市	大船渡市	遠野市	二戸市
被保険者数	13,952	9,997	11,566	9,909	7,166	8,081
0歳～64歳	8,987	6,306	8,183	5,431	3,902	4,741
	64.4%	63.1%	70.8%	54.8%	54.5%	58.7%
65歳～74歳	4,965	3,691	3,383	4,478	3,264	3,340
	35.6%	36.9%	29.2%	45.2%	45.5%	41.3%

第2期データヘルス計画抜粋（資料：国民健康保険実態調査）

【図1】被保険者数と年齢構成割合の推移



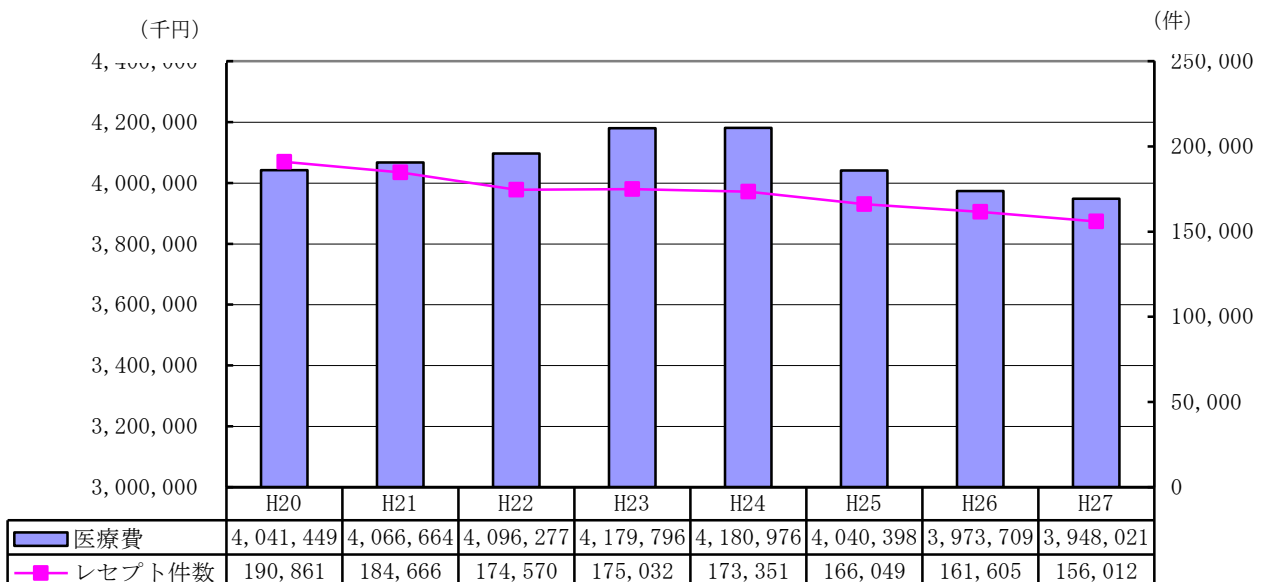
第2期データヘルス計画抜粋(資料:国民健康保険実態調査)

(2) 国民健康保険医療費の推移

医療費の年度別推移を表したのが次のグラフとなります。

被保険者数の減少に比例し、レセプト件数は減少しています。医療費も平成25年度から減少に転じています。要因として、震災後に社会保険への移行が進んだことも一因と考えられます。(図2、表3)

【図2】医療費の状況



※レセプト(診療報酬明細書)とは … 医師によって行われた治療行為、使用された医薬品の明細や診療点数が

記載されている書面のこと

第2期データヘルス計画抜粋(資料:国民健康保険事業状況)

(表3) 年代別医療費の内訳

	H20	H21	H22	H23	H24	H25	H26	H27
65歳～74歳 (千円)	1,969,186	2,291,197	2,208,350	2,163,903	2,124,093	2,064,348	2,127,170	2,143,688
一人当たり (円)	364,934	428,983	431,740	462,274	476,575	473,149	491,604	496,339
0歳～64歳 (千円)	2,072,263	1,775,467	1,887,927	2,015,893	2,056,883	1,976,050	1,846,539	1,804,333
一人当たり (円)	292,734	262,294	285,099	292,965	330,848	351,235	356,819	385,211

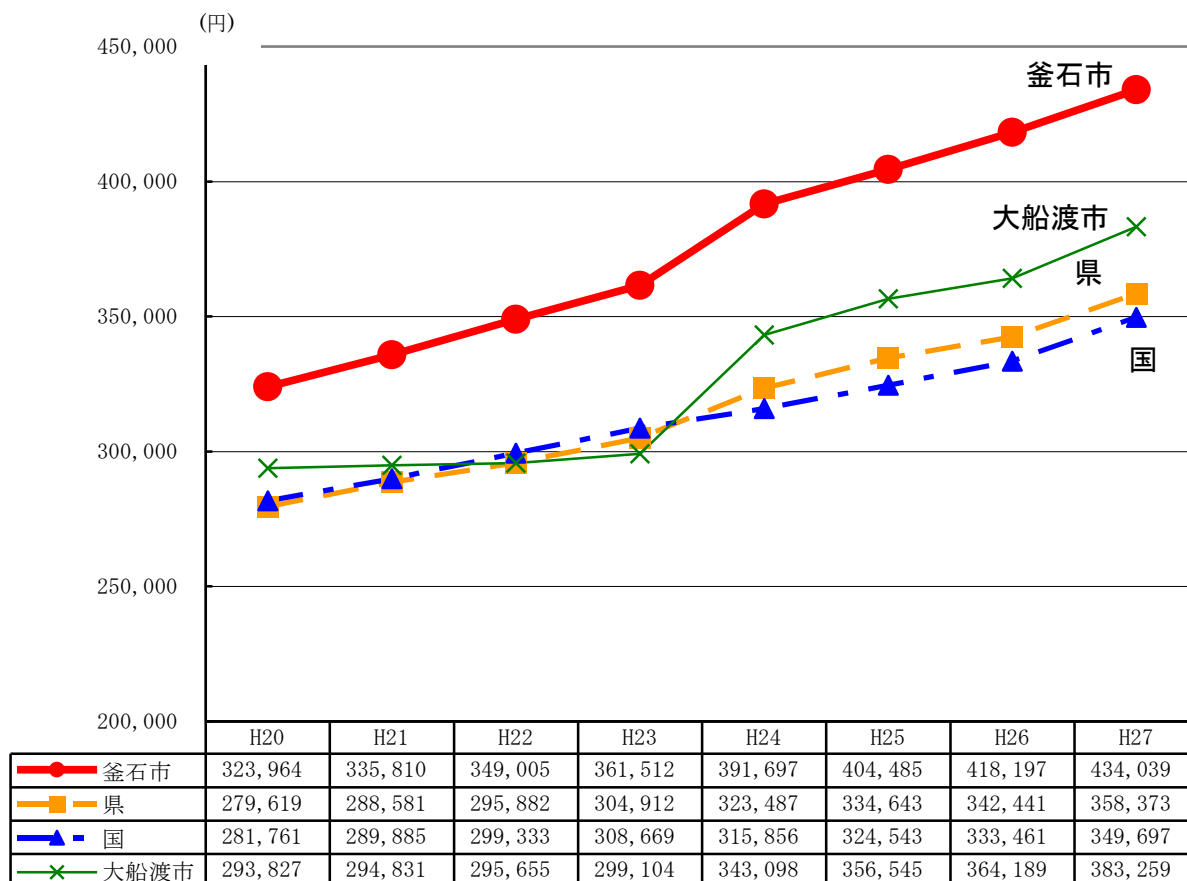
第2期データヘルス計画抜粋 (資料: 国民健康保険事業状況)

年度別一人当たり医療費を示したのが次のグラフとなります。(図3)

全国的に医療費は年々増加しています。これは、高度先進医療の進展のほか、被保険者に占める高齢者の割合が高くなっていることも要因と考えられます。

釜石市の1人当たり医療費は高くなっています。また震災後、一段と増加したことが読み取れます。

【図3】 年度別1人当たり医療費の状況



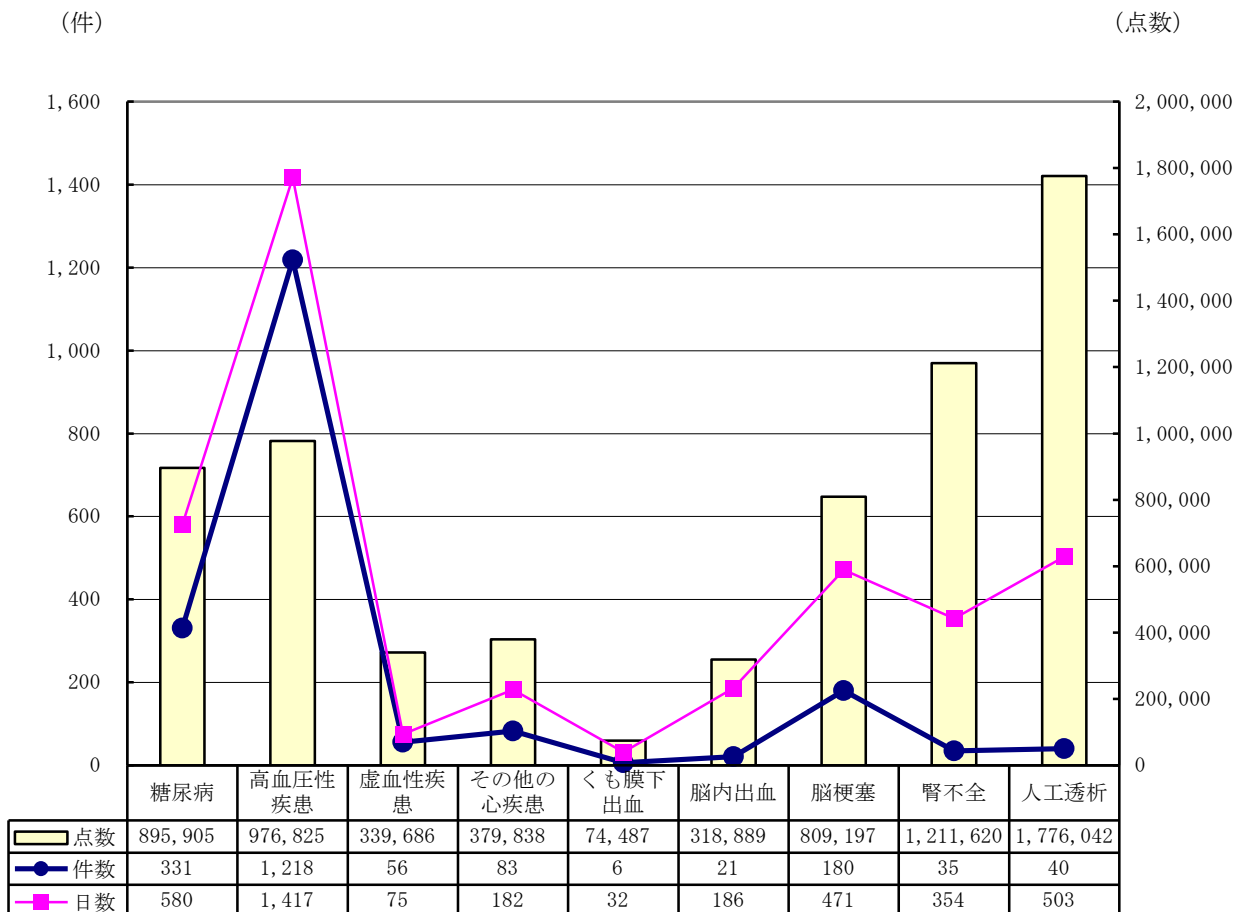
第2期データヘルス計画抜粋 (資料: 国民健康保険事業状況)



（３）生活習慣病（精神、がんを除く）の主要疾病別医療費の状況（平成 28 年 5 月診療分）

生活習慣病では、人工透析と糖尿病、高血圧性疾患が高い点数となっています。高血圧性疾患は、レセプト件数、日数とも多いですが、人工透析はレセプト件数 40 件と少ないものの、1 件当たりの点数が高額となっていることから、1 カ月間で 1,700 万円以上の医療費がかかっていることがわかります。（図 4）

【図 4】主要疾病別医療費点数・件数（40 歳以上：平成 28 年 5 月診療分）



第 2 期データヘルス計画抜粋（資料：疾病中分類統計（岩手県保険者協議会））

※虚血性心疾患とは … 血液の循環不全で心筋の一部に虚血を生じ、そのために起る心疾患の総称。

「狭心症」「心筋梗塞」「動脈硬化症」が含まれる。

※医療費点数とは … 診療報酬は点数制となっており、金額に換算する場合は、1 点 = 10 円として計算します。

## 第2章 特定健康診査・特定保健指導事業の取り組み状況・評価

第2期釜石市国民健康保険特定健康診査等実施計画に基づき、平成20年度から実施してきた特定健康診査、特定保健指導の状況は以下のとおりです。

### 1. 特定健康診査（40～74歳までの国保被保険者）

- ・目的 メタボリックシンドロームに着目した生活習慣病予防
- ・実施方法 集団健診方式で、市内の公民館、体育館を会場とし、毎年度7～8月に実施
- ・診査項目 問診、身体計測、血中脂質検査、肝機能検査、血糖検査、尿検査
- ・評価 平成28年度における、特定健康診査受診率は35.4%となっています。  
国、県と比較すると低くなっており、受診率の県内順位は県内33市町村中32位となっています。（表4、図5、6）  
性別・年齢別に見ると、全体的に男性の方が女性より受診率が低く、年齢も若くなるほど受診率が低迷しています。（図7）

表4）特定健康診査受診状況

対象者数

年度	40-49歳	50-59歳	60-69歳	70-74歳	計
H22	769	1,344	3,641	2,452	8,206
H23	745	1,268	3,518	2,435	7,966
H24	711	1,100	3,427	2,349	7,587
H25	672	1,015	3,218	2,347	7,252
H26	641	951	3,133	2,259	6,984
H27	627	868	3,118	2,097	6,710
H28	592	795	3,068	1,933	6,388

受診者数

年度	40-49歳	50-59歳	60-69歳	70-74歳	計
H22	142	287	1,343	951	2,723
H23	80	198	972	728	1,978
H24	105	210	1,133	872	2,320
H25	116	219	1,102	924	2,361
H26	128	231	1,185	990	2,534
H27	120	229	1,192	859	2,400
H28	110	181	1,151	817	2,259

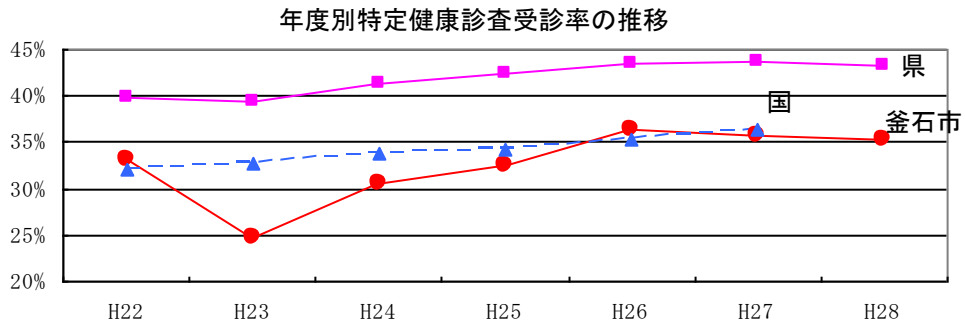
受診率

年度	40-49歳	50-59歳	60-69歳	70-74歳	計	目標値
H22	18.5%	21.4%	36.9%	38.8%	33.2%	45.0%
H23	10.7%	15.6%	27.6%	29.9%	24.8%	55.0%
H24	14.8%	19.1%	33.1%	37.1%	30.6%	65.0%
H25	17.3%	21.6%	34.2%	39.4%	32.6%	35.0%
H26	20.0%	24.3%	37.8%	43.8%	36.3%	40.0%
H27	19.1%	26.4%	38.2%	41.0%	35.8%	45.0%
H28	18.6%	22.8%	37.5%	42.3%	35.4%	50.0%

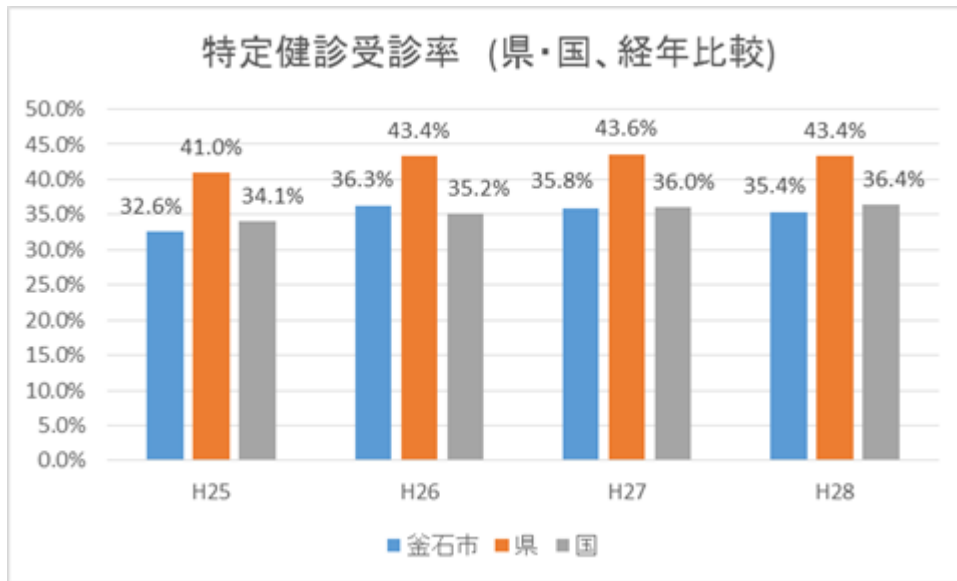
法定報告数

※目標値：釜石市国民健康保険特定健康診査等実施計画の平成24年度までは第1期、平成25年度から第2期の数値である。

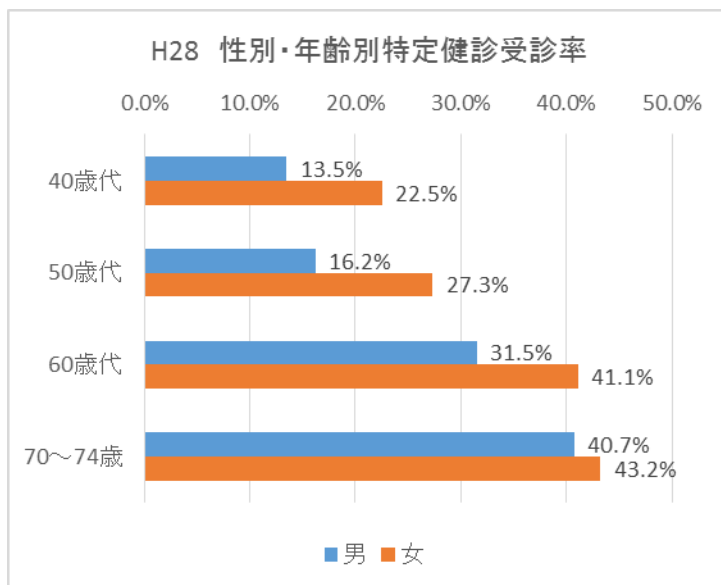
【図5】



【図6】



【図7】



第2期データヘルス計画抜粋 (資料：国保データベースシステム)

## 2. 特定保健指導（40～74 歳までの国保被保険者）

- ・目的 自主的な取組により生活習慣を改善し、健康寿命を延ばす
- ・実施方法 保健師、管理栄養士による保健指導
- ・実施内容 特定健康診査にてメタボリックシンドローム判定を受けた方を「動機付け支援」「積極的支援」に階層化し、個別面接や、栄養指導及び運動教室を実施し支援する
- ・結果 特定保健指導の実施率は、平成 28 年度 8.7%で、目標の 40%からは大きく下回っています。（表 5、図 8）

表 5）特定保健指導実施状況

対象者数

年度	40-49歳	50-59歳	60-69歳	70-74歳	計	対象率
H22	33	71	274	158	536	19.6%
H23	16	52	179	127	374	18.9%
H24	30	54	223	144	451	19.4%
H25	40	56	184	136	416	17.6%
H26	31	61	188	121	401	15.8%
H27	39	47	177	96	359	14.0%
H28	35	36	185	99	355	12.2%

実施者数

年度	40-49歳	50-59歳	60-69歳	70-74歳	計
H22	—	—	—	—	—
H23	—	—	—	—	—
H24	0	0	17	8	25
H25	0	1	14	8	23
H26	1	6	15	9	31
H27	4	6	14	14	38
H28	2	4	15	10	31

実施率

年度	40-49歳	50-59歳	60-69歳	70-74歳	計	目標値
H22	—	—	—	—	—	—
H23	—	—	—	—	—	—
H24	0.0%	0.0%	7.6%	5.6%	5.5%	45.0%
H25	0.0%	1.8%	7.6%	5.9%	5.5%	10.0%
H26	3.2%	9.8%	8.0%	7.4%	7.7%	20.0%
H27	10.3%	12.8%	7.9%	14.6%	10.6%	30.0%
H28	5.7%	11.1%	8.1%	10.1%	8.7%	40.0%

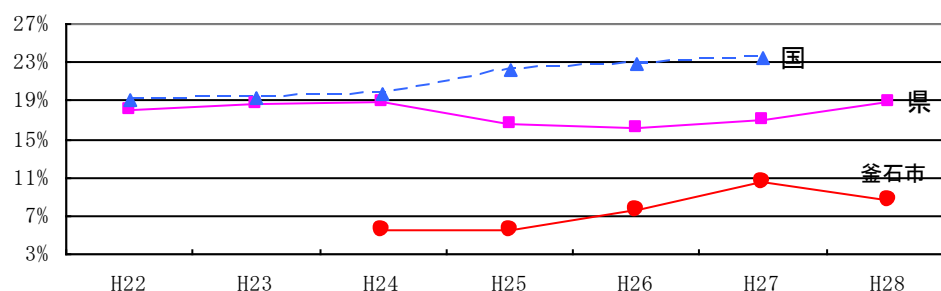
法定報告数

※平成 22、23 年度は、東日本大震災により事業を中止している。

※目標値：釜石市国民健康保険特定健康診査等実施計画の平成 24 年度までは第 1 期、平成 25 年度から第 2 期の数値である。

【図 8】

年度別特定保健指導実施率の推移



### 3. メタボリックシンドロームの該当者数及び減少率

当初の特定健康診査等実施計画での目標値、並びに実施状況は下表のとおりです。

		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
メタボリックシンドロームの該当者	人数	451	454	475	469	—
	割合	19.1%	17.9%	19.8%	20.8%	—
メタボリックシンドロームの予備群	人数	273	273	224	238	—
	割合	11.6%	10.8%	9.3%	10.5%	—
メタボリックシンドロームの該当者及び予備群の減少率※2	目標値	—	—	—	—	25.0%
	出現率※1	12.4%	12.0%	10.7%	10.6%	—
	減少率	18.1%	21.1%	29.4%	30.1%	—

※1「出現率」 非服薬者を対象とし、各年度の特定健康診査受診者における、特定保健指導対象者の出現割合を指します。

※2「メタボリックシンドロームの該当者及び予備群の減少率」



特定健康診査実施率及び年齢構成による影響を排除した特定保健指導対象者の減少率を指します。

初年度である平成20年度の特定保健指導対象者の出現率を基準値とし、基準値に対する減少の割合（対平成20年度比）を表します。

## 第3章 特定健康診査等の目標

### 1 目標の設定

特定健康診査等基本指針に基づき、平成35年度（実施計画終了年度）時点における目標値が設定されています。

#### 第3期の全国目標

現在の特定健診・保健指導の実績を踏まえ、30年度からの35年度の次期計画期間の実施率の目標は特定健診・保健指導の実施率をそれぞれ70%、45%に維持する。
---

#### <目標の考え方>

項目		第2期の目標	第3期の目標
		29年度までの全国目標	35年度までの全国目標
実施に関する目標	①特定健診実施率	70%	70%
	②特定保健指導実施率	45%	45%
成果に関する目標	③メタボリックシンドロームの該当者及び予備群の減少率	25% (20年度対比)	
	④特定保健指導対象者の減少率(※1)		25% (20年度対比)

※1第2期計画期間の「メタボリックシンドロームの該当者及び予備群の減少率」は、平成20年度比減少率25%としていたが、分析の結果、メタボ該当者等には約50%の服薬者が含まれており、非服薬者を対象とした特定保健指導の効果をメタボ該当者等の減少率で測ることは十分ではないと考えられ、第3期では特定保健指導対象者の減少を目標とする。

#### <保健者種別毎の目標>

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 (含む船保)	単一健保	総合健保	共済組合
特定健診の実施率	70%	60%	70%	65%	90%	85%	90%
特定保健指導の実施率	45%	60%	30%	35%	55%	30%	45%

## 2 釜石市国民健康保険の目標値

上記目標を達成するために、釜石市国民健康保険の各年度の目標値を次のとおり設定します。特定健診・特定保健指導実施率とも市町村国保の全国目標は60%となっていますが、第2期までの実施状況から、実態に対し過大な目標を立てず、達成可能な数値を設定し関係部門が前向きに取組ことで実績を積み上げ、財政措置を着実に図りながら実施していきます。

また、PDCA サイクルを取り入れ、計画は毎年度評価を実施し、中間年で計画の見直しを行いながら、目標の上方修正を図っていきます。

なお、特定保健指導対象者数の減少率については目標値を設定しませんが、実績の検証や効率的な対策の検討を行うために数値を把握するよう努めます。

釜石市の目標値	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
特定健康診査の実施率	40%	42%	44%	46%	48%	50%
特定保健指導の実施率	10%	11%	12%	13%	14%	15%

## 3 特定健康診査の対象者数及び実施予定者数について

平成30年度から平成35年度までの特定健康診査対象者数と実施予定者数を次のとおり推計しました。

特定健康診査対象者とは、当該年度内に40歳から74歳になる国民健康保険被保険者（受診日現在で75歳未満）で、当該実施年度の一年間を通じて国保に加入している者をいいます。（妊産婦、長期入院、海外在住、刑務所入所中等の除外規定該当者を除く）

特定健康診査		年齢	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
対象者数	男性	40-64	1,297	1,263	1,230	1,198	1,167	1,128
		65-74	1,783	1,772	1,762	1,751	1,741	1,729
		計	3,080	3,036	2,992	2,950	2,908	2,857
	女性	40-64	1,291	1,257	1,225	1,193	1,162	1,123
		65-74	2,308	2,294	2,280	2,267	2,253	2,238
		計	3,599	3,552	3,505	3,460	3,415	3,361
	全体	40-64	2,588	2,521	2,455	2,391	2,329	2,251
		65-74	4,091	4,066	4,042	4,018	3,994	3,967
		計	6,679	6,587	6,497	6,409	6,323	6,218
実施予定者数	男性	40-64	415	430	442	453	455	461
		65-74	802	833	862	891	923	950
		計	1,217	1,262	1,304	1,344	1,378	1,411
	女性	40-64	413	428	440	451	465	471
		65-74	1,039	1,078	1,117	1,155	1,194	1,230
		計	1,452	1,506	1,557	1,606	1,659	1,701
	全体	40-64	828	857	882	905	920	932
		65-74	1,841	1,911	1,980	2,046	2,117	2,180
		計	2,669	2,768	2,861	2,951	3,037	3,112
<b>実施率</b>			<b>40.0%</b>	<b>42.0%</b>	<b>44.0%</b>	<b>46.0%</b>	<b>48.0%</b>	<b>50.0%</b>

※特定健康診査対象者数は、特定健康診査の実施年度中に40～74歳となる加入者で、国保加入者推計値から過去の割合により推計した。

※特定健康診査実施予定者数は、当該年度の特定健康診査対象者数に目標受診率を乗じた数値。

#### 4 特定保健指導の対象者数及び実施予定者数について

特定保健指導の対象者とは、特定健康診査の結果、腹囲の他、血糖、血圧、脂質が所定の数値を上回る者のうち、糖尿病、高血圧症または高脂血症又は脂質異常症の治療に係る薬剤を服用している者を除く者です。

また、特定保健指導実施の際に国民健康保険を脱退している者は、対象外となります。

特定保健指導は、追加リスクの多少と喫煙歴の有無により、積極的支援と動機付け支援に分かれます。階層化の方法は次のとおりです。

腹 囲	追加リスク	④喫煙歴	対 象	
	①血糖 ②脂質 ③血圧		40～64 歳	65～74 歳
男性 ≥85cm	2 つ以上該当	あり	積極的支援	動機付け支援
女性 ≥90cm	1 つ該当			
上記以外で BMI ≥25	3 つ該当	あり	積極的支援	動機付け支援
	2 つ該当			
	1 つ該当			

※BMI とは、肥満度を表す指数で、体重 (kg) ÷ [身長 (m) × 身長 (m)] で算出します。



各年度における特定保健指導対象者数及び実施予定者数の推計は次表のとおりです。

● 「動機付け支援」対象者数及び実施予定者数

動機付け支援		年 齢	30年度	31年度	32年度	33年度	34年度	35年度
対象者数	男 性	40～64	16	16	17	17	17	17
		65～74	124	126	129	132	134	135
	女 性	40～64	27	28	28	29	29	30
		65～74	91	93	95	97	99	100
	年齢別計	40～64	43	44	45	46	47	47
		65～74	215	219	224	228	233	235
総合計	40～74	258	263	268	274	279	282	
実施予定者数	男 性	40～64	1	1	2	2	2	2
		65～74	10	11	12	13	15	16
	女 性	40～64	3	3	4	4	4	5
		65～74	12	13	15	16	18	19
	年齢別計	40～64	4	4	6	6	6	7
		65～74	22	24	27	29	32	35
総合計	40～74	26	29	32	35	39	42	
実施率			10%	11%	12%	13%	14%	15%

● 「積極的支援」対象者数及び実施予定者数

積極的支援		年 齢	30年度	31年度	32年度	33年度	34年度	35年度
対象者数	男 性	40～64	57	56	55	55	54	53
	女 性		43	42	42	41	41	41
	計		100	98	97	96	95	94
実施予定者数	男 性	40～64	6	7	7	7	8	8
	女 性		4	4	5	5	5	6
	計		10	11	12	12	13	14
実施率			10%	11%	12%	13%	14%	15%

※動機付け支援及び積極的支援の対象者数は、平成28年度法定報告の動機付け支援及び積極的支援対象者割合を用いて算出した。

※動機付け支援及び積極的支援実施予定者数は、各対象者数に保健指導実施率（目標値）を乗じて算出した。

## 第4章 特定健康診査等の実施方法

### 1 特定健康診査

#### (1) 対象者

釜石市国民健康保険被保険者のうち実施年度中に40から74歳になる者（受診日現在で75歳未満）で、当該実施年度の4月1日に加入している者を対象に年1回の健康診査を実施します。

特定健康診査の対象外となる者は次のとおりです。（「特定健康診査及び特定保健指導の実施に関する基準第1条第1項の規定に基づき厚生労働省が定める者」による。）

- 1 妊産婦
- 2 刑事施設、労役場その他これらに準ずる施設に拘禁されている者
- 3 国内に住所を有しない者
- 4 船員保険の被保険者のうち相当な期間継続して船舶内にいる者
- 5 病院又は診療所に6月以上継続して入院している者
- 6 高齢者の医療の確保に関する法律（昭和57年法律第80号）第55条第1項第2号から第5号までに規定する施設に入所または入居している者

#### (2) 実施項目

実施項目は、原則として「標準的な健診・保健指導プログラム」に記載されている健診項目とします。なお、基本的な健診の項目は、特定健康診査の対象者全員に実施しますが、詳細な健診の項目は、一定の基準のもと、医師が必要と判断した場合に選択して実施します。

##### ① 基本的な健診の項目

- ・ 質問票（服薬歴、喫煙歴等）
- ・ 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）、 $\gamma$ -GTP）
- ・ 血糖検査（空腹時血糖、HbA1c）
- ・ 尿検査（尿糖、尿蛋白）

##### ② 詳細な健診の項目（一定基準のもと、医師が必要と判断した場合に選択して実施）

- ・ 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（標準12誘導心電図）
- ・ 眼底検査
- ・ 血清クレアチニン検査

(3) 時期又は期間

集団健診は毎年7月から10月にかけて実施します。

個別健診は毎年7月から12月までを受診期間とします。

(4) 実施場所

集団健診 … 市内の公共施設や集会所、体育館等市内各所

個別健診 … 公益財団法人岩手県予防医学協会

※他の健診機関や病院等で個別受診できるよう第3期計画内に利便性の向上を図ります。

(5) 外部委託の有無等

国の示した委託基準に基づき、岩手県内の健診機関等で、集団健診、個別健診の委託契約により実施します。

(6) 周知・案内方法

特定健康診査対象者全員に受診券及び案内を送付します。また、市広報紙やホームページ等に特定健康診査に関する情報を掲載し、周知に努めます。

(7) 受診券の交付方法

受診券は、12月末までを受診期間として、6月末までに全対象者に一斉に送付します。

受診券には、受診券整理番号、氏名、性別、生年月日、被保険者番号等を印字します。

健診受診時は、受診券、被保険者証の確認を行います。

(8) 健診結果の通知

特定健康診査の結果については、郵送により受診者に通知するものとします。

(9) その他

以下の場合、高齢者の医療の確保に関する法律第20条に基づき、その結果の提出をもって特定健康診査を受診したものとみなします。

①国民健康保険被保険者で特定健康診査対象者が事業者健診等を受診した場合

②国民健康保険被保険者で特定健康診査対象者が人間ドックを受けた場合

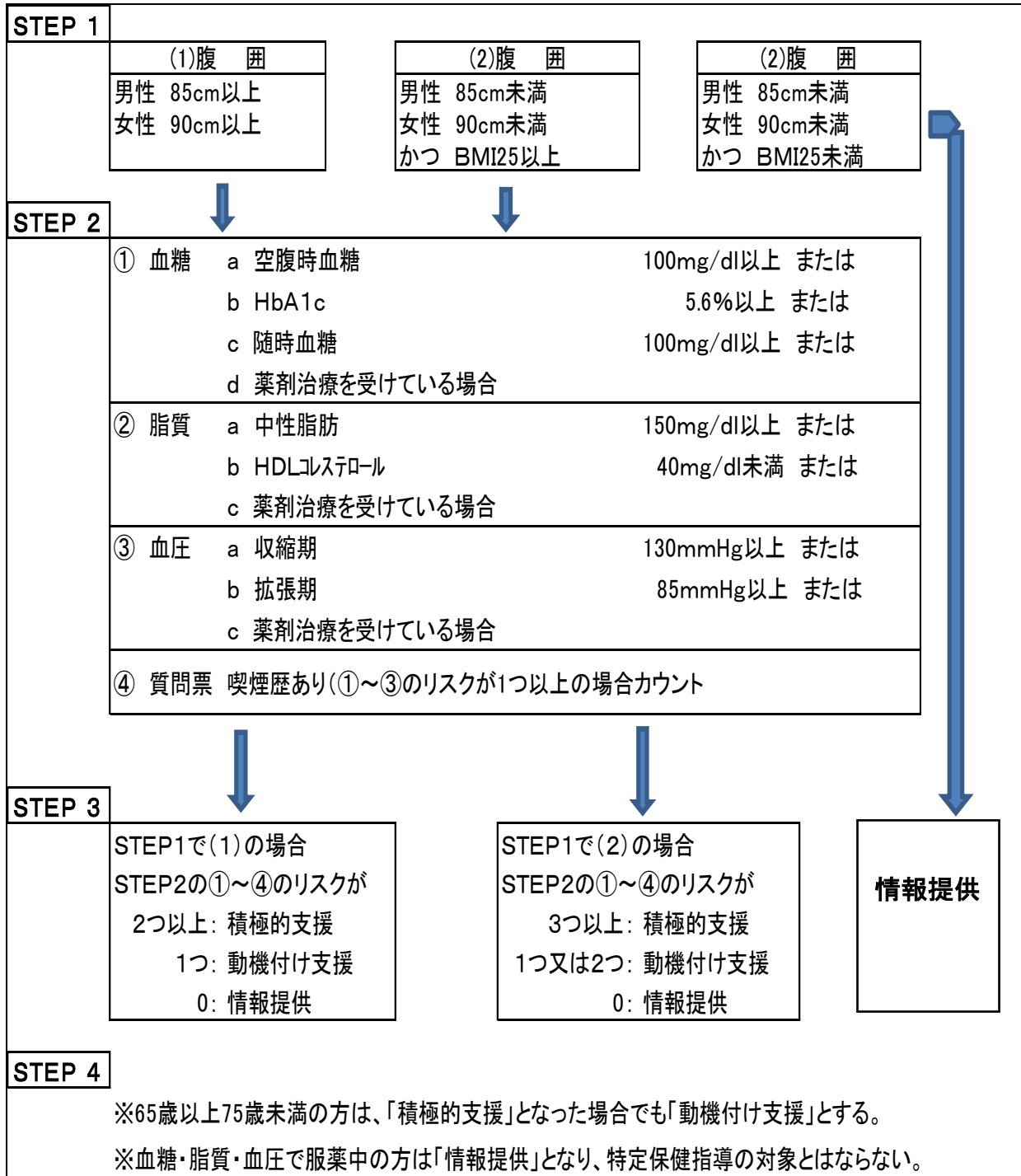
## 2 特定保健指導

### (1) 対象者

特定健康診査の結果、糖尿病、高血圧症又は脂質異常症の治療に係る薬剤を服用している者を除いて、腹囲のほか、血糖、脂質、血圧が所定の値を上回る者を特定保健指導の対象者に選定します。

特定保健指導の対象者及び各支援の内容は以下のとおり

#### 《 特定保健指導の診断基準 》



## (2) 実施内容

特定健康診査の結果を階層化し、生活習慣改善の必要性に応じて、動機付け支援及び積極的支援にわけて対象者を決定します。初回面接から3～6か月間、個々の状態に応じた支援を実施し、終了後に評価を行います。

### ①動機付け支援

特定健康診査結果から動機付け支援該当者と判断された者を対象に、「初回面接」と「最終評価」を行います。実施中に目標変更等の必要がある場合は、必要に応じて支援を行います。

「初回面接」は個人面接またはグループによる面接で、「最終評価」は個人面接または通信により実施します。

### ②積極的支援

特定健康診査結果から積極的支援該当者と判断された者を対象に、「初回面接」「3～6か月以上の継続した支援」「最終評価」を実施します。「3か月以上の継続した支援」では「標準的な健診・保健指導プログラム（確定版）」に示された支援A（計画の進捗状況の確認等（最低160ポイント以上））で180ポイント、または支援Aと支援B（励まし、賞賛）の合計で180ポイントを実施します。「初回面接」及び「最終評価」は動機付け支援と同様に実施します。

## (3) 実施場所

市内の公共施設、各地区生活応援センター及び健康増進施設で行います。

## (4) 実施期間

初回面接（毎年概ね10月～12月）から3～6か月間にわたり実施することとし、実施者によって当年度または翌年度に最終評価を行います。

## (5) 外部委託の有無等

外部委託による専門的な保健指導も取り入れていきます。

## (6) 周知や案内の方法

特定保健指導対象者には、個別に案内を郵送します。

## (8) 代行機関

特定保健指導に関するデータ管理に係る事務負担を軽減するため、岩手県国民健康保険団体連合会を代行機関とします。

## 第5章 個人情報の保護

### 1 記録の保存方法等

特定健康診査・特定保健指導のデータは、岩手県国民健康保険団体連合会に保存・管理を委託することとします。

特定健康診査・特定保健指導のデータは、原則として5年間保存します。

### 2 個人情報保護に関する管理ルールの制定

特定健康診査・特定保健指導で得られた個人情報は、個人情報保護法に基づくガイドライン（「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」平成17年4月1日厚生労働省）及び「釜石市個人情報保護条例（平成17年条例第22号）」並びに「釜石市個人情報保護条例施行規則（平成17年規則第17号）」を遵守して取り扱います。

特定健康診査・特定保健指導を外部委託する際には、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、委託先の契約遵守状況を監督することとします。

## 第6章 特定健康診査等実施計画の公表と周知

### 1 特定健康診査等実施計画の公表方法

第3期釜石市国民健康保険特定健康診査等実施計画は、釜石市ホームページ上に掲載し公表します。

### 2 特定健康診査等を実施する趣旨の普及啓発方法

市広報紙等を通じて特定健康診査・特定保健指導の実施について周知するほか、釜石市が実施するガン検診等の案内や、釜石市国民健康保険が発送する郵便物を利用して周知に努めます。

また、特定健康診査・特定保健指導のパンフレットを購入し、健康相談時や窓口で配布します。

## 第7章 特定健康診査等実施計画の評価及び見直し

### 1 特定健康診査等実施計画の評価

計画どおり実施できたのか、成果や効果がどうだったのかを平成32年度に第2期データヘルス計画と連動して評価を行います。

最終年である平成35年度にも目標達成状況の最終評価を行い、釜石市国民健康保険運営協議会へ提示します。

### 2 特定健康診査等実施計画の見直し

上記評価に伴い、計画の内容に修正が必要と認められる場合は、計画を見直し、変更するものとします。

## 第8章 その他

### 1 外部委託基準

外部委託によって実施する特定健康診査、特定保健指導については、事業者の選定・評価にあたって、国の示す「健康増進事業実施者に対する健康診査の実施等に関する指針」及び「標準的な健診、保健指導プログラム（確定版）」における「健診の実施に関するアウトソーシング」、「保健指導の実施に関するアウトソーシング」に基づいて行います。

健康増進法に基づく「肝炎ウィルス検査」、高齢者の医療の確保に関する法律に基づく「後期高齢者の健診」（75歳以上が対象）等と連携を図りながら、特定健康診査を実施します。

## 標準的な質問票

	質問項目	回答区分	回答記入欄
1-3	現在、a から c の薬の使用の有無		
1	a. 血圧を下げる薬	①はい ②いいえ	
2	b. 血糖を下げる薬又はインスリン注射	①はい ②いいえ	
3	c. コレステロールや中性脂肪を下げる薬	①はい ②いいえ	
4	医師から、脳卒中（脳出血、脳梗塞等）にかかっているといわれたり、治療を受けたことがありますか。	①はい ②いいえ	
5	医師から、心臓病（狭心症、心筋梗塞等）にかかっているといわれたり、治療を受けたことがありますか。	①はい ②いいえ	
6	医師から、慢性腎臓病や腎不全にかかっているといわれたり、治療（人工透析など）を受けていますか。	①はい ②いいえ	
7	医師から、貧血といわれたことがある。	①はい ②いいえ	
8	現在、たばこを習慣的に吸っている。 （※「現在、習慣的に喫煙している者」とは、「合計100本以上、又は6か月以上吸っている者」であり、最近1か月間も吸っている者）	①はい ②いいえ	
9	20歳の時の体重から10kg以上増加している。	①はい ②いいえ	
10	1回30分以上の軽く汗をかく運動を週2日以上、1年以上実施	①はい ②いいえ	
11	日常生活において歩行又は同等の身体活動を1日1時間以上実施	①はい ②いいえ	
12	ほぼ同じ年齢の同性と比較して歩く速度が速い。	①はい ②いいえ	
13	食事をかんで食べるときの状態はどれにあてはまりますか。	①何でもかんで食べることができる ②歯や歯ぐき、かみあわせなど気になる部分があり、かみにくいことがある ③ほとんどかめない	
14	人と比較して食べる速度が速い。	①速い ②ふつう ③遅い	
15	就寝前の2時間以内に夕食をとることが週に3回以上ある。	①はい ②いいえ	
16	朝昼夕の3食以外に間食や甘い飲み物を摂取していますか。	①毎日 ②時々 ③ほとんど摂取しない	
17	朝食を抜くことが週に3回以上ある。	①はい ②いいえ	
18	お酒（日本酒、焼酎、ビール、洋酒など）を飲む頻度	①毎日 ②時々 ③ほとんど飲まない（飲めない）	
19	飲酒日の1日当たりの飲酒量 日本酒1合（180m l）の目安：ビール500m l、焼酎25度（110m l）、ウイスキーダブル1杯（60m l）、ワイン2杯（240m l）	①1合未満 ②1～2合未満 ③2～3合未満 ④3合以上	
20	睡眠で休養が十分とれている。	①はい ②いいえ	
21	運動や食生活等の生活習慣を改善してみようと思えますか。	①改善するつもりはない ②改善するつもりである（概ね6か月以内） ③近いうちに（概ね1か月以内）改善するつもりであり、少しずつ始めている ④既に改善に取り組んでいる（6か月未満） ⑤既に改善に取り組んでいる（6か月以上）	
22	生活習慣の改善について保健指導を受ける機会があれば、利用しますか。	①はい ②いいえ	

※特定健康診査の間診時に受診者が記載する。