

# 昭島市特定健康診査等実施計画 概要版

平成 20 年 3 月 昭島市

## 1 計画策定にあたって

### 計画策定の趣旨

平成 20 年 4 月より、「高齢者の医療の確保に関する法律」に基づいて、「特定健康診査」、「特定保健指導」が実施されることになりました。

実施主体はそれぞれが加入している医療保険者となり、各医療保険の被保険者のうち 40 歳から 74 歳までが対象となります。このことを受けて、昭島市国民健康保険では特定健康診査等実施計画を策定し、昭島市国民健康保険被保険者を対象に特定健康診査・特定保健指導の円滑な実施に向けて取り組んでいくこととなりました。

### 特定健康診査・特定保健指導の基本的な考え方

これまでの健診・保健指導は、個別疾病の早期発見、早期治療が目的となっており、そのため、健診後の保健指導は「要精検」や「要治療」となった者に対する受診勧奨を行うこと、また、高血圧、脂質異常、糖尿病、肝臓病などの疾患を中心とした保健指導を行ってきました。

特定健康診査・特定保健指導は、内臓脂肪型肥満に着目し、その要因となっている生活習慣を改善するための保健指導を行い、糖尿病等の有病者・予備群を減少させることが目的となります。生活習慣病は自覚症状がないまま進行するため、健診は個人が生活習慣を振り返る絶好の機会と位置づけ、行動変容につながる保健指導を行います。

### 計画の法的根拠・性格

本計画は、高齢者の医療の確保に関する法律第 19 条に基づき、昭島市国民健康保険が策定することとされています。また、策定するにあたっては同法第 18 条の「特定健康診査等基本指針」に基づき、東京都医療費適正化計画等と十分な整合性を図るとともに、健康増進法第 9 条に規定する健康診査等指針に定める内容に留意して定めるものです。

### 計画の期間

本計画は 5 年を 1 期とし、第 1 期は平成 20 年度から平成 24 年度とし、5 年ごとに見直しを行います。

20 年度	21 年度	22 年度	23 年度	24 年度	25 年度	26 年度	27 年度	28 年度	29 年度
第 1 期計画期間					第 2 期計画期間				

## 2 達成しようとする目標

### 目標の設定・特定健康診査の対象者

本計画は平成 24 年度までに、特定健康診査受診率を 65%、特定保健指導実施率を 45%、内臓脂肪症候群の該当者・予備群の 10%減少を達成することを目標とします。

また、特定健康診査の対象者は、実施年度中に 40～74 歳となる昭島市の国民健康保険被保険者であり、当該実施年度の 1 年間を通じて国民健康保険被保険者である者とします。

### 本市における平成 24 年度までの目標値と対象者数

		平成 20 年度	21 年度	22 年度	23 年度	24 年度
特定健康診査	受診率	35.0%	42.5%	50.0%	57.5%	65.0%
	対象者数	22,134	22,530	22,855	23,016	23,310
	実施者数	7,747	9,575	11,428	13,234	15,152
特定保健指導	実施率	10.0%	18.8%	27.5%	36.3%	45.0%
	対象者数	1,650	2,039	2,435	2,820	3,229
	実施者数	166	382	670	1,023	1,453
内臓脂肪症候群の 該当者・予備群の減少率		平成 20 年度の実績をもとに設定				10%

## 3 特定健康診査・特定保健指導の実施方法

### 特定健康診査

#### (1) 基本的な考え方

特定健康診査は、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、内臓脂肪症候群(メタボリックシンドローム)に該当する人及びその予備群を的確に把握するために行うものです。

#### (2) 実施場所

昭島市医師会に加入している医療機関の中で、市が指定する機関において実施します。

#### (3) 実施時期

委託契約先の医療機関において、前期(5月中旬から6月末)と後期(9月)に分けて行うとともに、曜日については各実施医療機関の診療日に行うこととします。

	実施期間
前期	5月中旬から6月末(およそ45日間)
後期	9月(およそ30日間)

#### (4) 実施項目

特定健康診査実施項目	
基本的な健診項目	
<b>既往歴の調査</b>	
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)、 $\gamma$ -GT( $\gamma$ -GTP)]	
血糖検査[空腹時血糖及びHbA1c]	
尿検査[尿糖、尿蛋白]	
詳細な健診の項目(一定の判定基準の下、医師が必要と判断したものを選択)	
<b>心電図検査(12誘導心電図)</b>	
前年の健診結果等において、血糖、脂質、血圧、肥満のすべての項目について、以下の判定基準に該当した者	
<b>眼底検査</b>	
前年の健診結果等において、血糖、脂質、血圧、肥満のすべての項目について、以下の判定基準に該当した者	
<b>貧血検査〔ヘマトクリット値、血色素量及び赤血球数の測定〕</b>	
貧血の既往歴を有する者、または視診等で貧血が疑われる者	

判定基準	
血糖	空腹時血糖 100mg/dl 以上 または HbA1c 5.2%以上
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
血圧	収縮期 130mmHg 以上 または 拡張期 85mmHg 以上
肥満	腹囲 男性 85cm 以上、女性 90cm 以上 または BMI 25 以上

### 特定保健指導

#### (1) 基本的な考え方

生活習慣病に移行させないことを目的に、対象者自身が健診結果を理解して体の変化に気づき、自らの生活習慣を振り返り、生活習慣を改善するための行動目標を設定するとともに、自らが実践できるよう支援し、そのことにより対象者が自分の健康に関するセルフケア(自己管理)ができるようになることを目的とします。

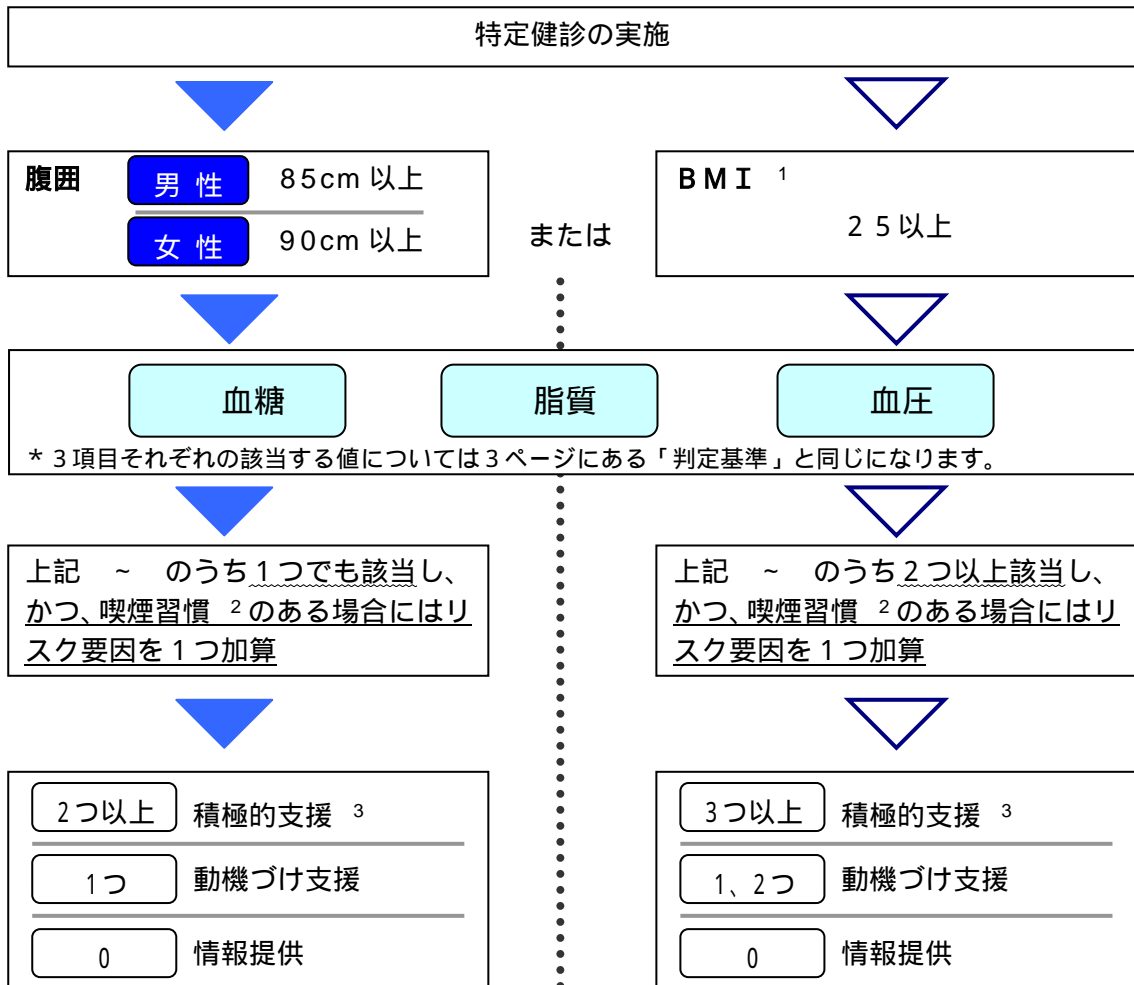
#### (2) 実施場所

公共施設を中心に、市が指定した市内の各施設において実施します。

#### (3) 実施時期

特定健康診査の結果に基づき、特定保健指導の対象者が決まり次第、随時実施します。

## 特定健診から特定保健指導への流れ



- 1 BMI での判定について、腹囲の値が基準に満たない場合であっても BMI の値が 2.5 以上であれば適用するものとします。
- 2 喫煙習慣の定義として、「合計 100 本以上、又は 6 か月以上吸っている方」であり、「最近 1 か月間も吸っている方」となります。
- 3 65 歳以上については、積極的支援の判定となった場合でも動機づけ支援を提供することとなります。また、糖尿病、高血圧症、脂質異常症に係る治療・服薬を行っている方は特定保健指導の対象外となります。

## 4 個人情報の保護

医療保険者は、健診・保健指導で得られる健康情報の取扱いについては、個人情報の保護に関する法律及びこれに基づくガイドライン等を踏まえた対応を行います。

## 5 特定健康診査等実施計画の評価及び見直し

評価は、「特定健康診査・特定保健指導」の成果について評価を行うことであり、有病者や予備群の数、生活習慣病関連の医療費の推移等で評価されるものです。

その成果が数値データとして現れるのは数年後になることが想定されるため、健診結果や生活習慣の改善状況などの短期間で評価ができる事項についても評価を行い見直していきます。