

## 第5章



### 第四期特定健康診査等実施計画

- 1 第三期計画実施結果・目標の達成状況
- 2 第四期実施計画と実施目標
- 3 特定健康診査・特定保健指導の実施方法

# 5 第四期特定健康診査等実施計画

---

「メタボリックシンドローム」に着目した生活習慣病予防のための特定健康診査及びその結果により健康の保持に努める必要がある方に対する特定保健指導を実施するため、保険者は、「高齢者の医療の確保に関する法律」第 19 条に基づき、特定健康診査等基本指針（以下「基本指針」）に則して「特定健康診査等実施計画」を定めます。

## 第三期計画実施結果・ 目標の達成状況

第三期計画期間（平成 30（2018）年度～令和 5（2023）年度）の実績及び達成状況、並びに、第三期特定健康診査等実施計画の検討事項及び現在の取組状況をまとめました。

## 第四期実施計画と 実施目標

「高齢者の医療の確保に関する法律」第 19 条に基づき、「基本指針」に則して「特定健康診査等実施計画」を定めるものとします。また、国が掲げる市町村国保の目標値に即して、板橋区の目標値を令和 11（2029）年度における特定健康診査受診率 60%、特定保健指導実施率 20%と決めました。

## 特定健康診査・特定保健指導の実施方法

特定健康診査・特定保健指導について対象者や実施方法などをまとめています。必要に応じて見直しが行われる可能性があります。

## 1 第三期計画実施結果・目標の達成状況

## (1) 実施結果の分析

第三期計画期間の実績及び達成状況は以下のとおりです。特定健康診査は、達成率90%を維持してきましたが、令和2（2020）年度・3（2021）年度はコロナ禍のため90%を下回り、特定保健指導は、達成率が年々低下しています。事業成果の分析では、「高血圧症」や「糖尿病」の治療に係る薬剤を服用している人の割合が増えています。職員の体制では、令和3（2021）年度はコロナ禍に対応する保健所体制を強化するため、保健師の代わりに事務職で対応しました。

分析項目	詳細	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
		2018年度	2019年度	2020年度	2021年度	2022年度	2023年度
特定健康診査受診率及び特定保健指導実施率	特定健康診査受診率目標値	50%	52%	54%	56%	58%	60%
	特定健康診査受診率	46.9%	46.8%	44.7%	46.8%	46.6%	—
	達成率	93.8%	90.0%	82.8%	83.6%	80.3%	—
	特定保健指導実施率目標値	12%	14%	16%	19%	22%	25%
	特定保健指導実施率	12.5%	12.0%	10.4%	10.9%	10.5%	—
	達成率	104.2%	85.7%	65.0%	57.4%	47.7%	—
事業成果	特定保健指導対象者数目標値(平成20年度比)	15%減	17%減	19%減	21%減	23%減	25%減
	特定保健指導対象者数	10.4%減	12.6%減	8.1%減	10.4%減	13.3%減	—
	内臓脂肪症候群該当者の割合	20.2%	20.4%	22.6%	22.2%	21.9%	—
	内臓脂肪症候群予備群の割合	10.5%	10.3%	10.6%	10.5%	10.5%	—
	高血圧症の治療に係る薬剤を服用している割合	35.1%	35.0%	36.2%	36.1%	36.0%	—
	糖尿病の治療に係る薬剤を服用している割合	8.7%	8.8%	9.4%	9.1%	9.3%	—
事業体制	職員の体制(職種、職員数)	事務職4 保健師1	事務職4 保健師1	事務職4 保健師1	事務職5	事務職4 保健師1	事務職4 保健師1
	実施時期	6月1日から 10月31日まで	6月1日から 10月31日まで	8月17日から 11月30日まで	6月1日から 10月31日まで	6月1日から 11月30日まで	6月1日から 11月30日まで

(2) 実施課題のまとめ

① 特定健康診査の取組状況

(ア) 特定健康診査の周知	
第三期特定健康診査等実施計画の検討事項	現在の取組状況
■ 各種がん検診との連携	・ 特定健康診査受診券とセット検診（大腸がん、肝炎ウイルス、前立腺がん、胃がんリスク）を1つにまとめ、同時受診を促しています。
■ 過去の健診結果データの蓄積と活用	・ 保健衛生システムにデータを蓄積して結果票を再発行する際に活用しています。
■ 未受診者への勧奨はがき送付	・ 年度末年齢 40 歳の方や節目年齢（45 歳、50 歳、55 歳）等の方を対象に受診意欲を高める表現を使用した、勧奨はがきを送付しています。
■ 健診実施期間の見直し	・ コロナ禍で健診開始時期が遅れたことにより、医師会と協議して健診実施期間を「10 月末まで」から「11 月末まで」に延長しました。
■ 健診案内パンフレットや封筒の改善	・ 各種がん検診等と同時実施となっているため受診券をまとめるとともに、封筒に受診意欲を高める表現を使用しています。
■ 健診案内ポスターの掲示箇所の拡大	・ 医療機関、町会掲示板のほか、庁舎内の国保年金課フロアの記載台等にポスター掲示しています。
■ 区民まつり等での健診事業の周知	・ 健康イベントで周知しています。
(イ) 他機関との連携	
■ 医師会事務局との情報共有	・ 医師会との協議会で情報共有しています。
■ 健康づくり団体、民生委員等との連携	・ 健康づくり団体のほか、包括協定団体に健診パンフレットを配布し周知を依頼しています。
■ 民間企業、商店街や商工会議所との連携	・ 商店街連合会の会合に出向き、健診パンフレットを配布し、周知を依頼しています。
(ウ) 40 代の健診受診率向上	
■ 40 代にポイントを絞った勧奨対策	・ 職員による電話勧奨を実施していましたが、平成 30 (2018) 年度から事業者に委託し、受診率の低い 40 代の方に実施しています。
(エ) 他の健診の受診結果の取得	
■ 人間ドックや事業者健診などの健診受診結果を取得し、特定健康診査の受診率に算入する。	・ 平成 25 (2013) 年度より引き続き実施しています。今後は、人間ドックの費用助成を検討していきます。

## ②特定保健指導の取組状況

(ア) 案内方法の改善	
第三期特定健康診査等実施計画の検討事項	現在の取組状況
■電話による利用勧奨の実施	・特定保健指導を実施している民間委託事業者による電話勧奨を実施しています。
■医療機関による特定保健指導利用勧奨の強化	・医療機関での健診結果説明時に、民間委託事業者実施の特定保健指導の利用案内を渡しています。
■特定保健指導案内パンフレットの改善	・利用意欲を向上させる内容へ民間委託事業者と協議して改善しています。
■健康福祉センターとの連携	・特定保健指導の実施会場として、認知度が高い健康福祉センターの使用を継続しています。
(イ) 特定保健指導プログラムの改善	
■特定保健指導の質の向上	・特定保健指導実施機関に視察を行い、令和4(2022)年度は2か所の医療機関で現状把握及び改善指導を実施しました。
■特定保健指導の支援内容の充実	・前期高齢者に対しては、フレイル予防についても指導することとしました。
■グループ面接方式の実施	・未利用者向けセミナーと併せて、平成30(2018)年度、平成31(2019)年度、令和4(2022)年度に実施しました。(令和2(2020)年度・3(2021)年度は新型コロナウイルス感染症の影響により、セミナーはオンラインで実施しましたが、グループ面談は未実施です。)

③その他

(ア) 情報提供	
第三期特定健康診査等実施計画の検討事項	現在の取組状況
■結果説明の充実	・結果説明時に必要な支援へつなげるため、令和3（2021）年度から、区の担当部署を一覧にしたファイルを作成し、健診実施医療機関に配付しました。
■医療機関で結果説明を受けなかった受診者への対応	・医療機関から結果票を郵送する際、医療機関受診や特定保健指導利用を促しています。
(イ) 重症化予防	
■健診結果を活用した、健康福祉センターにおける健康教育事業の検討	・健康福祉センターの専門職の会議で連携を図っています。
■健診結果により抽出した対象者への医療受診勧奨案内	・平成28（2016）年度より、糖尿病疑いの未受診者の方への「受診勧奨」と糖尿病性腎症疑いのある方に対する「重症化予防指導」を行う糖尿病重症化予防事業を実施しています。 ・平成30（2018）年度から、高血圧症疑いの未受診者の方へ受診勧奨通知を送付しています。
(ウ) 効果的な事業運営に向けて	
■システムを活用した各種分析の充実	・平成27（2015）年度からKDBシステムを導入し、糖尿病重症化予防事業の対象者の抽出や分析に引き続き活用しています。

## 2 第四期実施計画と実施目標

### (1) 国の目標値

特定健康診査受診率及び特定保健指導実施率については、直近の実績では第三期実施計画の目標値を下回り、開きが生じています。しかし、国では、引き続き実績値の向上に向けて取組を進めていく必要があるため、第四期実施計画（令和6（2024）年度～令和11（2029）年度）においても、それぞれ第三期実施計画の目標値である70%以上及び45%以上を維持することとしています。また、区市町村国保の目標値についても、それらの数値を踏まえ、特定健康診査受診率60%以上、特定保健指導実施率60%以上としています。

メタボリックシンドロームの該当者・予備群である特定保健指導対象者の減少率についても、生活習慣病の予防対策という特定健康診査・特定保健指導の目的を踏まえ、第三期実施計画の目標値25%以上減（平成20（2008）年度比）を維持することとしています。

※特定健康診査等実施計画作成の手引き（第4版）より

### (2) 板橋区の目標値

板橋区においては、特定健康診査受診率は、第三期実施計画の令和5（2023）年度目標値60%には到達していないものの、特別区平均と比べて高めに推移しており、コロナ禍のもとでも一定の下げ幅で踏みとどまっています。

一方、特定保健指導実施率は、第三期実施計画の令和5（2023）年度目標値25%に到達していないことに加え、平成30（2018）年度の12.5%をピークに低下しており、特別区平均13.3%（令和3（2021）年度）を下回っています。そのため、新たな取組についても試行してみましたが、実施率向上には結びついていません。

以上のことから、板橋区においても、国が掲げる区市町村国保の目標値（令和11（2029）年度における特定健康診査受診率60%・特定保健指導実施率60%）に近づくことをめざしつつも、第三期実施計画の実績を踏まえた現実的な目標値を下表のとおり設定します。

なお、「特定保健指導対象者の減少」については、国の目標である令和11（2029）年度までに25%減（平成20（2008）年度比）を目標値とします。

	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
	2024年度	2025年度	2026年度	2027年度	2028年度	2029年度
特定健康診査受診率	50%	52%	54%	56%	58%	60%
特定保健指導実施率	12%	13%	14%	16%	18%	20%
特定保健指導対象者数 （平成20年度比）	15%減	17%減	19%減	21%減	23%減	25%減

※各年度の特定保健指導対象者出現率（＝特定保健指導対象者/特定健康診査受診者）の平成20年度特定保健指導対象者出現率（13.5%）に対する減少率

(3) 対象者数及び実施者数（推計値）

板橋区における特定健康診査・特定保健指導の対象者数等について、板橋区国保の被保険者数の対前年度伸び率を参考に、以下のとおり推計します。

		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
		2024年度	2025年度	2026年度	2027年度	2028年度	2029年度
特定健康診査	対象者数	71,217人	69,081人	67,008人	64,998人	63,048人	61,157人
	受診者数	35,609人	35,922人	36,184人	36,399人	36,568人	36,694人
特定保健指導	対象者数	4,309人	4,347人	4,378人	4,404人	4,425人	4,440人
	実施者数	517人	565人	609人	705人	797人	888人

### 3 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実施概要

(ア) 対象者

40歳から74歳までの板橋区国保の被保険者  
 ※年度途中に加入・脱退など異動がない方

(イ) 実施方法

区民の利便性に配慮し、身近な健診場所での受診が可能となるように、板橋区医師会及び練馬区医師会に委託します。

(ウ) 実施場所

板橋区医師会及び練馬区医師会所属の特定健康診査実施医療機関

(エ) 実施期間

毎年6月から11月（予定）

■年間スケジュール

5月末	受診券一斉発送
6月	特定健康診査開始
7月～9月	前年度の実施結果の検証及び評価 翌年度の事業実施方法等の見直し
10月～翌年3月	次年度の委託契約準備 予算要求資料作成等

## (オ) 実施項目

## ● 基本的な健診項目

全ての受診者に実施します。

質問項目、身体計測（身長、体重、BMI、腹囲）、理学的所見（身体診察）、  
 血圧測定、脂質検査（空腹時中性脂肪又は随時中性脂肪、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 ( $\gamma$ -GTP))、血糖検査（空腹時血糖又は随時血糖及びHbA1c検査）、尿検査（尿糖、尿蛋白）

## ● 詳細な健診の項目

一定の基準のもと、医師が必要と判断した人を選択して実施します。

心電図検査、眼底検査、貧血検査（赤血球数、血色素量、ヘマトクリット値）、  
 血清クレアチニン検査（eGFR）

## ● 追加検査項目

基本的な健診項目に加えて、全ての受診者に実施します（詳細な健診項目として実施した場合を除きます）。

尿検査（潜血）、心電図検査、眼底検査、貧血検査（赤血球数、血色素量、ヘマトクリット値）、血清クレアチニン検査（eGFR）、胸部エックス線検査、  
 痛風検査（尿酸）、その他の血液検査（白血球数、血小板数）

## (カ) 周知・案内方法

毎年、広報いたばし及びホームページに掲載するとともにパンフレットを作成しています。また、特定健康診査対象者に送付する受診券に案内冊子等を同封しています。

## (キ) 受診方法及び健診結果の通知

実施期間内に受診券を持参し、特定健康診査実施医療機関で受診します。健診結果については、受診医療機関で受診者本人に説明します。

## ②事業者健診等の健診受診者のデータ収集

特定健康診査対象者が、区の実施する特定健康診査以外のこれに相当する健診（事業者健診等）を受けた場合は、特定健康診査を受けたものとみなすことができます。そのため、健診結果提出のお願いを、特定健康診査の受診券に同封する案内冊子に記載し、事業者健診等の健診データを収集します。

(2) 特定保健指導

①特定保健指導判定及び階層化

腹囲	追加リスク	④喫煙	対象	
	①血糖 ②脂質 ③血圧		40～64 歳	65～74 歳
≥85 cm (男性) ≥90 cm (女性)	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		
上記以外で BMI ≥25	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	/		

※追加リスクの基準（保健指導判定値）

①血糖：空腹時血糖 100 mg/dl 以上又はHbA1c 5.6%以上

②脂質：空腹時中性脂肪 150 mg/dl 以上（やむを得ない場合は随時中性脂肪 175 mg/dl 以上）又はHDLコレステロール 40 mg/dl 未満

③血圧：収縮期血圧 130 mm Hg 以上又は拡張期血圧 85 mm Hg 以上

※65 歳以上は全て動機づけ支援の対象となります。

※血糖・脂質・血圧に関わる服薬治療を行っている人は対象から除きます。

②実施概要

(ア) 対象者

特定健康診査の結果により、特定保健指導の対象と判定された人

(イ) 実施方法

特定保健指導実施医療機関及び民間事業者に委託します。

(ウ) 実施場所

特定保健指導実施医療機関及び区内施設（健康福祉センター、区立体育館等）

(エ) 実施期間

初回面接日：毎年6月から翌年3月（予定）

■年間スケジュール

6 月	特定保健指導開始
7 月～9 月	前年度の実施結果の検証及び評価 翌年度の事業実施方法等の見直し
10 月～翌年 3 月	特定保健指導実施医療機関の視察 次年度の委託契約準備 予算要求資料作成等

(オ) 実施内容

情報提供を特定健康診査受診者全員に対して行うことと併せて、対象者に特定保健指導を実施します。健診結果を判定し、生活習慣改善の必要性に応じて、「動機付け支援」「積極的支援」に階層化して対象者を決定します。これらの特定保健指導がめざすところは、対象者の行動変容とセルフケア（自己管理）ができるよ

うになることです。内容は、生活習慣の振り返り、行動目標及び支援計画の作成、生活習慣改善状況の確認、食生活及び運動に関する支援になります。

#### 動機付け支援

##### 【対象者】

健診結果及び問診から、生活習慣の改善が必要と判断された人で、生活習慣を変えるにあたって行動目標の設定やその評価に支援が必要な人を対象とします。

##### 【支援頻度・期間・形態】

原則初回面接による支援1回とします。初回面接（個別面接20分以上、又はグループ支援80分以上）による支援後、通信（電話・FAX・手紙等）による3か月以上経過後の評価を行います。

#### 積極的支援

##### 【対象者】

健診結果及び問診から、生活習慣の改善が必要と判断された人で、管理栄養士などの専門職による、継続的できめ細やかな支援が必要な人を対象とします。

##### 【支援頻度・期間・形態】

初回面接による支援を行い、その後、3か月以上の継続的な支援を行います。初回面接（個別面接20分以上、又はグループ支援80分以上）による支援後、通信（電話・FAX・手紙等）による3か月以上の継続的な支援と3か月以上経過後の評価を行います。

#### (カ) 周知・案内方法

特定保健指導実施医療機関が実施する特定保健指導の対象者には、結果説明時に特定健康診査受診医療機関より案内をします。

民間事業者が実施する特定保健指導の対象者には、結果説明時に医療機関から特定保健指導の案内を渡し、後日民間事業者から利用案内を送付します。