

第4期

みなべ町 特定健康診査等実施計画

令和6（2024）年度～令和11（2029）年度

令和6年3月

みなべ町

目 次

第1章	計画策定の概要	1
1.	計画の背景・目的	1
2.	メタボリックシンドロームという概念への着目	1
3.	計画の概要	1
4.	計画の期間	1
第2章	みなべ町の現状	2
1.	国民健康保険加入被保険者数の推移	2
2.	医療費の状況	3
3.	疾患別医療費の状況	4
4.	生活習慣病の状況	5
5.	特定健診の実施状況	6
6.	特定保健指導の実施状況	7
7.	メタボリックシンドローム該当者・予備軍の状況	8
第3章	計画における取り組みと課題	9
1.	取組状況	9
2.	今後の課題	9
第4章	計画における目標値	10
1.	特定健診にかかる目標値	10
2.	特定保健指導にかかる目標値	10
第5章	実施方法	11
1.	特定健診	11
2.	特定健診実施率向上事業	11
3.	特定保健指導	11
4.	特定保健指導実施率向上事業	12
5.	年間スケジュール	12
6.	特定健診・保健指導データの保管及び管理方法	12
7.	他の健診受診者の健診データ受領方法	12
第6章	計画の見直し	13
第7章	計画の公表・周知	13
第8章	個人情報の保護に関する事項	13

第1章 計画策定の概要

1. 計画の背景・目的

現在、わが国では高齢化の急速化に伴い、疾病構造が変化しており、疾病全体に占めるがん、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ています。死亡原因の約5割、国民医療費の約3分の1を生活習慣病が占めている状況です。

生活習慣病は、食生活や運動不足等、不健康な生活習慣が発症の原因とされています。若い時から生活習慣病の予防対策を進め、高血圧、糖尿病、脂質異常症等の発症を予防し、重症化や合併症の発症を抑え、通院や入院の医療費の伸びを抑制する取り組みが必要です。

高齢者の医療の確保に関する法律に基づいて、平成20年度から医療保険者が被保険者、被扶養者に対して、特定健康診査・特定保健指導を実施するよう義務づけられました。

みなべ町においても、「みなべ町第3期 特定健康診査等実施計画」（平成30年度～令和5年度）を策定し、特定健康診査の受診促進、及び保健指導が必要と判断された人に対する効果的な特定保健指導の実施に努めてきました。

今回の「みなべ町国民健康保険第4期特定健康診査等実施計画」（以下、「本計画」という。）は、これまでの成果や課題の分析・評価を行ったうえで、被保険者の健康保持増進及び医療費適正化の取組を推進するために、特定健康診査及び特定保健指導の円滑な実施に関する基本的な事項を定めることを目的に策定するものです。

2. メタボリックシンドロームという概念への着目

生活習慣病の発症は、内臓脂肪の蓄積（内臓脂肪型肥満）が関与しており、肥満に加え、高血糖、高血圧等の状態が重複した場合には、重症化のリスクが高くなります。このため、メタボリックシンドローム（以下「メタボ」という。）の概念を踏まえ、適度な運動やバランスのとれた食事の定着など生活習慣を改善することにより、生活習慣病発症リスクの低減が可能になっています。

医療保険者は、生活習慣の改善が必要な者を的確に抽出するため、特定健康診査（以下「特定健診」という。）を行います。

3. 計画の概要

医療保険者は、高齢者の医療の確保に関する法律第19条により、保険者規模、加入者の年齢構成、地域的条件等の実情を考慮した実施計画を策定することになっています。

計画の策定にあたっては、「みなべ町国民健康保険データヘルス計画」等との整合性を図ります。

4. 計画の期間

本計画の計画期間は、令和6年度から令和11年度までの6年間とします。

第2章 みなべ町の現状

1. 国民健康保険加入被保険者数の推移

みなべ町の国民健康保険被保険者数は、令和5(2023)年4月1日現在4,240人となっており、年々減少しています。被保険者数の減少の原因としては、人口の減少や高齢化が考えられます。

(単位：人)

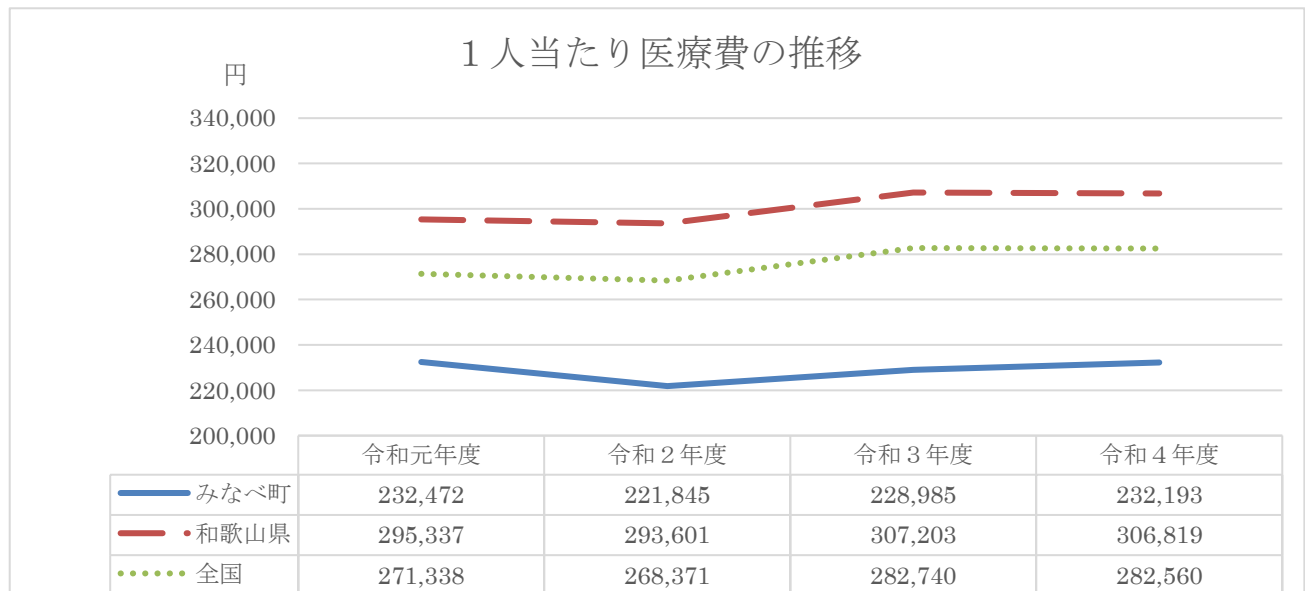
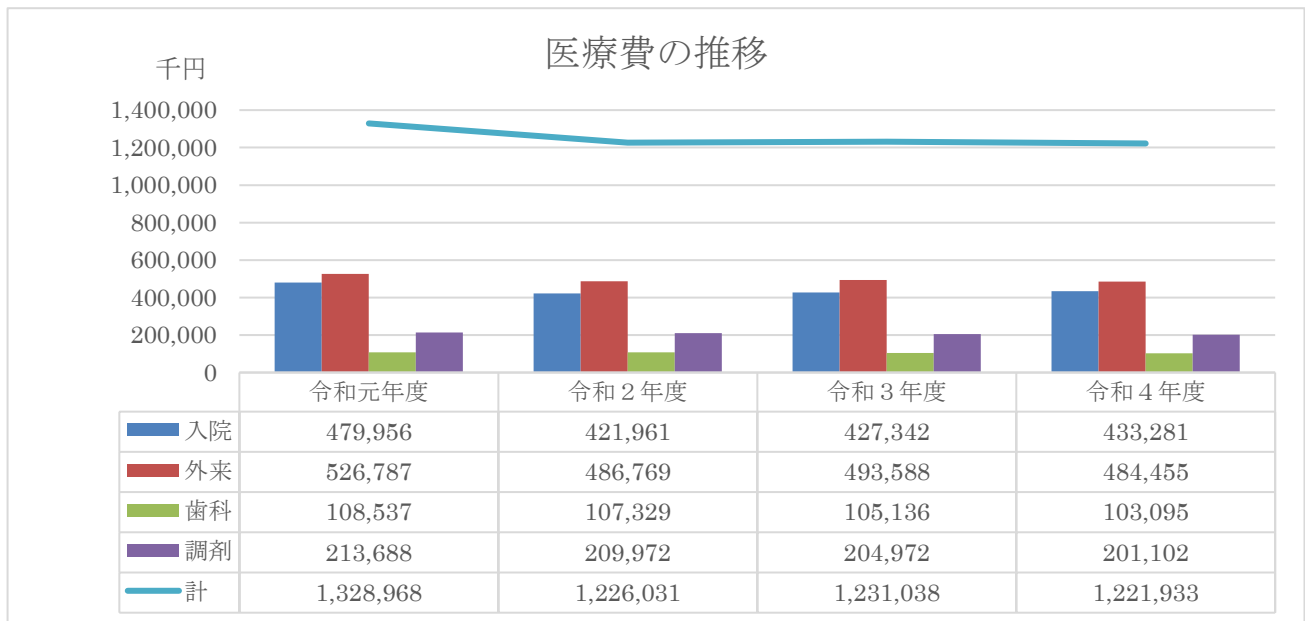
年齢	令和元年度		令和2年度		令和3年度		令和4年度		令和5年度	
	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女
0 - 39	777	689	745	645	693	599	666	570	638	519
40 - 44	167	129	148	110	145	104	137	109	124	87
45 - 49	174	137	168	137	164	133	170	122	171	126
50 - 54	164	145	168	153	179	145	173	150	165	152
55 - 59	186	196	190	188	168	185	163	180	159	163
60 - 64	289	327	250	304	230	280	233	241	235	242
65 - 69	364	424	361	391	350	385	309	378	295	352
70 - 74	338	385	365	436	410	458	413	465	369	441
75 -	1	0	0	0	0	1	0	1	1	1
計	2,460	2,432	2,395	2,364	2,339	2,290	2,264	2,216	2,157	2,083
合計	4,892		4,759		4,629		4,480		4,240	

資料：指定区別年齢別男女別人口調（各年度4月1日現在の被保険者数）

2. 医療費の状況

みなべ町の令和4（2022）年度の医療費は、1,221,933,000円で減少傾向にあります。新型コロナウイルス感染症による受診控え、国保被保険者数の減少等が考えられます。

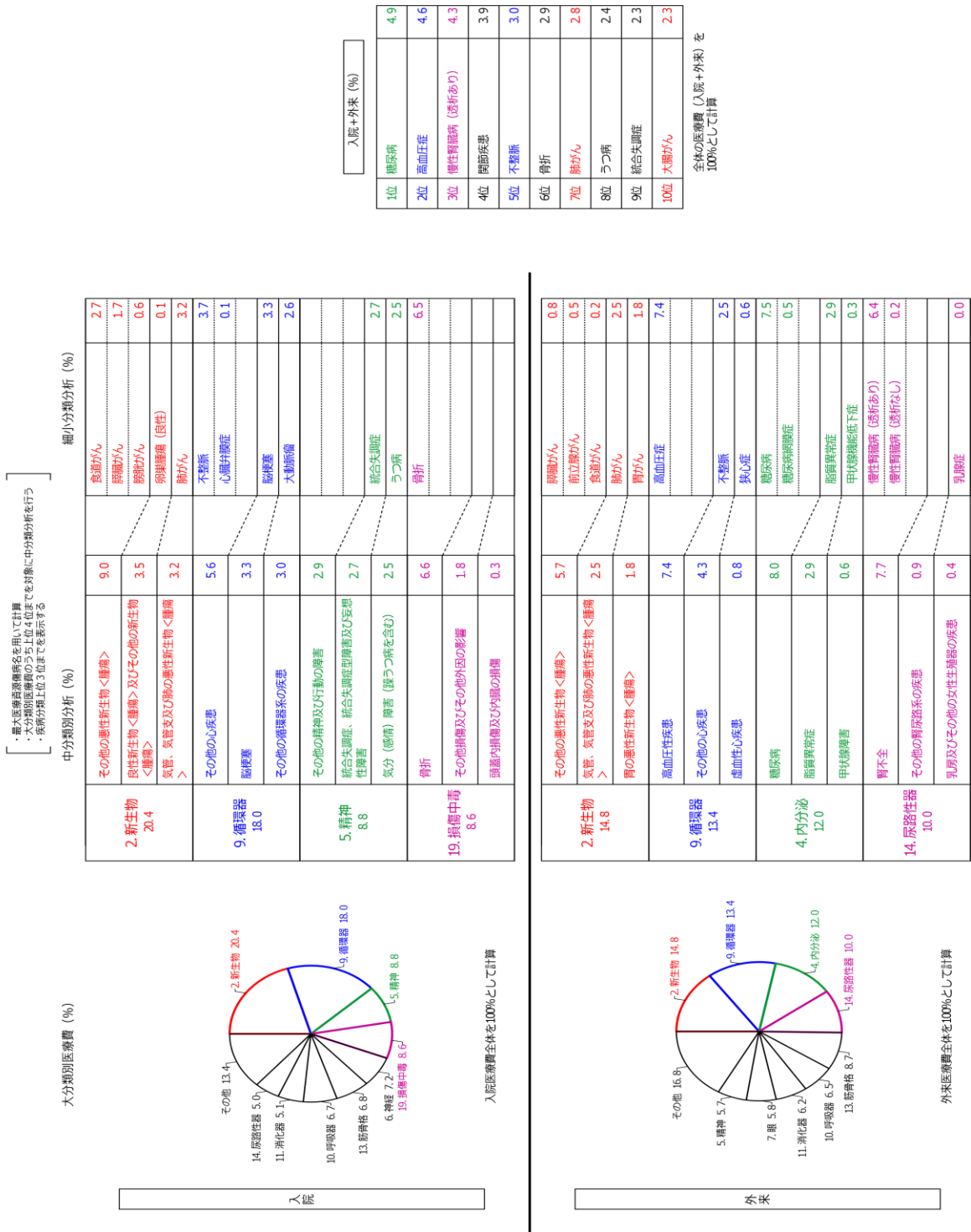
みなべ町の令和4（2022）年度の1人当たり医療費は、232,193円で増加傾向ですが、和歌山県、全国より低くなっています。令和2（2020）年度、新型コロナウイルス感染症による受診控え等で減少しましたが、以降増加傾向にあります。



資料：KDB システム 健康スコアリング（医療）

3. 疾患別医療費の状況

みなべ町の令和4(2022)年度の医療費を最小分類で見ると、入院では骨折が6.5%、不整脈3.7%、脳梗塞3.3%の順になっています。外来では、糖尿病7.5%、高血圧症7.4%、慢性腎不全(透析あり)6.4%の順になっています。全体の医療費(入院+外来)では、糖尿病4.9%、高血圧症4.6%、慢性腎不全(透析あり)4.3%の順に多くなっています。



資料：KDB システム 医療費分析(2)大、中、細小分類

4. 生活習慣病の状況

みなべ町の令和4(2022)年度の生活習慣病の患者数は、高血圧症が781人で最も多く、次いで脂質異常症598人、糖尿病357人の順となっています。また、虚血性心疾患125人、脳血管疾患85人、人工透析は10人となっています。

生活習慣病の患者数は、50歳代以降で増加している傾向にあります。

厚生労働省様式
(様式3-1) 生活習慣病全体のレセプト分析

作成年月 : 05年03月
印刷日 : 05年11月06日
ページ : 1/1

保険者番号 : 300550
保険者名 : みなべ町
地区 : XXXXXXX 未地区割

性別	被保険者数 レセプト数 A B	生活習慣病対象者 C		大血管障害 D		虚血性心疾患 E		人工透析 F		糖尿病 G		(再掲)糖尿病合併症 H		糖尿病以外の血管を痛める因子 I						
		人数	% (C/A)	人数	% (D/C)	人数	% (E/C)	人数	% (F/C)	人数	% (G/C)	人数	% (H/C)	人数	% (I/C)	人数	% (N/C)			
		人数	% (D/C)	人数	% (E/C)	人数	% (F/C)	人数	% (G/C)	人数	% (H/C)	人数	% (I/C)	人数	% (J/C)	人数	% (K/C)	人数	% (L/C)	
20歳代以下	454	178	26	5.7	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
30歳代	193	53	19	9.8	2	10.5	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
40歳代	296	118	65	22.0	1	1.5	3	4.6	1	1.5	9	13.8	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
50歳代	334	171	34	28.1	2	2.1	10	10.6	0	0.0	24	25.5	2	2.1	1	1.1	3	3.2	2	2.1
60~64歳	222	195	105	45.3	7	6.7	12	11.4	1	1.0	29	27.6	3	2.9	2	1.9	3	2.9	6	5.8
65~69歳	295	228	128	43.4	14	10.9	19	14.8	2	1.6	34	25.6	0	0.0	1	0.8	5	3.9	1	0.8
70~74歳	306	430	243	63.0	32	13.2	28	11.5	1	0.4	96	29.5	6	2.5	7	2.9	2	0.8	17	72.8
合計	2,190	1,373	680	31.1	58	8.5	72	10.6	5	0.7	195	28.7	12	1.8	19	2.8	8	1.2	393	57.8
再40~74歳	1,543	1,142	635	41.2	56	8.8	72	11.3	5	0.8	192	30.2	11	1.7	12	1.9	17	2.7	8	1.3
再65~74歳	681	688	371	54.5	46	12.4	47	12.7	3	0.8	130	35.0	6	1.6	7	1.9	12	3.2	3	0.8

性別	被保険者数 レセプト数 A B	生活習慣病対象者 C		大血管障害 D		虚血性心疾患 E		人工透析 F		糖尿病 G		(再掲)糖尿病合併症 H		糖尿病以外の血管を痛める因子 I						
		人数	% (C/A)	人数	% (D/C)	人数	% (E/C)	人数	% (F/C)	人数	% (G/C)	人数	% (H/C)	人数	% (I/C)	人数	% (N/C)			
		人数	% (D/C)	人数	% (E/C)	人数	% (F/C)	人数	% (G/C)	人数	% (H/C)	人数	% (I/C)	人数	% (J/C)	人数	% (K/C)	人数	% (L/C)	
20歳代以下	401	155	22	5.5	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
30歳代	133	64	18	13.5	0	0.0	0	0.0	0	0.0	3	16.7	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
40歳代	217	114	47	21.7	2	4.3	1	2.1	1	2.1	5	10.6	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
50歳代	314	207	98	31.2	4	4.1	4	4.1	0	0.0	16	16.3	1	1.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
60~64歳	250	192	96	38.4	2	2.1	4	4.2	0	0.0	16	16.7	0	0.0	0	0.0	1	1.0	0	0.0
65~69歳	364	328	185	50.8	8	4.3	18	9.7	3	1.6	43	23.2	2	1.1	3	1.6	2	1.1	0	0.0
70~74歳	451	470	267	59.2	11	4.1	26	9.7	1	0.4	79	29.6	5	1.9	4	1.5	4	1.5	4	1.5
合計	2,130	1,530	733	34.4	27	3.7	53	7.2	5	0.7	162	22.1	8	1.1	9	1.2	7	1.0	4	0.5
再40~74歳	1,596	1,311	683	43.4	27	3.9	53	7.6	5	0.7	159	22.9	8	1.2	9	1.3	7	1.0	4	0.6
再65~74歳	815	798	452	55.5	19	4.2	44	9.7	4	0.9	122	27.0	7	1.5	8	1.8	6	1.3	4	0.9

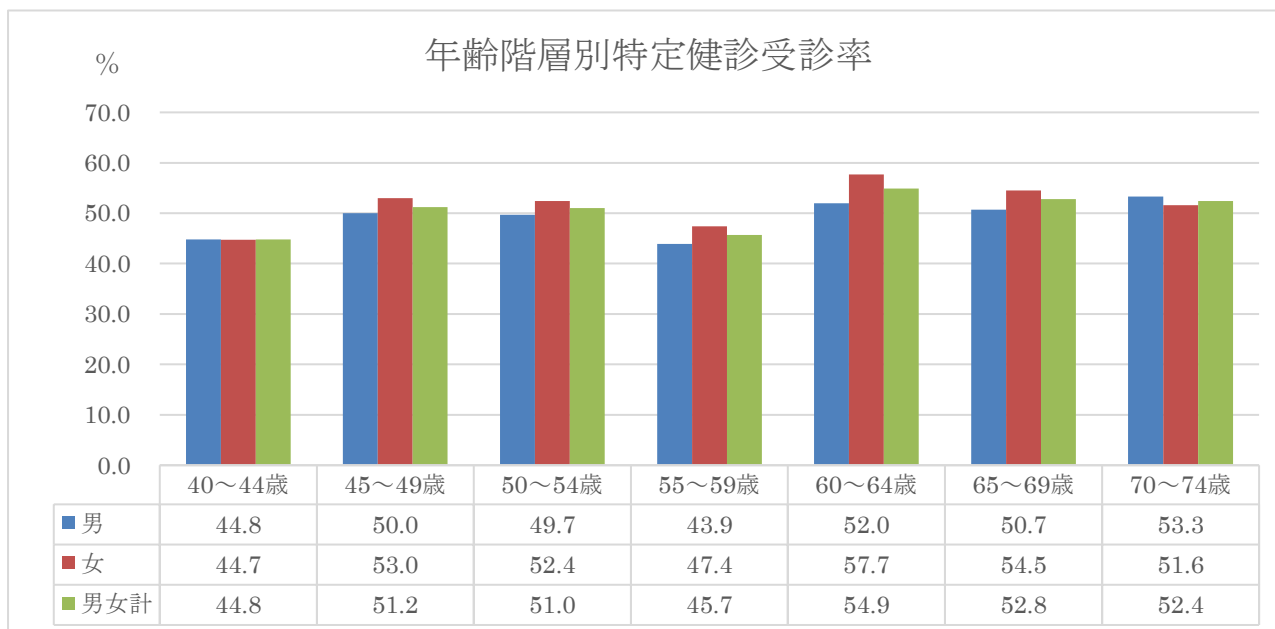
総数	被保険者数 レセプト数 A B	生活習慣病対象者 C		大血管障害 D		虚血性心疾患 E		人工透析 F		糖尿病 G		(再掲)糖尿病合併症 H		糖尿病以外の血管を痛める因子 I						
		人数	% (C/A)	人数	% (D/C)	人数	% (E/C)	人数	% (F/C)	人数	% (G/C)	人数	% (H/C)	人数	% (I/C)	人数	% (N/C)			
		人数	% (D/C)	人数	% (E/C)	人数	% (F/C)	人数	% (G/C)	人数	% (H/C)	人数	% (I/C)	人数	% (J/C)	人数	% (K/C)	人数	% (L/C)	
20歳代以下	855	333	48	5.6	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
30歳代	326	117	37	11.3	2	5.4	0	0.0	0	0.0	6	16.2	1	2.7	0	0.0	2	5.4	1	2.7
40歳代	513	232	112	21.8	3	2.7	4	3.6	2	1.8	14	12.5	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
50歳代	648	378	192	29.6	6	3.1	14	7.3	0	0.0	20	28.8	3	1.6	2	1.0	86	44.8	12	6.3
60~64歳	482	307	201	41.7	9	4.5	16	8.0	1	0.5	45	22.4	3	1.5	3	1.5	108	53.7	14	7.0
65~69歳	659	556	313	47.5	22	7.0	37	11.8	5	1.6	77	24.6	2	0.6	4	1.3	7	2.2	1	0.3
70~74歳	837	900	510	60.9	43	8.4	54	10.6	2	0.4	175	34.3	11	2.2	11	2.2	6	1.2	346	67.8
合計	4,320	2,983	1,413	32.7	85	6.0	125	8.8	10	0.7	353	25.3	20	1.4	21	1.5	26	1.8	12	0.8
再40~74歳	3,138	2,453	1,328	42.3	83	6.3	125	9.4	10	0.8	351	25.4	19	1.4	21	1.6	24	1.8	12	0.9
再65~74歳	1,496	1,456	823	55.0	65	7.9	91	11.1	7	0.9	232	30.6	13	1.6	15	1.8	18	2.2	7	0.9

資料: KDB システム 厚生労働省様式(様式3-1) 生活習慣病全体のレセプト分析(令和4年度)

5. 特定健診の実施状況

みなべ町の令和4（2022）年度の特定健康診査受診率は、男性50.2%、女性52.6%、男女計51.4%で増加傾向にあります。令和2（2020）年度、新型コロナウイルス感染症による受診控えで減少しましたが、翌年度に回復しました。

年齢階層別特定健康診査受診率は、60～64歳が54.9%で最も高く、40～44歳が44.8%で最も低くなっています。

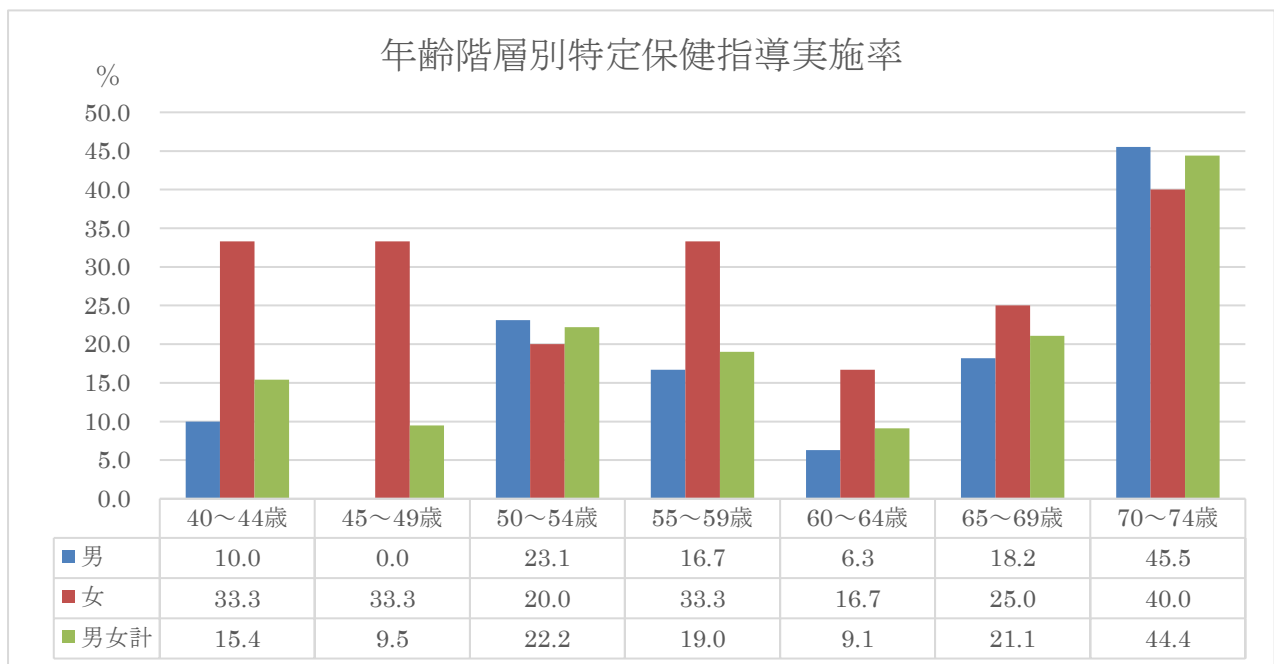
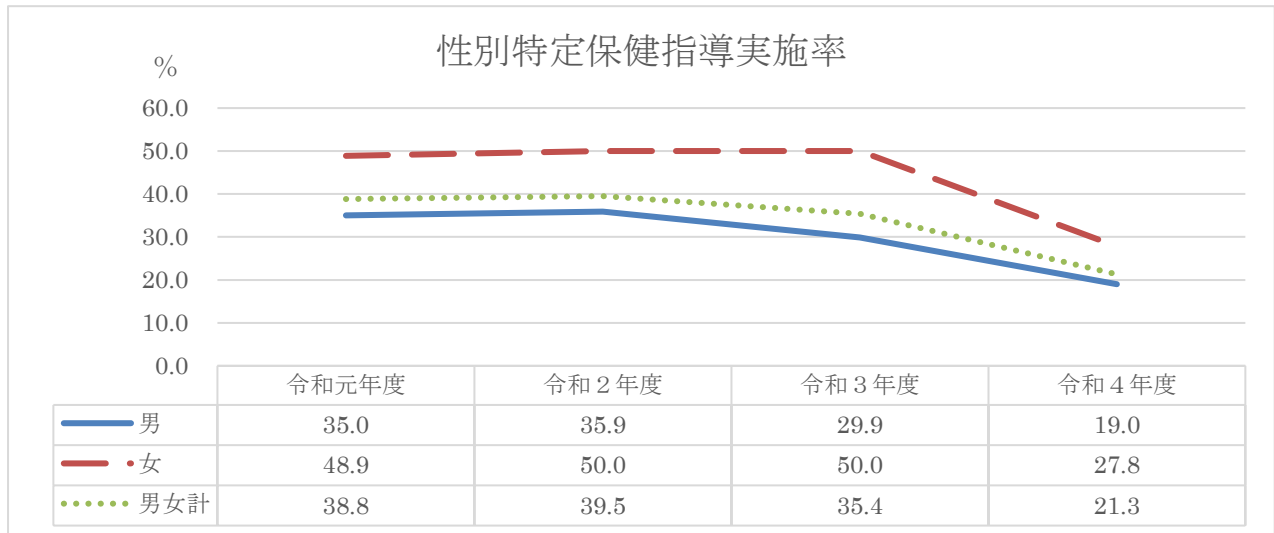


資料：法定報告

6. 特定保健指導の実施状況

みなべ町の令和4（2022）年度の特定保健指導実施率は、男性19.0%、女性27.8%、男女計21.3%で減少傾向にあります。

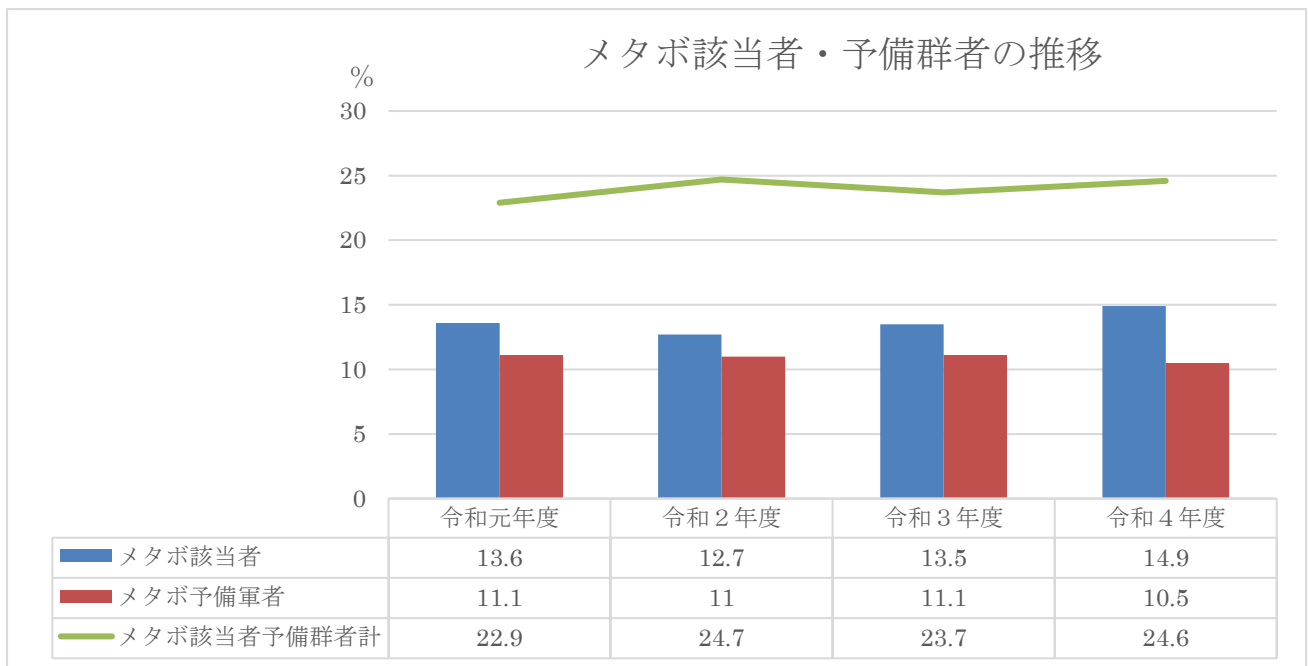
年齢階層別特定保健指導実施率は、70～74歳が44.4%で最も高く、60～64歳が9.1%で最も低くなっています。



資料：法定報告

7. メタボリックシンドローム該当者・予備軍の状況

みなべ町の令和4（2022）年度のメタボ該当者は14.9%で増加傾向、メタボ予備軍者は10.5%で減少傾向、メタボ該当者予備軍者計は24.6%で増加傾向にあります。



資料：和歌山県の国保の状況

第3章 計画における取り組みと課題

1. 取組状況

(1) 特定健診

各世帯に健診案内と受診啓発のパンフレットを郵送し、申し込みのない方には再勧奨を実施しています。また健診申し込みの時期には広報や町内放送等で健診の受診啓発を実施しています。

無料で特定健診とがん検診をあわせて実施しています。また健（検）診受診者にはごみ袋をプレゼントし、受診促進を行っています。

(2) 特定保健指導

健診実施後、結果説明会を開催し保健指導（初回）を実施しています。説明会に参加できない方には、利用勧奨資材を同封し、保健師、看護師が結果に対するコメントを記入し郵送しています。利用しやすいよう、夜間も実施し、リモートでも特定保健指導を利用できるよう工夫しています。

2. 今後の課題

(1) 特定健診

新型コロナウイルス感染症によるバイアスがありますが、受診率はほぼ横ばいで推移しており、県平均より高い状況にあります。しかし、国の目標値（70%）より下回っているため、今後も受診率向上に向けた取り組みが必要です。男女ともに若い世代の受診率が低いため、若い世代への働きかけが必要です。

(2) 特定保健指導

終了率は減少傾向でメタボリックシンドローム該当者も増加傾向にあり、目標値（45%）を下回っているため、より一層保健指導の内容や方法を工夫し、終了率を増加させる必要があります。

第4章 計画の目標値

1. 特定健診の目標値

	計画策定時実績	目標値	
	令和4年度	令和8年度	令和11年度
対象者数（人）	2,984	2,800	2,650
受診者数（人）	1,533	1,442	1,378
受診率（%）	51.4	51.5	52.0

2. 特定保健指導の目標値

	計画策定時実績	目標値	
	令和4年度	令和8年度	令和11年度
対象者数（人）	141	130	115
終了者数（人）	30	28	25
終了率（%）	21.3	21.5	22.0

第5章 実施方法

1. 特定健診

- ①実施期間 7月～8月
- ②実施場所 受診者の利便性や会場内の環境(安全性やプライバシー感染症対策等)を考慮し、保健福祉センターで実施する。
- ③健診項目 国が定めた健診項目にみなべ町独自の項目を追加して実施します。
質問項目、身体計測(身長、体重、腹囲、BMI)、血圧、肝機能検査(AST、ALT、 γ -GTP、総ビリルビン、コルエステラーゼ、ALP、LDH)、血中脂質検査(空腹時中性脂肪、随時中性脂肪、HDL コレステロール、LDL コレステロール、Non-HDL コレステロール、動脈硬化指数、L/H比)、血糖検査(空腹時血糖、HbA1c、随時血糖)、尿検査(尿糖、尿蛋白)貧血検査(赤血球数、ヘモグロビン、ヘマトクリット、MCV、MCH、MCHC、血清鉄)、心電図検査、眼底検査、腎臓検査(尿素窒素、クレアチニン、e-GFR)、血小板数、血清蛋白(総蛋白、アルブミン)、尿酸、白血球、膵臓検査(血清アミラーゼ)
- ④自己負担料 無料
- ⑤外部委託について 特定健診の実施については外部委託で実施します。

2. 特定健診実施率向上事業

- ①実施期間 5月
- ②実施内容 健診未申込者へ再勧奨通知を送付します。
- ③外部委託について 特定健診実施率向上事業は外部委託で実施します。

3. 特定保健指導

- ①実施場所 保健福祉センター
- ②実施期間 8月～翌年2月
- ③実施方法 生活習慣病リスクに応じた指導を対面とリモートを併用して行います。

(1) 情報提供

対象者が健診結果から、自らの身体状況を認識するとともに、生活習慣を見直すきっかけとします。また、健診結果とあいまって、医療機関への受診や継続治療が必要な対象者に受診や服薬の重要性を認識してもらうとともに、健診受診者全員に対し継続的に健診を受診する必要性を認識してもらいます。

(2) 動機付け支援

対象者への個別支援又はグループ支援により、対象者が自らの健康状態を自覚し、生活習慣を振り返り、自分の生活習慣の改善点・伸ばすべき行動に気付き、生活習慣改善のための行動目標を自ら設定でき、保健指導後、対象者がすぐに実践(行動)・継続できるような動機付けとなることを目指します。

(3) 積極的支援

「動機付け支援」に加えて、定期的・継続的な支援により、生活習慣の改善のための行動目標

を設定し、目標達成に向けた実践（行動）に取り組みながら、保健指導終了後には、その生活習慣が継続できることを目指します。

④自己負担 無料

⑤外部委託について 特定保健指導の実施については外部委託で実施します。

4. 特定保健指導実施率向上事業

①実施期間 9月

②実施内容 特定保健指導未利用者へ再勧奨通知を送付します。

③外部委託について 特定保健指導実施率向上事業は外部委託で実施します。

5. 年間スケジュール

4月 対象者全員に対し特定健康診査・がん検診の案内を送付する。

またチラシ等で健診の必要性等について意識啓発を図る。

5月 健診未申込者へ再勧奨通知を送付する。

6月 健診案内（問診票やがん検診問診票等）を郵送する。

7月 特定健診・がん検診（集団）実施

8月 特定保健指導（8月～2月）

9月 特定保健指導未利用者へ再勧奨通知を送付する。

6. 特定健診・保健指導データの保管及び管理方法

特定健康診査及び保健指導は、原則として健診等実施機関が国の定める電子的標準様式にデータを作成し、医療保険者へ提出する。

特定健康診査等に関するデータは原則5年間保存とし、保健衛生部局が管理及び保管する。

7. 他の健診受診者の健診データ受領方法

他の健診を受診している者に対しては、事業主または受診者から健診データを受領します。

第6章 計画の見直し

設定した評価指標に基づき、毎年度評価を行います。

計画期間最終年度となる令和11年度には、計画に掲げた目標の達成状況、その他経年変化の推移等について分析を行い評価します。また、中間時点である令和8年度には達成状況の確認を行い、再度計画を見直す必要がある場合は、見直しを実施します。

評価にはKDBシステム等を活用し、可能な限り数値を用いて評価を行います。評価の結果、本計画の目標設定、取り組むべき事業などを見直し、次期計画につなげていきます。

また、計画のどの期間中においても、目標の達成状況や事業の実施状況によっては保健事業の実施方法などの変更を適宜行うこととします。

第7章 計画の公表・周知

本計画は、ホームページに掲載するとともに様々な機会において周知に努めます。

第8章 個人情報の保護に関する事項

みなべ町国民健康保険では、特定健診等の結果やレセプトのデータを活用し、データ分析や事業計画の策定、保健指導等の保健事業を行います。

本計画に基づく事業で得られる個人情報の取り扱いについては、個人情報保護に関する法律およびこれに基づく、ガイドライン並びにみなべ町個人情報の保護に関する法律施行条例を遵守します。

第4期
みなべ町 特定健康診査等実施計画

発行日 : 令和6年3月
編集・発行 : みなべ町健康長寿課
〒645-0002
和歌山県日高郡みなべ町芝742番地
[TEL : 0739-72-2015](tel:0739-72-2015) (代表)
TEL : 0739-74-3337 (直通)