

## 【宇部市国民健康保険特定健康診査・特定保健指導について】

特定健康診査とは、医療保険者が、40歳から75歳の保険加入者に対して、メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）に着目した検査項目で実施する健診です。また、特定保健指導とは、特定健康診査の受診後に、生活習慣病の発症リスクが高い方に対して行われる保健指導である。

特定健康診査は、対象者の生活習慣改善を目的に、指導が必要である対象者を抽出するための健診という位置づけになる。

### 1. 特定健康診査事業の内容

概要	生活習慣病につながるメタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）に着目した健診																												
対象者	宇部市国民健康保険加入者で当該年度40歳以上の人																												
自己負担	無料																												
実施機関	個別健診 医療機関 総合集団健診 市保健センター、市公共施設（がん検診と同時受診が可能）																												
検査項目	<p>① 基本的な項目（全員が受ける項目）</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>項目</th> <th>備考</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>質問票</td> <td>服薬歴、喫煙・食事等の生活習慣</td> </tr> <tr> <td>身体計測</td> <td>身長、体重、BMI、腹囲</td> </tr> <tr> <td>理学的検査</td> <td>身体診察</td> </tr> <tr> <td>血圧測定</td> <td>収縮期血圧、拡張期血圧</td> </tr> <tr> <td rowspan="5">血液検査</td> <td>脂質検査</td> <td>中性脂肪、HDLコレステロール、LDLコレステロール</td> </tr> <tr> <td>肝機能検査</td> <td>GOT、GPT、<math>\gamma</math>-GTP</td> </tr> <tr> <td>腎機能検査</td> <td>血清クレアチニン</td> </tr> <tr> <td>血糖検査</td> <td>空腹時血糖、HbA1c</td> </tr> <tr> <td>貧血検査</td> <td>赤血球数、血色素量、ヘマトクリット値</td> </tr> <tr> <td>尿検査</td> <td colspan="2">尿糖、尿蛋白、推定1日食塩摂取量</td> </tr> <tr> <td>心電図検査</td> <td colspan="2">12誘導心電図</td> </tr> </tbody> </table> <p>※宇部市では、国の基準を超えて、市で独自で心電図検査、ヘモグロビンA1C、血清クレアチニン検査、推定1日食塩摂取量検査などを全員に実施している。</p>		項目	備考	質問票	服薬歴、喫煙・食事等の生活習慣	身体計測	身長、体重、BMI、腹囲	理学的検査	身体診察	血圧測定	収縮期血圧、拡張期血圧	血液検査	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	GOT、GPT、 $\gamma$ -GTP	腎機能検査	血清クレアチニン	血糖検査	空腹時血糖、HbA1c	貧血検査	赤血球数、血色素量、ヘマトクリット値	尿検査	尿糖、尿蛋白、推定1日食塩摂取量		心電図検査	12誘導心電図	
項目	備考																												
質問票	服薬歴、喫煙・食事等の生活習慣																												
身体計測	身長、体重、BMI、腹囲																												
理学的検査	身体診察																												
血圧測定	収縮期血圧、拡張期血圧																												
血液検査	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	GOT、GPT、 $\gamma$ -GTP																											
	腎機能検査	血清クレアチニン																											
	血糖検査	空腹時血糖、HbA1c																											
	貧血検査	赤血球数、血色素量、ヘマトクリット値																											
尿検査	尿糖、尿蛋白、推定1日食塩摂取量																												
心電図検査	12誘導心電図																												

	② 詳細な項目（医師の判断による追加項目）												
	項 目	実施できる条件											
	眼底検査	<p>当該年度の健診結果等で、次のアまたはイの項目が基準に達した人のうち、医師が必要と認めた人</p> <p>〈基準値〉</p> <table border="1"> <tr> <td>ア． 血 圧</td> <td>収縮期血圧 140mmHg 以上</td> <td>または</td> </tr> <tr> <td></td> <td>拡張期血圧 85mmHg 以上</td> <td></td> </tr> <tr> <td>イ． 血 糖</td> <td>空腹時血糖 126mg/dl 以上</td> <td>または</td> </tr> <tr> <td></td> <td>H b A 1 c 6.5%以上</td> <td></td> </tr> </table>	ア． 血 圧	収縮期血圧 140mmHg 以上	または		拡張期血圧 85mmHg 以上		イ． 血 糖	空腹時血糖 126mg/dl 以上	または		H b A 1 c 6.5%以上
ア． 血 圧	収縮期血圧 140mmHg 以上	または											
	拡張期血圧 85mmHg 以上												
イ． 血 糖	空腹時血糖 126mg/dl 以上	または											
	H b A 1 c 6.5%以上												

## 2. 特定保健指導事業の内容

概要	特定健康診査の結果から生活習慣病発症リスクの高い人が生活習慣を振り返り、目標を立て実行できるよう医師や保健師、管理栄養士などが保健指導を実施
対象者	<p>特定健診の結果、腹囲やBMI、血糖・血圧・脂質、喫煙、年齢から生活習慣病の発症リスクが高いと判定された人（服薬中は除く）</p> <p>※リスク要因の数等により支援内容が変わる。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・積極的支援（指導の必要性が高い）</li> <li>・動機づけ支援（指導の必要性がやや高い）</li> </ul>
自己負担	無料
実施機関	<p>医療機関、または市委託事業者</p> <p>現在、指導レベルが高い積極的支援は、特定保健指導のノウハウを持った民間業者に委託。動機づけ支援は実施医療機関と民間業者に委託。</p>
内容	<ol style="list-style-type: none"> <li>① 保健師等が対象者と面接を行い、生活改善につながる行動計画を策定</li> <li>② 適時、電話・メール等で実施状況を確認、助言や情報提供</li> <li>③ 行動計画策定の3か月後、面接により結果の把握と評価</li> </ol>

### 3. 特定健康診査・保健指導の流れ・内容

#### 【特定健康診査】

【対象者】40歳以上の国保加入者  
【内容】特定健康診査の実施  
【実施者】特定健診実施医療機関 又は 市委託期間



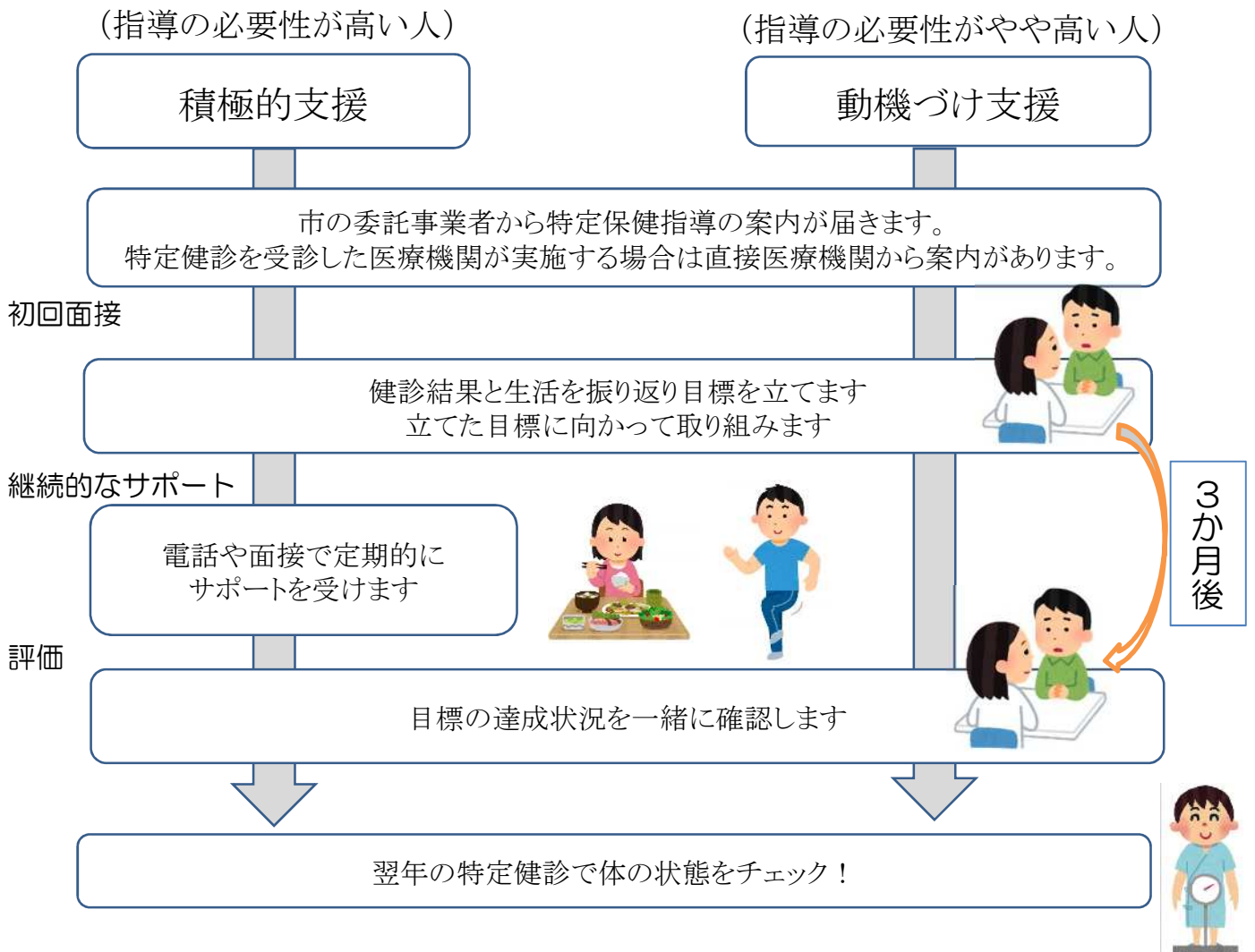
#### 【結果説明・情報提供】

【対象者】特定健診実施者  
【内容】健診結果の説明、結果内容に合わせた情報提供・受診勧奨  
【実施者】特定健診実施医療機関 又は 市委託期間



#### 【特定保健指導】

【対象者】リスク要因等により判定  
【内容】特定健診の結果と生活を振り返り、メタボ改善の生活について一緒に考え、取り組んで生活習慣病の発症を予防します。  
【実施者】特定保健指導実施医療機関 又は 市委託機関



## 4. 令和2年度特定健康診査の実施状況

### 4-①

#### 【令和2年度 特定健康診査 受診者数】

	対象者数（人）	受診者数（人）	受診率（％）
男	10,945	3,082	28.2
女	13,438	4,403	32.8
計	24,383	7,485	30.7

資料：法定報告書

※毎年、特定健康診査の受診率は女性の方が高い。

### 4-②

#### 【宇部市の特定健康診査受診率 県内13市順位】

	平成28年度	平成29年度	平成30年度	令和元年度	平成2年度
受診率	25.6%	26.2%	32.1%	35.7%	30.7%
県内順位	9位	9位	4位	2位	7位

資料：法定報告書

※令和2年度は新型コロナウイルス感染症の影響による受診控えのため減少。

令和3年度は32%の見込みであり、令和2年度より増加の見込みだが低迷している。

### 4-③

#### 【令和2年度 特定健康診査 有所見率（山口県内の19市町順位）】

（単位；％）

	市	県内順位	県	国
メタボ予備群	11.8	7位	11.0	11.4
メタボ該当者	21.0	<b>4位</b>	19.7	20.3
非肥満高血糖	8.3	13位	9.1	9.1
腹囲	35.4	<b>4位</b>	33.7	35.2
BMI	3.4	<b>18位</b>	4.1	4.9
血糖	0.7	9位	0.6	0.7
血圧	8.6	7位	8.3	8.1
脂質	2.3	8位	2.2	2.7
血糖・血圧	3.1	7位	2.9	3.0
血糖・脂質	0.9	6位	0.8	1.0
血圧・脂質	10.3	8位	9.8	9.7
血糖・血圧・脂質	0.7	6位	6.1	6.6

資料：国保データベースシステム

※県内他市と比較して、メタボ該当者と腹囲が有所見率が高い。

## 5. 令和2年度特定保健指導の実施状況

### 5-①

#### 【令和2年度 特定保健指導 実施者数（動機づけ支援）】

	対象者数（人）	実施者数（人）	実施率（％）
男	398	97	24.4
女	224	47	21.0
計	622	144	23.2

資料：法定報告書

#### 【令和2年度 特定保健指導 実施者数（積極的支援）】

	対象者数（人）	実施者数（人）	実施率（％）
男	95	13	13.7
女	25	3	12.0
計	120	16	13.3

資料：法定報告書

※特定健康診査(健診)の受診者は男性の方が少ない(表4-①)が、特定保健指導対象者(指導が必要な人)は男性の方が多い(表5-①)。

※特定保健指導の実施率は、女性よりも男性の方が高い(表5-①)。

※特定保健指導(積極的支援)は実施率が低く、保健指導の案内をしても「忙しい」「時間が無い」と言った理由で断られるケースが多い。どうすれば利用してもらえるか委員に意見をお伺いしたい。

### 5-②

#### 【宇部市の特定保健指導実施率（県内13市順位）】

	平成28年度	平成29年度	平成30年度	令和元年度	平成2年度
実施率	28.0%	26.3%	19.7%	17.4%	21.6%
県内順位	4位	3位	6位	7位	2位

資料：法定報告書

※実施率は特定保健指導を終了した人の割合であり、令和3年度は約24%の見込み。

※実施率は毎年上昇しており、令和2年度の特定保健指導実施率は、宇部市が県内2位である。

## 6. 令和2年度特定健康診査における質問票の内容

(単位：%)

質問項目	宇部市	県	国
服薬あり（高血圧症）	40.9	37.9	35.6
服薬あり（糖尿病）	10.0	8.4	8.5
服薬あり（脂質異常症）	33.1	29.7	27.4
既往歴あり（脳卒中）	4.6	4.6	3.2
既往歴あり（心臓病）	5.6	5.6	5.6
既往歴あり（慢性腎臓病等）	0.7	0.7	0.8
貧血	10.6	10.7	10.5
喫煙	10.4	10.1	13.6
20歳時体重から10kg以上増加	32.4	32.4	35.2
週2日以上、1回30分以上の運動の習慣なし	56.9	57.6	60.6
1日1時間以上、歩行等の運動なし	<b>63.6</b>	50.7	48.4
歩行速度遅い	46.6	49.3	50.4
週3回以上朝食を抜く	8.0	7.1	10.0
週3回以上就寝前夕食	12.0	12.9	15.6
朝昼夜3食以外の間食や甘い飲み物（毎日）	23.4	24.8	21.1
朝昼夜3食以外の間食や甘い飲み物（時々）	52.7	55.5	58.4
朝昼夜3食以外の間食や甘い飲み物（ほとんど摂取なし）	<b>24.0</b>	19.7	21.4
飲酒頻度（毎日）	24.1	25.7	23.3
飲酒頻度（時々）	22.3	20.3	22.1
飲酒頻度（飲まない）	53.6	54.0	52.4
睡眠不足	27.8	24.1	24.5
生活習慣改善（改善意欲なし）	23.1	26.9	27.7
生活習慣改善（改善意欲あり）	27.7	31.7	28.8
生活習慣改善（改善意欲あり、かつ始めている）	<b>19.2</b>	13.0	14.2
生活習慣改善（取組済、6か月未満）	9.1	8.8	9.0
生活習慣改善（取組済、6か月以上）	21.0	19.7	20.4
保健指導利用しない	<b>43.3</b>	60.4	62.3

資料：国保データベースシステム

※県、国と比較して、「1日1時間以上の歩行等の運動なし」と答えた人が多い。

※県、国と比較して「保健指導を利用しない」と答えた人は少ない。

## 7. 年度別国民健康保険病類統計（5月診療分）

### ① 件数順位（件数が多いほど当該疾病者数が多い）

順位 病名 年度	第1位		第2位		第3位		第4位		第5位	
	病名	件数	病名	件数	病名	件数	病名	件数	病名	件数
平成23	高血圧性疾患	5,400	歯肉炎及び歯周疾患	4,175	糖尿病	1,906	その他の内分泌、栄養及び代謝疾患	1,717	皮膚炎及び湿疹	1,223
24	〃	5,509	〃	4,570	〃	1,922	〃	1,817	その他の眼及び付属器の疾患	1,286
25	〃	5,597	〃	4,613	〃	2,010	〃	1,775	〃	1,329
26	〃	5,620	〃	4,754	〃	2,029	〃	1,851	〃	1,330
27	〃	5,472	〃	4,909	〃	1,950	〃	1,782	〃	1,306
28	〃	5,339	〃	4,907	〃	1,892	〃	1,792	〃	1,230
29	〃	5,212	〃	4,802	〃	1,852	〃	1,733	〃	1,219
30	〃	5,125	〃	4,772	〃	1,791	脂質異常症	1,549	〃	1,161
令和元	歯肉炎及び歯周疾患	4,911	高血圧性疾患	4,845	〃	1,696	〃	1,496	皮膚炎及び湿疹	1,112
2	高血圧性疾患	4,372	歯肉炎及び歯周疾患	3,769	〃	1,551	〃	1,408	その他の眼及び付属器の疾患	975

資料：疾病分類統計表

※毎年、高血圧症や糖尿病といった生活習慣病に関するレセプト件数が多い。

### ② 点数順位（点数が多いほど当該疾病に要する診療金額が高い）

#### ② 点数順位

順位 病名 年度	第1位		第2位		第3位		第4位		第5位	
	病名	点数	病名	点数	病名	点数	病名	点数	病名	点数
平成23	統合失調症	8,751,689	高血圧性疾患	6,685,595	歯肉炎及び歯周疾患	5,819,719	その他の悪性新生物	4,647,783	糖尿病	4,449,225
24	〃	9,199,140	歯肉炎及び歯周疾患	6,917,169	高血圧性疾患	6,557,440	〃	5,767,086	腎不全	4,523,171
25	〃	8,603,902	高血圧性疾患	6,676,557	歯肉炎及び歯周疾患	6,433,468	〃	5,609,290	その他の心疾患	4,881,842
26	〃	8,752,760	〃	6,451,541	〃	6,183,645	〃	5,686,694	糖尿病	4,974,731
27	〃	8,264,194	歯肉炎及び歯周疾患	6,425,115	高血圧性疾患	6,376,144	〃	5,408,947	腎不全	5,208,666
28	〃	8,055,959	〃	6,517,992	〃	5,978,656	〃	5,889,078	〃	5,027,167
29	〃	7,673,585	〃	6,414,774	〃	5,867,456	〃	5,789,777	〃	5,041,788
30	〃	7,423,443	その他の悪性新生物	7,096,049	歯肉炎及び歯周疾患	6,666,928	高血圧性疾患	5,647,772	〃	5,569,527
令和元	〃	7,363,726	歯肉炎及び歯周疾患	6,350,859	腎不全	6,031,037	〃	4,943,482	その他の悪性新生物	4,901,427
2	〃	7,086,732	〃	5,527,568	〃	5,523,607	その他の悪性新生物	4,908,759	高血圧性疾患	4,319,895

資料：疾病分類統計表

※医療費が多くかかっている疾病として、生活習慣病関連疾病としては、令和2年度は腎不全が第3位となっている。