



# 南魚沼市国民健康保険 特定健康診査等実施方法

2018~2023年度

新潟県南魚沼市  
市民課・保健課

## 目 次

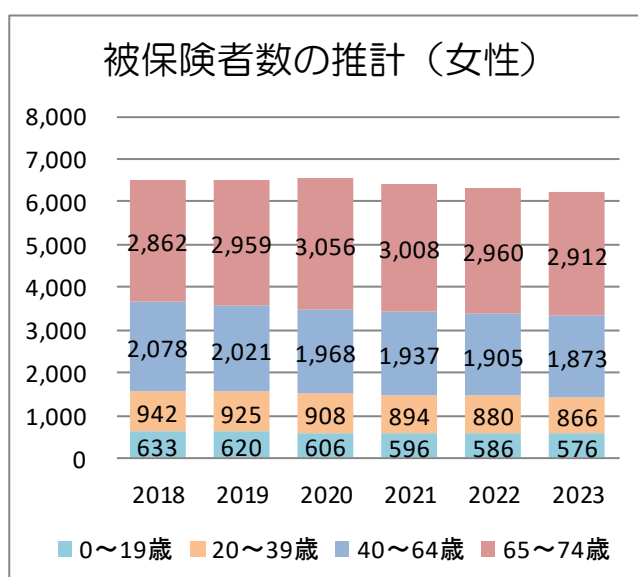
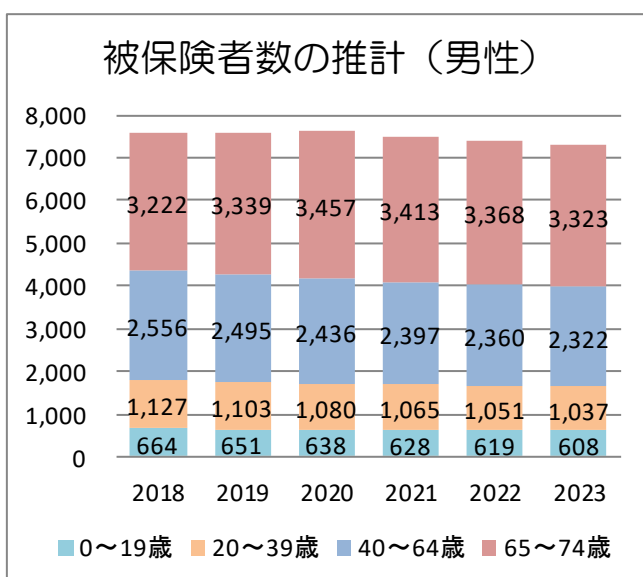
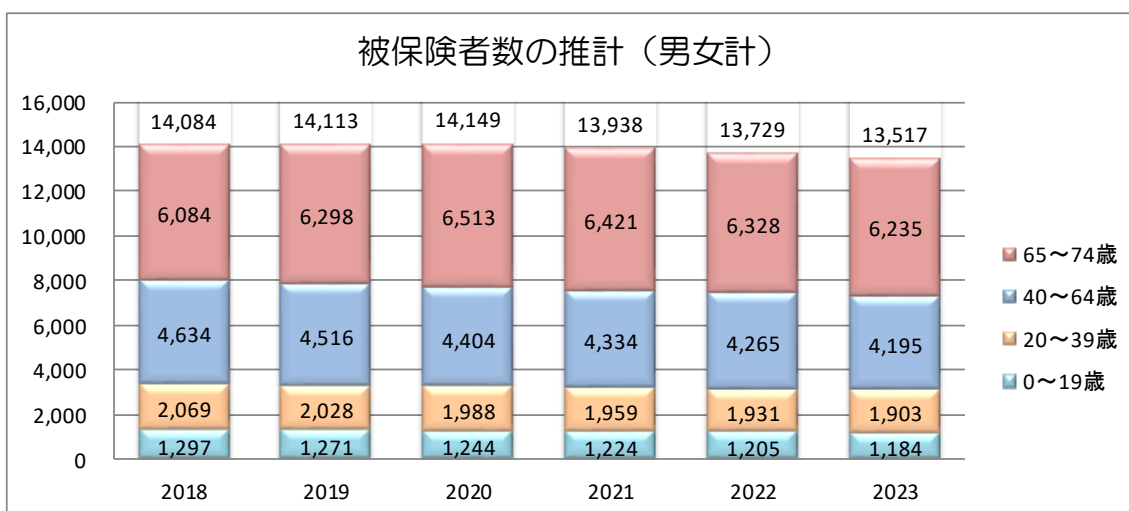
1. 計画の目標値	2
2. 特定健康診査の実施方法	5
3. 特定保健指導の実施方法	8
4. その他	15

# 1 計画の目標値

## (1) 国民健康保険被保険者数の推計

国保被保険者数を推計すると、2018年度に14,084人、2023年度に13,517人となり、引き続き微減傾向が続くと予想されます。

また、特定健康診査等対象者である40歳～74歳の被保険者数は2018年度に10,718人、2023年度に10,430人と若干減少傾向で推移していくと思われま



※第7期介護保険実施計画推計人口（出生率、死亡率平均）を2016年度の年代別国保加入率を乗じて、算出してあります。

(2) 特定健康診査等の実施及びその成果に対する目標値

国では「保険者による健診・保健指導等に関する検討会」を開催し、第3期特定健康診査等実施計画における実施率の目標を保険者別に設定しています。その中で定められた市町村国保の2023年度目標値及び第2期計画における特定健康診査等の実施率を基に、各年度の目標値を次のとおり設定します。

	目 標 値					
	2018年	2019年	2020年	2021年	2022年	2023年
特定健康診査実施率	55%	55%	55%	57%	58%	60%
特定保健指導実施率	55%	55%	55%	57%	58%	60%

(参考)

$$\text{特定健康診査実施率} = \frac{\text{年度内の特定健康診査の受診者数}}{\text{年度末における40～74歳の被保険者数}}$$

$$\text{特定保健指導実施率} = \frac{\text{年度内の動機づけ支援・積極的支援実施者数}}{\text{年度末の特定健康診査受診者のうち動機づけ支援・積極的支援の対象となった被保険者数}}$$

(3) 特定健康診査の具体的な目標

特定健康診査の実施率について、計画最終年の2023年度における国が設定した目標値が60%とされています。当市における特定健康診査の実施率は2009年度から50%を超えており、2016年度で52.2%となっています。

このため、2018年度の目標値を55%に設定し、最終年である2023年度に国の目標値である60%を達成するよう健診実施率の向上に努めていきます。

	目 標 値					
	2018	2019	2020	2021	2022	2023
実施率	55%	55%	55%	57%	58%	60%
対象者数	10,718	10,814	10,917	10,755	10,593	10,430
実施者数	5,895	5,948	6,004	6,130	6,144	6,258

(4) 特定保健指導の具体的な目標

特定保健指導の実施率について、計画最終年の2023年度における国が設定した目標値が60%とされています。当市における特定保健指導の実施率は2015年度で53%、2016年度で51.5%となっています。

このため、2018年度の目標値を55%に設定し、最終年である2023年度に国の目標値である60%を達成するよう保健指導実施率の向上に努めます。

		目 標 値					
		2018	2019	2020	2021	2022	2023
実 施 率		55%	55%	55%	57%	58%	60%
対 象 者 数		658	661	664	655	646	637
実 施 者 数	動機づけ支援	238	242	247	252	253	258
	積極的支援	124	122	119	121	122	124
	合 計	362	364	366	373	375	382

(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の具体的な目標

厚生労働省は、第2期計画期間における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（2008年度対比）の目標を最終年度の2023年度に25%減少することとしています。この目標は国及び都道府県が活用することとしており、個々の保険者に対して目標達成を義務づけてはいませんが、本計画の最終的な目的がメタボ該当者・予備群を減少させることのため、この達成に努めることとします。

		目 標 値					
		2018	2019	2020	2021	2022	2023
減 少 率							25%

※本計画期間中における「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、特定保健指導対象者の減少率を指す。

## 2 特定健康診査の実施方法

### (1) 特定健診対象者

当該年度末（3月31日）時点で40～74歳の南魚沼市国民健康保険加入者で、かつ一年間を通じて加入している者の内、妊婦等除外規定の該当者（刑務所入所中、海外在住、長期入院等）を除いた者が対象となります。

### (2) 特定健診の検査項目および保健指導対象者の抽出（階層化）

特定健診の検査項目は糖尿病等の生活習慣病、とりわけメタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）の該当者・予備群を減少させるため、保健指導を必要とする者を的確に抽出するためのものとなります。また、質問項目は生活習慣病のリスクを評価するためのものであり、保健指導のための階層化と健診結果を通知する際の「情報提供」の内容を決定するために活用します。

検査項目 ※ は階層化に使用される項目

問診票	服薬歴、既往歴、喫煙など	○
計測	身長	○
	体重	○
	BMI	○
	腹囲	○
診察	理学的所見（身体診察）※	○
血圧	収縮期／拡張期	○
脂質	中性脂肪	○
	HDLコレステロール	○
	LDLコレステロール	○
	総コレステロール	▲
肝機能	AST（GOT）	○
	ALT（GPT）	○
	γ-GT（γ-GTP）	○
代謝系	空腹時血糖または随時血糖	○
	ヘモグロビンA1c	○
	尿糖	○
尿・腎機能	尿蛋白	○
	尿潜血	▲
	血清クレアチニン	●▲
血液一般	血色素量	●▲
	赤血球数	●▲
	ヘマトクリット値	●▲
心機能	心電図検査	●△
眼底検査	眼底検査	●△

階層化の基準

1. 肥満基準	A 腹囲 男性 85 cm以上、女性 90 cm以上 B 腹囲 男性 85 cm未満、女性 90 cm未満 かつ BMI25 以上
2. 追加リスク	①血糖 空腹時血糖 100mg/dl 以上または HbA1c5.6%以上または 薬剤治療を受けている場合（質問票） ※空腹時血糖と HbA1c 両方を測定している 場合は空腹時血糖を使用する ②脂質 中性脂肪 150mg/dl 以上または HDLコレステロール 40mg/dl 未満または 薬剤治療を受けている場合（質問票） ③血圧 収縮期 130mmHg 以上または 拡張期 85mmHg 以上または 薬剤治療を受けている場合（質問票） ④過去1ヶ月の喫煙歴あり ※①～③のリスクが1つでも該当している場合

○：必須項目（法定）

▲：独自項目（法定外）

●：医師の判断に基づき選択的に実施する項目

△：希望者に対して実施する項目

※空腹時血糖または随時血糖と HbA1c はいづれか一方のみ報告  
取り扱いとなる。

(3) 実施期間

- ・ 集 団 健 診…… 5月～11月で指定された日時
- ・ 人間ドック…… 4月～翌年3月で指定された日時

(4) 周知や案内の方法

- ・ 対象者動向確認 …… 健康診査世帯調査票により前年度12月末から1月末に動向把握、その後随時変更可能。
- ・ 周 知 方 法 …… 住民健診カレンダー、市報みなみ魚沼、南魚沼市ホームページ、FMゆきぐにラジオ放送
- ・ 健 診 の ご 案 内 …… 健診実施通知書を健診予定日の約1ヶ月前に郵送
- ・ 受 診 券 …… 健診実施通知書と同封し、郵送

(5) 実施形態

①集団健診、②人間ドック（募集要件に該当する方のみ）とし、すべて健診実施機関へ委託するものとします。

契約形態は、新潟県健康づくり財団が取りまとめる集合契約に参加しますが、当面集合契約の対象外となる人間ドックについては各健診機関と個別契約を締結します。なお、集合契約に参加することから費用決済の代行機関は新潟県国民健康保険連合会となります。

(6) 実施場所

集団健診会場（H30年度）

施設名	住所	電話番号
市立ゆきぐに大和病院健友館	南魚沼市浦佐 4115	025-777-2111
南魚沼市民会館 多目的ホール	南魚沼市六日町 865	025-773-5500
塩沢保健センター	南魚沼市塩沢 1370-1	025-782-0250

人間ドック委託事業所（H30 年度）

施設名	住所	電話番号
市立ゆきぐに大和病院健友館	南魚沼市浦佐 4115	025-777-2111
新潟県労働衛生医学協会 小出検診センター	新潟県魚沼市小出島 121	025-792-3365
地域医療振興協会 湯沢町保健医療センター	南魚沼郡湯沢町大字湯沢 2877-1	025-780-6543
健康医学予防協会 長岡健康管理センター	新潟県長岡市千秋 2-229-1	0258-28-3666

（7）外部委託者の選定に当たっての考え方

「特定健康診査及び特定保健指導の実施に関する基準」に基づき厚生労働大臣が告示にて定める外部委託に関する基準を満たしている機関、または新潟県健診保健指導支援協議会が認定する事業者の中から適切な委託先を選定します。

（8）事業者健診等の健診受診者のデータ収集方法

事業者健診など特定健診項目が含まれる健診を別に受診された方については、事業主または受診者本人からすみやかに健診データを提出してもらいます。なお、事業主の協議調整に時間を要することから受診案内時に事業者健診等を受けた場合は結果を提出してもらえるように案内を記載し周知および依頼を図っていきます。



### 3 特定保健指導の実施方法

#### (1) 保健指導対象者の選定と階層化の方法

特定保健指導は階層化された動機づけ支援及び積極的支援の対象に実施することであり、健診の階層化・健診の結果説明や情報提供については特定健診の範囲です。

#### 【階層化基準（12頁）と保健指導レベル】

肥満基準	追加リスク		年齢	
	①血糖②脂質③血圧	④喫煙	40～64歳	65～74歳
腹囲基準該当	2つ以上該当	有	積極的支援	
	1つ該当	無	動機づけ支援	
	該当なし		情報提供	
腹囲基準非該当かつBMI25以上	3つ該当	有	積極的支援	
	2つ該当	無	動機づけ支援	
	1つ該当			
	該当なし		情報提供	
腹囲・BMI正常			情報提供	

- ※1 腹囲測定に代えて内臓脂肪面積の測定を行う場合には、「腹囲基準該当」を「内臓脂肪面積が100 cm<sup>2</sup>以上」と読み替える。
- ※2 斜線欄は保健指導レベルの分類に関係ないことを示す。
- ※3 糖尿病、脂質異常症、高血圧の治療に係る薬剤を服用している場合を除く。

特定保健指導対象者… 特定健診の結果「積極的支援」「動機づけ支援」に区分された者。

なお、糖尿病、高血圧症または脂質異常症の治療に係る薬剤を服用している者は、既に医師の指示で医学的管理下に指導がなされていることから、別途重複して保健指導を行う必要性が薄いことから対象者から除外されます

#### 健診結果に合わせた保健指導

##### 《積極的支援》

- 初回面接：個別またはグループ面接で健診結果から今の生活をふり返り、生活習慣改善のための行動目標を立てます。
- 3か月以上の継続的支援：一定期間、専門家のサポートを受けながら健康づくりを継続していきます。個別面接やグループ面接に加え、実技、実習、電話やFAX、メールなどにより保健指導を3か月以上継続して行います。
- 3か月または6か月後評価：健康状態や生活習慣の確認が行われます。

##### 《動機づけ支援》

- 初回面接：個別またはグループ面接で健診結果から今の生活をふり返り、生活習慣改善のための行動計画を立てます。
- 3か月または6か月後評価：健康状態や生活習慣の確認が行われます。

##### 《情報提供》

問診や健診結果をもとにして、生活習慣の見直しや改善に必要な情報が提供されます。

※健診の結果、要治療と判定された方には医療機関を受診する必要性について通知されます。

(2) 特定保健指導の実施内容

対象者		特定健診の結果「積極的支援」「動機づけ支援」に区分された者					
優先度の考え方		リスクが高い：優先順位の項目参照 保健指導レベルの悪化した人 健診結果が前年度と比較して悪化した人 対象者の準備状態が高い：年齢が比較的高い					
実施方法	積極的支援	方法	初回 面接	継続支援 (Aタイプのうち1回は中間評価となる)			3か月
				1～2か月	中間はおおむね2～3か月	3～5か月	6か月後評価
		個別タイプ <sup>°</sup>	個別 または GW	電話B 5分 10P	個別A 10-30分 40-120P	電話B 5分 10P	個別A 10-30分 40-120P
		教室タイプ <sup>°</sup>	個別 または GW	電話B 5分 10P	健康教室参加 グループ支援A 40-120分 40-120P×○回	電話B 5分 10P	GW 40-120分 40-120P
		電話タイプ <sup>°</sup>	個別 または GW	電話B 5分 10P	電話A×(2-10回) 5-20分 15-60P	電話B 5分 10P	電話A 5-20分 15-60P
	mailタイプ <sup>°</sup>	個別 または GW	e-mail B ×2往復 5P×2	e-mail A 3往復 120P	e-mail B ×2往復 5P×2	e-mail A 1往復 40P	
動機づけ支援		初回面接（個別またはグループ支援）→ 3か月または6か月後評価（個別またはグループ支援）					
従事者		医師・保健師・管理栄養士等					
実施期間		通年（ドックは特定健診当日、集団健診は概ね1～2か月後に初回面接を開始）					
周知・案内の方法		・健診結果の通知に特定保健指導のご案内を同封 ・電話などによる勧奨 ・市報「みなみ魚沼」 ・南魚沼市ホームページ					
実施形態		・委託（支援内容の全部または一部） ・直営					
実施場所		保険者（市）で指定した場所、委託機関が指定した場所等					
費用		個人負担なし					
備考		市で行っている健康運動教室・健康栄養教室等への参加を勧奨					

※継続支援 Aタイプ<sup>°</sup>：取組みの実践と結果について評価と再アセスメント、必要時生活習慣の振り返り、行動計画の実施状況の確認に基づく実践的な指導。また、行動目標・計画の設定等。  
 継続支援 Bタイプ<sup>°</sup>：行動計画の実施状況の確認と励ましや賞賛を行う。

(3) 特定保健指導の対象とならない被保険者への対応

被保険者の健康の保持増進のため、特定健診の結果及び診療報酬明細書等の情報を活用し、特定保健指導の対象者とはならないが、受診の勧奨、その他の保健指導を積極的に行う必要がある方に対しては、リスクに応じた保健指導と市で行っている健康教室等への参加を勧めていきます。

(4) 特定保健指導を含む要保健指導者の優先順位・支援方法

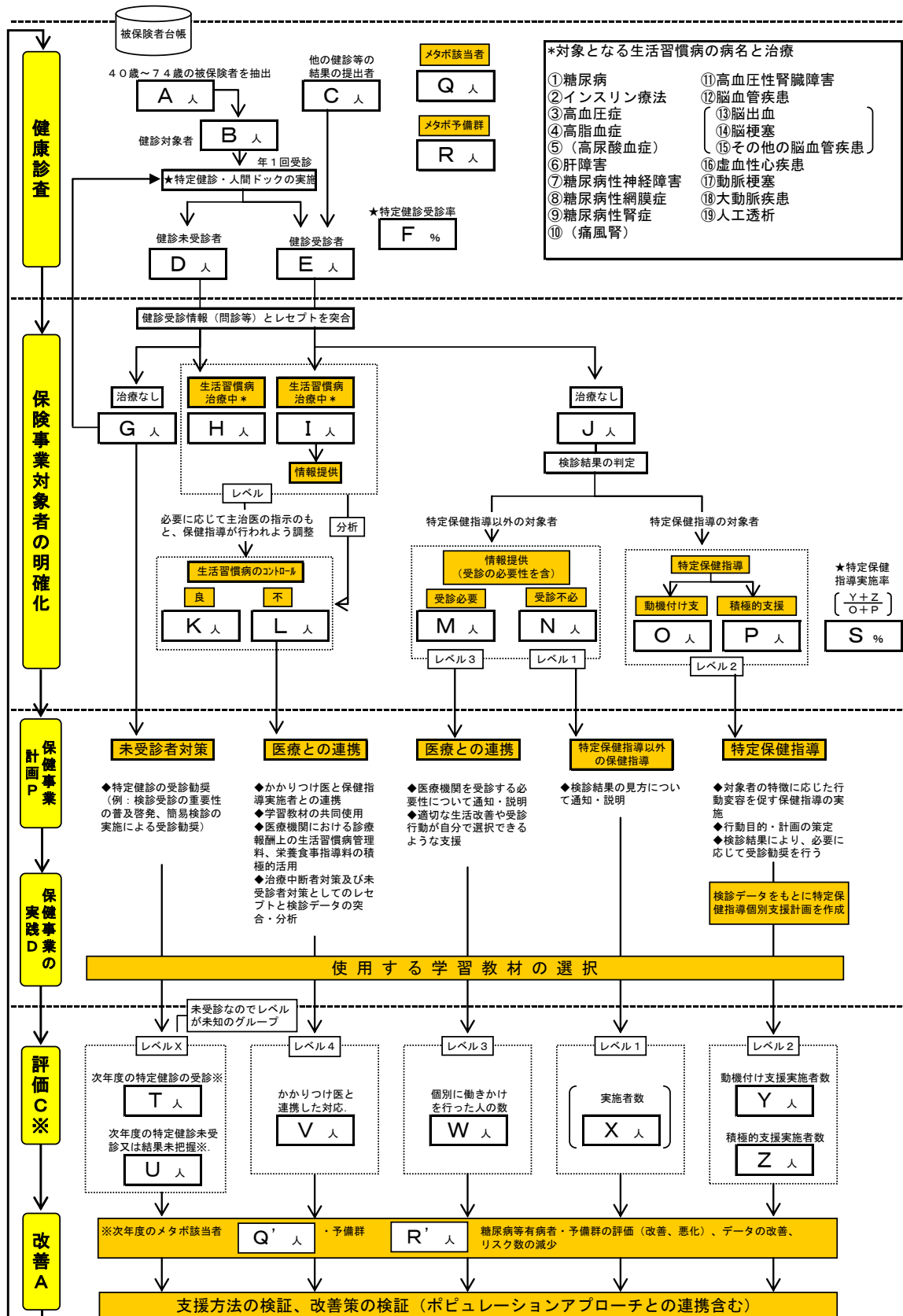
※健診受診者を保健指導レベル別に4つのグループに分ける。

- ① **レベル1** (医療との連携) 高度異常者
- ② **レベル2** (ハイリスクアプローチ) 特定保健指導対象者
- ③ **レベル3** (ハイリスクアプローチ) レベル1・2以外の人で、要受診者
- ④ **レベル4** (ポピュレーションアプローチ) 上記①～③に該当しない者

※表 優先順位と対象及び支援方法

優先順位	保健指導レベル	具体的対象	支援方法
1	レベル1	要受診レベル該当者のうち、高度異常者	受診勧奨し、医療機関受診の確認。医師の指示により健康教室等の利用(直営及び委託事業者)
2	レベル2	特定保健指導対象者	積極的支援・動機付け支援として、個別支援・またはグループ支援を行う。 必要者に対しては受診勧奨し、医療機関受診の確認と医療との連携。 健康教室等の活用(直営及び委託事業者)
3	レベル3	上記以外の要受診レベル該当者	受診勧奨と医療機関受診の確認。医師の指示により健康教室等の利用。
4	レベル4	保健指導レベル、異常なし	個人の健診結果等ニーズに合わせた情報提供を行う。健診結果案内等で積極的に健康相談の求めに応じる旨を伝える。

糖尿病等の生活習慣病予防のための検診・保健指導  
 検診から保健指導実施へのフローチャート



#### (5) 保健指導の実施者の人材確保と資質の向上

医療保険による生活習慣病対策、予防重視の基本的な考え方のもと、保健指導に必要な人材の確保に努めます。また、保健指導実施機関の質を確保するための委託基準を作成し、事業者選定を行います。事業者の評価にあたっては、保険者協議会、県及び関係団体等を活用し、情報交換を行うものとします。

※南魚沼市の人員体制（H29.4 現在）

職種	市保健課	市立ゆきぐに大和病院健友館
医師	—	—
保健師	17	2
管理栄養士	2	1
看護師	—	1

#### ①保健指導委託先選定の基本的な考え方

アウトソーシングを推進することにより、利用者の利便性に配慮した保健指導を実施するなど対象者のニーズを踏まえた対応が可能になるため、質の低下につながることはないよう委託先における保健指導の質を確保することが不可欠となります。そのため新潟県健診保健指導支援協議会が認定する事業者の中から適切な委託先を選定します。

#### ②具体的な基準（平成二十年一月十七日 厚生労働省告示第十一号）

##### a. 人員等に関する基準

- ・保健指導の業務を総括する者は、常勤の医師、保健師、管理栄養士であり、常勤管理者が置かれていること。
- ・動機づけ支援や積極的支援において、①初回の面接、②対象者の行動目標・支援計画の作成、③保健指導の評価に関する業務を行う者は、医師、保健師、管理栄養士であること。
- ・対象者ごとに支援計画（対象者の保健指導計画の作成、対象者の行動変容の状況の把握、評価、評価に基づいた計画の変更等）の実施について統括的な責任を持つ医師、保健師、管理栄養士が決められていること。
- ・動機づけ支援、積極的支援のプログラムのうち、対象者の支援計画に基づく食生活に関する実践的指導は、管理栄養士その他の食生活に関する専門的知識及び技術を有する者により提供されること。また、運動に関する実践指導は、運動に関する専門的知識及び技術を有する者により提供されることが望ましい。
- ・保健指導プログラムに応じて、再委託先や他の健康増進施設等と必要な連携を図ること。
- ・保健指導実施者は、国、地方公共団体、医療保険者、日本医師会、日本看護協会、日本栄養士会等が実施する一定の研修を修了していることが望ましい。

- ・保健指導対象者が治療中の場合には、総合的な責任を持つ医師、保健師、管理栄養士が必要に応じて当該保健指導対象者の主治医と連携を図ること。
  - ・保健指導を適切に実施するために必要な施設及び設備を有しており、個別指導を行う際、対象者のプライバシーが十分保護され、運動の実践指導を行う場合には、救急時における応急処置のための設備を有していること。
- b. 保健指導の内容に関する基準
- ・特定健診・保健指導プログラム確定版に準拠したものであり、対象者や地域、職業等の特性を考慮したものであること。
  - ・最新の知見、情報に基づいた支援のための材料、学習教材等を用いるように取り組み、具体的な保健指導プログラム内容や支援のための材料、学習教材等を提示すること。
  - ・契約期間中に、保健指導を行った対象者からの指導内容について相談があった場合は、事業は相談に応じること。
  - ・保健指導対象者のうち保健指導を受けなかった者又は保健指導を中断した者への対応については、対象者本人の意思に基づいた適切かつ積極的な対応を図ること。
- c. 保健指導の記録等の情報の取り扱いに関する基準
- ・特定健診・保健指導プログラム確定版において定める電子的標準様式により、保健指導対象者の保健指導レベル、効果（腹囲、体重）等を安全かつ速やかに CD-R 等の電磁的方式により提出すること。
  - ・保健指導に用いた詳細な質問票、アセスメント、具体的な指導の内容、フォローの状況等を記載したものが適切に保管されていること。
  - ・正当な理由なく、その業務上知り得た保健指導対象者の情報を漏らしてはならない。
  - ・個人情報の扱いについては、個人情報の保護に関する法律およびこれに基づくガイドライン、「医療情報システムの安全に関するガイドライン」を遵守すること。
  - ・保健指導結果の分析等を行うため、医療保険者の委託を受けて保健指導結果を外部に提供する場合は、本来必要とされる情報の範囲に限って提供すべきであり、個人情報をマスキングすることや個人が特定できない番号を付すことなどにより、当該個人情報を匿名化すること。
- d. 運営等に関する基準
- ・対象者にとって保健指導が受けやすくなるよう、利用者の利便性に配慮した保健指導を実施するなど保健指導の実施率を上げるよう取り組むこと。
  - ・医療保険者が適切な保健指導の実施状況を確認する上で必要な資料の提出を速やかに行うこと。

- ・保健指導を行う際に商品等の勧誘・販売等を行わないこととともに、保健指導を行う地位を利用した不当な推奨・販売等を行わないこと。
- ・保健指導実施者に必要な研修を定期的に行うこと等により、当該保健指導実践者の資質の向上に努めていること。
- ・特定健診・保健指導プログラム確定版に定めてある内容の保健指導を適切かつ継続的に実施することができる財政基盤を有すること。
- ・受託した業務の一部の再委託が行われる場合には、委託契約を締結するに当たり、当該委託契約において、再委託先との契約において本基準に掲げる事項を遵守することを明記すること。
- ・事業の運営について重要事項に関する規定を定め、受診者が前もって確認できる方法（ホームページ上での掲載等）を通じて広く周知すること。
- ・保健指導実施者に身分を証明する書類を携行させ、保健指導対象者から求められたときはこれを提示すること。
- ・保健指導対象者等からの苦情に迅速かつ適切に対応するために、苦情を受け付けるための窓口を設置する等の必要な措置を講じるとともに、苦情を受け付けた場合には、当該苦情の内容等を記録すること。
- ・従事者及び会計に関する記録を整備すること。

e. 保健指導実施機関リスト（2017年度）

施設名	住所	電話番号
市立ゆきぐに大和病院健友館	南魚沼市浦佐 4115	025-777-2111
新潟県労働衛生医学協会 小出検診センター	新潟県魚沼市小出島 121	025-792-3365
地域医療振興協会 湯沢町保健医療センター	南魚沼郡湯沢町大字湯沢 2877-1	025-780-6543
健康医学予防協会 長岡健康管理センター	新潟県長岡市千秋 2-229-1	0258-28-3666

(6) 保健指導の評価

優先順位	保健指導レベル	改善	悪化
1	レベル1	医療受診コントロール良 リスク数の減少	医療未受診 コントロール不良
2	レベル2	医療受診コントロール良 リスク数の減少 腹囲・体重測定値の減少	医療未受診 コントロール不良 リスク数の増加
3	レベル3	医療受診コントロール良 リスク数の減少	医療未受診 コントロール不良 リスク数の増加
4	レベル4	リスク数の減少 異常なしの継続	リスク数の発生・増加

- ※ ①特定健診・保健指導プログラム確定版 P114 表5 保健指導の評価方法に準ずる  
②直営及び委託保健指導機関ごとの評価も実施する。

## 4 その他

### ほかの健診との連携

南魚沼市では、“いきいき市民健康づくり計画”を基に、生活習慣病の課題として、

- ①健診を受けて自分の危険因子を理解しよう
- ②食生活改善をしよう
- ③生活に身体活動を取り入れよう

ということを健康課題としています。若い世代から主体的に生活習慣病予防に取り組んでいくことが大切であることから、住民健診体制を39歳以下の「若年健診」、40-74歳の「特定健診」、75歳以上の「高齢健診」に区分し、さらに「特定健診」「高齢健診」の対象者には生活機能評価・肝炎ウイルス検査・がん検診を実施しなければならない人が含まれるため、市民の利便性を考慮した体制を構築します。