

文京区特定健康診査等実施計画

(平成 25 年度～29 年度)

平成 25 年 3 月

文 京 区

目 次

序章 計画策定にあたって	1
1 背景及び趣旨	1
2 特定健康診査・特定保健指導の対象となる生活習慣病	1
3 計画の性格	2
4 計画の期間	2
5 文京区国民健康保険における現状	2
(1) 特定健康診査等の対象者	2
(2) 特定健康診査・特定保健指導事業の現状	2
(3) 医療費の状況	7
第1章 達成しようとする目標	10
1 目標の設定	10
2 文京区国民健康保険の特定健康診査・特定保健指導の目標値	10
(1) 特定健康診査の目標値	10
(2) 特定保健指導の目標値	10
第2章 特定健康診査・特定保健指導の実施方法	11
1 特定健康診査	11
(1) 実施場所	11
(2) 実施項目	11
(3) 実施時期	11
(4) 委託の有無	11
(5) 受診方法	12
(6) 周知・案内方法	12
(7) 事業主健診等の健診受診者のデータ収集方法	12
(8) 特定健康診査データの保管及び管理方法	12
(9) 年間スケジュール	13
2 特定保健指導	13
(1) 実施場所	13
(2) 実施内容	13
(3) 実施時期	13
(4) 委託の有無	13
(5) 利用方法	13

(6) 周知・案内方法	14
(7) 特定保健指導データの保管及び管理方法	14
(8) 年間スケジュール	14
第3章 個人情報の保護	14
第4章 特定健康診査等実施計画の公表・周知	14
第5章 特定健康診査等実施計画の評価及び見直し	15
第6章 その他	15
(別添) 特定健康診査等実施予定者数 (推計)	16
(別添) 年間スケジュール	17

序章 計画策定にあたって

1 背景及び趣旨

我が国は国民皆保険制度のもと、高い保健医療水準を誇り、世界有数の平均寿命となっている。

しかしながら、医療技術の進歩や急激な高齢化などによる医療費の増加などの環境変化の中、医療保険制度を堅持し、将来にわたり持続可能なものとするのが求められてきた。

このような状況に対応するため、平成 18 年 6 月に「医療制度改革関連法」が成立し、平成 20 年 4 月には、この改革の大きな柱の一つである「高齢者の医療の確保に関する法律」が施行され、医療保険者に対して、40 歳以上 75 歳未満の被保険者を対象とする特定健康診査^{※1}及び特定保健指導^{※2}の実施が義務付けられた。

文京区においても、平成 20 年 3 月に、特定健康診査及び特定保健指導の実施方法に関する基本的な事項、特定健康診査及び特定保健指導の実施並びにその成果に係る目標に関する基本的な事項について定めた「文京区特定健康診査等実施計画」（第 1 期計画 計画期間：平成 20 年度～24 年度）を策定し、事業を実施してきたところである。

本計画は、第 1 期における特定健康診査及び特定保健指導の実施結果等を踏まえ、計画の見直しを行い、新たに第 2 期計画を策定するものである。

※1 特定健康診査は、糖尿病等の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、メタボリックシンドローム（内臓脂肪型症候群）に着目し、生活習慣を改善するための特定保健指導を必要とする者を的確に抽出するために行うもの

※2 特定保健指導は、内臓脂肪型肥満に着目し、生活習慣を改善するための保健指導を行うことにより、対象者が自らの生活習慣における課題を認識して行動変容と自己管理を行うとともに健康的な生活を維持することができるようになることを通じて、糖尿病等の生活習慣病を予防することを目的とするもの

〔「高齢者の医療の確保に関する法律に基づき、特定健康診査及び特定保健指導の適切かつ有効な実施を図るための基本的な指針」より〕

2 特定健康診査及び特定保健指導の対象となる生活習慣病

特定健康診査及び特定保健指導の対象となる生活習慣病は、糖尿病、脂質異常症、高血圧症、その他の生活習慣病であって、内臓脂肪の蓄積に起因するものとする。

これは、内臓脂肪型肥満に加え、高血糖、脂質異常、高血圧が重複した状態では、虚血性心疾患、脳血管疾患等の発症リスクが高くなるというメタボリックシンドロームの概念に基づくものである。

特定健康診査及び特定保健指導を通じて、その該当者及び予備群に対し、運動

習慣の定着やバランスのとれた食生活、禁煙などの生活習慣の改善を行うことにより、発症リスクの低減を図ることが可能になる。

3 計画の性格

本計画は、「高齢者の医療の確保に関する法律第18条 特定健康診査等基本指針」に基づき、保険者である文京区が策定する計画であり、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たものとする。

一方、文京区では、区民による自主的な健康づくり計画としての「健康ぶんきょう21」と、保健医療施策を一体的・効率的に推進する「保健医療計画」の2つを統合して、平成25年度から平成29年度までの5年間を計画期間とした、新たな「保健医療計画」を平成25年3月に策定し、施策を実施することとしている。

新たな「保健医療計画」の体系の中では、「生活習慣病対策」が中項目に掲げられているため、本計画は、「保健医療計画」の中項目である「生活習慣病対策」の一部を実施計画化したものという位置付けを併せ持つものとする。

4 計画の期間

本計画は、「高齢者の医療の確保に関する法律」第19条第1項の規定に基づき、5年を一期とし、第2期は平成25年度から平成29年度までとし、5年ごとに見直しを行う。

5 文京区国民健康保険における現状

(1) 特定健康診査等の対象者

文京区の人口は、平成24年4月1日現在で200,791人、このうち、国民健康保険の被保険者は、50,162人である。

また、特定健康診査及び特定保健指導の対象となる40歳以上75歳未満の被保険者は、32,674人で全体の約65%を占めている。

(2) 特定健康診査及び特定保健指導事業の現状

文京区では、対象者に受診券を発行し、7月から1月までの間に特定健康診査を区内の地区医師会に委託し、無料で実施している。

特定健康診査の結果、一定の基準（本計画3ページの表参照）により、生活習慣改善の必要のある者に対して、医師や保健師、管理栄養士（以下「医師等」という。）が、生活習慣病発症のリスクに応じて特定保健指導（積極的支援^{※1}・動機付け支援^{※2}）を保健サービスセンター及び保健サービスセンター本郷支所にて無料で実施した。動機付け支援においては、その指導の効果を高めるため、積極的

支援と同様の手法で実施した。なお、医師により「医療の必要性から保健指導の実施が困難」と判断された場合には、保健指導ではなく医療機関の受診を勧めた。

さらに、特定健康診査の受診率、特定保健指導の実施率の向上に向け、平成21年度から24年度まで、未受診者を対象に葉書・電話等による受診勧奨も行った。

◎ 特定保健指導対象者の選定基準表

腹囲/ BMI(肥満指数)	追加リスク		④喫煙歴	対象	
	①血糖高値 ②脂質異常 ③血圧高値			40～64歳	65～74歳
男性：85 cm以上 女性：90 cm以上	2つ以上該当	/		※1	※2 動機付け支援
	1つ該当	あり なし		積極的支援	
上記以外で BMIが25kg/m ² 以上 (※3)	3つ以上該当	/		※1	※2 動機付け支援
	2つ該当	あり なし		積極的支援	
	1つ該当	/			

①血糖高値（100 mg/dℓ以上またはHbA1c5.6%以上(NGSP値)）

②脂質異常（中性脂肪150 mg/dℓ以上または、HDLコレステロール40 mg/dℓ未満）

③血圧高値（収縮期血圧：130 mm Hg以上または拡張期血圧：85 mm Hg以上）

「標準的な健診・保健指導に関するプログラム」
(平成25年3月厚生労働省保険局)第2編第3章より抜粋

※1 積極的支援

医師等との面談をとおして、対象者本人が、自分の生活習慣の改善点を認識し、目標を設定して行動に移すことができるように、3か月以上にわたり電話や手紙などで継続的に支援をする保健指導をいう。

※2 動機付け支援

医師等との面談（原則として1回）をとおして、対象者本人が、自分の生活習慣の改善点を認識し、目標を設定して行動に移すことができるように支援をする保健指導をいう。

〔注〕※1積極的支援及び※2動機付け支援とも、初回面談から6か月後の評価を終えたものを特定保健指導の終了者とする。〕

※3 BMI

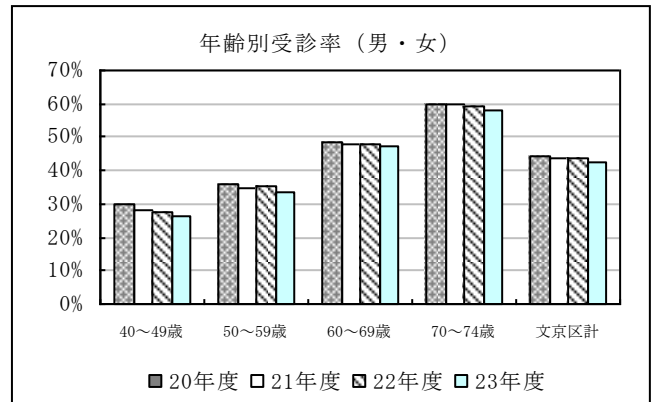
肥満度を測るための指標。「体重(kg)÷身長(m)÷身長(m)」で算出される。

◎特定健康診査の受診率

☞ 男性に比べて女性の受診率が高い。また、年代が上がるにつれ受診率が高くなっている。

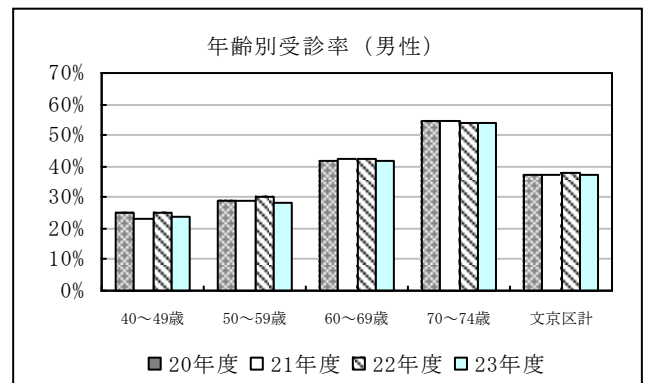
年齢別受診率（男・女）

	20年度 (%)	21年度 (%)	22年度 (%)	23年度 (%)
40～49歳	30.1	28.0	27.6	26.3
50～59歳	35.6	35.0	35.3	33.5
60～69歳	48.4	48.1	47.7	47.3
70～74歳	59.7	60.0	59.5	58.2
文京区計	44.4	43.8	43.5	42.5
合計人数	13,366人	13,110人	12,916人	12,627人



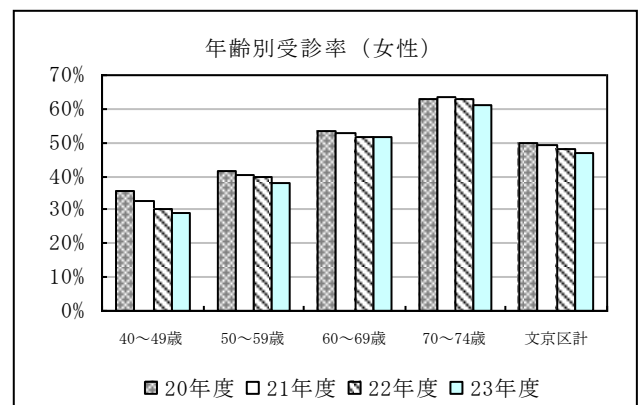
年齢別受診率（男性）

	20年度 (%)	21年度 (%)	22年度 (%)	23年度 (%)
40～49歳	24.8	23.4	24.9	23.6
50～59歳	28.6	28.8	30.2	28.5
60～69歳	41.9	42.1	42.1	42.0
70～74歳	54.4	54.4	54.1	53.7
文京区計	37.4	37.2	37.8	37.1
合計人数	4,965人	4,924人	4,973人	4,920人



年齢別受診率（女性）

	20年度 (%)	21年度 (%)	22年度 (%)	23年度 (%)
40～49歳	35.4	32.6	30.2	28.9
50～59歳	41.7	40.4	39.8	37.8
60～69歳	53.3	52.6	51.9	51.4
70～74歳	63.1	63.6	62.9	61.2
文京区計	50.0	49.1	48.0	46.8
合計人数	8,401人	8,186人	7,943人	7,707人



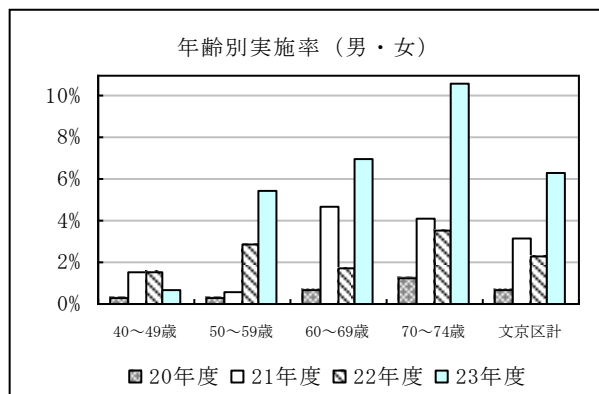
☆文京区数値：特定健診等データ管理システムより

◎特定保健指導の実施率

⇒実施率は、70歳代が比較的高い。

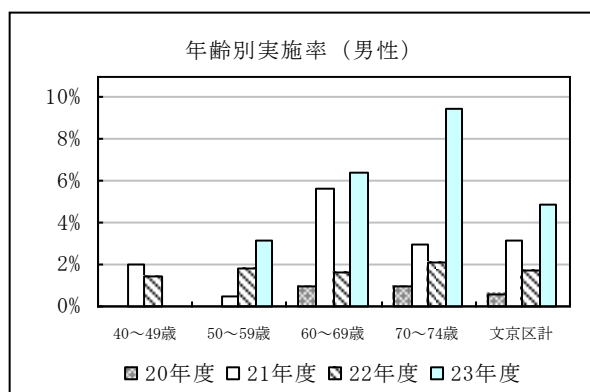
年齢別実施率（男・女）

	20年度 (%)	21年度 (%)	22年度 (%)	23年度 (%)
40～49歳	0.3	1.5	1.5	0.7
50～59歳	0.3	0.6	2.9	5.5
60～69歳	0.7	4.7	1.7	7.0
70～74歳	1.2	4.1	3.5	10.6
文京区計	0.7	3.2	2.3	6.3
合計人数	12人	49人	35人	92人



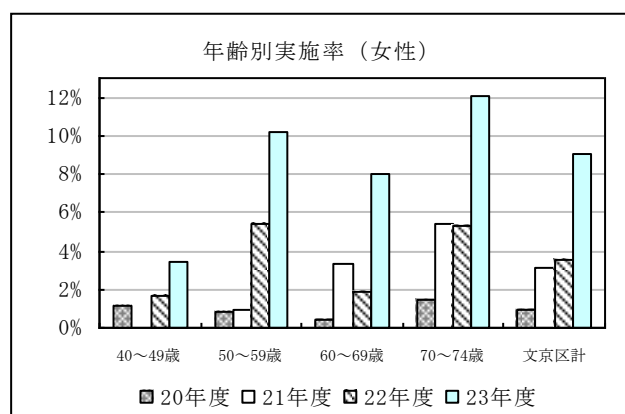
年齢別実施率（男性）

	20年度 (%)	21年度 (%)	22年度 (%)	23年度 (%)
40～49歳	0.0	2.0	1.4	0.0
50～59歳	0.0	0.5	1.8	3.2
60～69歳	1.0	5.6	1.6	6.4
70～74歳	1.0	3.0	2.1	9.5
文京区計	0.6	3.2	1.7	4.9
合計人数	6人	32人	17人	48人



年齢別実施率（女性）

	20年度 (%)	21年度 (%)	22年度 (%)	23年度 (%)
40～49歳	1.1	0.0	1.7	3.4
50～59歳	0.8	0.9	5.4	10.2
60～69歳	0.4	3.3	1.9	8.0
70～74歳	1.5	5.4	5.3	12.1
文京区計	0.9	3.1	3.5	9.0
合計人数	6人	17人	18人	44人



☆文京区数値：特定健診等データ管理システムより

特定健康診査等の実施結果総括表

項目		20年度	21年度	22年度	23年度	
特定健診の状況	特定健診対象者数	A	30,085	29,918	29,705	29,735
	特定健診受診者数	B	13,366	13,110	12,916	12,627
	特定健診受診率	$C=B/A$	44.4%	43.8%	43.5%	42.5%
内臓脂肪症候群（メタボ）の状況	メタボ該当者数	D	2,132	2,068	2,079	1,955
	メタボ該当者の割合	$E=D/B$	16.0%	15.8%	16.1%	15.5%
	予備群該当者数	F	1,320	1,229	1,240	1,253
	予備群該当者の割合	$G=F/B$	9.9%	9.4%	9.6%	9.9%
	メタボ該当者及び予備群該当者の数	$H=D+F$	3,452	3,297	3,319	3,208
	メタボ該当者及び予備群該当者の割合	$I=H/B$	25.8%	25.1%	25.7%	25.4%
	メタボ減少率	$[1-I/(H20:I)]$		2.7%	0.4%	1.6%
	前年度メタボ該当者の数	J		1,892	1,803	1,816
	前年度のメタボ該当者のうち本年度予備群該当になった者の数	K		200	209	217
	前年度のメタボ該当者のうち本年度非該当になった者の数	L		297	251	262
	メタボ該当者の減少率	$M=(K+L)/J$		26.3%	25.5%	26.4%
	前年度予備群該当者の数	N		1,186	1,099	1,102
	前年度の予備群該当者のうち本年度非該当となった者の数	O		313	272	258
	予備群該当者の減少率	$P=O/N$		26.4%	24.7%	23.4%
	前年度メタボ該当及び予備群該当者の減少数	$Q=J+N$		3,078	2,902	2,918
前年度メタボ該当及び予備群該当者の減少率	$R=(K+L+O)/Q$		26.3%	25.2%	25.3%	
生活習慣病に係る薬剤の服薬状況	高血圧の治療に係る薬剤を服用している者の数	S	3,860	3,845	3,863	3,831
	高血圧の治療に係る薬剤を服用している者の割合	$T=S/B$	28.9%	29.3%	29.9%	30.3%
	脂質異常症の治療に係る薬剤を服用している者の数	U	2,387	2,388	2,504	2,552
	脂質異常症の治療に係る薬剤を服用している者の割合	$V=U/B$	17.9%	18.2%	19.4%	20.2%
	糖尿病の治療に係る薬剤を服用している者の数	W	713	747	751	747
	糖尿病の治療に係る薬剤を服用している者の割合	$X=W/B$	5.3%	5.7%	5.8%	5.9%
	服薬につき特定保健指導積極的支援の対象外とした者の数《再掲》	ア	559	567	603	607
	服薬につき特定保健指導動機付け支援の対象外とした者の数《再掲》	イ	1,785	1,782	1,797	1,720
	服薬につき特定保健指導の対象外とした者の数《再掲》	ウ=ア+イ	2,344	2,349	2,400	2,327
	服薬につき特定保健指導の対象外とした者の割合	$エ=ウ/B$	17.5%	17.9%	18.6%	18.4%
特定保健指導の状況	積極的支援対象者の数	オ	569	503	529	471
	積極的支援対象者の割合	$カ=オ/B$	4.3%	3.8%	4.1%	3.7%
	動機付け支援対象者の数	キ	1,189	1,041	1,004	994
	動機付け支援対象者の割合	$ク=キ/B$	8.9%	7.9%	7.8%	7.9%
	特定保健指導対象者の数	$ケ=オ+キ$	1,758	1,544	1,533	1,465
	特定保健指導対象者の割合	$コ=ケ/B$	13.2%	11.8%	11.9%	11.6%
	医療の必要性により対象外とした者の数	サ	1,058	473	258	98
	特定保健指導初回実施者の数	シ	74	60	68	92
	特定保健指導初回実施者の割合	$ス=シ/ケ$	4.2%	3.9%	4.4%	6.3%
	特定保健指導終了者の数	セ	12	49	35	92
	特定保健指導終了者の割合（利用率）	$ソ=セ/ケ$	0.7%	3.2%	2.3%	6.3%

☆特定健診等データ管理システムより

(3) 医療費の状況

文京区国民健康保険被保険者一人当たりの医療費推移

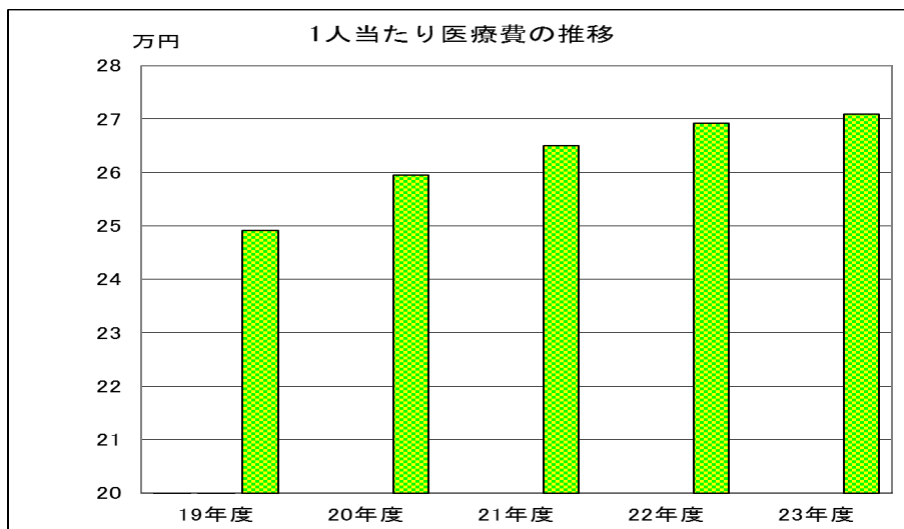
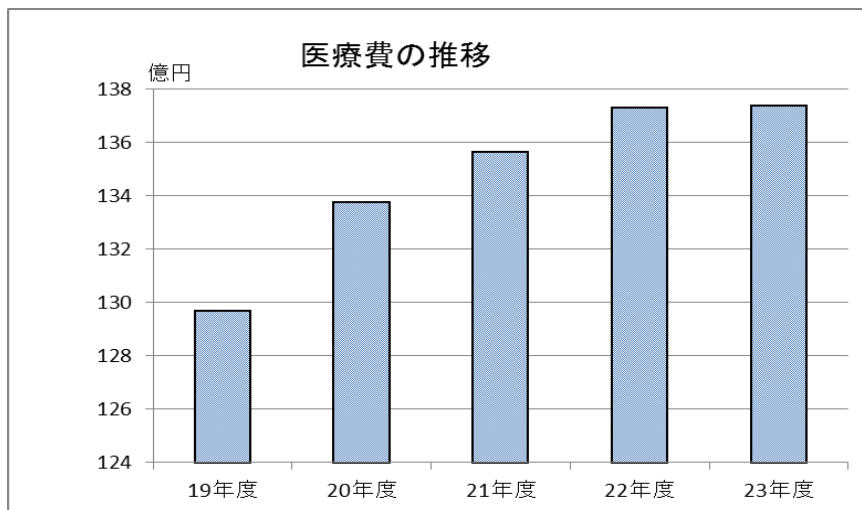
☞ 文京区の平成23年度の国民健康保険の医療費総額は、約137億円、一人当たりの医療費は27万円であり、年々増加している。

単位:円

区分 年度	一般被保険者			退職被保険者			一般+退職		
	医療費□	人数 (単位:人)	1人当たり の医療費	医療費□	人数 (単位:人)	1人当たり の医療費	医療費□	人数 (単位:人)	1人当たり の医療費
19年度	9,539,436,303	43,886	217,369	3,428,683,057	8,149	420,749	12,968,119,360	52,035	249,219
20年度	12,497,779,455	49,219	253,922	878,665,401	2,329	377,272	13,376,444,856	51,548	259,495
21年度	12,867,468,884	49,211	261,475	697,929,870	1,966	355,000	13,565,398,754	51,177	265,068
22年度	12,969,855,722	48,837	265,574	763,612,232	2,163	353,034	13,733,467,954	51,000	269,284
23年度	12,884,534,439	48,332	266,584	855,990,243	2,378	359,962	13,740,524,682	50,710	270,963

*1人当たりの医療費=医療費÷被保険者年間平均人数。

*医療費・人数については事業報告年報より。



☆平成24年版ぶんきょうの国保より

◎年齢階層別主要 1 1 疾病医療費・レセプト件数（平成 2 4 年 5 月診療分）

☞ 糖尿病、高血圧症、その他の心疾患、脳梗塞は 3 0 歳代から、また脳内出血、その他の脳血管疾患は 4 0 歳代から、虚血性心疾患、くも膜下出血、脳動脈硬化、動脈硬化、血管性及び詳細不明の認知症は 5 0 歳代からの増加が顕著になっている。

主要 1 1 疾病医療費

費用額		0～9歳	10～19歳	20～29歳	30～39歳	40～49歳	50～59歳	60～69歳	70～74歳
糖尿病	30,381,750円		21,430円	122,540円	643,780円	3,144,560円	2,271,640円	12,551,010円	11,626,790円
高血圧性疾患	38,437,830円	22,420円		23,060円	962,240円	1,437,100円	3,592,390円	16,970,070円	15,430,550円
虚血性心疾患	8,663,950円		16,190円	10,800円	40,710円	91,540円	386,780円	5,238,750円	2,879,180円
その他の心疾患	21,969,880円	5,780円	4,000円	104,900円	1,252,580円	160,330円	1,053,880円	7,805,760円	11,582,650円
くも膜下出血	7,864,310円					4,140円	1,056,960円	1,578,340円	5,224,870円
脳内出血	10,173,340円				101,930円	2,100,220円	3,146,230円	2,771,300円	2,053,660円
脳梗塞	19,275,330円				1,138,020円	76,710円	1,848,650円	5,575,740円	10,636,210円
脳動脈硬化(症)	55,170円						14,040円	36,800円	4,330円
その他の脳血管疾患	3,334,360円			51,250円	26,010円	202,060円	120,700円	1,892,060円	1,042,280円
動脈硬化(症)	1,826,410円						31,040円	1,507,740円	287,630円
血管性及び詳細不明の認知症	645,040円						16,720円	529,440円	98,880円
合計	142,627,370円	28,200円	41,620円	312,550円	4,165,270円	7,216,660円	13,539,030円	56,457,010円	60,867,030円
構成割合		0～9歳	10～19歳	20～29歳	30～39歳	40～49歳	50～59歳	60～69歳	70～74歳
糖尿病	4.53%	-	0.15%	0.69%	1.69%	5.77%	2.71%	5.00%	5.93%
高血圧性疾患	5.73%	0.15%	-	0.13%	2.53%	2.64%	4.29%	6.76%	7.88%
虚血性心疾患	1.29%	-	0.11%	0.06%	0.11%	0.17%	0.46%	2.09%	1.47%
その他の心疾患	3.27%	0.04%	0.03%	0.59%	3.29%	0.29%	1.26%	3.11%	5.91%
くも膜下出血	1.17%	-	-	-	-	0.01%	1.26%	0.63%	2.67%
脳内出血	1.52%	-	-	-	0.27%	3.85%	3.76%	1.10%	1.05%
脳梗塞	2.87%	-	-	-	2.99%	0.14%	2.21%	2.22%	5.43%
脳動脈硬化(症)	0.01%	-	-	-	-	-	0.02%	0.01%	0.00%
その他の脳血管疾患	0.50%	-	-	0.29%	0.07%	0.37%	0.14%	0.75%	0.53%
動脈硬化(症)	0.27%	-	-	-	-	-	0.04%	0.60%	0.15%
血管性及び詳細不明の認知症	0.10%	-	-	-	-	-	0.02%	0.21%	0.05%
合計	21.26%	0.19%	0.28%	1.75%	10.95%	13.24%	16.17%	22.50%	31.07%
※構成割合は、総医療費に占める各疾病の医療費の割合をいう。		※構成割合は、各年齢別の総医療費に占める各疾病の医療費の割合をいう。							

主要 11 疾病レセプト件数

レセプト件数		0～9歳	10～19歳	20～29歳	30～39歳	40～49歳	50～59歳	60～69歳	70～74歳
糖尿病	1,203件		1件	8件	18件	80件	143件	557件	396件
高血圧性疾患	3,701件	1件		1件	23件	126件	411件	1,760件	1,379件
虚血性心疾患	287件		1件	2件	3件	5件	23件	136件	117件
その他の心疾患	339件	1件	1件	5件	12件	14件	33件	153件	120件
くも膜下出血	27件					2件	10件	8件	7件
脳内出血	75件				3件	7件	13件	30件	22件
脳梗塞	244件				3件	2件	20件	98件	121件
脳動脈硬化(症)	5件						1件	3件	1件
その他の脳血管疾患	86件			2件	1件	5件	7件	41件	30件
動脈硬化(症)	47件						3件	19件	25件
血管性及び詳細不明の認知症	13件						1件	4件	8件
合計	6,027件	2件	3件	18件	63件	241件	665件	2,809件	2,226件
構成割合		0～9歳	10～19歳	20～29歳	30～39歳	40～49歳	50～59歳	60～69歳	70～74歳
糖尿病	4.28%	-	0.09%	0.63%	0.83%	2.79%	4.16%	6.15%	5.81%
高血圧性疾患	13.17%	0.07%	-	0.08%	1.06%	4.40%	11.97%	19.42%	20.24%
虚血性心疾患	1.02%	-	0.09%	0.16%	0.14%	0.17%	0.67%	1.50%	1.72%
その他の心疾患	1.21%	0.07%	0.09%	0.39%	0.55%	0.49%	0.96%	1.69%	1.76%
くも膜下出血	0.10%	-	-	-	-	0.07%	0.29%	0.09%	0.10%
脳内出血	0.27%	-	-	-	0.14%	0.24%	0.38%	0.33%	0.32%
脳梗塞	0.87%	-	-	-	0.14%	0.07%	0.58%	1.08%	1.78%
脳動脈硬化(症)	0.02%	-	-	-	-	-	0.03%	0.03%	0.01%
その他の脳血管疾患	0.31%	-	-	0.16%	0.05%	0.17%	0.20%	0.45%	0.44%
動脈硬化(症)	0.17%	-	-	-	-	-	0.09%	0.21%	0.37%
血管性及び詳細不明の認知症	0.05%	-	-	-	-	-	0.03%	0.04%	0.12%
合計	21.45%	0.15%	0.27%	1.41%	2.90%	8.41%	19.37%	31.00%	32.68%
※構成割合は、総レセプト件数に占める各疾病のレセプト件数の割合をいう。		※構成割合は、各年齢別の総レセプト件数に占める各疾病のレセプト件数の割合をいう。							

※主要 11 疾病

主要 11 疾病とは、119ある疾病中分類の中から、生活習慣病予防・介護予防に関係すると考えられる疾病を、東京都国民健康保険団体連合会が選定したものである。

第1章 達成しようとする目標

1 目標の設定

本計画の実行により、特定健康診査受診率を60%、特定保健指導実施率60%を平成29年度までに達成することを目標とする。

2 文京区国民健康保険の特定健康診査及び特定保健指導の目標値

厚生労働省が策定した特定健康診査等基本指針に掲げる参酌基準をもとに、文京区国民健康保険における目標値を設定する。

(1) 特定健康診査の目標値

平成25年度から平成29年度までの特定健康診査受診率の目標値は、平成29年度に60%を達成するよう、下表のとおり設定する。

	平成25年度	平成26年度	平成27年度	平成28年度	平成29年度
特定健康診査受診率(目標値)	50%	52.5%	55%	57.5%	60%
特定健康診査対象者(推計)	32,580人	32,486人	32,393人	32,301人	32,209人
実施予定者数(推計)	16,290人	17,055人	17,816人	18,573人	19,326人

なお、対象者及び実施予定者数については、過去5年間における国民健康保険加入被保険者数の伸び率を参考に推計した。

(2) 特定保健指導の目標値

平成25年度から平成29年度までの特定保健指導実施率の目標値は、平成29年度に60%を達成するよう、下表のとおり設定する。

	平成25年度	平成26年度	平成27年度	平成28年度	平成29年度
特定保健指導実施率(目標値)	20%	45%	50%	55%	60%
特定保健指導対象者(推計)	2,180人	2,284人	2,388人	2,492人	2,596人
実施予定者数(推計)	436人	1,028人	1,194人	1,371人	1,557人

なお、特定保健指導の対象者及び実施予定者数については、各年度の特定健康診査実施予定者数から、平成22年度の保健指導の出現率[※]に基づき推計した。

※ 出現率とは、特定健康診査の結果、特定保健指導の対象者となった者の割合をいう。

特定健康診査・特定保健指導の実施予定者数の推計は、別添算出シート参照

第2章 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) 実施場所

文京区内の医療機関で実施する。

なお、必要に応じ区外医療機関についても実施場所とすることができる。

(2) 実施項目

実施項目は、以下のとおり、原則として「標準的な健診・保健指導プログラム」(平成25年3月厚生労働省保険局)第2編第2章に記載されている健診項目とする。

ア 基本的な項目

ア) 質問項目

イ) 身体計測(身長、体重、BMI、腹囲(内臓脂肪面積))

ウ) 理学的検査(身体診察)、

エ) 血圧測定、血液化学検査(中性脂肪、HDLコレステロール、LDLコレステロール)

オ) 肝機能検査(AST(GOT)、ALT(GPT)、 γ -GT(γ -GTP))

カ) 血糖検査(文京区独自方式とし、原則として空腹時血糖を測定し、必要に応じてHbA1cを実施する。)

キ) 尿検査(尿糖、尿蛋白)

イ 詳細な健診の項目

一定の基準の下、医師が必要と判断した場合に選択的に実施する。

ア) 心電図検査

イ) 眼底検査

ウ) 貧血検査

※ 上記のほか、文京区一般施策として、心電図検査、眼底検査、貧血検査、胸部X線検査、血清尿酸検査及び血清クレアチニン検査のうち、医師が必要と判断したものを実施する。

(3) 実施時期

特定健康診査の実施時期は、一定の受診期間を指定して実施する。

なお、この他に未受診者を対象とした受診期間を別途設定し、未受診者健診を実施する。

(4) 委託の有無

区内医師会への委託により実施する。但し、必要に応じて健診機関等への

委託も行う。

(5) 受診方法

指定された期間内に受診券及び保険証を持参の上、区内医療機関等指定された場所で受診する。

上記期間内に受診できなかった者は、その後に設定される再受診受付期間内に受診するものとする。

原則として、受診に係る本人負担は無料とする。

(6) 周知・案内方法

ア 健診の実施

個人ごとに受診券を送付し、特定健康診査の実施を周知するとともに、区報及び区ホームページに加え、「国保だより」等に掲載の上、周知を図る。

また、各種チラシ及びポスター等で健診の必要性等について意識啓発を図るとともに、関係団体に周知等について協力依頼を行う。

さらに、区が実施する健康関連のイベント等の機会を活用し、周知・啓発を行っていく。

イ 受診勧奨

受診券送付後、一定の期間が経過した時点で、未受診者に対し受診勧奨を行う。

勧奨に当たっては、より効果的に受診を促せるよう、方法・内容に工夫を凝らしていく。

ウ 健診結果

健診結果については、健診機関より受診者本人に直接伝える。また、健診結果と合わせて、生活習慣やその改善に関する基本的な情報の提供を行う。

(7) 事業主健診等の健診受診者のデータ収集方法

特定健康診査の対象となる被保険者で、事業主健診、人間ドック等他の健診を受診した者については、その健診内容のうち特定健康診査の実施項目と重複する部分について医療保険者での実施が不要となる。

このため、事業主健診、人間ドック等他の健診を受診した場合には、受診結果を書面で提出してもらった旨の案内を、受診券送付時に同封するなどの方法により、受診結果の収集に努めていく。

(8) 特定健康診査データの保管及び管理方法

特定健康診査データは、原則として特定健康診査を受託する医療機関が、国の定める電子的標準様式により、東京都国民健康保険団体連合会（以下「国保連」という。）へ提出する。

なお、事業主健診等他の健診を受診した者から収集した特定健康診査の結果データについては、文京区が国の定める電子的標準様式により、国保連にデータを提出する。

特定健康診査に関するデータは、原則5年間保存とし、国保連に管理及び保管を委託する。

(9) 年間スケジュール

別添「年間スケジュール」のとおり

2 特定保健指導

(1) 実施場所

保健サービスセンター又は特定保健指導業務受託機関の提供する場所等で実施する。

(2) 実施内容

実施内容は、「標準的な健診・保健指導プログラム」(平成25年3月 厚生労働省保険局)第3編第3章に記載されている内容に準拠している。

特定保健指導とは、対象者の生活を基盤とし、対象者が自らの生活習慣の課題に気づき、健康的な行動変容の方向性を自らが導き出せるよう支援するため、健康課題や優先順位を対象者と共に考え、実行可能な行動目標を立てられるよう支援できるプログラムを開発し、個別面接や小集団のグループワーク等を活用し行動変容のきっかけづくりを行うことである。

なお、特定保健指導プログラムは、対象者の保健指導の必要性ごとに「動機付け支援」、「積極的支援」に区分されるが、各保健指導プログラムの目標を明確化した上で、サービスを提供する必要がある。

また、特定保健指導の実施に当たっては、医師、保健師、管理栄養士等が中心となって、対象者が参加しやすい条件を整えつつ実施する。

(3) 実施時期

特定保健指導は、年間を通して実施する。なお、保健指導の利用を促進するため、実施日・実施枠を拡大し、夜間・土日の実施も検討する。

(4) 委託の有無

特定保健指導は、特定保健指導業務受託機関への委託又は区の直接実施により行う。

(5) 利用方法

指定された期間内に指定された場所で、指導利用券及び保険証を持参の上、指導を受ける。

原則として、特定保健指導に係る本人負担は無料とする。

(6) 周知・案内方法

ア 特定保健指導の開始

特定保健指導の対象者ごとに、指導利用券を送付し、指導の開始を周知するとともに、区報、区ホームページ、「国保だより」等に掲載の上、周知を図る。

また、各種チラシ及びポスター等で特定保健指導の必要性等について意識啓発を図るとともに、関係団体に周知等について協力依頼を行う。

さらに、区が実施する健康関連のイベント等の機会を活用し、周知・啓発を行っていく。

イ 利用勧奨

利用券送付後、一定の期間が経過した時点で利用の申込がない者に対し、利用勧奨を行う。勧奨に当たっては、可能な限り対象者を初回面談につなげられるよう、方法・内容に工夫を凝らしていく。

また、初回面談からプログラム終了までの間、電話や手紙等により利用者のフォローをきめ細かく行い、利用の継続を促していく。

(7) 特定保健指導データの保管及び管理方法

特定保健指導のデータは、原則として特定保健指導実施機関が、国の定める電子的標準様式により、国保連へデータを提出する。

特定保健指導に関するデータは、原則5年間保存とし、国保連の管理及び保管を委託する。

(8) 年間スケジュール

別添「年間スケジュール」のとおり

第3章 個人情報保護

特定健康診査及び特定保健指導で得られる健康情報等の取り扱いについては、個人情報の保護に関する法律を踏まえた対応を行うとともに、文京区個人情報の保護に関する条例を遵守する。

また、特定健康診査及び特定保健指導を受託した事業者についても、同様の取り扱いとするとともに、業務によって知り得た情報については、守秘義務を徹底し、業務終了後も同様とする。

さらに、個人情報の管理（書類の紛失・盗難等）にも十分留意するものとし、これらを取り扱う者に対して、その内容の周知を図る。

第4章 特定健康診査等実施計画の公表・周知

本計画の周知は、高齢者の医療の確保に関する法律第19条第3項「保険者は、

特定健康診査等実施計画を定め、又はこれを変更したときは、遅滞なく、これを公表しなければならない」に基づき区報及び区ホームページに掲載するとともに、行政情報コーナーに配備する。

また、区内町会・民生委員・医師会等を通じて、特定健康診査の目的等の周知を図り、特定健康診査及び特定保健指導の受診を勧奨していく。

第5章 特定健康診査等実施計画の評価及び見直し

本計画については、文京区地域福祉推進協議会において進行管理及び評価を行い、その結果を文京区国民健康保険運営協議会に報告するものとする。また、計画期間中に計画を見直す必要が生じたときは、庁内の検討組織において見直しを行い、その結果を文京区地域福祉推進協議会及び文京区国民健康保険運営協議会に報告するものとする。

第6章 その他

特定健康診査の実施に当たっては、区で実施する各種がん検診等との同時実施等、区民の利便性を考慮しながら実施することとする。

また、文京区国民健康保険被保険者以外の者等に対しての特定健康診査及び特定保健指導については、今後の各保険者の状況等を加味しつつ対応を検討するものとする。

特定健康診査等実施予定者数

国保加入者の伸び率からの推計

1 年齢階級別国民健康保険加入被保険者数（実数：平成20年度～24年度）

年齢	平成20年度		平成21年度				平成22年度				平成23年度				平成24年度				平均伸び率		年齢
	被保険者数(人)		被保険者数(人)		前年対伸び率		被保険者数(人)		前年対伸び率		被保険者数(人)		前年対伸び率		被保険者数(人)		前年対伸び率				
	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	
0-4	517	526	486	533	0.940	1.013	475	516	0.977	0.968	474	501	0.998	0.971	480	499	1.013	0.996	98.2%	98.7%	0-4
5-9	597	588	609	549	1.020	0.934	546	545	0.897	0.993	523	551	0.958	1.011	528	532	1.010	0.966	97.1%	97.6%	5-9
10-14	644	618	629	626	0.977	1.013	629	604	1.000	0.965	612	618	0.973	1.023	611	617	0.998	0.998	98.7%	100.0%	10-14
15-19	794	755	770	695	0.970	0.921	728	744	0.945	1.071	729	725	1.001	0.974	727	713	0.997	0.983	97.8%	98.7%	15-19
20-24	1,285	1,220	1,234	1,121	0.960	0.919	1,239	1,115	1.004	0.995	1,250	1,163	1.009	1.043	1,262	1,181	1.010	1.015	99.6%	99.3%	20-24
25-29	1,873	1,698	1,835	1,664	0.980	0.980	1,844	1,658	1.005	0.996	1,847	1,719	1.002	1.037	1,785	1,607	0.966	0.935	98.8%	98.7%	25-29
30-34	2,010	1,768	1,925	1,716	0.958	0.971	1,906	1,697	0.990	0.989	1,895	1,661	0.994	0.979	1,824	1,560	0.963	0.939	97.6%	96.9%	30-34
35-39	2,005	1,948	1,947	1,905	0.971	0.978	1,944	1,893	0.998	0.994	1,875	1,801	0.965	0.951	1,866	1,696	0.995	0.942	98.2%	96.6%	35-39
40-44	1,760	1,776	1,771	1,774	1.006	0.999	1,830	1,803	1.033	1.016	1,907	1,891	1.042	1.049	1,956	1,930	1.026	1.021	102.7%	102.1%	40-44
45-49	1,517	1,658	1,560	1,686	1.028	1.017	1,613	1,721	1.034	1.021	1,625	1,786	1.007	1.038	1,615	1,740	0.994	0.974	101.6%	101.2%	45-49
50-54	1,493	1,593	1,468	1,575	0.983	0.989	1,457	1,557	0.993	0.989	1,463	1,659	1.004	1.066	1,549	1,720	1.059	1.037	101.0%	102.0%	50-54
55-59	2,091	2,521	1,860	2,300	0.890	0.912	1,719	2,061	0.924	0.896	1,590	1,902	0.925	0.923	1,488	1,878	0.936	0.987	91.9%	93.0%	55-59
60-64	2,438	3,147	2,451	3,133	1.005	0.996	2,553	3,297	1.042	1.052	2,711	3,448	1.062	1.046	2,672	3,385	0.986	0.982	102.4%	101.9%	60-64
65-69	2,703	3,724	2,802	3,791	1.037	1.018	2,827	3,735	1.009	0.985	2,736	3,534	0.968	0.946	2,691	3,506	0.984	0.992	99.9%	98.5%	65-69
70-74	2,628	4,052	2,534	4,008	0.964	0.989	2,489	3,940	0.982	0.983	2,477	3,915	0.995	0.994	2,587	3,957	1.044	1.011	99.7%	99.4%	70-74
75-	0	0	0	0	-	-	0	0	-	-	0	0	-	-	0	0	-	-	-	-	75-
合計	24,355	27,592	23,881	27,076	0.981	0.981	23,799	26,886	0.997	0.993	23,714	26,874	0.996	1.000	23,641	26,521	0.997	0.987	99.3%	99.0%	合計

2012/4/2現在 ※ 各年度の被保険者数は実績。

(再掲)

単位：人

2 特定健診・特定保健指導実施年度の該当被保険者数（推計：平成25年度～平成29年度）

年齢	平成24年度			年代別		平成25年度			平成26年度			平成27年度			平成28年度			平成29年度		
	被保険者数(人)			平均伸び率		被保険者数(人)			被保険者数(人)			被保険者数(人)			被保険者数(人)			被保険者数(人)		
	男性	女性	計	男性	女性	男性	女性	計	男性	女性	計	男性	女性	計	男性	女性	計	男性	女性	計
0-39	9,083	8,405	17,488	98.3%	98.3%	8,929	8,262	17,191	8,777	8,122	16,898	8,628	7,984	16,611	8,481	7,848	16,329	8,337	7,714	16,051
40-64	9,280	10,653	19,933	99.9%	100.0%	9,271	10,653	19,924	9,261	10,653	19,914	9,252	10,653	19,905	9,243	10,653	19,896	9,234	10,653	19,887
65-74	5,278	7,463	12,741	99.8%	99.0%	5,267	7,388	12,656	5,257	7,314	12,571	5,246	7,241	12,488	5,236	7,169	12,405	5,225	7,097	12,323
75-	0	0	0	0.0%	0.0%	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
40-74計	14,558	18,116	32,674	99.9%	99.7%	14,538	18,041	32,580	14,518	17,967	32,486	14,499	17,894	32,393	14,479	17,822	32,301	14,459	17,750	32,209
合計	23,641	26,521	50,162	92.8%	92.8%	23,467	26,303	49,770	23,295	26,089	49,384	23,126	25,878	49,004	22,960	25,670	48,630	22,796	25,465	48,261

3 特定健診・特定保健指導実施に関する目標値

目標項目	平成25年度		平成26年度		平成27年度		平成28年度		平成29年度	
	受診率(%)	参考：受診者数(人)	受診率(%)	参考：受診者数(人)	受診率(%)	参考：受診者数(人)	受診率(%)	参考：受診者数(人)	受診率(%)	参考：受診者数(人)
特定健診受診率	50%	16,290	52.5%	17,055	55%	17,816	57.5%	18,573	60%	19,326
特定保健指導実施率	20%	436	45%	1,028	50%	1,194	55%	1,371	60%	1,557

4 特定保健指導階層化後の人数

○40-64歳

○65-74歳

年度	動機付け支援(人)			積極的支援(人)			年度	動機付け支援(人)		
	男性	女性	合計	男性	女性	合計		男性	女性	合計
25年度	385	213	598	797	149	946	25年度	403	233	636
26年度	404	224	627	836	157	993	26年度	422	242	664
27年度	422	234	657	875	164	1,039	27年度	441	251	692
28年度	441	245	686	914	172	1,086	28年度	461	260	720
29年度	460	256	716	953	179	1,132	29年度	480	268	748

特定保健指導対象者の出現率

注1) 40～64歳：動機付け支援・・・	男性	8.3%	女性	4.0%
積極的支援・・・	男性	17.2%	女性	2.8%
65～74歳：動機付け支援・・・	男性	15.3%	女性	6.3%

(H22実績のデータによる出現率で積算)

(別添)

年 間 ス ケ ジ ュ ー ル

	前 年 度	当 年 度	翌 年 度
4月		健診機関との契約 保健指導機関との契約 健診対象者の抽出(4月～9月生まれ)	健診データの受取・ 費用決済(最終) 保健指導状況報告受取 費用決済(随時) 保健指導 利用勸奨(随時)
5月		受診券の発行・送付(4月～9月生まれ)	
6月		特定健診の開始(4月～9月 生まれ) 健診対象者の抽出(10月～3月生まれ)	
7月	実施内容検討・費用の積算	特定健診受診勸奨(随時) 受診券の発行・送付(10月～3月生まれ)	
8月		特定健診の開始 (10月～3月生まれ) 健診データの受取・ 費用決済(随時・例月)	
9月	予算要求事務		
10月		未受診者の健診 保健指導対象者の抽出 利用券の発行・送付	健診・指導データ抽出 (前年度分)
11月		(特定保健指導の開始) 保健指導状況報告受取 費用決済(随時)	実施率等、実施実績の算出 支払基金への報告 (ファイル作成・送付) 実施実績の分析、実施 方法、委託先機関の見 直し等
12月			保健指導利用勸奨 (随時)
1月	予算内示 契約手続き	(特定健診の終了)	
2月	健診・保健指導実施 スケジュール作成		
3月	契約準備		

◎ 広報関係(予定)

- ・ 区報ぶんきょうへの掲載(年4回:4月、6月、8月、11月)
- ・ ホームページへの掲載(6月)
- ・ 国保便利帳への掲載(4月)
- ・ 国保だよりへの掲載(年3回:4月、7月、11月)
- ・ 区設掲示版へのポスター掲示(6月)

※ 上記のほか、関係団体への周知やイベントを活用したPRを随時行っていく。

特定健康診査・特定保健指導の改善案

1 特定健康診査

改善策	内容	平成24年度中に実施	平成25年度から実施	計画期間中に実施又は検討
実施期間を前倒しする。	特定健診の受診期間を2週間前倒し、前半6/15～8/15、後半8/15～10/15とする。なお、未受診者の受診期間は従来通り1月末までとする。		○	
受診券送付時に案内プリントを同封する。	健診の必要性、受け方等の案内をプリントして同封する。		○	
受診券に各種がん検診の案内を同封する。	各種がん検診の一覧や受診可能な医療機関の一覧等を同封する。		○	
受診券送付の際に、人間ドック等の結果送付を依頼する。	人間ドック等受診のため特定健康診査を受診しない場合は、人間ドック等の結果を区に送付するよう依頼する(返信用封筒を同封)。		○	
連続受診した方や、人間ドックの結果を送付いただいた方に特典を付与する。	具体的な内容については、今後検討する。			○

2 特定保健指導

改善策	内容	平成24年度中に実施	平成25年度から実施	計画期間中に実施又は検討
保健指導の積極的支援、動機付け支援とも委託する。	委託化することで、実施日の増加や夜間の実施等に柔軟に対応できる。また、利用勧奨も委託することで勧奨業務の充実にもつながる。		○	
区の様々なイベントや施設と連携する。	保健指導を受けた方が、区のイベント参加や施設利用等ができるようにする。			○

3 周知・啓発(健診・保健指導共通)

改善策	内容	平成24年度中に実施	平成25年度から実施	計画期間中に実施又は検討
周知・啓発について、関係団体に協力依頼を行う。	これまで行ってきた町会への依頼に加え、民生児童委員をはじめ、より広い範囲の関係団体に協力依頼を行っていく。	○		
区が主催する各種イベントの際にPRを行う。	健康関連のイベント等の会場でチラシ配付などを行う。	○		
文京お届け講座に登録する。	国民健康保険の特定健診・保健指導について説明を受けたい区民団体等が説明を受ける機会を確保する。		○	