

第4期特定健康診査等実施計画

関東めつき健康保険組合

令和6年3月

背景及び趣旨

我が国の国民の受療の実態を見ると、高齢期に向けて生活習慣病の外来受療率が徐々に増加し、次に75歳頃を境にして生活習慣病を中心とした入院受療率が上昇している。これを個人に置き換えてみると、不適切な食生活や運動不足等の不健康な生活習慣がやがて糖尿病や高血圧症、脂質異常、肥満症などの発症を招き、外来通院及び投薬が始まり、生活習慣の改善がないままに、虚血性心疾患や脳血管疾患等の発症に至るといった経過をたどることになる。

このため生活習慣の改善による糖尿病等の生活習慣病の予防対策を進め、糖尿病等を予防することができれば、通院患者を減らすことができ、この結果、国民の生活の質の維持及び向上を図りながら医療費の伸びの抑制を実現することが可能となる。

糖尿病等の生活習慣病の発症には、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、虚血性心疾患、脳血管疾患等の発症リスクが高くなる。このため、メタボリックシンドローム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の生活習慣の改善を行うことにより、糖尿病等の発症リスクの低減を図ることが可能となる。

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なうものである。

本計画は、当健康保険組合の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事項について定めるものである。

なお、高齢者の医療の確保に関する法律第19条により、5年ごとに5年を一期としていたが、医療費適正化計画が6年一期に見直されたことを踏まえ、第3期（平成30年度以降）からは6年を一期として特定健康診査等実施計画を定めることとなっている。

また、第4期特定健康診査等実施計画においては、第3期の枠組みをベースとして、特定健康診査の標準的な質問票、健診項目等の見直しならびに特定保健指導におけるアウトカム評価導入によるプロセス評価との併用を活用して、実施率向上に向けた取り組みに努めることとする。

関東めっき健保組合の現状

当健保組合は、めっきを主たる業とする事業所が加入している健保組合である。

令和4年度の事業所数は250件で、全国1都7県に所在するが、約9割が東京に所在している。

ただし、工場や営業所は全国に点在しており、関東1都6県に居住している被保険者及び被扶養者は約9割、それ以外の居住者は1割程度となっている。

加入事業所は、零細・中小事業者が多く、被保険者10人未満の事業所が6割を占めており、1事業所あたりの平均被保険者数は約21.8人である。

当健保組合に加入している被保険者は、平均年齢が45.5歳で、男性が全体の7割を占める。

健康診断については、令和3年度から医療機関との個別契約を一般社団法人 東京都総合組合保健施設振興協会（以下「東振協」という）の共同利用契約に切り替え、契約医療機関件数の拡大（全国約710機関）ならびに受診対象者等の見直しを図り、施設内健診及び健診車による巡回健診を実施している。

令和4年度の健康診断の実施人数は、東振協等の契約先医療機関での健診3,158人（内訳：被保険者3,048人、被扶養者110人）である。このうち事業主による健診は、主に巡回型で1,779人であり、契約外医療機関における事業主健診の実施人数414人を加えると合計3,572人となっている。

このうち、令和4年度の40歳以上の特定健康診査（事業主健診等・被扶養者のパート先及び住民健診等を含む）状況は、健診実施者3,385人（内訳：被保険者3,016人、被扶養者369人）であり、実施率は78.3%である（目標実施率82.0%）。

特定健康診査等の実施方法に関する基本的な事項

1 特定健康診査等の基本的考え方

これまでの特定健康診査・特定保健指導の関係は、健診に付加した保健指導としたプロセス重視の保健指導であり、個別疾患の早期発見・早期治療が目的となっている。そのため、内容が健診結果の伝達と生活習慣病に係る一般的な情報提供であり、保健指導の対象者は、健診結果で「要指導」と指摘され、健康教育等の保健事業に参加したものである。指導方法は一時の健診結果のみに基づく保健指導で、評価はアウトプット（事業実施量）評価、実施回数や参加人数とし、実施主体は市町村としていた。

これからの特定健診・特定保健指導との関係は、内臓脂肪型肥満に着目し、その要因となっている生活習慣を改善するための保健指導を必要とする者を抽出するための健診とし、内臓型肥満に着目した早期介入・行動変容を目的とする。生活習慣病は自覚症状がないまま進行するため、健診は個人が生活習慣を振り返る絶好の機会と位置づけ、リスクの重複がある対象者に対し、医師、保健師、管理栄養士等が早期に介入し、行動変容につながる保健指導を行う。保健指導の対象者は、健診受診者全員に対し、必要に応じ階層化された保健指導を提供するものであり、リスクに基づく優先順位をつけ、保健指導の必要性に応じて「情報提供」や「動機付け支援」「積極的支援」を行う。

指導方法は、健診結果の経年変化および将来予測を踏まえた保健指導として、データ分析等を通じて集団としての健康課題を設定し、個々のライフスタイルに応じて目標に沿った保健指導を計画的に実施することとしている。評価は、アウトカム（結果）評価を主体とし、特定保健指導対象者の減少率を25%とする。実施主体は、医療保険者とする。

2 特定健康診査等の実施に係る留意事項

今後、市区町村国保の行う健康診査を受診している被扶養者の実態を調査し、そのデータを受領するとともに、今後は当健保組合が主体となって特定健診を行いそのデータを管理する。

3 事業者等が行う健康診断及び保健指導との関係

従来から事業者健診を代行していたことから、当健保組合が主体となって行う（委託を含む）。事業者が健診を実施した場合は、当健保組合はそのデータを事業者から受領する。健診費用は事業者が負担する。

4 特定保健指導の基本的な考え方

内臓脂肪型肥満に着目し、その要因となっている生活習慣を改善するための保健指導や行動変容につながる保健指導を行うことが中心となる。具体的には受診者が健診結果から自分の健康状態を把握し、生活習慣改善のための行動目標を自ら設定・実行できるよう、各人の行動変容を促す個別性を重視した保健指導を目指す。

現在、当健保組合の保健師は、常勤1人、非常勤0人であることから、特定保健指導実施委託機関で主体的に保健指導を行っており、必要に応じて当組合の常勤保健師が保健指導を行う。

第1章 達成しようとする目標（令和6年4月改正）

1 特定健康診査の実施に係る目標

令和11年度における特定健康診査の実施率を85.0%（前回85.0%）とする。

この目標を達成するために、令和6年度以降の実施率（目標）を以下のように定める。

目標実施率 (％)

	6年度	7年度	8年度	9年度	10年度	11年度
被保険者＋被扶養者	79.6	80.7	81.8	82.9	84.0	85.0
被保険者	88.4	89.3	90.2	91.1	92.0	93.0
被扶養者	42.8	43.9	45.5	47.4	49.1	49.4

2 特定保健指導の実施に係る目標

令和11年度における特定保健指導の実施率を30.0%（前回30.0%）とする。

この目標を達成するために、令和6年度以降の実施率（目標）を以下のように定める。

目標実施率

（被保険者＋被扶養者） (％)

	6年度	7年度	8年度	9年度	10年度	11年度
40歳以上対象者(人)	4,577	4,630	4,685	4,769	4,830	4,878
特定保健指導対象者数 (推計)	708	726	744	766	785	803
実施率(％)	14.8	18.2	21.1	24.0	27.0	30.0
実施者数	105	132	157	184	212	241

（被保険者） (％)

	6年度	7年度	8年度	9年度	10年度	11年度
40歳以上対象者(人)	3,694	3,753	3,805	3,875	3,929	3,982
特定保健指導対象者数 (推計)	680	697	715	735	753	771
実施率(％)	15.0	18.2	21.3	24.2	27.4	30.4
実施者数	102	127	152	178	206	234

（被扶養者）*任継（被保険者＋被扶養者）を含む (％)

	6年度	7年度	8年度	9年度	10年度	11年度
40歳以上対象者(人)	883	877	880	894	901	896
特定保健指導対象者数 (推計)	28	29	29	31	32	32
実施率(％)	10.7	17.2	17.2	19.4	18.8	21.9
実施者数	3	5	5	6	6	7

3 特定健康診査等の実施の成果に係る目標

令和 11 年度においては、特定保健指導対象者の減少率を 25%以上とする（第 3 期の目標値を維持）。

第2章 特定健康診査等の対象者数

① 特定健康診査の対象者数

被保険者＋被扶養者 (人)

	6年度	7年度	8年度	9年度	10年度	11年度
対象者数（推計値）	2,996	3,049	3,104	3,188	3,249	3,297
40歳以上対象者	4,577	4,630	4,685	4,769	4,830	4,878
目標実施率（％）	79.6	80.7	81.8	82.9	84.0	85.0
目標実施者数	3,643	3,736	3,832	3,954	4,057	4,146

被保険者 (人)

	6年度	7年度	8年度	9年度	10年度	11年度
対象者数（推計値）	2,114	2,173	2,225	2,295	2,349	2,402
40歳以上対象者	3,694	3,753	3,805	3,875	3,929	3,982
目標実施率（％）	88.4	89.3	90.2	91.1	92.0	93.0
目標実施者数	3,265	3,351	3,432	3,530	3,615	3,703

被扶養者 (人)

	6年度	7年度	8年度	9年度	10年度	11年度
対象者数（推計値）	882	876	879	893	900	895
40歳以上対象者	883	877	880	894	901	896
目標実施率（％）	42.8	43.9	45.5	47.4	49.1	49.4
目標実施者数	378	385	400	424	442	443

*対象者数とは事業主健診の受診者等を除外した保険者として実施すべき数

② 特定保健指導の対象者数

被保険者＋被扶養者 (人)

	6年度	7年度	8年度	9年度	10年度	11年度
40歳以上対象者	4,577	4,630	4,685	4,769	4,830	4,878
動機付け支援対象者	317	324	332	343	351	359
実施率（％）	17.4	21.3	24.7	28.0	31.3	34.8
実施者数	55	69	82	96	110	125
積極的支援対象者	391	402	412	423	434	444
実施率（％）	12.8	15.7	18.2	20.8	23.5	26.1
実施者数	50	63	75	88	102	116
保健指導対象者	708	726	744	766	785	803
実施率（％）	14.8	18.2	21.1	24.0	27.0	30.0
実施者数	105	132	157	184	212	241

被保険者

(人)

	6年度	7年度	8年度	9年度	10年度	11年度
40歳以上対象者	3,694	3,753	3,805	3,875	3,929	3,982
動機付け支援対象者	296	303	311	320	327	335
実施率 (%)	17.9	21.8	25.4	28.8	32.4	36.1
実施者数	53	66	79	92	106	121
積極的支援対象者	384	394	404	415	426	436
実施率 (%)	12.8	15.5	18.1	20.7	23.5	25.9
実施者数	49	61	73	86	100	113
保健指導対象者	680	697	715	735	753	771
実施率 (%)	15.0	18.2	21.3	24.2	27.4	30.4
実施者数	102	127	152	178	206	234

被扶養者

(人)

	6年度	7年度	8年度	9年度	10年度	11年度
40歳以上対象者	883	877	880	894	901	896
動機付け支援対象者	21	21	21	23	24	24
実施率 (%)	9.5	14.3	14.3	17.4	16.7	16.7
実施者数	2	3	3	4	4	4
積極的支援対象者	7	8	8	8	8	8
実施率 (%)	14.3	25.0	25.0	25.0	25.0	37.5
実施者数	1	2	2	2	2	3
保健指導対象者	28	29	29	31	32	32
実施率 (%)	10.7	17.2	17.2	19.4	18.8	21.9
実施者数	3	5	5	6	6	7

第3章 特定健康診査等の実施方法

1 実施場所

①特定健康診査

被保険者および被扶養者は、東振協共同事業等による指定医療機関（全国約710機関）における事業所もしくは公共施設での集団健診のほか、個別健診を特定健診の実施に代えて、生活習慣病予防健診や人間ドック（以下「人間ドック等」という）として実施している。ただし、被扶養者および任意継続被保険者については、健康保険組合連合会と代表健診機関団体との間で締結する契約（集合Aタイプ）ならびに都道府県代表保険者と契約取り纏め機関との間で締結する契約（集合Bタイプ）により、指定医療機関でのみ実施している（人間ドック等との重複は不可）。結果データ（XMLデータ）の受け渡しや支払い等は、社会保険診療報酬支払基金を代行機関としている。また、地理的条件等によりこれらの指定医療機関で実施できない場合は、指定外医療機関で行う。

②特定保健指導

対応時間への多様化に伴い、日程調整や支援方法（対面・遠隔・ICT・電話）の選択を利用者の希望に合わせて保健指導を実施する（標準的な健診・保健指導プログラム第3編第3章の考え方に基づき実施）。

2 実施項目

①特定健康診査

標準的な健診・保健指導プログラム第2編第2章に記載されている健診項目とする。また、人間ドック等を受診する場合は、特定健診の実施に代えて実施するものとする。

②特定保健指導

利用者自身が前向きに取り組めるようナッジ理論を取り入れ、利用者個人の健診結果、生活習慣、栄養状態、生活リズムから実行しやすく、行動変容につながりやすい支援を実施していく。具体的には、健康的な食事体験による理解度の向上や保健指導完了者へのインセンティブ付与などにより、参加意欲を促すことを目的とする。

また、経年利用者に対して過去の状況を踏まえた個別性、継続性のある支援を行うこととする。

3 実施時期

①特定健康診査

被保険者、被扶養者ともに実施期間を通年（4月1日～翌年3月31日）とする。

②特定保健指導

被保険者、被扶養者ともに実施期間を通年（4月1日～翌年3月31日）とする。

なお、初回面接から終了まで年度をまたぐ場合は、翌年度の実績とする。

4 外部委託の有無

①特定健診 … 有（個別契約：一社東振協および医療機関、集合契約：健保連）

②特定保健指導 … 有

（個別契約：SOMPOヘルスサポート㈱、セイコーエプソン㈱、一社東振協および医療機関、集合契約：健保連）

なお、当健保組合の保健師（常勤1人）が必要に応じて、保健指導を行う。

5 周知や案内の方法

加入者への周知は、当健保組合機関広報誌およびホームページに掲載して行う。年度末に翌年度の事業内容等を掲載した機関広報誌「めっきけんぽ 春号」を被保険者の自宅にDMで委託配送する。また、受診までの手順や流れ、実施対象者、費用負担など、健診事業等の案内および受診機関リストを載せた「健診ガイド」を同送し、同じ内容をホームページにも掲載する。

特に、被扶養者等への特定健診集合契約の案内（受診券配付）については、パンフレットを添えて、4月に対象者の自宅に別途、DMで郵送する。

6 健診受診の手順と流れ

被保険者および被扶養者は、東振協共同事業等による指定の医療機関における事業所もしくは公共施設での集団健診のほか、個別健診を特定健診の実施に代えて人間ドック等の受診として申し込み、受診する（指定外医療機関も含む）。

被扶養者および任意継続被保険者を対象とした特定健診集合契約については、指定医療機関に予約のうえ、組合が4月に配付する「受診券」を被保険者証とともに医療機関窓口に掲示して、特定健診を無料で受診する（人間ドック等との重複は不可）。

人間ドック等の健診費用は、各種健診等実施規程等に基づき受診者から一部負担金を徴収する。

特定保健指導については、組合事務局と特定保健指導実施委託機関（東振協共同事業を含む）と連携をとって実施する。

なお、40歳以上の被扶養者ならびに任意継続被保険者を対象とした特定保健指導については、各種健診等実施規程等に基づき全額組合負担とする。

ただし、各種健診等実施規程等で定める基準以外の健診項目を受診した場合は、その費用は全額受診者負担とする。

7 健診データの収集方法

東振協契約健診機関の健診データは東振協を通じて月次で受領し、個別指定医療機関の健診データは、健診費用請求時に電子データを受領して当健保組合で保管する。

また、事業主健診の結果データの受領においては、医療機関・事業主・当組合の3者で収集が効率的となるよう協議のうえ行い、データ保管年数を5年とする。

なお、被扶養者においては、市町村やパート勤務先等で健診を受診する場合を想定して、受診者本人から直接健診結果を受領することが可能となるよう、「特定健診集合契約受診（券）案内」送付時に結果送付に関する案内を掲載する。

8 特定保健指導対象者の選出の方法

特定保健指導の対象者については、効果の面から40歳代の者から優先して選出する。

第4章 個人情報保護

当健保組合は、関東めっき健康保険組合個人情報保護管理規程を遵守する。

当健保組合および委託された健診・保健指導機関は、業務によって知り得た個人情報を外部に漏らしてはならない。

当健保組合のデータ保護管理者は、常務理事とする。またデータの利用者は当健保組合業務課職員に限る。

第5章 特定健康診査等実施計画の公表・周知

本計画は、機関広報誌およびホームページに掲載し、公表・周知する。

第6章 特定健康診査等実施計画の評価及び見直し

目標と大きくかけ離れた場合、その他必要がある場合には見直すこととする。

第7章 その他、特定健康診査等の円滑な実施を確保するために保険者が必要と認める事項

当健保組合に所属する職員等については、特定健診・特定保健指導等の実践養成のための研修に随時参加させる。