#### 全国健康保険協会 特定健診・特定保健指導の計画策定から評価までのフロー(H23) 図 7.7

特定健診・保健指導事業計画策定 5カ年計画の策定 単年度計画の策定…協会けんぽの運営方針に沿って、支部ごとに実施計画を策定 非肥満でリスクがある者や受診勧奨域だが受診しない者等に対する保健指導計画を策定 一策定 事業主等に対する周知方法、利用勧奨計画の策定 特定健診の実施 【被保険者】 ①生活習慣病予防健診(特定健診項目含む)を契約健診実施機関 (〇機関)で実施 《情報提供》 健診機関が作成する健診結果の中に、結果の解 説及び生活習慣病の特性や生活習慣 改善に関するチラシ等を同封する ②事業者健診データの取得(事業主から提供) XML形式、CSV形式で取得する。(CSVをExcelから作成するツールをホームページで公開 している。) 【被扶養者】 集合契約A、B、個別契約により実施 階層化 健診結果登録・階層化 ・保健事業システムに健診結果を登録し、階層化をする。 事業所への案内文書送付 ・優先順位に従い、事業所に保健指導の案内を送る。(実施履歴がない事業所、対象者 が多い事業所等) 保健指導対象者には階層化通知を送り、保健指導を受ける動機づけを高める。 事業主・担当者と打ち合わせ ・メタボリックシンドロームの改善の重要性、健康づくりと経営、安全配慮義務など多面的に事業主や担当者に対して勧奨をする。 特定保健指導 ○協会保健師等による保健指導 5年間の健診結果と保健指導記録を活用した保健指導 ・過去5年分の健診結果を表とグラフで表示 ・生活習慣をレーダーチャートで表示 ・事業所ごとの健診結果統計、生活習慣統計をグラフで表示 保健指導 支援システム ・生活習慣、既往歴・現病歴・家族構成、目標設定、指導者所感など の記録 ・特定保健指導のスケジュール管理機能 【保健指導の記録】 【事前準備】 【保健指導の実施】 行動変容ステージに基づく支 生活習慣、既往歷·現病歷· 過去5年分の健診結果 と保健指導記録の確認、 揺 家族構成、目標設定、指導 者所感、支援スケジュール 【訪問して得られた事業所 ·上位目標、下位目標、具体 課題の整理、支援計画 ・スモールチェンジを目指す保 健指導 の立案 事業所統計、生活習慣 情報のまとめ】 職場環境、労働条件、職場の雰囲気、人間関係、今後 統計、事業所の健康課 【事業所へのアプローチ】 ・事業所の健康課題について 題等の確認と支援計画 の立案 の支援課題など 担当者と話し合い ○外部保健指導機関への委託 外部保健指導機関と個別契約を結び、健診当日、事業所訪問を中心に実施。 6か月後評価の実施 【個人に対する評価】 目標の達成状況、行動変容ステージ、生活習慣等や腹囲、体重等の 変化を評価し、対象者と共有して、次の健診までの目標について話し 【事業所に対する評価】事業所全体の特保、健康事業所づくりの取り組み状況について評価し 今後の計画について話し合う。 ①アウトカム評価 ②アウトブット評価 ③プロセス評価 実施率、中断率、検査値の変化の前後比較、目標設定と検査値の変化、

【事業に対する評価】

### 健康職場づくりへのアプローチ

個別相談や健診結果等から得た事業所の課題 について、戦略的に事業主にアプローチをして 健康職場づくりを働きかける。

#### 健康保険委員の委嘱

広報、相談、各種事業等を推進していくため 、各事業所で健康保険委員の委嘱を進めて いる。(23年3月末には約66,000人)

### 特定保健指導非該当者へのアプローチ

支部独自の取り組みとして、事業所訪問による特定保健指導の際に、特保非該当でリスクが ある者に対して保健指導を行っている支部もあ

#### 重症化予防対策

優先度の高い受診勧奨対象者に対して、受診 勧奨をしている。治療中の者に対する保健指 導は、パイロット事業として実施。

#### 事業所勧奨

事業所健康 診断書

健診結果データと医療費データを 活用し、事業所ごとに健診結果統 計と医療費統計を集計できるシス テムを構築して、事業所勧奨に活

### 保健指導の案内及び健康職場づくりへのアプローチ

受診勧奨支 援システム

- ≪搭載情報≫
- 業種・従業員数など基本情報 健診受診状況
- 保健指導利用状況
- 外部委託機関による保健指導
- 実施状況
  訪問可能時期や時間、訪問場 所、考慮すべき勤務シフトなど 訪問に不可欠な情報
- 事業所の課題と解決策、支援 状況 など

### 人材育成

### 【研修体系】

主催	主テーマ
++**	企画力の強化
本部	スキルアップ
+ +0	スキルアップ
又即	PDCAを回す実践
いかは	スキルアップ
71叫饭渕	新たな情報の習得
	主催 本部 支部 外部機関

### 【職付別研修】

職位階層に合わせて、初任期・新任期・中堅期・リー ダー期・管理期の者が身につけるべき能力(基礎能 カ・問題解決力・指導力・マネジメントカ)を示し、研修 プログラムを組んでいる。

### [OIT]

新任・ベテランに限らず、定期的に同伴指導訪問 を支部保健師が行っている。また、ロールプレイや事 例検討、情報交換を研修会や打合せ等で毎回行って

### 【情報の共有】

事業所が各地に点在しているため、保健師等は事業所へ直行直帰で保健指導を行う場合が多く、互いの 情報交換や事例の共有、相談が欠かせない。支部保健師と毎日連絡・報告をするとともに、保健師同士も連

中断理由など、支部ごとに評価をして改善につないでいる。

# 事例8 医師会と保険者の協働による特定健診・保健指導の実施率向上 と重症化予防の取り組み (東松山医師会病院健診センター)

- 〇医師会に集約された健診・保健指導データの分析と地域職域連携会議での課題共有
- ○特定保健指導の実施率向上を目的とした利用勧奨
- ○特定保健指導の場を活用した受診支援による重症化予防の取り組み

# 1. 東松山医師会病院健診センターの概要

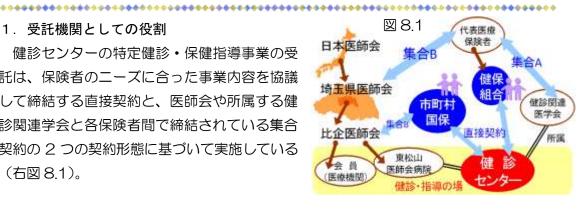
埼玉県東松山市にある東松山医師会病院は、比企医師会に所属する有志開業医によって 設立された東松山医師会が、保健・医療・福祉の連携推進のために地域の中核病院として 開設した、会員数 54 人、職員数 220 人の共同利用施設である。

併設する健診センターでは、近隣市町村および事業所、学校などの健診事業に加え、平 成20年度より特定健診・保健指導事業の受託を開始した。

# 11. 特定健診・保健指導における健診センターの位置づけ

# 1. 受託機関としての役割

健診センターの特定健診・保健指導事業の受 託は、保険者のニーズに合った事業内容を協議 して締結する直接契約と、医師会や所属する健 診関連学会と各保険者間で締結されている集合 契約の 2 つの契約形態に基づいて実施している (右図8.1)。



### 2. 地域の中核病院としての役割

近隣市町村および事業所のデータの大半が集約される健診機関であることから、地域全 体の現状分析を行い、その結果は健康増進の総合的な推進を図るための基礎資料としてい る。分析されたデータは健診センターの事業の見直しに活用されるだけでなく、地域職域 連携会議などで保険者に提供している。

平成 20 年度には健診センターで健診を受診した 18,080 名について、4 つの性・年齢 階級別に特定健診項目、標準的な質問票項目について、事業所、各市町村の傾向を分析し た。特に、標準的な質問票項目の回答については、事業所と市町村間で、服薬歴、運動習 慣、ストレス、飲酒習慣、朝食の欠食に差が見られた。各市町村間ではモール型ショッピ ングセンターや運動施設などが近年に建設された地域と農業が盛んな地域で運動習慣、肥

満、喫煙歴、行動変容ステージなどに差が見られ、地域全体の課題、各保険者の取り組む 課題を明確化するための参考資料とした。

# Ⅲ. 医師会における特定健診の実施状況

# 1. 実施体制

特定健診は、市町村の保健センターで実施される集団健診、医師会に所属する開業医の 医療機関で実施する個別健診のほか事業所の定期健診、人間ドック、生活習慣病予防健診 などの特定健診に置き換えられる健診としても実施している。

集団健診は、医師2人、臨床放射線技師1人、臨床検査技師3人、看護師4人、事務7名が1日あたり最大で300人の健診を実施し、健診の種類や項目により最大実施人数および必要スタッフ数が変動する。健診後は、専門医による読影や検査結果の判定および結果報告書を作成し、約2週間で結果報告書を返却している。結果報告書には個々に合わせた情報を記載し、保険者の依頼に応じて階層化リスト、電子データの提供を行っている。

### 2. 実施件数

健診センターでの特定健診の実施件数は表 8.1 のとおりである。市町村国保との契約は 近隣 6 市町村と締結しており、実施件数は増加傾向にある。平成 20 年度は特定健診・保 健指導制度が手探り状態だったことや地域住民への周知不足もあり、実施件数が少なかっ たと考えられる。平成 22 年度以降は集団健診を年に 2 度実施し、受診率の向上を図って いる。

	10.1		2011 20	`		
	国民	健康保険組合		健	康保険組合、	
<b>当</b> 及废冰体医师口			協会けんぽ、共済組合等			
	特定健診	その他	計	特定健診	その他	計
平成 20 年度	6,515	329	6,844	1,123	7,910	9,033
平成 21 年度	7,532	358	7,890	818	7,696	8,514
平成 22 年度	7,638	423	8,061	597	7,760	8,357
平成 23 年度	7,789	455	8,244	533	7,850	8,383

表 8.1 特定健診の実施件数

(人)

### 3. 情報提供の充実への取り組み

特定健診の結果報告書には、健診結果や標準的な質問票項目を元に個々に必要な情報を 載せ、最低限の情報提供を行っている(参考資料8.1、参考資料8.2)。

医師会に所属する開業医の医療機関で特定健診を受診した場合も、開業医の希望があれば同様の報告書を作成して提供するとともに、各保険者では、健診結果説明会や健康教室などで独自の情報提供を行っている。

# 参考資料 8.1 情報提供例

# メタボリックシンドロームとは

いわゆる生活習慣病として知られている「高血圧症・高額血症・聴見病」。これ らの共通の原因となるのは、内臓鞘筋肥満(内臓のまわりに脂肪がたまっている 状態)です。この内臓動筋が蒸精すると動脈硬化が進行し、心筋梗塞や脳梗塞な どの病気を引き起こする険性が高まります。 このように、内臓薬防肥満と「高血圧・高能血・高血糖」のうちで2つ以上を併 せ持った状態を『メタボリックシンドローム』といいます。

# あなたが改善するべきポイントは・・・??

以下の項目のうち、ピンク声で示してある項目が、今回の確診で基準値を超えて います。まずはできることからはじめてみましょう。

■ 肥満ま	たは内臓脂肪の蓄積がある
原 因	消費174千 - (身体活動) より摂取174千 - (食事) が多い状態が長く 続くと、余分な174千 - が体制的として体内に蓄積していきます。通 動不足と過度が主な原因です。
放置すると	高血圧、粉質異常症(高能血症)、糖尿病、脂肪肝、心筋梗塞など を引き起こします。
改善のために	食べすぎていると思う方は、食事量を現在の80%くらいに減らしましょう。飲み物は無糖のものやお茶、水に変えましょう。お酒は埋えめに、現在より1日1000歩多く歩きましょう。
■ 血圧が	高()
島 因	ほとんどの人が原因が明らかでなく、遺伝、塩分通多、肥満などで 発病しています。
放置すると	心筋梗塞、脳梗塞などが起こりやすくなります。
改善のために	ますは肥陽を解消しましょう。塩分の取りすぎには注意し、器類の つゆなどは数まないようにしましょう。野菜・果物を積極的にとり

MILE TOTAL TOTAL	ましょう。
■ 曲無性	、AEF DE フムicが高い
原 因	大人の機能病の6割が正型機能病と呼ばれるもので、過度や運動不 足、適伝がもとで徐々に7次分の分泌や機さが悪くなり、血機値が 上昇していきます。
放置すると	血糖者が800mg/dix上になると、香睡状態に降ります。AEF OL' YA1cが7%以上になると合併症が除々に現れてきます。目には出 血、失明が起こり、腎不全になります。

改善のために	ますは肥陽を軽消しましょう。カロリーのとり過ぎだけでなく、 いお菓子や飲料、果物の食べすぎも控えましょう。	Ħ

	いお菓子や飲料、果物の食べすぎも控えましょう。
□中性脂	紡が高い、HDL3以和-Iが低い
磨 因	適食、肝臓での合成が他の人より強い(適伝)、身体活動が少ない ために消費されないなどの原因があります。中性輻筋が増えると HDL3/770-Wが下がることが多く見られます。
放置すると	命々に動脈硬化が悪化します。加えて血管が狭くなり。血消障害、さら には狭心性、心臓梗塞、脳梗塞などを引き起こします。
改善のために	まずは肥湯を解消しましょう。食事のカロリーを抑えること、とく に飲水化物、実物、菓子類、缶コーヒー、清涼飲料水などの競貨! 中性脂肪の原料です。また、段煙はHDL]レステロールを下げます。景度 を考えましょう。

	を考えましょう。
	250-16が高い
原 因	適伝、肉の食べすぎ、食物組終不足などで増加します。女性では、 開経後は女性ホルモンの分泌が低下し、LDL]ルステロールが上昇しま す。
放置すると	動脈硬化を進行させ、胸質を基にしてできた血栓(血の焼)が血管 をふさぎ、心筋梗塞を引き起こします。
改善のだめに	体内に入る31/370-6量を1日300mg以下(卵資1個で210mg)に おさえましょう。マーガリンなどの栄置で遊形の貼も控えましょ う。野菜、キノコ、海藻などの食物繊維を積極的にとり、35/30-6 を排泄しましょう。また、質煙はLDL31/370-6を上げます。禁煙を 者えましょう。

	HQ NGOC PW	PRINCIPLE CONTRACTOR C
	原因	適食やフリン体を多く含む食品をたくさん食べることによる産生き 料型、尿として排泄する量が少ないことによる排泄低下型、または その混合型があります。
	放置すると	7.Omg/dl以上になると結晶化し、偏風や家路結石、腎臓障害を引き起こします。
Н		手手は簡潔を軽楽しましょう。 手た、 異葉を傾めてため、水分をご

まずは肥陽を解消しましょう。また、尿量を増やすため、水分をこ 改善のために まめにとりましょう。ストレスは尿酸の合成を高めます。ストレス 解消も忘れずに。

参考資料 8.2 情報提供例(個別用)

# ①情報提供レベル

	体	Ē	標準体重です。この状状維持するよう努めて下さい。
Ť	8	Ú	塩分は1日7.5g未満こしましょう。
甚	食	事	タ方は路の間度は控えましょう。
•			敗垣置を少し控えましょう。
8	E.	質	今までどおりで結構です。
7	13	Ħ	今までどおりで結構です。
U	水	53	今はでどおりで記憶です。
	1	£	今までより、1日30分多く歩くようにしましょう。
4	体	Ē	や世気味ですので、これ以上体量を繰らさないよう食事のバランスを考えましょう。
Ť	塩	2	塩分は1日9g未満にしましょう。
后	童	夢	朝食をしっかりとりましょう。
~			適度な飲酒をもがけましょう。
	應	頖	今までどおりで結構です。
Ī	000	Ħ	今までどおりで結構です。
U	水	53	今までどおりで結構です。
	Œ	Ē	表に2日は、1日30分以上歩くようもがけてください。
¢	体	重	体重が20歳時より大幅に増加していますので、これ以上増やさないようにしましょう。

e	体	重	体重が20億弱より大幅に適加していますので、これ以上増やさないようにしましょう。
٦	8	Ú	塩分は1日7.5g未満こしましょう。
話	食	事	夕食の量が多いようであれば、減らしましょう。
•	飲	ō	進度な飲酒を心がけましょう。
ı	糖	質	今までどおりで結構です。
雅	120	Ħ	洋菓子、牛乳をとりすぎているようであれば、減らしましょう。また、肉類を減ら し、像や核黄色野菜、大豆製品をとるようにしてください。
U	水	Ú	今までどおりで見構です。
	T	E	裏に2日は、1日30分以上歩くようもがけてください。

# ②積極的支援レベル

¢	体重	内臓脈動が蓄積している可能性がありますので、お腹まわりを中心に20億時の体重を 目標にして対量しましょう。
-	增力	塩分は1日7.5g未満にしましょう。
Ħ	食用	夕食は軽めことりましょう。
-	飲意	適度な飲酒を心がけましょう。
报	糖育	皮水化物、軽熱、甘いジュースやお菓子をとりすぎているようであれば、減らしましょう。
18	10 10	今までどおりで結構です。
U	x 5	今までどおりで結構です。
	Œ į	今までより、1日30分多く歩くようにしましょう。

¢	体		内撮影助が蓄積している可能性がありますので、お腹まわりを中心に20億時の体重を 目標にして満量しましょう。
٦	飲	分	主治医の指示に従ってください。
=	食	#	夕食は軽めたし、朝食をしっかりととりましょう。
20	飲	五	1型の軟造量はビールなら500ml、増進ならコップ1杯半までとし、個に2日は休杯日をとりましょう。
k	籍	育	甘いジュースやお菓子をとりすぎているようであれば、減らしましょう。
指	2200	韻	注を使った料理、洋菓子、牛乳をとりすぎているようであれば、減らしましょう。また、水類を減らし、像や緑黄色野菜、大豆製品をとるようにしてください。
ı			今までどおりで結構です。
			第179日は、1月30分以上歩くようかがけてください。

東松山医師会病院 健診センター