

市町村とともに取組む 特定健診受診率向上



京都府健康福祉部

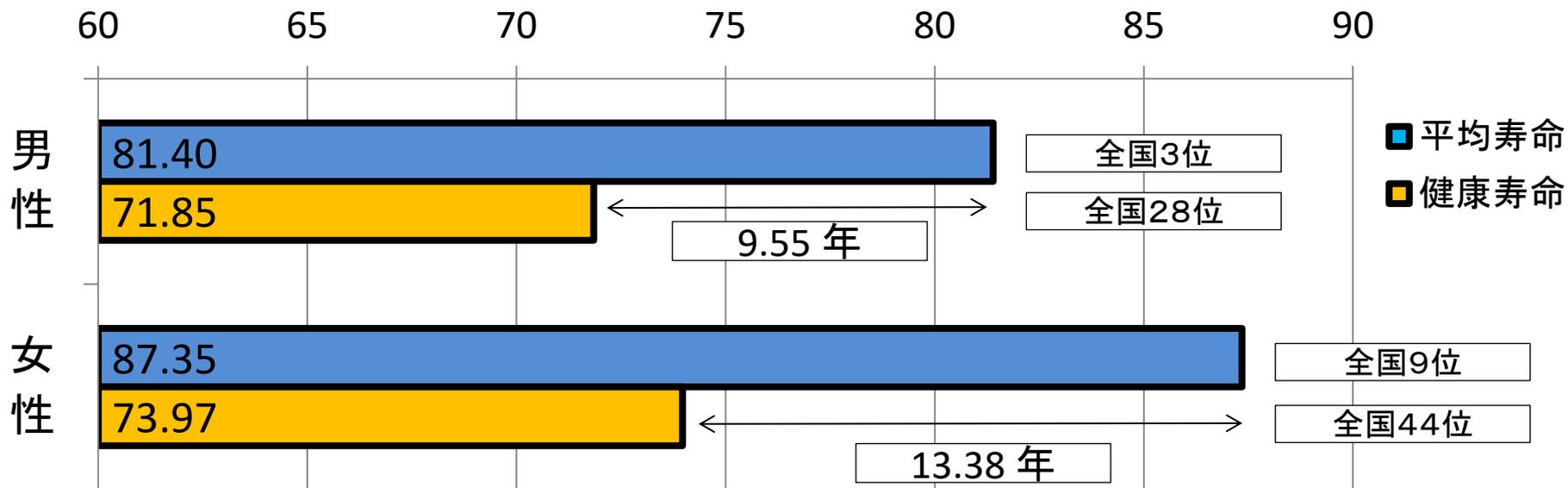
京都府の概況



人口 (R元年11月1日推計)	2,583,140 人
高齢化率 (平成30年3月末)	27.5 %
合計特殊出生率(H29年)	1.29
市町村数	26 (15市10町1村)
保健所	7

- * 南部に位置する京都市が人口の約半数を占める
- * 南北に長い地形により、気候・風土・生活習慣に地域差が認められる

京都府民の平均寿命と健康寿命



出典：平成27年度厚生科学研究補助金健康日本21(第二次)の推進に関する研究
平成28国民生活基礎調査のデータより算出

健康寿命とは

「健康上の問題で日常生活が制限される

ことなく生活できる期間」のこと

国民生活基礎調査（3年ごと）により算出

健康寿命の延伸

京都府国民健康保険運営方針

～市町村等と連携した健康の維持・増進対策を推進～

⑳～ きょうと健康長寿・未病改善センターの設置

- ▶ 府民の健診・医療・介護データを経年的に収集・整理し、市町村に還元

地域課題の明確化

㉑～ 健康長寿・データヘルス推進プロジェクトの設置 健康長寿・データヘルス推進事業の開始

- ▶ 高齢化の進展を見据えた各種データ分析と国保保健事業の推進
- ▶ 市町村別健康課題を分析し重点施策を抽出
- ▶ 市町村の課題に対する対策を企画・立案・評価を府、保健所が支援

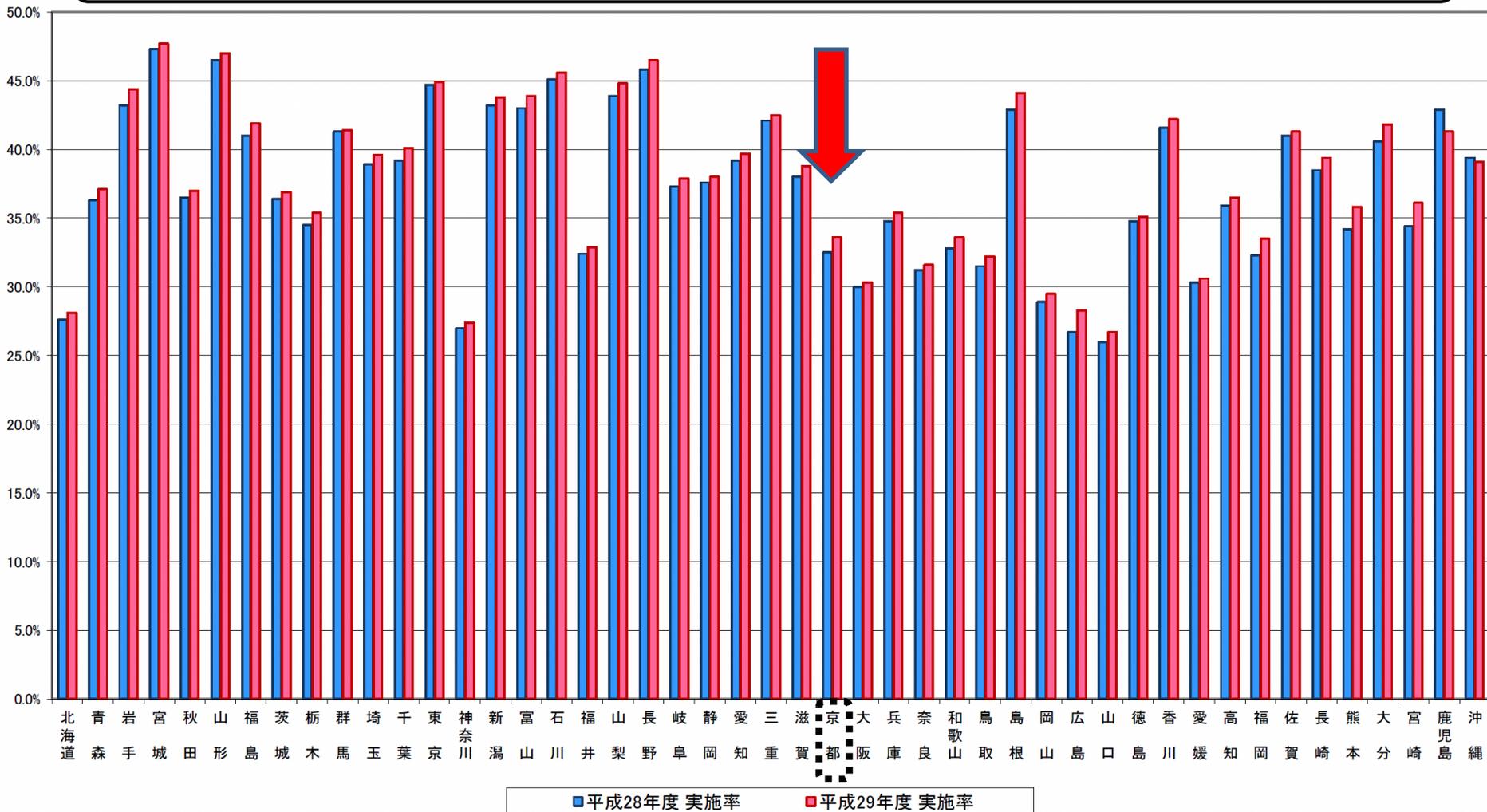
地域課題の更なる明確化

エビデンスに基づく対策

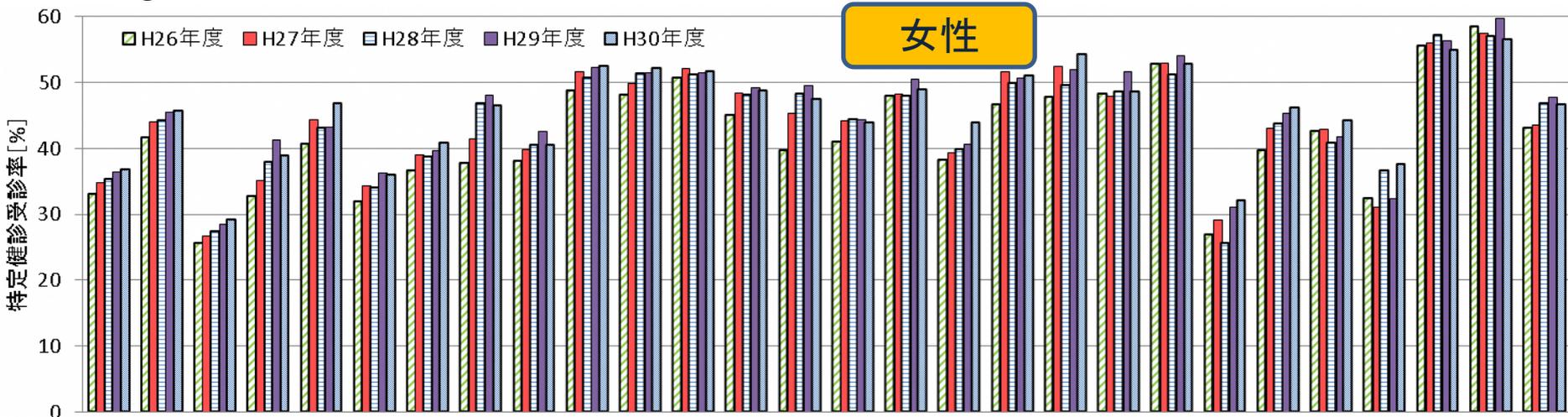
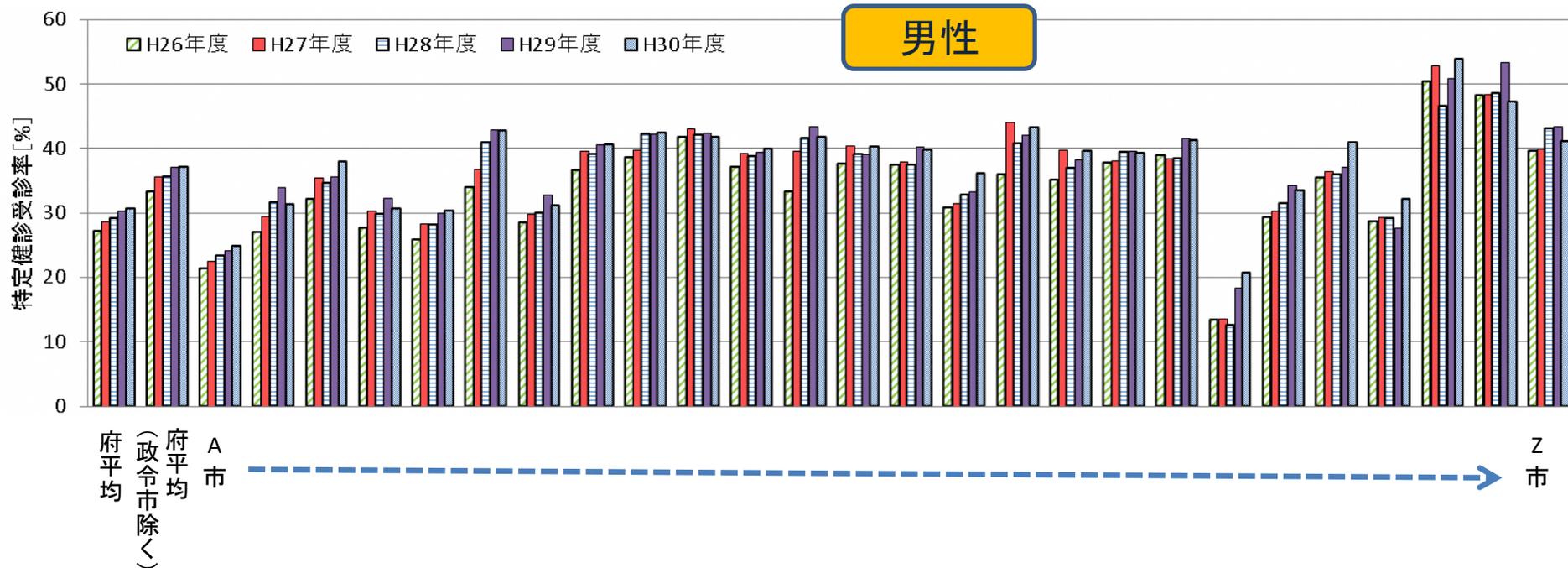
京都府市町村国保の特定健診受診率

H29 京都府 33.6% 35位(全国37.2%) 男 30.2% 37位(全国33.4%) 女 36.4% 35位(全国40.5%)

H28 京都府 32.5% 36位(全国36.6%) 男 29.2% 36位(全国32.7%) 女 35.4% 36位(全国40.1%)



京都府市町村国保の特定健診受診率の推移



府内26市町村の健診受診勧奨の状況 (アンケート結果)

項目	市町村数
未受診者に対して受診勧奨をしている	21
受診勧奨の対象者	
前年度未受診者	10
前年度受診、今年度未受診	7
今まで一度も受診していない	7
今年度未受診	7
その他(40,50歳代、新規加入者、40歳の方)	10
工夫点	
抽出方法:過去に1回以上受診歴がある者を抽出など	3
通知文書:圧着はがき、目立つデザイン、興味をひくデータの挿入	5
費用のお得さを強調	3
京都府に期待すること	
媒体モデルの提示、他市町村の先行事例の紹介、研修会の実施など	18

特定健診受診率向上に係る課題

1. 受診率は全国低位であり伸び悩んでいる
2. 40・50代の受診率が低い
3. 60代前半の受診率が他府県に比して低い
4. 受診勧奨効果の高い層へのアプローチが不十分
(不定期受診者、60歳)
5. 健診結果から、運動・飲酒・喫煙など生活習慣の特徴に地域性が認められる
6. 個人の生活習慣や疾病リスクに応じたアプローチが不十分

特定健診受診率向上を目指した事業①

受診勧奨資材の開発と市町村への提供(H30)

表面

大好きです。
特定健診を受ける人。
毎年の受診が将来の健康をつくります。

見た目では分からない身体の異常があります。それが生活習慣病。生活習慣病を防ぐための特定健診は、数年おきの受診では、身体が発する危険信号をキャッチすることが難しくなります。毎年の特定健康診査が、あなたの将来の健康を支えます。



特定健診受診券発送のご案内

- 2019年度特定健康診査の受診券(添付画像参照)を5月末頃に発送予定です。
- 受診券を受け取った方から、受診の予約を受け付けています。医療機関によっては、予約が受付期間や人数に限りがある場合がありますので、早めに予約を行いましょ。
- 予約方法は、受診券をご確認ください。

受診券の画像や、対象の画像を添付

検査HPのQRコード

お問い合わせはこちら

●●市保険年金課

075-000-0000

裏面

生活習慣病は【高血圧】だけじゃない! 健診で確かめよう

あなたの以前の健診結果では…

まだ血圧値が高い状態です。男性の40歳代は心筋梗塞などの動脈硬化リスクが増える年代です。血圧値以外の状態もしっかり把握するため、年に1回の特定健診を受診し、その結果をかかりつけの医師に確認してもらいましょう。

高血圧とは

血圧の目標値は収縮期血圧が129mmHg以下、拡張期血圧が84mmHg以下です。高血圧は生活習慣病の中で最も患者数が多く、特徴無くても全身の様々な血管が障害を受け、心臓や脳、腎臓といった臓器で、動脈硬化などの合併症を引き起こす危険性があります。高血圧を悪化させる要因として、ストレスが挙げられます。ストレスは、血圧を上げる他に基礎代謝も落ちてきているため、20歳代、30歳代の時より、食事や運動に注意する必要があります。

収縮期血圧 (mmHg)	拡張期血圧 (mmHg)	分類
160以上	100以上	Ⅲ度高血圧
140以上	90以上	Ⅱ度高血圧
130以上	85以上	Ⅰ度高血圧
130未満	85未満	正常高値血圧
120未満	80未満	正常血圧
120未満	80未満	収縮期血圧 (高血圧)

生活習慣病を予防することでがんや認知症の予防にもなります。年に1回の特定健診を受診し、ご自身の状態を振り返りましょう。

高血圧の方へのワンポイントアドバイス

- お醤油やソースを控えめに、香辛料やお出汁を上手に使っておいしく減塩!
- 1日15分の散歩から始めましょう!
- 激しすぎる運動をすると、血圧が急上昇します。汗はむくらないようにしましょう。

※資料元: 日本高血圧学会「高血圧の最新ガイドライン2014」

対象者に合わせたキャッチコピー、過去の健診結果からのアドバイス、市町村の加工が可能

特定健診受診率向上を目指した事業①

分類表: 表面18パターンと裏面45パターンの活用が可能

■表面(裏面を読んでもらえるようなキャッチコピーでひきつける。)計18パターン

(a)キャッチコピー

(1) 受診回数・受診パターンによる分類

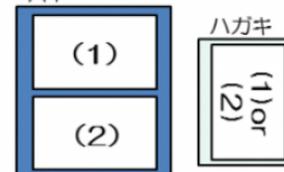
(b)市町村からのお知らせ

(2) 勧奨機会(送付時期)による分類

性別	不定期受診者	継続未受診者	直近未受診者	初回受診者	
				転入者	新40歳
男性	⑨	⑩	⑪	⑫	⑬
女性	⑭	⑮	⑯	⑰	⑱

性別	受診券より前に	受診券と同時に	初回勧奨	再勧奨(再々勧奨)
男性	①	②	③	④
女性	⑤	⑥	⑦	⑧

※(1)と(2)の資材の組み合わせが可能。
A4



■裏面(抱えるリスクに応じた健診の必要性を伝える。)計45パターン

※(3)~(6)の資材は、どれか一つを選定し使用。

(3) 疾病リスクによる分類 過去の健診の検査結果の値を活用し、より個人の状況にあった内容でアプローチを行う。

問診票 <服薬> ※基準値を上 回った項目に ついて	検査値	疾病リスク											
		血圧			血糖			脂質					
		40代(男)	40代(女)	50歳以上(男女)	40代(男)	40代(女)	50歳以上(男女)	40・50代(男)	40・50代(女)	60歳以上(男)	60歳以上(女)		
服薬していると回答した人		①	②	③	⑩	⑪	⑫	⑰	⑱	⑲	⑳	㉑	㉒
	受診勧奨値以上の人	④	⑤	⑥	⑬	⑭	⑮	⑳	㉑	㉒	㉓	㉔	㉕
	保健指導値の人	⑦	⑧	⑨	⑯	⑰	⑱	㉒	㉓	㉔	㉕	㉖	

(4) 年齢・性別分類
過去の健診結果を活用せず、資材を選定する際に使用する。または、健診は受診したが、検査値に問題がなく、健康な方にも使用できる。

年代	男	女
40	⑳	㉑
50	㉒	㉓
60	㉔	㉕
70	㉖	

(5) 生活習慣による分類

過去の健診の問診票の回答より、生活習慣に問題のある方へ使用する。

喫煙	運動	飲酒	食習慣
㉗	㉘	㉙	㉚

(6) 死因別死亡率による分類

市町村の課題に応じて選定する。各市町村で死亡率が高い疾病に合わせて使用する。

肺がん	腎不全	虚血性心疾患	COPD
㉛	㉜	㉝	㉞

特定健診受診率向上を目指した事業②

研修会の開催(受診率の伸びがよい市町村の実践報告等(H30~))

令和元年度国民健康保険事務担当者研修会

特定健診受診率向上における
宮津市の取り組みについて

令和元年9月2日



他市町村の優良事例から学ぶ研修会の開催

特定健診受診率向上を目指した事業③

「ヘルス博 Kyoto 2019」

* 企業・医療保険者・大学・行政など多様な主体の
出会いの場として初開催

- 健康・予防サービスを提供する企業のブース展示
- 産学公連携による先駆的な取り組み紹介
- 健康づくりに役立つセミナーや体験コーナー

主催 **京都府、全国健康保険協会京都支部、
京都新聞 他**

後援 **京都府医療保険者協議会 他**

企業展示Aゾーン
特定健診の受診率向上や効果的な
特定保健指導を支援する事業者や、
各種計画の策定とPDCAサイクルに
基づく評価を支援する出展者ゾーン

人生100年時代の健康ノウハウが大集結!!

ヘルス博 Kyoto 2019

あなたの会社の健康づくりの
ヒントを提供します!

企業・保険者・自治体とのマッチングの
機会としてご活用ください!

入場無料
当日参加可

開催日時 令和元年**11月22日**
午前10時～午後4時

会場 **京都経済センター**
2階 京都産業会館ホール
(京都市下京区四条通室町東入函谷鉾町78番地)

**オープニング
トークショー**

きょうと健康大使¹
キム兄が来場



木村 祐一
よしもとクリエイティブエージェンシー 所属
お笑いタレント 京都府出身 特技は料理



西脇 隆俊
京都府知事 趣味はマラソン、
テニスなどスポーツ全般

10:15～
●きょうと健康づくり実践企業表彰式

13:30～
●産学公連携による先駆的な取組紹介

●健康・予防サービスを提供する
企業のブース展示
企業、大学、医療保険者、市町村等のマッチング機会を提供します。

(展示テーマ・出展企業) ※五十音順

特定健診・ 特定保健指導 各種計画策定と 評価	株式会社ウェルクル 株式会社エクスファウンデーション 株式会社キヤンサーズキャン 株式会社データホライズン 富士フィルム株式会社 AMU株式会社 株式会社JMDC 株式会社NTTドコモ
生活習慣病・介護・ 認知症の予防	クラブコング株式会社 スポーツクラブアネサンス 田辺二葉製菓株式会社 株式会社ノーザンライフ・コーポレーション RIZAP株式会社 株式会社Weiby
健康経営・ 職場環境整備	アクワ生命保険株式会社 大塚製薬株式会社 オムロンヘルスケア株式会社 株式会社コトブキ コードアップ株式会社 株式会社スポーツアップ 株式会社MAPPY LABO 株式会社MDジャパン

公共交通機関をご利用の場合

- ・京都市地下鉄烏丸線「四条駅」北改札出てすぐ
- ・阪急電車東山線「烏丸駅」2改札口直進
- ・京都市営バス「四条烏丸」徒歩すぐ
- ・京都市地下鉄「京都駅」より烏丸線乗車3分
- ・阪急電車「河原町駅」より京都線乗車2分
- ・京阪電車「北園四条駅」下車
徒歩1分「四条河原町駅」より徒歩約9分

お車をご利用の場合

■名神自動車道「京都南」ICから約20分

- ・名神高速道路京都南ICから約20分
- ・名神高速8号京経線上烏丸ランプから約20分
- ・JR「京都駅」からタクシー利用約10分
- ・京阪「北園四条駅」からタクシー利用約5分

その他イベントが盛りだくさん!!

**健康づくり
体験コーナー**

- ◆健康測定
- ◆スポーツ体験
- ◆適塩コーナー
- ◆宇治茶PRコーナー
(試飲あり)
- ◆健康ばんざい
京のおばんざい弁当(販売)

スタンプラリー!
スタンプラリー完走者には
歩数計等のプレゼントがあります

13:00～**ご当地体験紹介!**

- ◆福知山市(貯筋体操)
- ◆宇治市
(「チャチャ王国のおうじちゃん」
～ばんざいチャマチャ体験～)

健康づくりお役立ちセミナー

14:30～
◆ウェルネスセミナー～結果にコミットするために～
講師 RIZAP株式会社 パーソナルトレーナー

15:30～
◆適塩セミナー
講師 八田 告 医師(京都腎臓病総合対策推進協議会理事/八田内科医院)

主催 京都府、全国健康保険協会京都支部、京都新聞、きょうと健康長寿推進府民会議、京都府がん対策推進府民会議
後援 京都商工会議所、京都商工会連合会、(公社)京都工業会、(公財)京都産業21、京都府医療保険者協議会

(※)令和元年11月1日～～厳正予定

今後の展開

健康長寿・データヘルス推進事業の3つの柱

- ①環境整備
- ②働き盛り世代や健康無関心層への対策
- ③データ分析に基づく健康づくり対策



京都府は、

課題に応じた事業を実施し効果検証を行う
効果的な事業を府内市町村に横展開を図る
保健所が核となり管内市町村の後方支援を行う

各事業を統合し、住民の健康意識を醸成し、健診受診率を向上する



他保険者とも協働し、健康寿命の延伸をめざす！

他保険者との協働の例



京都府では、検診受診率向上や健康づくり活動に取り組む企業を「きょうと健康づくり実践企業」として認証し、働く世代の健康づくりを推進。

認証の基準の追加（R1～）

●従業員の退職前・退職時に健康づくり指導を実施していること

（健康診断の継続的な受診、健康増進やフレイル予防の取り組み勧奨、居住地における健康づくり教室の参加勧奨など）

ご清聴ありがとうございました



京都府広報監 まゆまる