

特定健診・保健指導の医療費適正化効果等の検証のための ワーキンググループ 標準的な質問票の分析に関する報告（その2） 概要

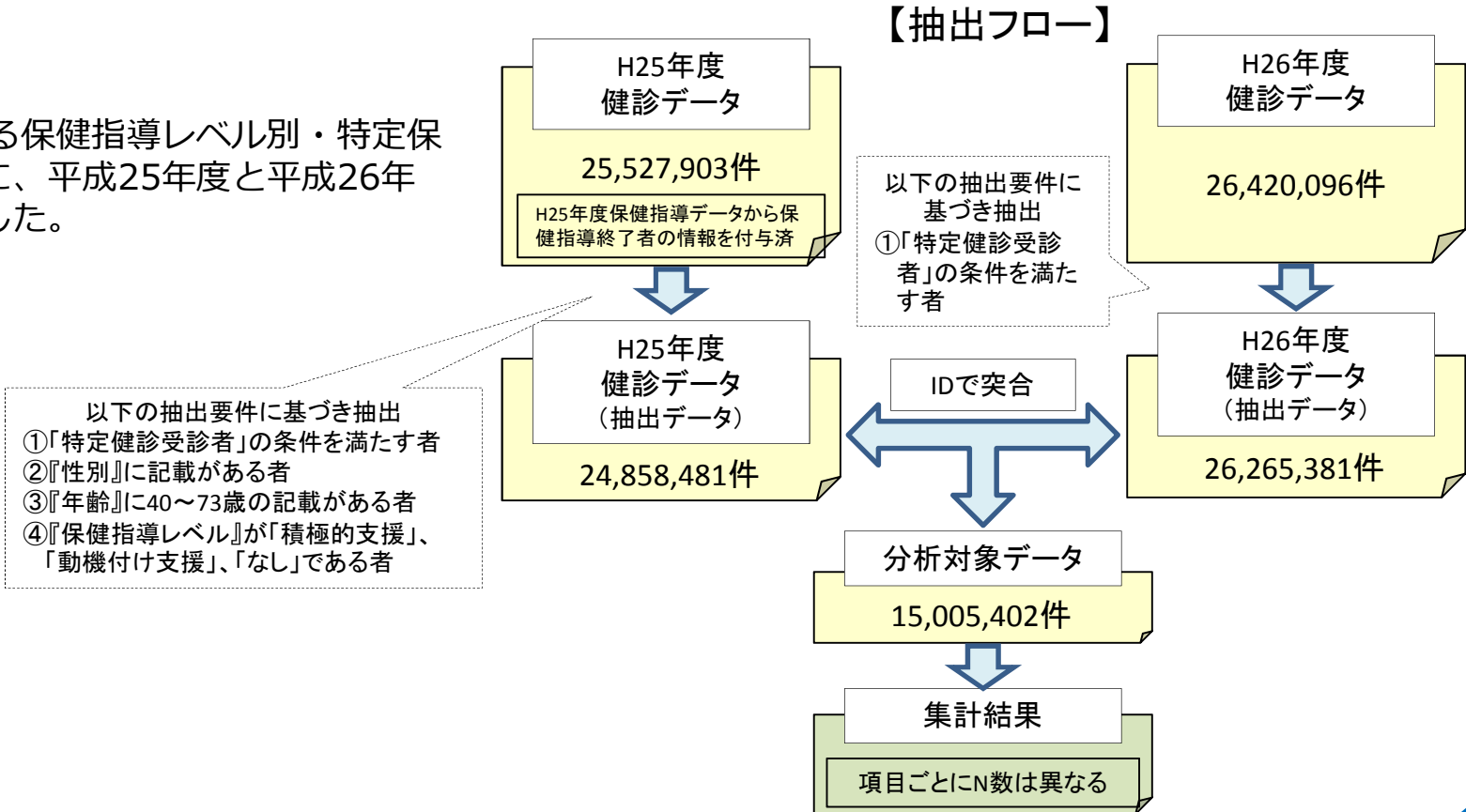
標準的な質問票の経年分析について

1. 分析対象

- 平成25年度と平成26年度の標準的な質問票データについて個人単位で突合できた約1,500万人分のデータを分析対象とした。（詳細は抽出フロー参照）

2. 分析方法

- 平成25年度における保健指導レベル別・特定保健指導の実施状況別に、平成25年度と平成26年度の回答状況を比較した。



3. 主な特徴

①運動習慣、食習慣

- 運動習慣（習慣的な運動、身体活動の実施）や食習慣（就寝前2時間以内の夕食摂取、夕食後の間食、朝食の欠食）は、同じ支援レベル内において、特定保健指導の終了者は保健指導を受けなかった者に比べ、よりよい行動習慣への変化が多く見られた。

②喫煙※

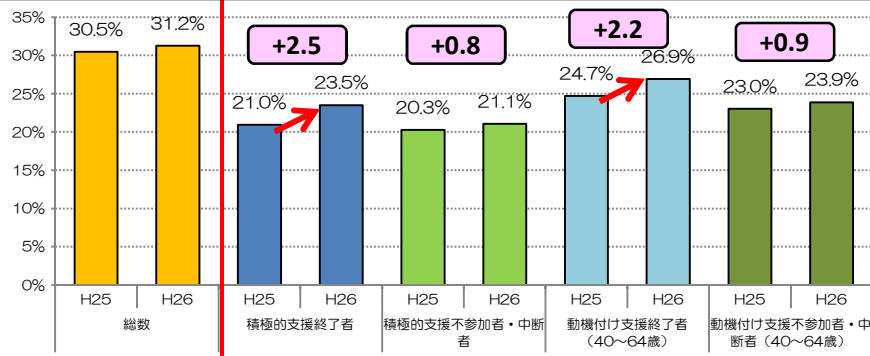
- 喫煙率は、同じ積極的支援レベル内において、男性の場合、特定保健指導の終了者は2.7ポイント減少、保健指導を受けなかった者は2.3ポイント減少であり、禁煙した者の割合が、特定保健指導の終了者は保健指導を受けなかった者に比べ大きかった。
- 積極的支援終了者であっても禁煙成功率は低く、喫煙者に対する効果的な禁煙支援を実施していく必要がある。

※ 喫煙率は性別による差が大きいため、男女別に集計している

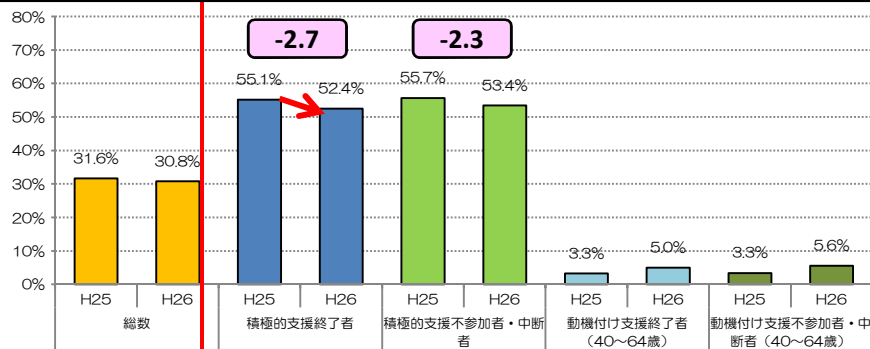
③行動変容ステージ

- 行動変容ステージの変化は、同じ支援レベル内において、特定保健指導の終了者は、保健指導を受けなかった者に比べ、生活習慣の改善を始めた者の割合が増加し、逆に無関心期の割合に減少が見られた。

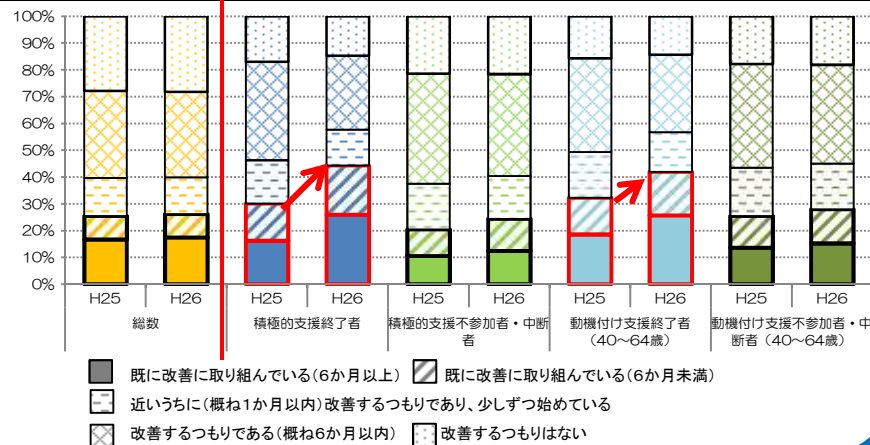
10.1 回30分以上の軽く汗をかく運動を週2回以上、1年以上実施 ※「はい」と回答した者の割合



8. 現在、たばこを習慣的に吸っている(男性のみ) ※「はい」と回答した者の割合



21. 運動や食生活等の生活習慣を改善してみようと思いませんか



特定健診・保健指導の医療費適正化効果等の検証のための ワーキンググループ 標準的な質問票の分析に関する中間報告 概要

標準的な質問票の分析について

1. 標準的な質問票とは

- 質問票は、特定健康診査及び特定保健指導の実施に関する基準（平成19年厚生労働省令第157号）に規定されている特定健康診査の項目のうち、既往歴の調査（服薬歴及び喫煙習慣の状況の調査を含む）として実施されている。
- 特定保健指導対象者の選定・階層化に必要なNo.1～3の服薬状況とNo.8の喫煙習慣は必須項目である。
- 標準的な質問票は「標準的な健診・保健指導プログラム（改訂版）」において示されているが、一字一句まで省令・告示等で規定しているものではなく、これをベースに、医療保険者・健診機関で、これまでの経験・ノウハウや受診対象者の属性を踏まえ、質問の趣旨を逸脱しない範囲であれば、質問文をより適切と判断する内容に適宜変更することは差し支えないとされている。

2. 標準的な質問票の回答状況（平成26年度実施分）

- 平成26年度実施分の特定健診データのうち標準的な質問票の回答についてNDBより集計した。平成26年度の回答者数は約2,600万人であり、有効回答率は、必須項目は概ね100%、その他の項目は概ね80%以上（国保、健康保険組合：約85%、全国健康保険協会、共済組合：約80%）であった。
- 性・年齢階級別の集計は、全ての質問項目において表1を分母とし、無回答も含めて回答状況を集計した。
- 性・年齢階級別×保険者種別、性・年齢階級別×保健指導レベル別、性・年齢階級別×メタボ判定別のクロス集計は、各質問項目において無回答を除いた有効回答を分母とし、回答状況を集計した。

表1 分析対象者数

	男性（人）	女性（人）
40～74歳	14,448,013	11,971,971
40～44歳	2,837,268	1,933,447
45～49歳	2,510,805	1,751,549
50～54歳	2,277,570	1,652,613
55～59歳	2,072,219	1,548,589
60～64歳	1,799,436	1,604,178
65～69歳	1,613,728	1,832,083
70～74歳	1,336,987	1,649,512

注) 「平成26年度 特定健康診査・特定保健指導の実施状況」で公表している特定健診受診者数は、基本的な健診の項目等の必須項目が漏れなく入力されている者に限り集計しているが、本分析の対象者数は必須項目の入力漏れがあっても集計しているため、健診受診者数と分析対象者数は一致しない。

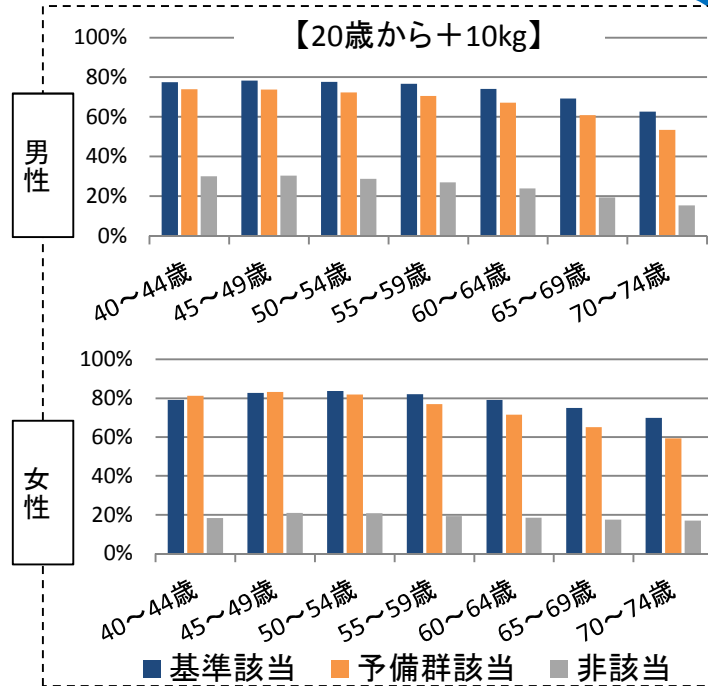
3. 主な特徴

①メタボリックシンドロームとの関係

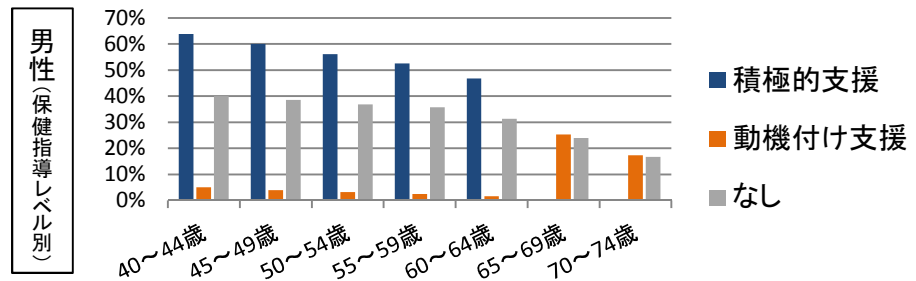
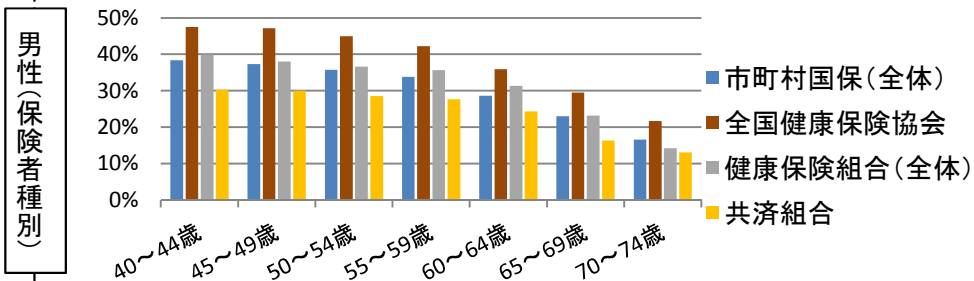
- メタボリックシンドローム該当者（以下、メタボ該当者という。）と非該当者で最も差があった質問項目は「20歳からの体重変化」であった。メタボ該当者で+10kgだったのは60～80%台であったのに対し、非該当者で+10kgだったのは10～20%台であり50%近い差があった。
- また、年齢階級により+10kgだった者の割合の差はほぼなく、40歳の時点で男性は3分の1以上が既に+10kgに達していた。
- 「20歳からの体重変化」ほどではないが、メタボ該当者と非該当者で運動習慣及び食習慣の差があり、特に食べる速度が速い者の割合はメタボ該当者の方がどの年齢階級においても約10%高かった。

②喫煙状況

- 特定健康診査受診者の喫煙率は23.0%であるが、男性34.2%、女性9.4%と男性の喫煙率が高く、特に40～44歳の男性の喫煙率が41.1%と高かった。年齢階級が上がるほど喫煙率は低くなった。
- 保険者種別では、共済組合は男女ともに喫煙率が低く、全国健康保険協会は男性の喫煙率が高かった。
- 保健指導レベル別では、積極的支援該当は保健指導対象外よりも20%程度喫煙率が高かった。また、特定保健指導の階層化では喫煙歴があると支援レベルが上がるため、65歳未満では、動機付け支援該当の喫煙率は概ね5%以下と低く、特定保健指導対象者であって喫煙歴有りの場合は、ほとんどが積極的支援該当となっていた。



【現在、たばこを習慣的に吸っている】



4. 分析から得られたポイント

- 20歳の時の体重から10kg以上増加している者は、メタボリックシンドロームに該当している割合が高く、また、40歳以前に既に運動・食事・喫煙などの関する不適切な生活習慣が形成された結果、メタボリックシンドロームに該当している者が相当程度いることが示唆される。このため、メタボリックシンドロームを未然に防ぐために、40歳未満の者を含めて適切な体重の維持や生活習慣の改善に関する指導を取り組むことも求められる。
- 喫煙については、40歳代男性の喫煙率が最も高く、年齢階級が上がるにつれて喫煙率は低くなっていた。また、積極的支援該当者の喫煙率は、男性では40～60%台、女性では10～40%台であり、概ね5%であった動機付け支援該当者に比べ非常に高かった。このため、保険者は事業者と共同して、喫煙しない職場環境づくりの推進、40歳以前からの禁煙に関する保健指導の実施、積極的支援の中で禁煙効果の高い保健指導を的確に実施など喫煙者を減らす取組が求められる。また、40歳以前からの取組により喫煙者を減らすことは、特定保健指導対象者を減らす取組としても有効である。
- 性・年齢階級別、保険者種別など属性による生活習慣の差が確認され、ポピュレーションアプローチも含めた対策に本データは活用できると考えられる。
- メタボ該当者及び特定保健指導対象者の生活習慣の状況が捉えられたため、保健指導に活用していくことが重要である。

	質問項目	回答
1-3	現在、aからcの薬の使用の有無 ^{※1}	
1	a. 血圧を下げる薬	①はい ②いいえ
2	b. インスリン注射又は血糖を下げる薬	①はい ②いいえ
3	c. コレステロール ^{※2} を下げる薬	①はい ②いいえ
4	医師から、脳卒中(脳出血、脳梗塞等)にかかっているといわれたり、治療を受けたことがありますか。	①はい ②いいえ
5	医師から、心臓病(狭心症、心筋梗塞等)にかかっているといわれたり、治療を受けたことがありますか。	①はい ②いいえ
6	医師から、慢性の腎不全にかかっているといわれたり、治療(人工透析)を受けたことがありますか。	①はい ②いいえ
7	医師から、貧血といわれたことがある。	①はい ②いいえ
8	現在、たばこを習慣的に吸っている。 (※「現在、習慣的に喫煙している者」とは、「合計100本以上、又は6ヶ月以上吸っている者」であり、最近1ヶ月間も吸っている者)	①はい ②いいえ
9	20歳の時の体重から10kg以上増加している。	①はい ②いいえ
10	1回30分以上の軽〜汗をかき運動を週2日以上、1年以上実施	①はい ②いいえ
11	日常生活において歩行又は同等の身体活動を1日1時間以上実施	①はい ②いいえ
12	ほぼ同じ年齢の同性と比較して歩く速度が速い。	①はい ②いいえ
13	この1年間で体重の増減が±3kg以上あった。	①はい ②いいえ
14	人と比較して食べる速度が速い。	①速い ②ふつう ③遅い
15	就寝前の2時間以内に夕食をとることが週に3回以上ある。	①はい ②いいえ
16	夕食後に間食(3食以外の夜食)をとることが週に3回以上ある。	①はい ②いいえ
17	朝食を抜くことが週に3回以上ある。	①はい ②いいえ
18	お酒(清酒、焼酎、ビール、洋酒など)を飲む頻度	①毎日 ②時々③ほとんど飲まない(飲めない)
19	飲酒日の1日当たりの飲酒量 清酒1合(180ml)の目安、ビール中瓶1本(約500ml)、焼酎35度(80ml)、ウイスキーダブル一杯(60ml)、ワイン2杯(240ml)	①1合未満 ②1～2合未満 ③2～3合未満 ④3合以上
20	睡眠で休養が十分とれている。	①はい ②いいえ
21	運動や食生活等の生活習慣を改善してみようと思いませんか。	①改善するつもりはない ②改善するつもりである (概ね6か月以内) ③近いうちに(概ね1か月以内) 改善するつもりであり、少しずつ始めている ④既に改善に取り組んでいる (6か月未満) ⑤既に改善に取り組んでいる (6か月以上)
22	生活習慣の改善について保健指導を受ける機会があれば、利用しますか。	①はい ②いいえ

※1医師の診断・治療のもとで服薬中の者を指す。 ※2中性脂肪も同様に取り扱う。



(参考) 特定保健指導とメタボリックシンドロームの基準について

<特定保健指導の基準>

腹囲	追加リスク	④喫煙歴	対象	
	①血糖 ②脂質 ③血圧		40-64歳	65-74歳
≥85cm(男性) ≥90cm(女性)	2つ以上該当	/	積極的 支援	動機付け 支援
	1つ該当	あり なし		
上記以外でBMI ≥25	3つ該当	/	積極的 支援	動機付け 支援
	2つ該当	あり なし		
	1つ該当	/		

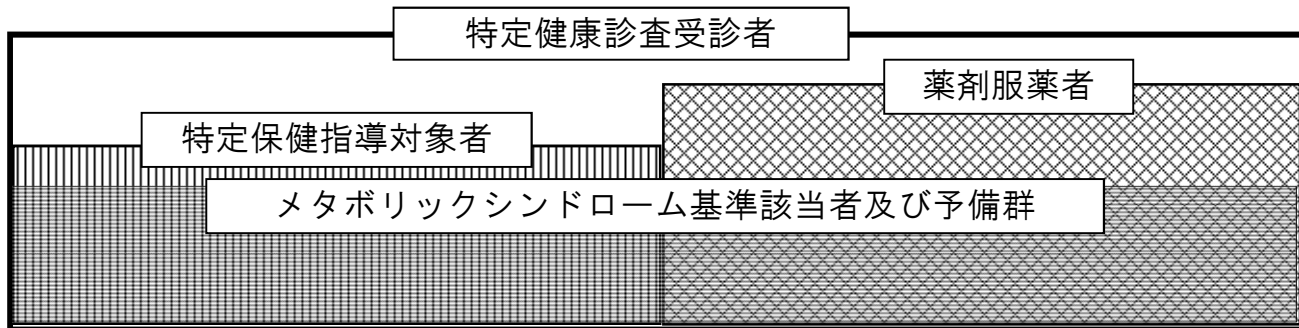
- * ①血糖：空腹時血糖100mg/dl以上、またはHbA1c（JDS値・平成24年度まで）5.2%以上（NGSP値・平成25年度から）5.6%以上、
 ②脂質：中性脂肪150mg/dl以上、またはHDLコレステロール40mg/dl未満、③血圧：収縮期130mmHg以上、または拡張期85mmHg以上

<メタボリックシンドロームの判定基準>

腹囲	追加リスク	
	①血糖 ②脂質 ③血圧	
≥85cm（男性） ≥90cm（女性）	2つ以上該当	メタボリックシンドローム基準該当者
	1つ該当	メタボリックシンドローム予備群該当者

- * ①血糖：空腹時血糖110mg/dl以上、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、
 ③血圧：収縮期130mmHg以上、または拡張期85mmHg以上
 * 高TG血症、低HDL-C血症、高血圧、糖尿病に対する薬剤治療を受けている場合は、それぞれの項目に含める。

<メタボリックシンドローム基準該当者及び予備群と特定保健指導対象者の関係>



* メタボリックシンドロームには、薬剤服薬者が含まれるほか、血糖値の基準が若干異なる。