

目標を達成するための取組

【保健事業】

特定健康診査受診率向上を目指します

- ・未受診者(特に40~50歳代)への受診勧奨
- ・健康度見える化事業により、健診を受診すると「健康年齢通知」が届くというインセンティブをつけた受診勧奨の実施
- ・30歳代からの健診習慣化を目的とした受診勧奨の実施 など

特定保健指導実施率向上を目指します

- ・特定健康診査受診時の初回面接実施機関の増加
- ・特定健康診査実施機関から保健指導の利用勧奨、チラシ等の配布
- ・医師会や委託医療機関との連携強化
- ・特定保健指導技術を向上させるための研修開催 など

高血圧・糖尿病・脂質異常症など有所見の改善を目指します

- ・30歳代の保健指導、特定保健指導の実施
- ・健診結果でHbA1c 6.2%~6.4%に該当した人へ糖尿病予防啓発チラシを個別通知する
- ・受診が必要な未受診・治療中断者への受診勧奨 など

新規人工透析患者数の減少や脳卒中、虚血性心疾患などの重症化予防を目指します

- ・糖尿病から糖尿病性腎症への重症化を予防するため、「糖尿病性腎症重症化予防プログラム」の実施
- ・拡張期血圧、収縮期血圧、LDLコレステロール、尿酸、尿蛋白、心房細動等の未治療、治療中断者への受診勧奨を実施 など

【評価指標と目標値】

評価指標	現状 平成28年度	目標
特定健康診査受診率	32.6%	H35年度 国の目標値 60%

評価指標	現状 平成28年度	目標
特定保健指導実施率	28.6%	H35年度 国の目標値 60%

指標		性別	平成28年度 現状値	平成 35年度 目標値
①BMI25以上		男性	27.2%	毎年減少する(前年度比率)
		女性	18.0%	
②腹囲 男性85cm以上 女性90cm以上		男性	47.8%	
		女性	16.9%	
③高血圧	有所見者	収縮期血圧 130mmHg以上	男性 52.0%	
		拡張期血圧 85mmHg以上	女性 43.6%	
	有病者 (再掲)	収縮期血圧 160mmHg以上	男性 25.3%	
		拡張期血圧 90mmHg以上	女性 14.1%	
④糖尿病	有所見者	HbA1c5.6%以上 (NGSP値)	男性 5.0%	
		HbA1c6.5%以上 (NGSP値)	女性 3.8%	
	有病者 (再掲)	HbA1c5.6%以上 (NGSP値)	男性 14.5%	
		HbA1c6.5%以上 (NGSP値)	女性 7.0%	
⑤脂質異常症	有所見者	LDLコレステロール 120以上	男性 60.4%	
		LDLコレステロール 160以上	女性 61.4%	
	有病者 (再掲)	LDLコレステロール 120以上	男性 11.4%	
		LDLコレステロール 160以上	女性 6.2%	

新規人工透析患者数の10%減少

平成28年度 現状値	平成35年度 目標値
119人	107人未満

第2期 保健事業実施計画 (データヘルス計画)

第3期 特定健康診査等実施計画(平成30年度~平成35年度)

~生活習慣病予防を推進するために~

健康長寿のまちづくり

健康寿命75歳への延伸

健康の保持増進

生活習慣の見直しが
大切です!

- ➔ 食生活
(エネルギー・食塩・糖質の摂りすぎ)
- ➔ 運動不足
- ➔ 喫煙
- ➔ 過度の飲酒
- ➔ 過度のストレス

医療費の適正化

特定健診の受診
↓
特定保健指導
↓
病気の発症予防
↓
重症化予防

「オクシズ」の静岡茶で
水分補給しよう!
ゼロカロリーで
ミネラルも豊富。

果物はビタミンたっぷり。
果糖も多く量に注意!
みかんの目安は
1日2個。

しらす、桜エビなどの
「しずまえ鮮魚」
適量を
美味しく食べよう!

毎日の「運動」は
健康の要。
体を動かそう!

●健康な人の1日の砂糖摂取量の目安は20g(大さじ2)です。
●1日あたりの食塩摂取量の目標は、6gです。
(「良塩くん」は、日本高血圧学会の減塩啓発キャラクターです。)



静岡市
静岡市国民健康保険

平成30年3月

1. 特定健康診査の受診率の状況

特定健康診査とは、40歳以上を対象とした生活習慣病予防のための健康診査です。生活習慣病は自覚症状のないまま進行します。自分の健康状態を確かめるために毎年1回は「特定健康診査」を受診しましょう。

	静岡市	男性	女性
40歳代	18.8%	16.9%	21.2%
50歳代	23.1%	20.1%	26.1%
60歳代	36.2%	34.0%	38.0%
70~74歳	37.9%	37.3%	38.4%

図表1 年代別特定健康診査受診率 ※平成28年度の法定報告

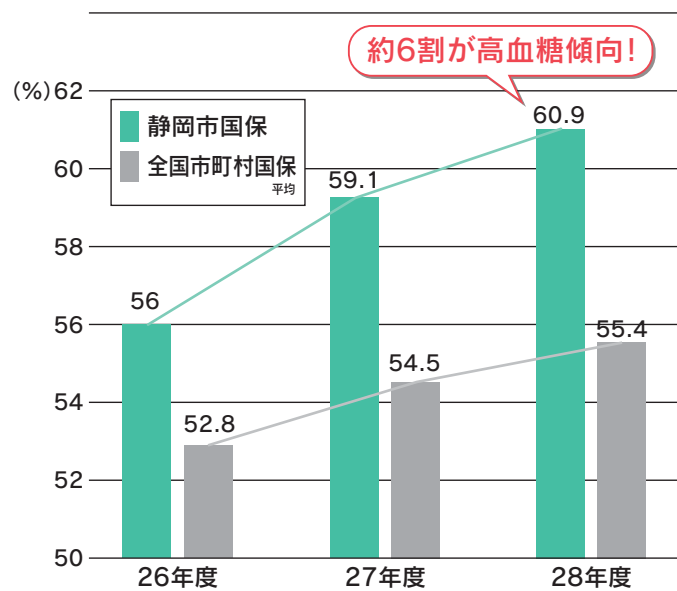
【現状】

- 平成28年度の受診率は32.6%で、国の目標値の60%に比べて低い状況です。
- 40歳代、50歳代の受診率が低くなっています。(図表1)
- 40~64歳で、特定健診未受診かつ医療機関を受診しない人が18,805人(39.2%)います。約4割の人の健康状態が把握できていません。

☑ 特定健康診査で、生活習慣病の早期発見!

2. 特定健康診査受診者の有所見者の状況

高血圧・脂質異常症・糖尿病の発症リスクとなる検査項目の有所見者割合が高いです。



図表2 HbA1c有所見率の経年推移 (%) ※KDB様式6-2~7

指標		平成26年度	平成27年度	平成28年度
メタボリックシンドローム該当者の割合		16.8%	16.9%	17.7%
メタボリックシンドローム予備群の割合		10.1%	10.2%	10.1%
高血圧有所見者の割合	収縮期血圧130以上	男性 53.1%	52.8%	52.0%
	拡張期血圧85以上	女性 45.1%	44.6%	43.6%
LDLコレステロール有所見者の割合 (LDL120以上)	男性	26.2%	25.8%	25.3%
	女性	15.6%	15.0%	14.1%
HbA1c有所見者の割合 (HbA1c5.6%以上)	男性	50.6%	48.9%	48.1%
	女性	59.0%	57.5%	56.4%
HbA1c有所見者の割合 (HbA1c5.6%以上)	男性	55.7%	58.1%	60.4%
	女性	56.2%	60.0%	61.4%

図表3 健診有所見者割合の経年変化

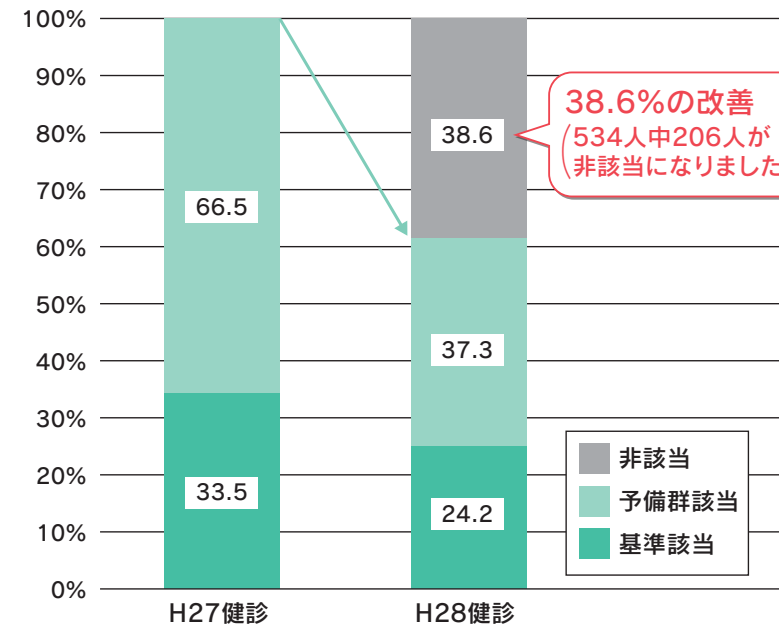
【現状】

- 男女ともに糖尿病の指標となる「空腹時血糖」や「ヘモグロビンエーワンシー(HbA1c)」、高血圧の指標となる「収縮期血圧」、痛風の指標となる「尿酸値」の値が高い人が、全国と比較して多くなっています。
- HbA1c有所見者の経年推移は年々増加しており、約6割の方が高血糖傾向です。(図表2)
- 収縮期血圧や、脂質異常症の指標となる「LDLコレステロール」は、被保険者の2人に1人が高値です。(図表3)
- 収縮期血圧、拡張期血圧、LDLコレステロール、の有所見者の割合は減少しています。(図表3)

☑ 健診結果の数値が、「からだ」の「健康状態」に見える化!

3. 特定保健指導の実施率の状況

特定保健指導は、特定健診の結果からメタボリック症候群の人に、ご自身の「生活習慣を振り返っていただく」ための保健指導です。日々の食事や運動などの生活習慣を見直すと生活習慣病の発症を予防できます。対象となった方は、ぜひご利用ください。



図表4 メタボリックシンドローム改善率 (平成27年度特定保健指導利用者の平成28年度健診結果)

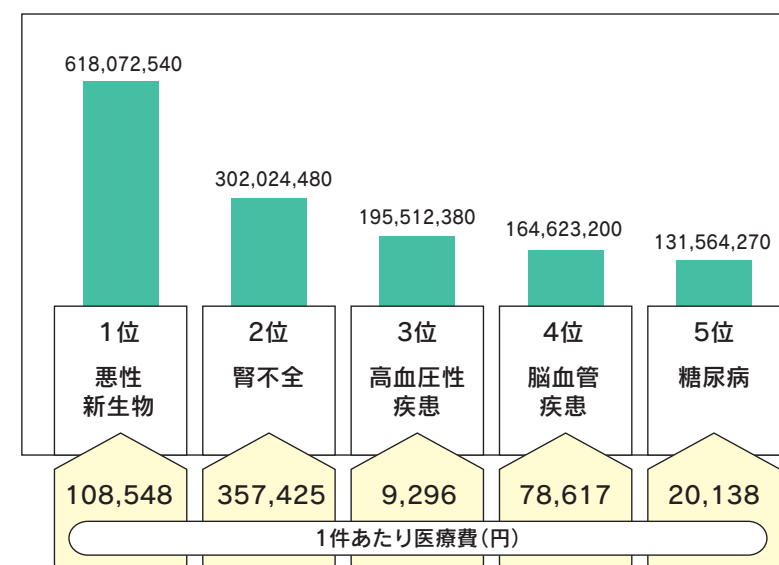
【現状】

- 平成28年度の特定保健指導の実施率は28.6%で、国の目標値の60%に比べて低い状況です。
- 特に40歳代では17.8%、50歳代では21.0%と低い状況です。
- 特定保健指導を利用された方の38.6%が翌年度の健診でメタボリックシンドロームから非該当に改善しています。(図表4)
- ※メタボリック症候群は、内臓脂肪(腹囲:男性85cm以上、女性90cm以上)かつ血圧、血糖、脂質のいずれかのリスク因子がある状態で、生活習慣病の発症の可能性があります。

☑ 生活習慣改善で病気の発症を予防して「健康維持」!

4. 生活習慣病重症化予防の徹底

高血圧症・脂質異常症・糖尿病などの生活習慣病が重症化すると、慢性腎不全や心疾患(心筋梗塞・狭心症)、脳血管疾患(脳梗塞や脳内出血など)等が発症し、日常生活にも支障をきたします。



図表5 静岡市国保の疾患別医療費(円)(平成29年5月分) ※国保総合システム

【現状】

- 疾病別医療費は悪性新生物、腎不全、高血圧性疾患の順に高額です。レセプト件数1件あたりの医療費では慢性腎不全(人工透析含む)が最も高額です。(図表5)
- 静岡市国保の医療費は42.2%を生活習慣病が占めています。

※必ず健診結果を確認し、生活習慣の改善が必要な人は保健指導を受けましょう。
※精密検査が必要な人や要受診となった人は、早期に医療機関を受診しましょう。

☑ 生活習慣病の重症化予防が、高額な医療費を防ぐ!