

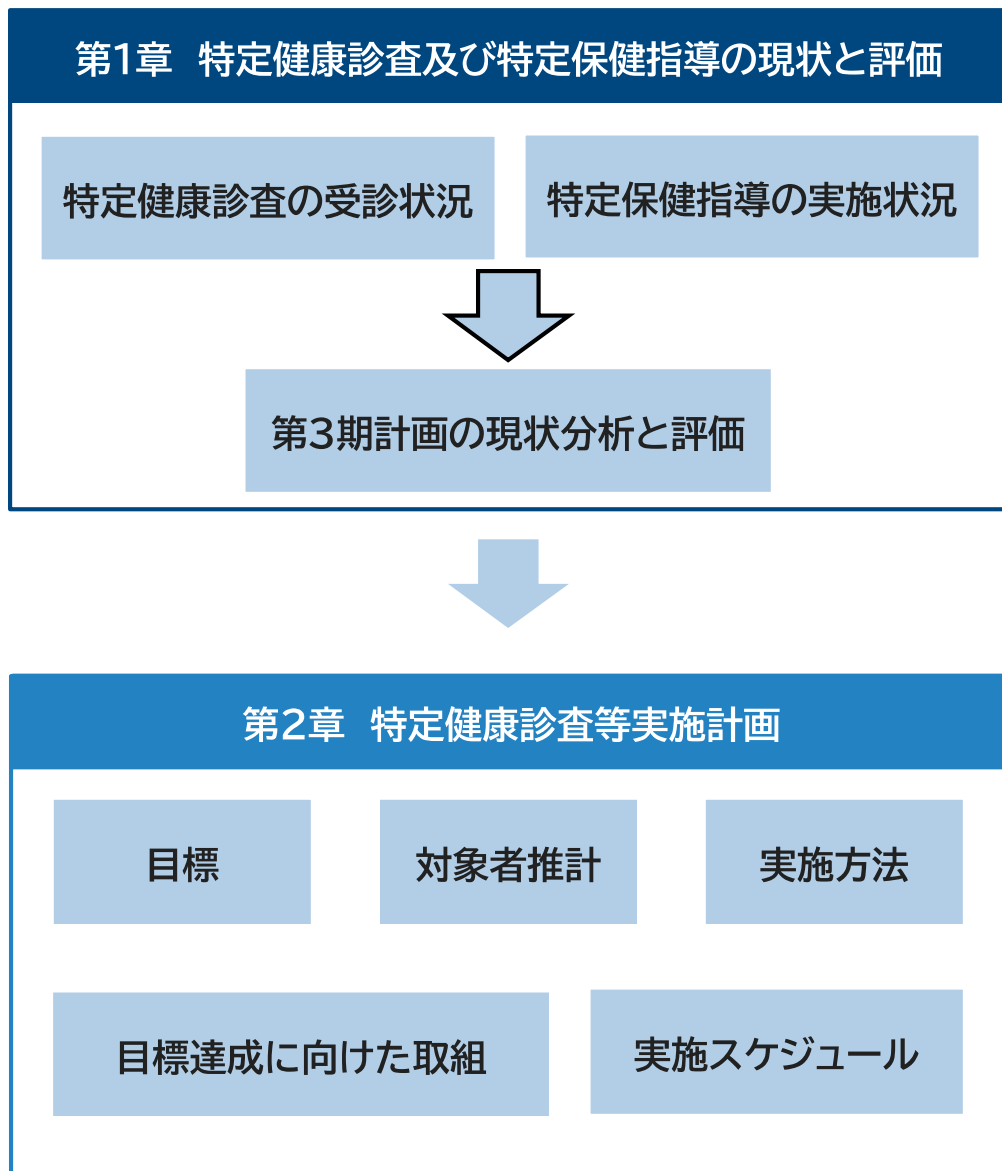
第3部

第4期特定健康診査等実施計画

第3部 特定健康診査等実施計画の構成

第1章では、過去の特定健康診査の受診状況、特定保健指導の実施状況を確認し、第3期計画の現状分析と評価を行います。

第2章では第1章で分析・評価した内容を踏まえて、目標の設定や実施方法等を定めます。



第1章 特定健康診査及び特定保健指導の現状と評価

1.取組の実施内容

以下は、特定健康診査及び特定保健指導に係る、これまでの主な取組を示したものです。

【特定健康診査】

区分	取組	実施内容
事業の周知	受診しやすい 医療機関情報の提供	ホームページに掲載する医療機関一覧において、土日祝に受診可能な医療機関情報を掲載した。
	受診券同封チラシの変更	ナッジ理論を応用し、特定健康診査を受診しない場合のデメリット等をわかりやすく記載して受診を促した。
未受診者勧奨	勧奨通知対象者の拡大	令和2年度より、個人の過去の受診結果を記載した受診勧奨シートの発送対象者を拡大した。
	勧奨通知内容の変更	ナッジ理論を応用し、毎年度内容の変更を検討した。

【特定保健指導】

区分	取組	実施内容
初回面談方法	ICT面談の実施	平成30年度よりICT面談を実施した。
	夜間日時での実施	令和5年度より月に1回以上の夜間日時での初回面談を実施した。
利用率の向上	パンフレット等募集資材の検討	毎年度募集資材の変更を検討し、PR効果の高いパンフレット、わかりやすい利用案内等を作成した。
	中断者対策	最終利用日から未利用のまま2か月を経過した利用者に対しては、必要に応じ再開・継続を電話等により勧奨した。

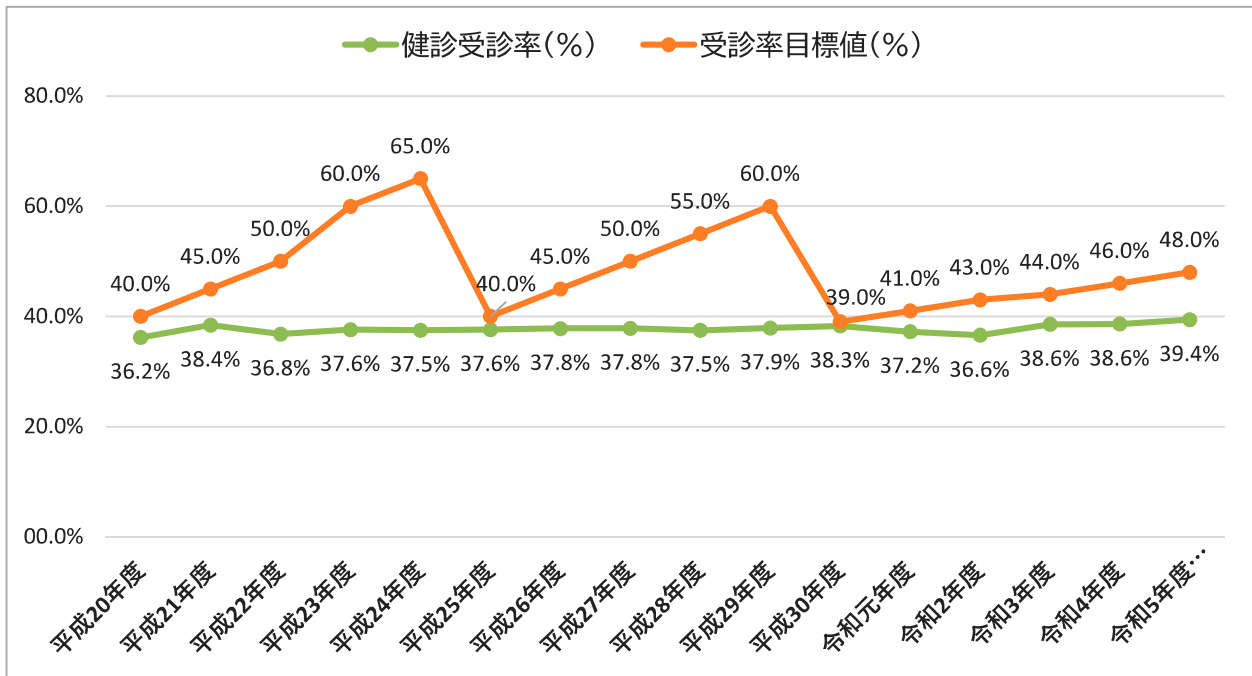
2. 特定健康診査の受診状況

以下は、平成20年度から令和5年度(見込み値)における、特定健康診査の受診状況を示したものです。

〈特定健康診査受診率及び目標値〉

	平成20年度	平成21年度	平成22年度	平成23年度	平成24年度	平成25年度	平成26年度	平成27年度
特定健康診査対象者数(人)	35,092	35,042	35,094	35,164	35,528	35,648	35,626	34,940
特定健康診査受診者数(人)	12,688	13,451	12,905	13,214	13,337	13,386	13,482	13,222
健診受診率(%)	36.2%	38.4%	36.8%	37.6%	37.5%	37.6%	37.8%	37.8%
受診率目標値(%)	40.0%	45.0%	50.0%	60.0%	65.0%	40.0%	45.0%	50.0%

	平成28年度	平成29年度	平成30年度	令和元年度	令和2年度	令和3年度	令和4年度	令和5年度 (見込み値)
特定健康診査対象者数(人)	33,604	32,312	31,281	30,384	30,180	29,183	27,571	25,470
特定健康診査受診者数(人)	12,600	12,245	11,966	11,315	11,034	11,254	10,633	10,038
健診受診率(%)	37.5%	37.9%	38.3%	37.2%	36.6%	38.6%	38.6%	39.4%
受診率目標値(%)	55.0%	60.0%	39.0%	41.0%	43.0%	44.0%	46.0%	48.0%



特定健康診査対象者数、特定健康診査受診者数、特定健康診査受診率は法定報告値(年度途中での加入・脱退等異動がある者を除く)。
 ※特定健康診査受診率…特定健康診査対象者に対する特定健康診査受診者数の割合。

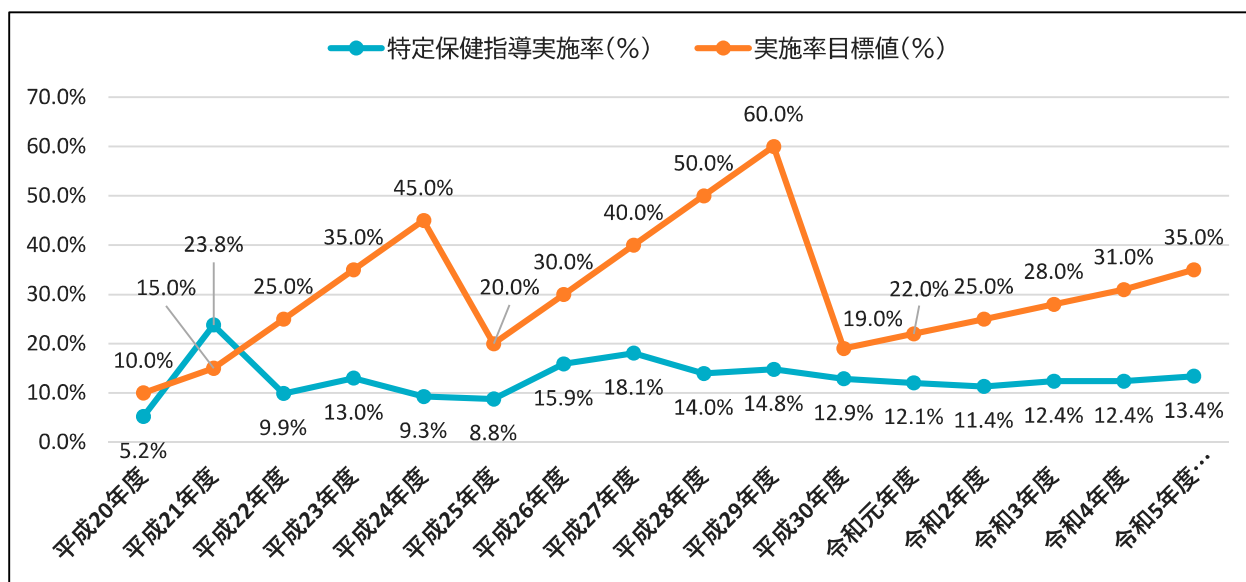
3. 特定保健指導の実施状況

以下は、平成20年度から令和5年度(見込み値)における、特定保健指導の実施状況を示したものです。

〈特定保健指導実施率及び目標値〉

	平成20年度	平成21年度	平成22年度	平成23年度	平成24年度	平成25年度	平成26年度	平成27年度
特定保健指導対象者数(人)	1688	1762	1552	1627	1654	1658	1674	1544
特定保健指導利用者数(人)	229	473	262	217	171	283	68	438
特定保健指導実施者数(人)	88	419	9.9	211	153	146	267	279
特定保健指導実施率(%)	5.2%	23.8%	9.9%	13.0%	9.3%	8.8%	15.9%	18.1%
実施率目標値(%)	10.0%	15.0%	25.0%	35.0%	45.0%	20.0%	30.0%	40.0%

	平成28年度	平成29年度	平成30年度	令和元年度	令和2年度	令和3年度	令和4年度	令和5年度 (見込み値)
特定保健指導対象者数(人)	1553	1455	1522	1350	1365	1364	1,245	1,205
特定保健指導利用者数(人)	237	166	216	144	200	214	176	170
特定保健指導実施者数(人)	217	215	196	163	155	169	155	161
特定保健指導実施率(%)	14.0%	14.8%	12.9%	12.1%	11.4%	12.4%	12.4%	13.4%
実施率目標値(%)	50.0%	60.0%	19.0%	22.0%	25.0%	28.0%	31.0%	35.0%



特定保健指導対象者数、特定保健指導利用者数、特定保健指導実施者数、特定保健指導実施率は法定報告値(年度途中での加入・脱退等異動がある者を除く)。

※特定保健指導実施者数…特定保健指導を終了した人数。

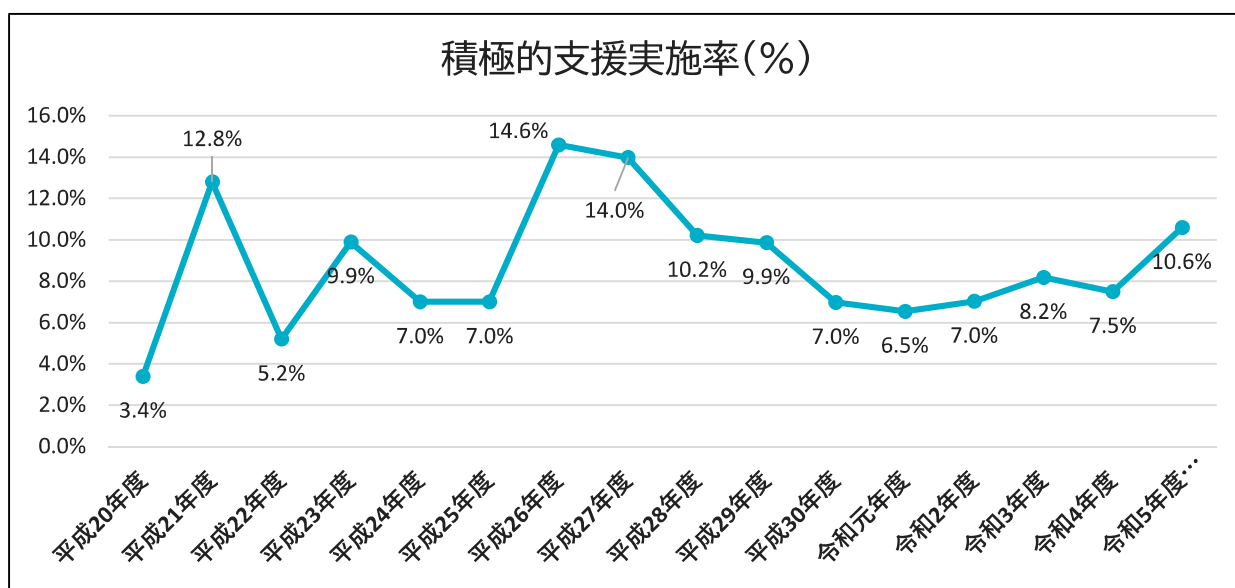
※特定保健指導実施率…特定保健指導対象者に対する特定保健指導実施者の割合。

以下は、支援レベル別の特定保健指導の実施状況を示したものです。

〈積極的支援実施状況〉

	平成20年度	平成21年度	平成22年度	平成23年度	平成24年度	平成25年度	平成26年度	平成27年度
積極的支援対象者数(人)	620	655	612	625	602	610	583	522
積極的支援利用者数(人)	69	112	72	71	56	85	25	124
積極的支援実施者数(人)	21	84	32	62	42	43	85	73
積極的支援実施率(%)	3.4%	12.8%	5.2%	9.9%	7.0%	7.0%	14.6%	14.0%

	平成28年度	平成29年度	平成30年度	令和元年度	令和2年度	令和3年度	令和4年度	令和5年度 (見込み値)
積極的支援対象者数(人)	519	466	473	428	427	452	398	386
積極的支援利用者数(人)	57	49	44	43	44	62	42	41
積極的支援実施者数(人)	53	46	33	28	30	37	30	41
積極的支援実施率(%)	10.2%	9.9%	7.0%	6.5%	7.0%	8.2%	7.5%	10.6%



積極的支援対象者数、積極的支援利用者数、積極的支援実施者数、積極的支援実施率は法定報告値(年度途中での加入・脱退等異動がある者を除く)。

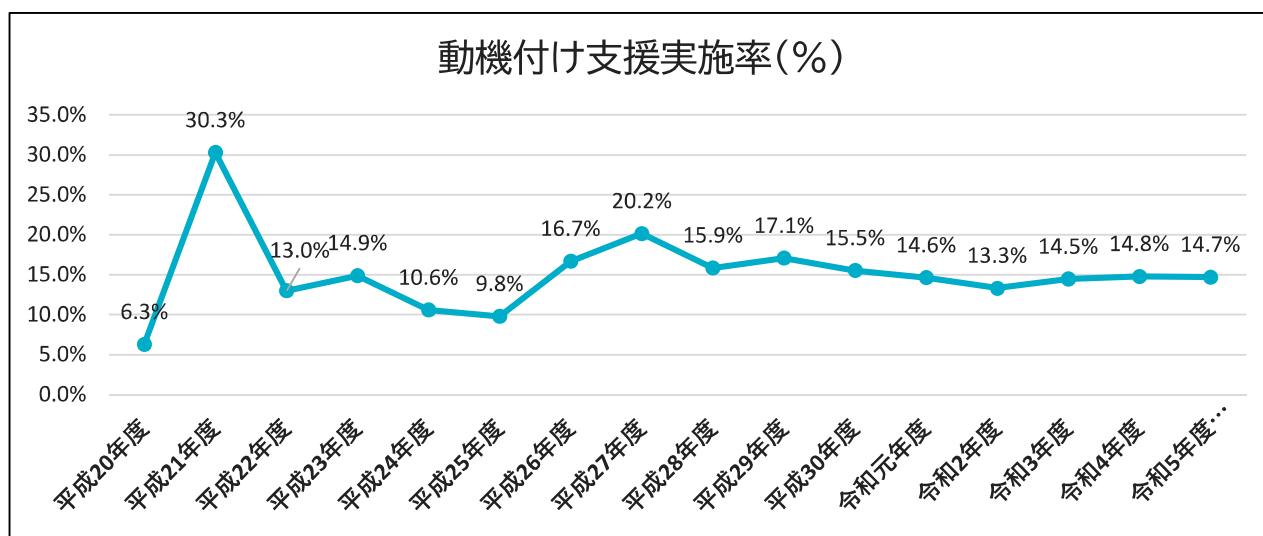
※積極的支援実施者数・・・積極的支援を終了した人数。

※積極的支援実施率・・・積極的支援対象者に対する積極的支援実施者の割合。

〈動機付け支援実施状況〉

	平成20年度	平成21年度	平成22年度	平成23年度	平成24年度	平成25年度	平成26年度	平成27年度
動機付け支援対象者数(人)	1,068	1,107	940	1,002	1,052	1,048	1,091	1,022
動機付け支援利用者数(人)	160	361	190	146	115	198	43	314
動機付け支援実施者数(人)	67	335	122	149	111	103	182	206
動機付け支援実施率(%)	6.3%	30.3%	13.0%	14.9%	10.6%	9.8%	16.7%	20.2%

	平成28年度	平成29年度	平成30年度	令和元年度	令和2年度	令和3年度	令和4年度	令和5年度 (見込み値)
動機付け支援対象者数(人)	1,034	989	1,049	922	938	912	847	819
動機付け支援利用者数(人)	180	117	172	101	156	152	134	129
動機付け支援実施者数(人)	164	169	163	135	125	132	125	120
動機付け支援実施率(%)	15.9%	17.1%	15.5%	14.6%	13.3%	14.5%	14.8%	14.7%



動機付け支援対象者数、動機付け支援利用者数、動機付け支援実施者数、動機付け支援実施率は法定報告値(年度途中での加入・脱退等異動がある者を除く)。

※動機付け支援実施者数・・・動機付け支援を終了した人数。

※動機付け支援実施率・・・動機付け支援対象者に対する動機付け支援実施者の割合。

4.第3期計画の目標達成状況と評価

(1)指標ごとの目標達成状況

分類	指標	評価
特定健康診査	健診受診率	令和元年度は37.2%、2年度は36.6%と国の傾向と同様に前年度と比較し減少したものの、令和3年度には38.6%と持ち直している。また、令和4年度には38.6%と横ばいとなった。 しかし、各年度目標値には達していない。
	メタボリックシンドローム該当者及び予備軍該当者率	令和2年度は該当者率16.6%と国の傾向と同様に前年度と比較し増加したものの、全体としては横ばいの傾向にある。
特定保健指導	指導実施率	平成30年度は12.9%と第3期計画期間の中では最高であったが、その後は12.1%、11.4%、12.4%と減少または横ばいの傾向にあり、各年度目標値には達しなかった。
	メタボリックシンドローム改善率	計画期間当初は横ばいの傾向にあったが、令和3年度は12.6%と第3期計画期間の中では最高であった。

(2)事業実施体制の評価

分類	状況
職員体制	保健師派遣契約を締結し、専門職を交えてより専門的視点から受診率や実施率向上に向けた分析や検討を行うことができた。
関係部局	保健衛生部局の担当者を含め、年度当初に担当者連絡会を行う等連携体制を整えたが定期的な実施が出来なかった。
関係機関	特定健康診査の実施について医師会に委託して実施した。 また、医師会、庁内関係部署と連携し土日祝に受診可能な医療機関情報をまとめホームページで公開した。
委託事業者	委託事業者との会議を含めた連携が出来ておらず、年度単位での分析や評価が不十分であった。

第2章 特定健康診査等実施計画

1. 目標

国では、区市町村国保において、計画期間の最終年度である令和11年度までに特定健康診査受診率・特定保健指導実施率ともに60.0%以上を達成することとしています。

一方、渋谷区においては国の目標値と実績の差が大きく、着実に目標を達成するためには、特別区内の最上位または上位層の実績値(法定報告値)を目標値として設定することが適していると考えました。以上を踏まえ、第4期実施計画では令和11年度までに、特定健康診査受診率50%、特定保健指導実施率25%を達成することを目標とし、事業の改善を行いながら、その先に達成すべき国の目標値を目指し取り組んでいきます。

〈目標値〉

	令和6年度	令和7年度	令和8年度	令和9年度	令和10年度	令和11年度
特定健康診査受診率(%)	40%	42%	44%	46%	48%	50%
特定保健指導実施率(%)	15%	17%	19%	21%	23%	25%

2. 対象者数推計

(1) 特定健康診査対象者数と受診者数の見込み

以下は、令和6年度から令和11年度までの特定健康診査対象者数と受診者数について、各年度の見込みを示したものです。

〈特定健康診査対象者数と受診者数の見込み〉

	令和6年度	令和7年度	令和8年度	令和9年度	令和10年度	令和11年度
特定健康診査対象者数(人)	26,441	25,294	24,245	23,271	22,321	21,436
特定健康診査受診率(%) (目標値)	40.0%	42.0%	44.0%	46.0%	48.0%	50.0%
特定健康診査受診者数(人)	10,576	10,623	10,668	10,705	10,714	10,718

〈年齢階層別 特定健康診査対象者数と受診者数の見込み〉

		令和6年度	令和7年度	令和8年度	令和9年度	令和10年度	令和11年度
特定健康診査 対象者数(人)	40歳～64歳	17,406	16,661	15,928	15,150	14,390	13,632
	65歳～74歳	9,035	8,633	8,317	8,121	7,931	7,804
特定健康診査 受診者数(人)	40歳～64歳	5,847	5,974	6,063	6,090	6,092	6,057
	65歳～74歳	4,729	4,649	4,605	4,615	4,622	4,661

(2)特定保健指導対象者数と実施者数の見込み

以下は、令和6年度から令和11年度までの特定保健指導対象者数と実施者数について、各年度の見込みを示したものです。

〈特定保健指導対象者数と実施者数の見込み〉

	令和6年度	令和7年度	令和8年度	令和9年度	令和10年度	令和11年度
特定保健指導対象者数(人)	1,405	1,412	1,413	1,409	1,401	1,396
特定保健指導実施率(%) (目標値)	15.0%	17.0%	19.0%	21.0%	23.0%	25.0%
特定保健指導実施者数(人)	211	240	268	296	322	349

〈支援レベル別 特定保健指導対象者数と実施者数の見込み〉

			令和6年度	令和7年度	令和8年度	令和9年度	令和10年度	令和11年度
積極的支援	対象者数(人)	40歳～64歳	521	528	532	527	520	512
	実施者数(人)	40歳～64歳	78	91	101	110	119	128
動機付け支援	対象者数(人)	40歳～64歳	414	421	424	424	420	416
		65歳～74歳	470	463	457	458	461	468
	実施者数(人)	40歳～64歳	66	75	84	93	100	108
		65歳～74歳	67	74	83	93	103	113

3.実施方法

(1)特定健康診査

①対象者

実施年度中に40歳～74歳になる被保険者(実施年度中に75歳になる75歳未満の者も含む)

②実施方法

ア.実施場所

渋谷区内の保健医療機関(特定健康診査実施医療機関)

イ.実施項目

国が定める対象者全員に実施する「基本的な健診項目」と、医師が必要と判断した場合に実施する「詳細な健診項目」に基づき実施します。また、「渋谷区独自追加項目」を実施します。

■基本的な健診項目(全員に実施)

質問項目	服薬歴、喫煙歴、運動習慣等
身体計測	身長、体重、BMI、腹囲
理学的所見	身体診察
血圧測定	収縮期血圧、拡張期血圧
血液検査	中性脂肪、HDLコレステロール、LDLコレステロール
肝機能検査	AST(GOT)、ALT(GPT)、 γ -GT(γ -GTP)
血糖検査	HbA1c、または空腹時血糖値(やむを得ない場合は随時血糖値)
尿検査	尿糖、尿蛋白

■詳細な健診項目(医師が必要と判断した場合に実施)

心電図検査	
眼底検査	
貧血検査	
血清クレアチニン検査	eGFRを含む

■渋谷区独自追加項目

尿酸	
胸部エックス線	※ ¹
血清クレアチニン検査	eGFRを含む ※ ²

※¹ 65歳以上は原則全員に実施、それ以外は医師が必要と判断した場合に実施

※² 国の実施基準では「医師が必要と判断した場合に実施」と定められているが渋谷区では全員に実施

ウ.実施時期

5月から翌年2月の10か月間に実施します。

エ.案内方法

対象者全員に、特定健康診査受診券と受診案内を個別に送付します。また、区ニュースやホームページ等で周知を図ります。

(2)特定保健指導

①対象者

国が定める「特定保健指導対象者の選定基準」に基づき、特定健康診査の結果を踏まえ、内臓脂肪蓄積の程度とリスク要因数による階層化を行い、対象者を抽出します。

〈特定保健指導対象者の選定基準〉

腹囲/BMI	追加リスク ①血糖 ②脂質 ③血圧	喫煙歴(注)	対象	
			40歳-64歳	65歳-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 ≧25kg/m ²	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	/		

(注)喫煙の斜線欄は、階層化の判定が喫煙の有無に関係ないことを意味する。

※追加リスクの基準値は以下の通りである。

①血糖:空腹時血糖100mg/dl以上、HbA1c5.6%以上 または 随時血糖100mg/dl以上。

(空腹時血糖とHbA1cの両方を測定している場合は、空腹時血糖の結果を優先。やむを得ず空腹時以外において採血を行い、HbA1cを測定しない場合は、食直後を除き随時血糖により血糖検査を行うことを可とする。)

②脂質:空腹時中性脂肪150mg/dl以上 または 随時中性脂肪175mg/dl以上(原則として空腹時中性脂肪を測定する。やむを得ず空腹時中性脂肪を測定しない場合は、食直後を除き随時中性脂肪により血中脂質検査を行うことを可とする。)または HDLコレステロール40mg/dl未満。

③血圧:収縮期血圧130mmHg以上 または 拡張期血圧 85mmHg以上。

※特定保健指導の選定基準に該当した場合でも、糖尿病、高血圧症または脂質異常症の治療に係る薬剤を服用している者は、対象者から除外する。(ただし、服薬指導を行っている医師の同意がある場合は対象となりうる。)

※空腹時とは絶食 10 時間以上、食直後とは食事開始時から3.5 時間未満とする。

※65歳以上の者については、積極的支援の対象となった場合でも、動機付け支援のみを行っている。

②実施方法

ア.実施場所

渋谷区保健所(地域の保健相談所を含む)、その他の区施設、ICT面接

イ.実施内容

保有するリスクの数に応じて階層化された保健指導対象者に対し、個々の生活習慣の改善に主眼を置いた保健指導を実施します。第4期実施計画期間においては、特定保健指導の質の向上、対象者の利便性の向上及び負担軽減を目的として、「評価体系の見直し(アウトカム評価の導入)」、「ICTを活用した特定保健指導の推進」等、保健指導の効果的・効率的な実施に努めるものとします。

動機付け支援

支援内容	<ul style="list-style-type: none"> ・特定健康診査の結果や生活習慣を振り返り、対象者自らが生活習慣の改善すべき点を自覚し、行動目標を設定するための支援を行う。 ・目標達成に向けた取り組みを継続できるように、食事や運動等に関して生活習慣の改善につながる行動計画を一緒に作成し、自身で継続できるよう支援する。
支援形態	初回面接(対面もしくはICT)による支援のみの原則1回とする。
実績評価	3か月以上経過後に電話、メール等による評価を行う。

積極的支援

支援内容	<ul style="list-style-type: none"> ・特定健康診査の結果から、対象者自らが自分の身体に起こっている変化を理解し、生活習慣改善の必要性を実感できるような働きかけを行う。また、具体的に実践可能な行動目標を対象者が選択できるように支援する。 ・支援者は、目標達成のために必要な支援計画を立て、行動が継続できるように定期的・継続的に介入する。 					
支援形態	<p>初回面接から3か月間以上支援を実施する。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・初回面接 対面もしくはICTによる面接 ・3か月間の継続支援 電話、メール等による支援 					
実績評価	<p>3か月経過後に電話、メール等による評価を行う。 アウトカム評価(成果が出たことへの評価)を原則とし、プロセス評価(保健指導実施の介入量の評価)も併用して評価する。</p> <p>アウトカム評価</p> <table border="1"> <tr> <td>主要達成目標</td> <td> <ul style="list-style-type: none"> ・腹囲2cm・体重2kg減 または、当該年度の健診時の体重の値に、0.024を乗じた体重(kg)以上かつ同体重(kg)と同じ値の腹囲(cm)以上の減少 </td> </tr> <tr> <td>目標未達成の場合の行動変容評価指標</td> <td> <ul style="list-style-type: none"> ・腹囲1cm・体重1kg減 ・生活習慣病予防につながる行動変容(食習慣の改善、運動習慣の改善、喫煙習慣の改善、休養習慣の改善、その他の生活習慣の改善) </td> </tr> </table> <p>プロセス評価</p> <table border="1"> <tr> <td> <ul style="list-style-type: none"> ・継続的支援の介入方法による評価(個別支援(ICT含む)、グループ支援(ICT含む)、電話、電子メール・チャット等) ・特定健康診査実施後早期の特定保健指導実施を評価 </td> </tr> </table>	主要達成目標	<ul style="list-style-type: none"> ・腹囲2cm・体重2kg減 または、当該年度の健診時の体重の値に、0.024を乗じた体重(kg)以上かつ同体重(kg)と同じ値の腹囲(cm)以上の減少 	目標未達成の場合の行動変容評価指標	<ul style="list-style-type: none"> ・腹囲1cm・体重1kg減 ・生活習慣病予防につながる行動変容(食習慣の改善、運動習慣の改善、喫煙習慣の改善、休養習慣の改善、その他の生活習慣の改善) 	<ul style="list-style-type: none"> ・継続的支援の介入方法による評価(個別支援(ICT含む)、グループ支援(ICT含む)、電話、電子メール・チャット等) ・特定健康診査実施後早期の特定保健指導実施を評価
	主要達成目標	<ul style="list-style-type: none"> ・腹囲2cm・体重2kg減 または、当該年度の健診時の体重の値に、0.024を乗じた体重(kg)以上かつ同体重(kg)と同じ値の腹囲(cm)以上の減少 				
	目標未達成の場合の行動変容評価指標	<ul style="list-style-type: none"> ・腹囲1cm・体重1kg減 ・生活習慣病予防につながる行動変容(食習慣の改善、運動習慣の改善、喫煙習慣の改善、休養習慣の改善、その他の生活習慣の改善) 				
	<ul style="list-style-type: none"> ・継続的支援の介入方法による評価(個別支援(ICT含む)、グループ支援(ICT含む)、電話、電子メール・チャット等) ・特定健康診査実施後早期の特定保健指導実施を評価 					

ウ.実施時期

特定健康診査受診月の3か月後に初回面接を実施し、初回面接を起点として、3か月間の支援を行う。特定健康診査は5月から開始するため、初回面接は8月から開始となる。

エ.案内方法

対象者全員に、パンフレットを同封した利用案内を送付する。

オ.その他

初回面談と特定健康診査の同時実施の検討を行う。

4.目標達成に向けての取組

以下は、第4期計画期間における目標達成に向けての取組を示したものです。

【特定健康診査】

区分	取組
未受診者勧奨	勧奨対象範囲を拡大し、より多くの未受診者へ受診勧奨を行う。
	18歳～39歳に対して実施している国保無料健康診査での未受診者勧奨を行い、早期からの健診受診を定着させる。
周知の改善	特定健康診査受診券に同封する案内に「英語・土日祝日受診対応」の医療機関情報を追加する。
	SNS等を使用した受診案内及びアンケートの実施を行う。

【特定保健指導】

区分	取組
評価体系の見直し (アウトカム評価の導入)	腹囲2cm・体重2kg減を達成した場合には、保健指導の介入量を問わずに特定保健指導終了とする等、成果が出たことを評価する体系へと見直しする。
ICT面接の実施	情報通信機器を用いたICT面接は、勤務形態(在宅勤務等)や立地(遠隔地等)にとらわれず保健指導を行えることから引き続き推進する。
周知の改善	特定健康診査受診後に、受診医療機関にて特定保健指導を受ける意義を記載したパンフレットを配布する等によって、周知を行う。

5.実施スケジュール

	実施項目	当年度												次年度			
		4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月
特定健康診査	対象者抽出	⇔															
	受診券送付		⇔			⇔			⇔								
	特定健康診査実施		←→														
							←→										
	未受診者受診勧奨					←→											
特定保健指導	対象者抽出			←→													
	募集資材送付			←→													
	利用勧奨			←→													
	特定保健指導実施			←→													
	前年度の評価					⇔											
	次年度の計画							⇔									

【受診券発送スケジュール】

誕生日	送付時期	受診期間
4月～7月生まれ	5月中旬	5月～8月
8月～11月生まれ	8月中旬	8月～11月
12月～3月生まれ	11月中旬	11月～翌年2月