

特定健康診査・特定保健指導実績報告書

平成30年度版

(平成29年度実績)

東京都北区

区民部国保年金課



目次

第1章 計画と目標

1 特定健診等実施計画	1頁
2 目標設定	1頁
3 人口・被保険者推移	2頁
4 実施機関及び実施方法	2頁
5 案内方法等	3頁
6 事業の所管	3頁

第2章 特定健診・特定保健指導の実施結果

1 特定健診の実施結果	
①-1 受診率	4頁
①-2 男女別・年齢別の受診率	5頁
①-3 男女別・年齢別の受診率前年度比較	6頁
②-1 受診結果	7頁
②-2 男女別の受診結果	8頁
②-3 年齢別受診結果	9頁
③ 服薬の状況	10頁
④ 該当項目別の状況	12頁
2 メタボリックシンドローム該当者の減少率	14頁
3 特定保健指導の実施結果	
①-1 利用率及び実施率	15頁
①-2 男女別・年齢別の実施率	16頁
② 腹囲・体重の変化	17頁
4 まとめ	18頁

第1章 計画と目標

1 特定健診等実施計画

国は、国民医療費の1/3を占める糖尿病等の生活習慣病を予防するため、内臓脂肪症候群（以下「メタボリックシンドローム」という。）に重点をおいた「特定健康診査（以下「特定健診」という。）・特定保健指導」の実施を義務付けた。

北区は、特定健診及び特定保健指導の基本方針や目標、実施方法等を定めた「東京都北区国民健康保険特定健診等実施計画」を平成20年度から平成24年度までを第1期、平成25年度から平成29年度までを第2期として策定し、5年ごとに見直しを行ってきた。

第3期計画は、国の医療費適正化計画が6年1期に見直されたことを踏まえ、平成30年度から平成35年度の6年間として策定した。

2 目標設定

国が「特定健診等基本指針」で示した目標率は、特定健診、特定保健指導ともに60%であった。

北区における第2期の目標率は、最終年度の平成29年度に目標が達成できるよう下表のとおりとした。

	25年度	26年度	27年度	28年度	29年度
特定健診目標率	45%	47%	49%	51%	60%
特定保健指導目標率	25%	29%	33%	37%	60%
内臓脂肪症候群の該当者 ・予備群の減少率	—	—	—	—	10%減少

3 人口・被保険者推移

北区の人口・被保険者数の推移・加入状況

年度	北 区		国民健康保険加入者		加入率	
	世帯数	人口(人)	世帯数	被保険者数(人)	世帯加入率(%)	被保険者加入率(%)
25	181,348	335,818	65,188	98,107	35.95	29.21
26	184,300	338,854	64,772	95,956	35.14	28.32
27	188,030	342,732	64,198	93,351	34.14	27.24
28	191,559	346,249	62,027	88,152	32.38	25.46
29	194,282	349,056	59,985	83,526	30.88	23.93

「平成30年度版 北区の国保」より

※被保険者数は年度末(3月31日)現在。人口は翌日の4月1日現在。

4 実施機関及び実施方法

特定健診及び特定保健指導の一部は、被保険者が身近な場所で気軽に受けることができ、かつ保険者の事務の効率が図れるように東京都北区医師会に委託した。

(1) 特定健診の委託先と実施場所

- ① 委託先 : 東京都北区医師会
- ② 実施場所 : 東京都北区医師会に加入する実施医療機関 (133医療機関)
- ③ 実施時期 : 6月1日(金)～8月31日(金)
- ④ 特定健診の自己負担金

健診費用は、医療費に自己負担があるのと同様に、本来は、受診者が一部を負担することが原則であるが、これまで基本健診を無料で実施してきたことなどにより被保険者の自己負担金を無料とした。

⑤ 検査項目

- 基本的な健診項目
問診・身長・体重・BMI・腹囲測定・理学的検査・血圧測定・肝機能検査・血中脂質検査・血糖検査・尿検査
- 詳細な健診項目(医師が必要と判断した方)
眼底検査・心電図
- 肝炎検診(40歳)
- 追加健診項目

血液一般検査・尿潜血・血清クレアチニン・血清尿酸・血清アルブミン
(65歳以上の対象者)・胸部X線

(2) 特定保健指導の委託先と実施場所

- ① 委託先 : 東京都北区医師会に加入する実施医療機関(8医療機関)
外部委託機関
- ② 実施場所 : 委託先医療機関及び外部委託機関(区内公共施設を使用)
- ③ 実施時期 : 8月～11月に初回面接を実施。その後、約6か月にわたり指導を行う。
- ④ 特定保健指導の自己負担金
国は、特定保健指導についても自己負担金を求めることができるとしているが、指導を受けやすいように利用者の自己負担金を無料とした。
- ⑤ 指導内容 : 動機付け支援または積極的支援

5 案内方法等

対象者には個別に特定健診受診券、特定保健指導利用券を送付し、北区ニュース及びホームページにも掲載した。

特定健診に関しては、平成28年9月～平成29年2月までに国保新規加入した方及び平成28年度特定健診未受診の方に対し、平成29年3月に「平成29年度特定健診受診勧奨通知」を送付した。

また、平成29年度特定健診実施期間中の7月中旬時点の未受診者及び前年度の未受診者で50歳未満の方を対象に、「特定健診のご案内」(はがき)を送付し、受診勧奨を行った。

なお、特定保健指導に関しては、電話による利用勧奨を実施した。

6 事業の所管

本事業は、高齢者の医療の確保に関する法律に基づき、国保年金課が所管する事業であるが、健康増進法等に基づく健診・保健指導は健康推進課が実施してきた経緯があり、健診事業を一元化して効率的な事業を実施するため、健康推進課に執行委任している。

第2章 特定健診・特定保健指導の実施結果

1 特定健診の実施結果

①-1 受診率（法定報告）¹

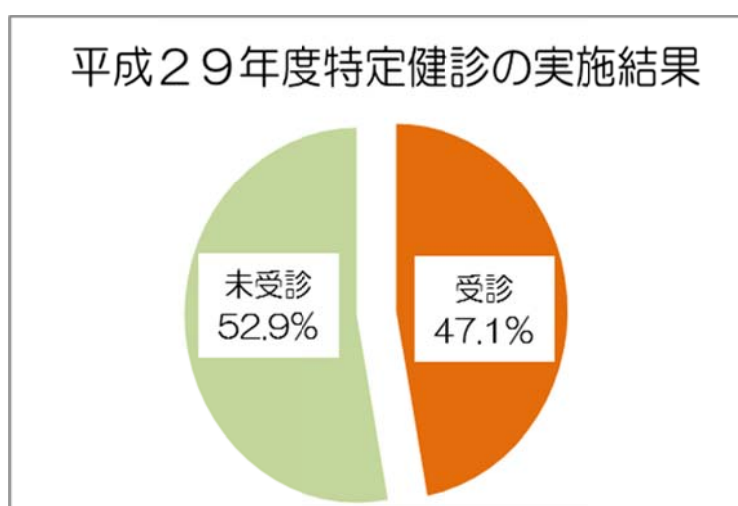
特定健診の受診率は、前年度に比べ健診対象者が3,120人減少したが、受診者数の減少は667人とどまり、前年度を1.5ポイント上回り47.1%であった。受診率は、男性が1.7ポイント、女性が1.3ポイント増加した。また、目標値には届かなかったものの、特別区計受診率42.8%を上回った。（東京都福祉保健局保健政策部「平成31年1月11日付、平成29年度特定健診・特定保健指導実施結果」による）

《平成29年度》

健診対象者数（人）			受診者数（人）			受診率		
男性	女性	計	男性	女性	計	男性	女性	計
24,615	26,066	50,681	9,793	14,068	23,861	39.8%	54.0%	47.1%

《平成28年度》

健診対象者数（人）			受診者数（人）			受診率		
男性	女性	計	男性	女性	計	男性	女性	計
26,231	27,570	53,801	9,988	14,540	24,528	38.1%	52.7%	45.6%



¹法定報告とは、加入者のうち健診実施年度中に40～74歳となる者（実施年度中に75歳になる75歳未満の者も含む）で、かつ当該実施年度の1年間を通じて加入している者（年度途中での加入・脱退等異動のない者）を対象とする。

【参考】特定健診受診者数・受診率（実施者数²）

年度	健診対象者数（人）			受診者数（人）			受診率		
	男性	女性	計	男性	女性	計	男性	女性	計
29	29,195	30,742	59,937	10,959	15,684	26,643	37.5%	51.0%	44.5%
28	31,133	32,735	63,868	11,284	16,393	27,677	36.2%	50.1%	43.3%

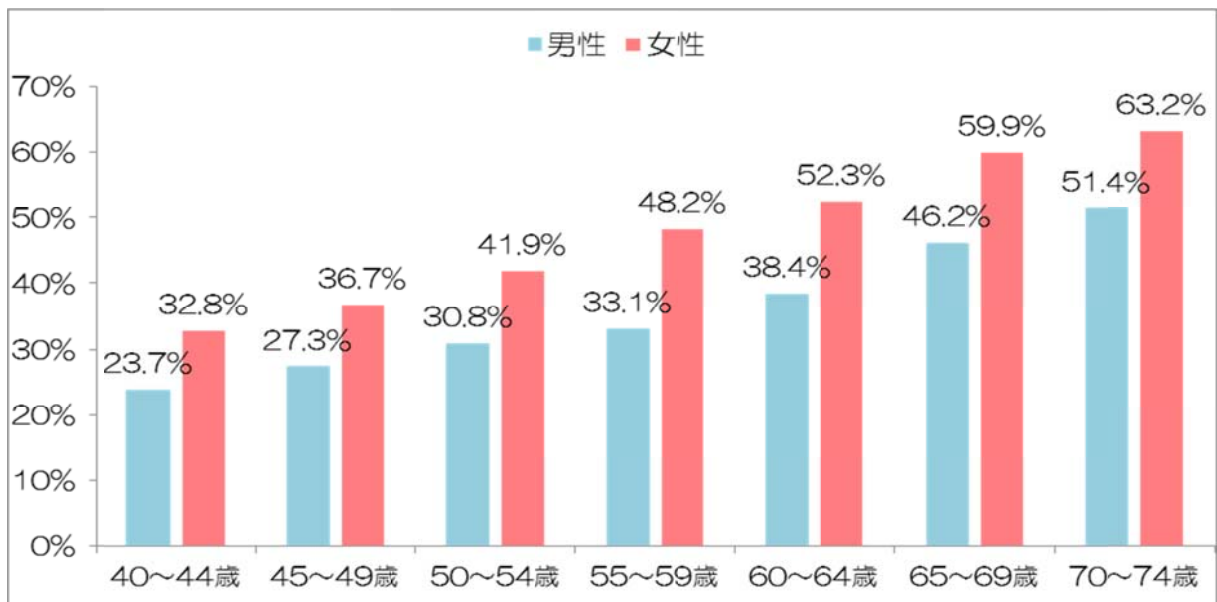
実施者数から算定した北区の平成29年度の受診率は44.5%であり、前年度を1.2ポイント上回った。男女別の受診率は男性が1.3ポイント、女性が0.9ポイント増加した。

①-2 男女別・年齢別の受診率（法定報告）

全ての年代において男性に比べて女性の受診率が高く、また、年齢が上がるにつれて男女ともに受診率が上がっている。

年齢	健診対象者数（人）			受診者数（人）			受診率		
	男性	女性	計	男性	女性	計	男性	女性	計
40～44歳	2,334	1,756	4,090	554	576	1,130	23.7%	32.8%	27.6%
45～49歳	2,680	2,099	4,779	732	770	1,502	27.3%	36.7%	31.4%
50～54歳	2,470	1,983	4,453	761	830	1,591	30.8%	41.9%	35.7%
55～59歳	2,137	2,091	4,228	707	1,008	1,715	33.1%	48.2%	40.6%
60～64歳	2,709	3,224	5,933	1,041	1,686	2,727	38.4%	52.3%	46.0%
65～69歳	5,992	6,915	12,907	2,766	4,141	6,907	46.2%	59.9%	53.5%
70～74歳	6,293	7,998	14,291	3,232	5,057	8,289	51.4%	63.2%	58.0%
計	24,615	26,066	50,681	9,793	14,068	23,861	39.8%	54.0%	47.1%

²特定健診・特定保健指導事業の実施者数は、年度途中での加入・脱退等異動者（法定報告では除外される）を含めた数である。健診対象者は、受診券発行数とする。



①-3 男女別・年齢別の受診率前年度比較（法定報告）

男女別・年齢別の受診率を前年度と比較すると、40歳代女性の受診率は減少しているが、その他の年代は1ポイント以上増加している。

	性別	平成28年度	平成29年度	増減ポイント
40～49歳	男	24.4 %	25.6 %	1.2
	女	35.1 %	34.9 %	-0.2
50～59歳	男	30.5 %	31.9 %	1.4
	女	44.1 %	45.1 %	1.0
60～69歳	男	42.7 %	43.8 %	1.1
	女	56.4 %	57.5 %	1.1
70～74歳	男	49.0 %	51.4 %	2.4
	女	61.8 %	63.2 %	1.4

②-1 受診結果（法定報告）

特定健診の結果、受診者に占めるメタボリックシンドローム該当者及びその予備群の割合は29.0%であった。前年度に比べ該当者の割合が0.4ポイント増え、予備群の割合は0.3ポイント減少した。

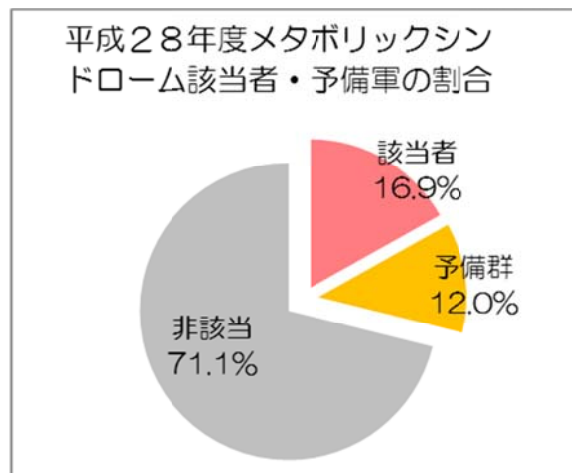
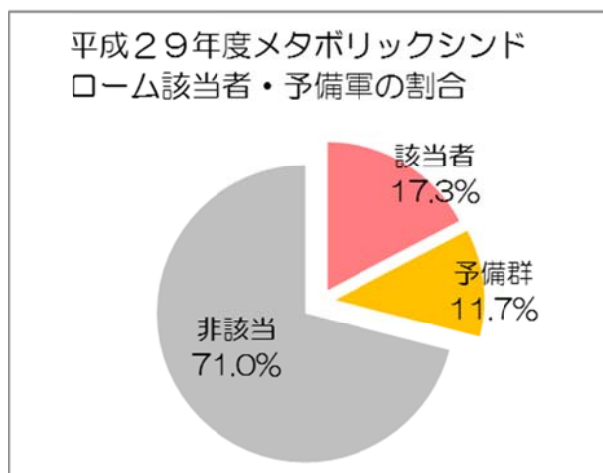
※評価対象者数には、特定健診項目に欠損（「未実施」「測定不能」も含む）項目があるものの、保健指導レベルの判定が可能な方を含む。

《平成29年度》

該当者（人）	予備群（人）	非該当（人）	評価対象者数（人）	割合		
				該当者	予備群	非該当
4,127	2,800	16,945	23,872	17.3%	11.7%	71.0%

《平成28年度》

該当者（人）	予備群（人）	非該当（人）	評価対象者数（人）	割合		
				該当者	予備群	非該当
4,144	2,942	17,460	24,546	16.9%	12.0%	71.1%



★メタボリックシンドローム判定基準

健診区分	検査項目	判定値	メタボリックシンドローム判定	
			該当者	予備群
A	計測 腹囲	男85以上 女90以上	Aに該当し、かつB～Dのうち2項目以上に該当	Aに該当し、かつB～Dのうち1項目に該当
B	収縮期 拡張期 または、高血圧の服薬中	130以上 または 85以上		
C	中性脂肪 HDLコレステロール または、高脂血症の服薬中	150以上 または 40未満		
D	血糖 ヘモグロビンA1c(NGSP) または、糖尿病の服薬中	110以上 または 6.0以上		

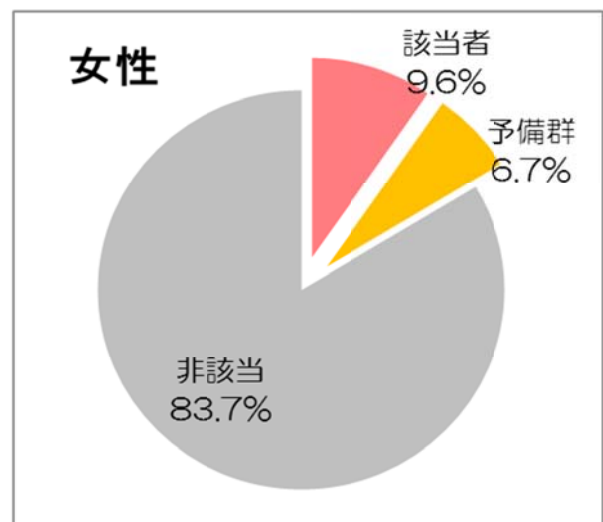
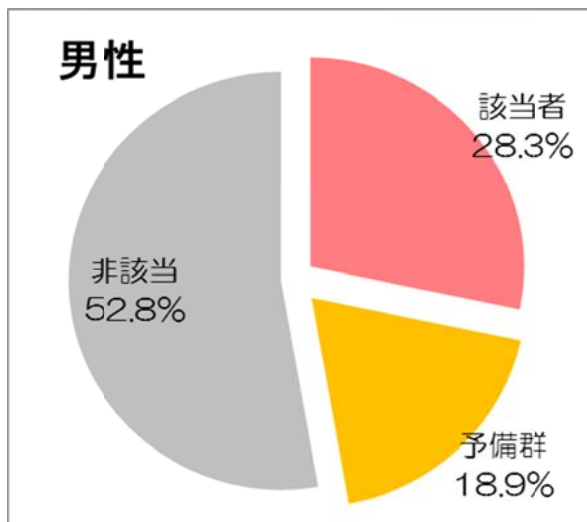
②-2 男女別の受診結果（法定報告）

特定健診受診者のうち、男性は47.2%、女性は、16.3%がメタボリックシンドローム該当者及びその予備群であった。40～74歳の男性は約2.1人に1人、女性は約6.1人に1人が該当者または予備群である。

国の調査結果（※）では、40～74歳の男性は約1.8人に1人、女性の約5.7人に1人が該当者または予備群である。

（※）「平成28年国民健康・栄養調査報告」（平成29年12月厚生労働省）による

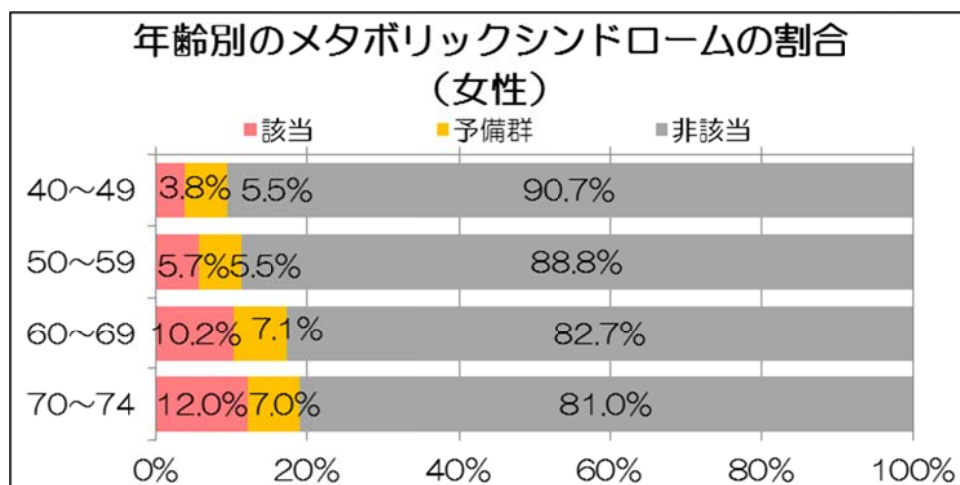
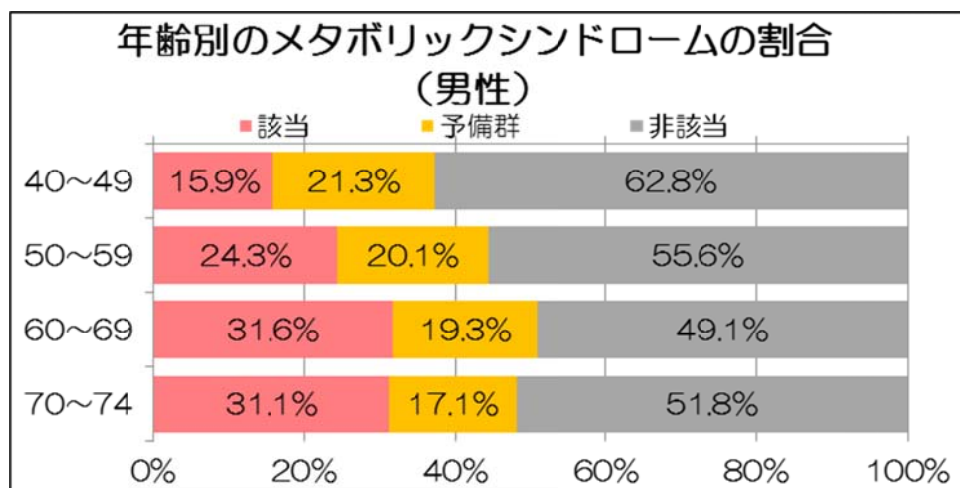
	該当者（人）	予備群（人）	非該当者（人）	評価対象者数（人）	割合		
					該当者	予備群	非該当
男性	2,771	1,856	5,173	9,800	28.3%	18.9%	52.8%
女性	1,356	944	11,772	14,072	9.6%	6.7%	83.7%



②-3 年齢別受診結果（法定報告）

メタボリックシンドローム該当者及びその予備群の割合は、全ての年代において男性が女性を上回った。男女共に40歳代、60歳代に増加がみられた。

年齢	該当者		予備群		該当者+予備群		非該当		合計	
	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性
40～49歳	15.9%	3.8%	21.3%	5.5%	37.2%	9.3%	62.8%	90.7%	100%	100%
50～59歳	24.3%	5.7%	20.1%	5.5%	44.4%	11.2%	55.6%	88.8%	100%	100%
60～69歳	31.6%	10.2%	19.3%	7.1%	50.9%	17.3%	49.1%	82.7%	100%	100%
70～74歳	31.1%	12.0%	17.1%	7.0%	48.2%	19.0%	51.8%	81.0%	100%	100%
合計	17.3%		11.7%		29.0%		71.0%		100%	

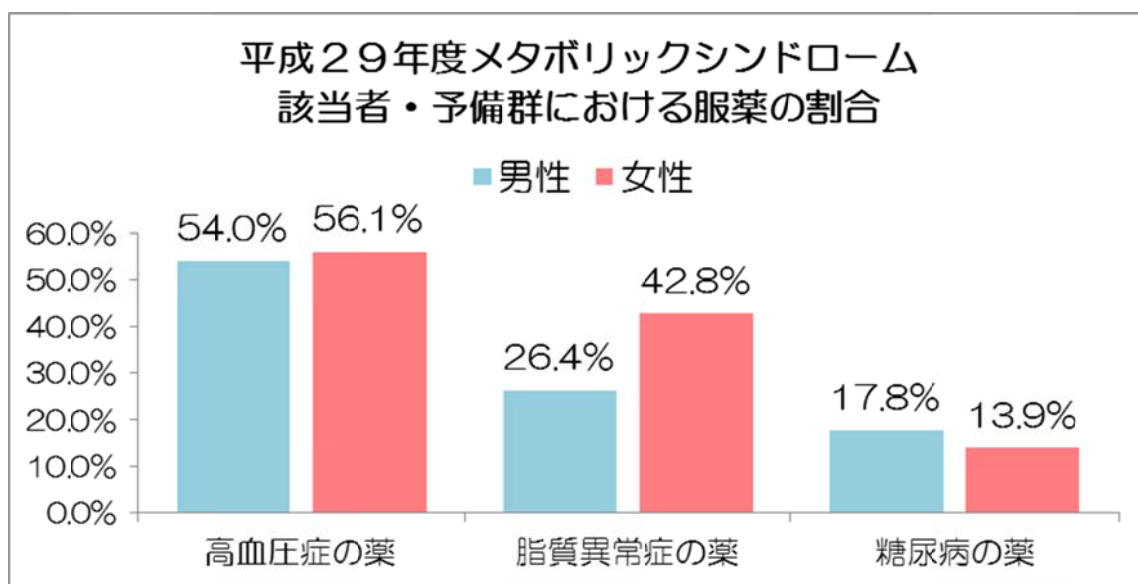


③服薬の状況³

メタボリックシンドローム該当者及びその予備群と非該当者における服薬の状況は、下記のとおりである。

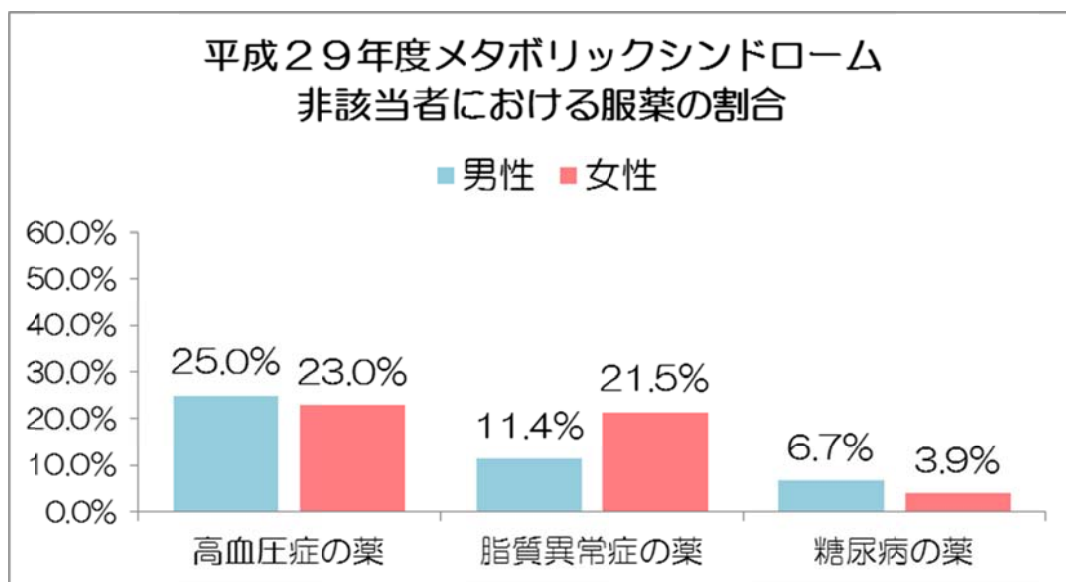
- 男女ともに半数を超える方が高血圧症の薬を服用している。
- 脂質異常症の薬を服用している方の割合は、女性が男性の約1.6倍である。
- 糖尿病の薬を服用している方の割合は、男性が女性の約1.3倍である。
- メタボリックシンドローム非該当者のうち、服薬している方の割合は、該当者及びその予備群と比較すると、1/2以下となっている。

メタボリックシンドローム 該当者+予備群	服薬者（人）		割合 (分母は男女別のメタボリックシンドローム 該当者+予備群の合計人数)	
	男性	女性	男性	女性
服薬の種類				
高血圧症の薬	2,794	1,429	54.0%	56.1%
脂質異常症の薬	1,365	1,091	26.4%	42.8%
糖尿病の薬	922	354	17.8%	13.9%



³③服薬の状況については、法定報告事項には該当しないため北区健診システムより実施者数を元データとして国保年金課で集計したものである。

メタボリックシンドローム 非該当者	服薬者（人）		割合 （分母は男女別のメタボリックシンドローム 非該当者）	
	男性	女性	男性	女性
服薬の種類				
高血圧症の薬	1,445	3,017	25.0%	23.0%
脂質異常症の薬	660	2,815	11.4%	21.5%
糖尿病の薬	386	514	6.7%	3.9%

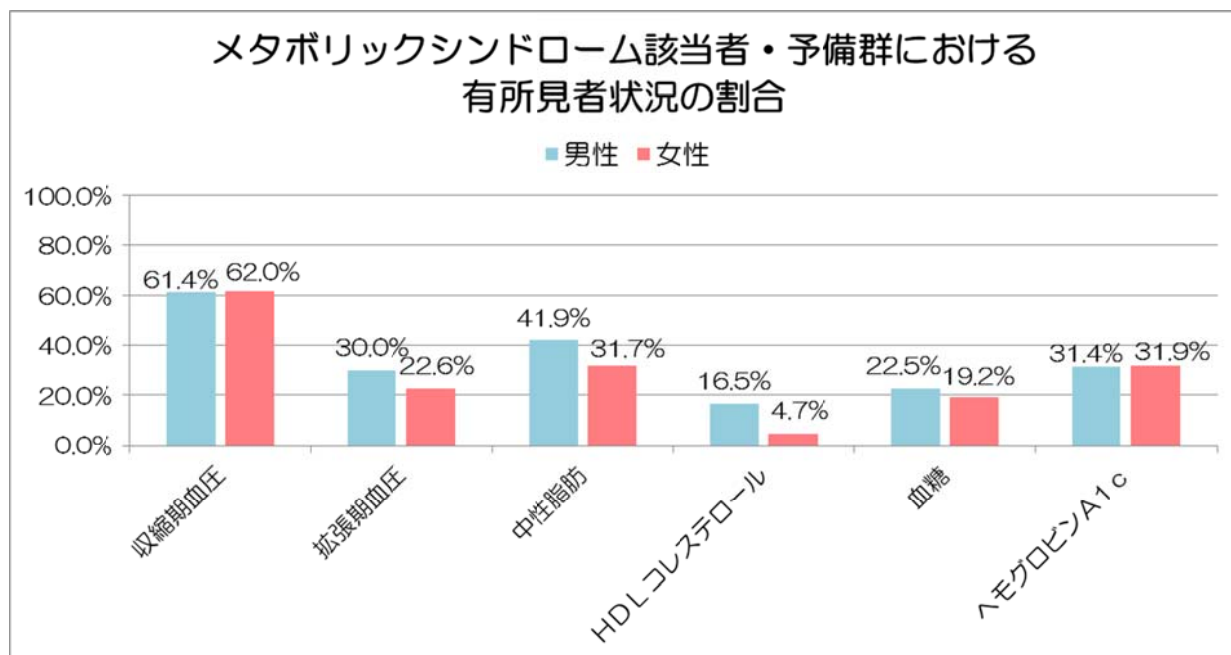


④該当項目別の状況⁴

メタボリックシンドローム該当者及びその予備群と非該当者における該当項目別の状況は、下記のとおりである。

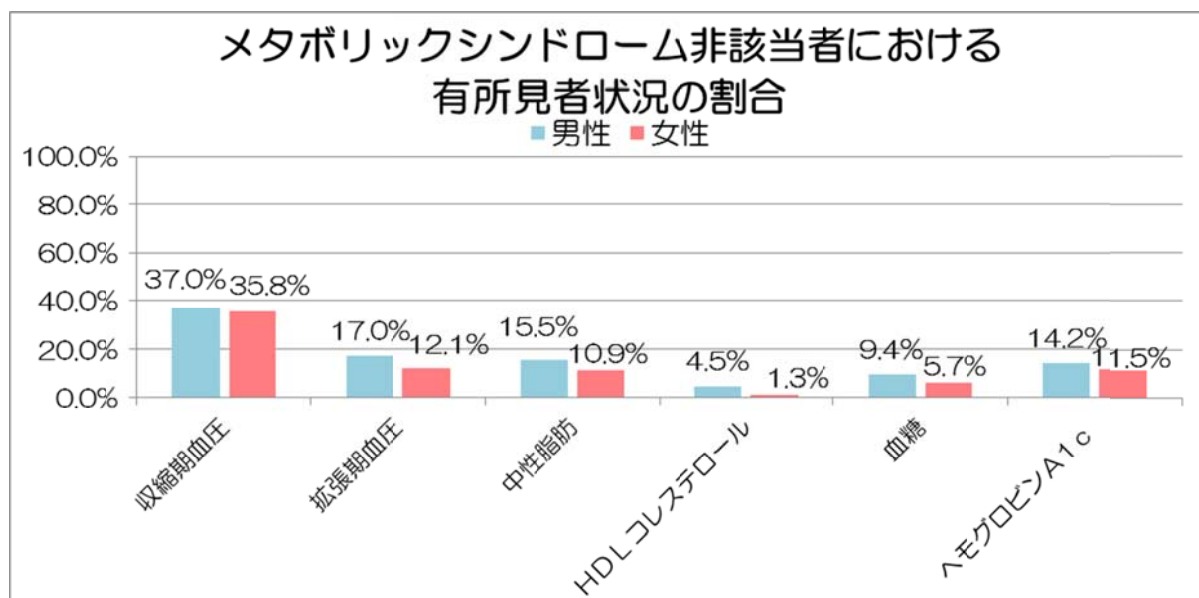
- 血圧の項目に該当する方が男女とも60%を超えている。
- 中性脂肪、血糖の項目に該当する割合は、年々増加傾向にある。
- メタボリックシンドローム非該当者のうち、各項目に該当する方の割合は、該当者及びその予備群と比較すると、血圧以外の項目が1/2以下となっている。
- 非該当者においても、血圧の項目に該当する方が多い。

メタボリックシンドローム該当者+予備群	割合（分母は男女別のメタボリックシンドローム該当者+予備群の合計人数）					
	収縮期血圧	拡張期血圧	中性脂肪	HDLコレステロール	血糖	ヘモグロビンA1c (NGSP)
男性	61.4%	30.0%	41.9%	16.5%	22.5%	31.4%
女性	62.0%	22.6%	31.7%	4.7%	19.2%	31.9%



⁴④該当項目別の状況については、法定報告事項には該当しないため北区健診システムより実施者数を元データとして国保年金課で集計したものである。

メタボリック シンドローム 非該当者	割合（分母は男女別のメタボリックシンドローム非該当者の人数）					
	収縮期血圧	拡張期血圧	中性脂肪	HDLコレステロール	血糖	ヘモグロビンA1c（NGSP）
男性	37.0%	17.0%	15.5%	4.5%	9.4%	14.2%
女性	35.8%	12.1%	10.9%	1.3%	5.7%	11.5%

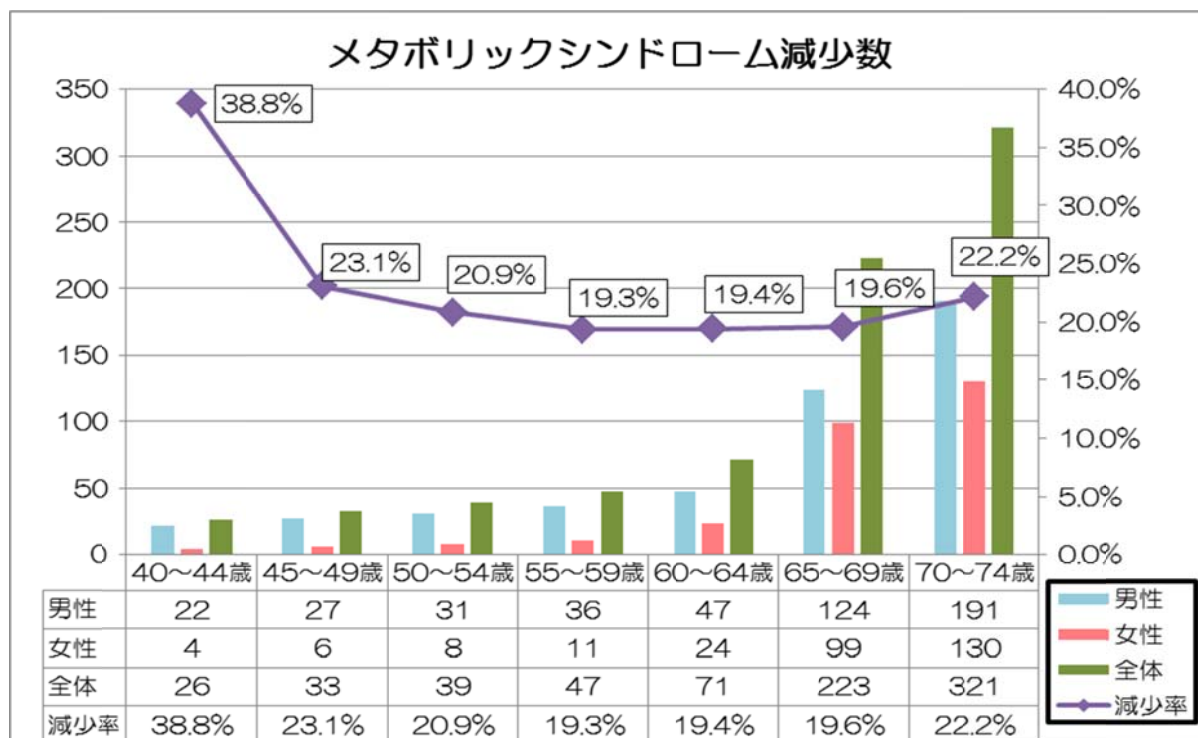


2 メタボリックシンドローム該当者の減少率（法定報告）

平成28年度の健診結果でメタボリックシンドロームに該当し、かつ、平成29年度に特定健診を受診した方（下表（A））のうちで、該当者から非該当になった方は11.0%となった。

さらに、該当者から予備群に改善した方10.1%を加えると、21.1%が前年度から状況が改善している。

年齢区分	28年度メタボリックシンドローム該当者数 (A)			(A)のうち29年度の予備群者数 (B)						(A)のうち29年度の該当者・予備群に該当しなくなった者の数 (C)						減少率 (B)+C)
	男性	女性	計	男性		女性		計		男性		女性		計		
	人	人	人	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	
40～44歳	56	11	67	19	33.9%	2	18.2%	21	31.3%	3	5.4%	2	18.2%	5	7.5%	38.8%
45～49歳	114	29	143	21	18.4%	4	13.8%	25	17.5%	6	5.3%	2	6.9%	8	5.6%	23.1%
50～54歳	157	30	187	21	13.4%	2	6.7%	23	12.3%	10	6.4%	6	20.0%	16	8.6%	20.9%
55～59歳	186	57	243	17	9.1%	3	5.3%	20	8.2%	19	10.2%	8	14.0%	27	11.1%	19.3%
60～64歳	266	100	366	33	12.4%	8	8.0%	41	11.2%	14	5.3%	16	16.0%	30	8.2%	19.4%
65～69歳	732	407	1,139	67	9.2%	38	9.3%	105	9.2%	57	7.8%	61	15.0%	118	10.4%	19.6%
70～74歳	918	531	1,449	99	10.8%	31	5.8%	130	9.0%	92	10.0%	99	18.6%	191	13.2%	22.2%
計	2,429	1,165	3,594	277	11.4%	88	7.6%	365	10.1%	201	8.3%	194	16.7%	395	11.0%	21.1%



3 特定保健指導の実施結果

①—1 利用率及び実施率（法定報告）

特定保健指導の利用率及び実施率は、前年度に比べ、利用率は17.5%で1.5ポイント減、実施率は16.4%で1.1ポイント減となった。動機付け支援は、利用率が0.7ポイント減少し、実施率は0.8ポイント減少した。一方、積極的支援は、利用率が3.9ポイント減少し、実施率は2.4ポイント減少した。積極的支援の利用率が大きく減少したことが分かる。

目標値には届かなかったものの、特別区計実施率13.2%を上回った。（東京都福祉保健局保健政策部「平成31年1月11日付、平成29年度特定健診・特定保健指導実施結果」による）

《平成29年度》

単位（人）

支援区分	保健指導対象者数 (A)	利用者数 (B)	終了者数 (C)	途中終了者数	利用率 (B/A)	継続率 (C/B)	実施率 (C/A)
動機付け	1,970	390	377	13	19.8%	96.7%	19.1%
積極的	729	82	65	17	11.2%	79.3%	8.9%
合計	2,699	472	442	30	17.5%	93.6%	16.4%

《平成28年度》

単位（人）

支援区分	保健指導対象者数 (A)	利用者数 (B)	終了者数 (C)	途中終了者数	利用率 (B/A)	継続率 (C/B)	実施率 (C/A)
動機付け	2,028	415	403	12	20.5%	97.1%	19.9%
積極的	767	116	87	29	15.1%	75.0%	11.3%
合計	2,795	531	490	41	19.0%	92.3%	17.5%

【参考】特定保健指導終了者数・実施率（実施者数）

単位（人）

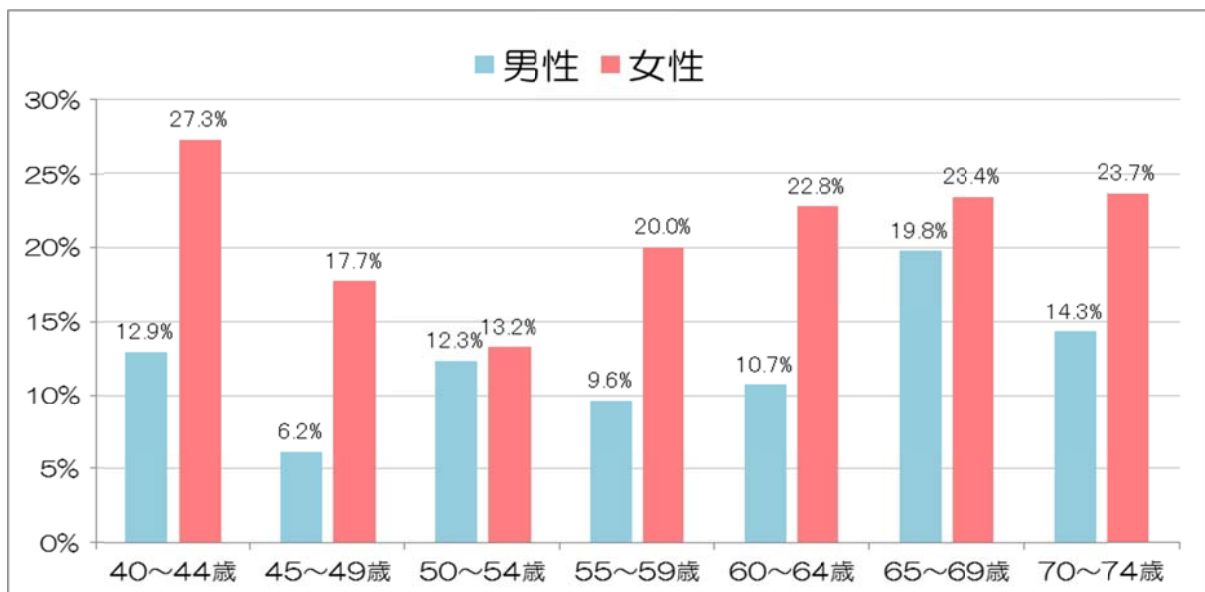
年度	保健指導対象数			終了者数			実施率		
	動機付け	積極的	計	動機付け	積極的	計	動機付け	積極的	計
29	2,293	824	3,117	426	74	500	18.6%	9.0%	16.0%
28	2,272	863	3,135	441	98	539	19.4%	11.4%	17.2%

実施者数から算定した指導実施率は、16.0%であり、前年度から1.2ポイント減少した。動機づけ支援は0.8ポイント、積極的支援は2.4ポイント減少している。

①-2 男女別・年齢別の実施率（法定報告）

実施率は、全ての年代において男性に比べて女性が高い。男女とも40歳代、50歳代の実施率が低い。実施率が最も低い年代は45～49歳で9.2%。最も高い年代は65～69歳で21.1%であった。

年齢	特定保健指導対象者数（人）			実施者数（人）			実施率		
	男性	女性	計	男性	女性	計	男性	女性	計
40～44歳	155	44	199	20	12	32	12.9%	27.3%	16.1%
45～49歳	226	79	305	14	14	28	6.2%	17.7%	9.2%
50～54歳	195	68	263	24	9	33	12.3%	13.2%	12.5%
55～59歳	156	70	226	15	14	29	9.6%	20.0%	12.8%
60～64歳	224	123	347	24	28	52	10.7%	22.8%	15.0%
65～69歳	430	261	691	85	61	146	19.8%	23.4%	21.1%
70～74歳	385	283	668	55	67	122	14.3%	23.7%	18.3%
計	1,771	928	2,699	237	205	442	13.4%	22.1%	16.4%



②腹囲・体重の変化⁵

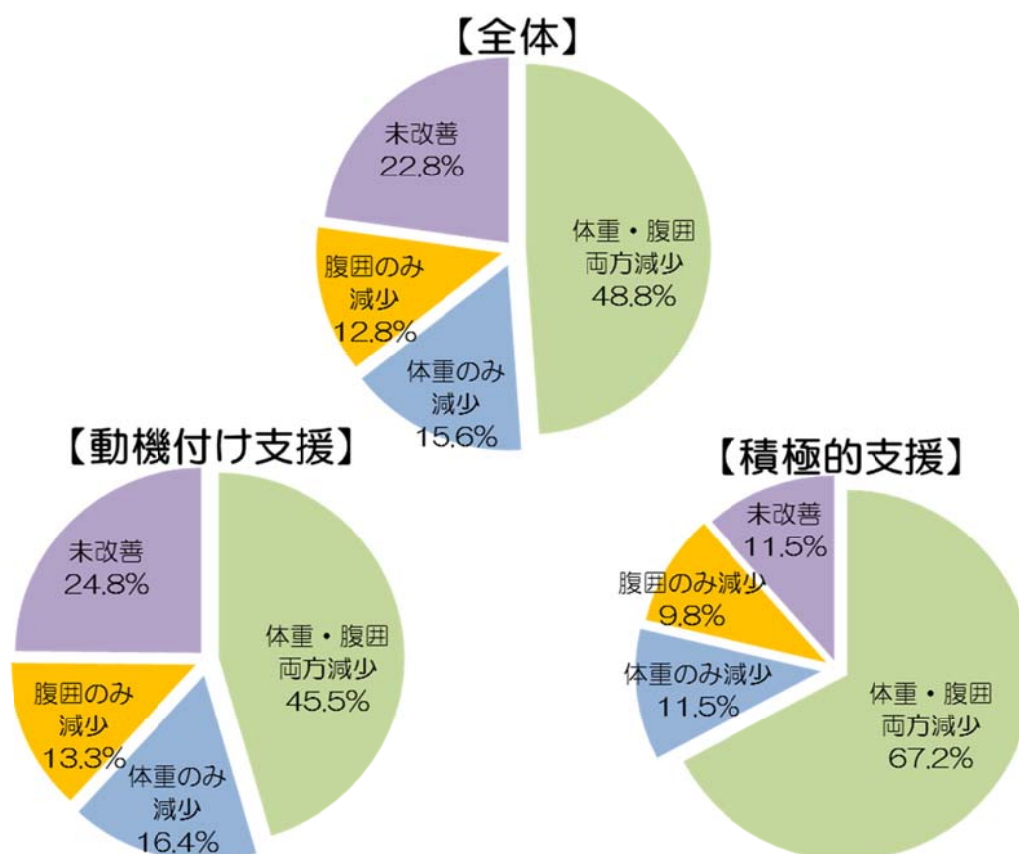
特定保健指導終了者の約77%に体重または腹囲減少の効果が見られ、体重・腹囲ともに減少した方は約49%であり、特定保健指導の効果は大きい。

なお、体重が減った方の平均は、動機付け支援は2.1kg、積極的支援は3.4kgの減で、腹囲が減った方の平均は、動機付け支援は3.4cm、積極的支援は5.0cmの減であった。

《平成29年度》

単位（人）

特定保健指導終了者	計	体重と腹囲が減少した方		体重のみ減少した方		腹囲のみ減少した方		未改善の方	
		人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合
特定保健指導終了者	391	191	48.8%	61	15.6%	50	12.8%	89	22.8%
動機付け支援	330	150	45.5%	54	16.4%	44	13.3%	82	24.8%
積極的支援	61	41	67.2%	7	11.5%	6	9.8%	7	11.5%



⁵②腹囲・体重の変化については、法定報告事項には該当しないため北区健診システムより実施者数を元データとして国保年金課で集計したものである。

4 まとめ

平成29年度の特定健診・特定保健指導の実施状況は、平成28年度に比べて特定健診の受診率は増加したが、特定保健指導の実施率は年々減少傾向にある。特定保健指導を利用しない理由として、電話勧奨の際に、自己管理ができるから、仕事が忙しいから、体調が良く必要ないから、面倒だ（関心がない）からなどの意見が聞かれ、興味を持つようなプログラムを検討し、経年対象者に対する対策が急がれる。

平成29年度も前年度に引き続き、特定健診実施期間中の7月中旬時点の未受診者及び前年度の未受診者で50歳未満の方を対象に受診勧奨のはがきを送付した（※1）。その結果、平成29年度の40歳代の受診率は29.6%で平成28年度の受診率29.0%に比べて、微増傾向が見られた。受診率が若干増加したものの、未だ40歳代の特定健診受診率は目標に遠く、全世代の受診率とあわせ、その向上が課題である。

平成29年度の特定健診の結果、メタボリックシンドロームの該当者・予備群は、男性は約2.1人に1人、女性は約6.1人に1人と、平成28年度に比べ微増傾向で、割合は「特定健診」が開始された平成20年度から微増減しながら高い数値を保っており、危機的状況が継続している。

特定保健指導終了者のうち、腹囲・体重の減少効果は7割以上と、一定の効果はあるが特定保健指導の受診率が低いため、メタボリックシンドロームの該当者・予備群の割合減少に至っていない。また、特定保健指導の期間のみでなく、終了後も生活習慣改善に継続して取り組むことも必要である。

従って、多くの被保険者に特定保健指導の意義や効果をご理解いただくための周知・広報、および対象者自身が生活習慣を改善し、継続的に取り組むことができるような保健指導内容やプログラム内容の検討を課題として、その解消に努めていく。

特定健診等実施計画第2期は平成29年度が最終年度である。平成30年度からの第3期に向けて、厚生労働省健康局策定の「標準的な健診・保健指導プログラム【平成30年度版】」による特定健診及び特定保健指導の実施に関する基準の改訂等を踏まえて策定した第3期計画、および平成30年3月に策定した東京都北区国民健康保険保健事業の実施計画（データヘルス計画）第1期に沿って、被保険者の疾病予防や健康づくり、医療費適正化に寄与することを目指し、効果的かつ効率的に特定健診および特定保健指導を実施していく。

（※1）平成29年度特定健診実施期間中の7月中旬時点の未受診者及び前年度の未受診者で50歳未満の方、5,896人に受診勧奨通知を送付。そのうち406（6.9%）人が受診している。

（※2）平成29年度保健指導対象者2,699人のうち、終了者は442人（16.4%）
終了者のうち腹囲・体重の減少効果があった人は302人（77.2%）