

# 特定健康診査・特定保健指導実績報告書

令和元年度版

(平成 30 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 |
| ② -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年度から令和5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3期の目標率は、最終年度の令和5年度に目標が達成できるよう下表のとおりとした。

### 【第3期北区国保の目標率】

|                        | 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   |
|------------------------|--------|-------|-------|-------|-------|---------|
| 特定健診目標率                | 47%    | 50%   | 53%   | 55%   | 58%   | 60%     |
| 特定保健指導目標率              | 30%    | 35%   | 40%   | 45%   | 50%   | 60%     |
| 特定保健指導対象者の減少率（平成20年度比） | —      | —     | —     | —     | —     | 25%以上減少 |

### 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(%) |
| 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      |
| 30 | 197,385 | 352,289 | 58,642    | 80,257   | 29.71    | 22.78      |

「令和元年度版 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 (135 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・血清クレアチニン
- ・ 肝炎検診(40歳以上で受診したことのない方)
- ・ 追加健診項目

血液一般検査・尿潜血・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（9 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、3か月又は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29年9月～平成30年2月までに国保新規加入し  
た方及び平成29年度特定健診未受診の方に対し、平成30年3月に「平成30年  
度特定健診受診勧奨通知」を送付した。

また、平成30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<sup>1</sup>）

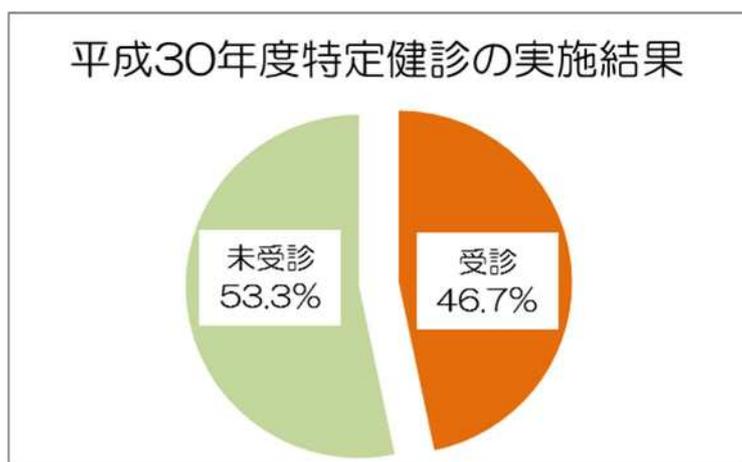
特定健診の受診率は、前年度に比べ健診対象者が 2,322 人減少、受診者数も 1,255 人減少し、前年度を 0.4 ポイント下回り 46.7%であった。受診率は、男性が 0.5 ポイント、女性が 0.3 ポイント減少した。また、目標値には届かなかったものの、特別区計受診率 42.5%を上回った。（東京都福祉保健局保健政策部「令和元年 12 月 24 日付、平成 30 年度特定健診・特定保健指導実施結果」による）

《平成 30 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     |
| 23,436    | 24,923 | 48,359 | 9,217   | 13,389 | 22,606 | 39.3% | 53.7% | 46.7% |

《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% |



<sup>1</sup>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<sup>2</sup>）

| 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     |
| 30 | 27,707    | 29,349 | 57,056 | 10,380  | 14,983 | 25,363 | 37.5% | 51.1% | 44.5% |
| 29 | 29,195    | 30,742 | 59,937 | 10,959  | 15,684 | 26,643 | 37.5% | 51.0% | 44.5% |

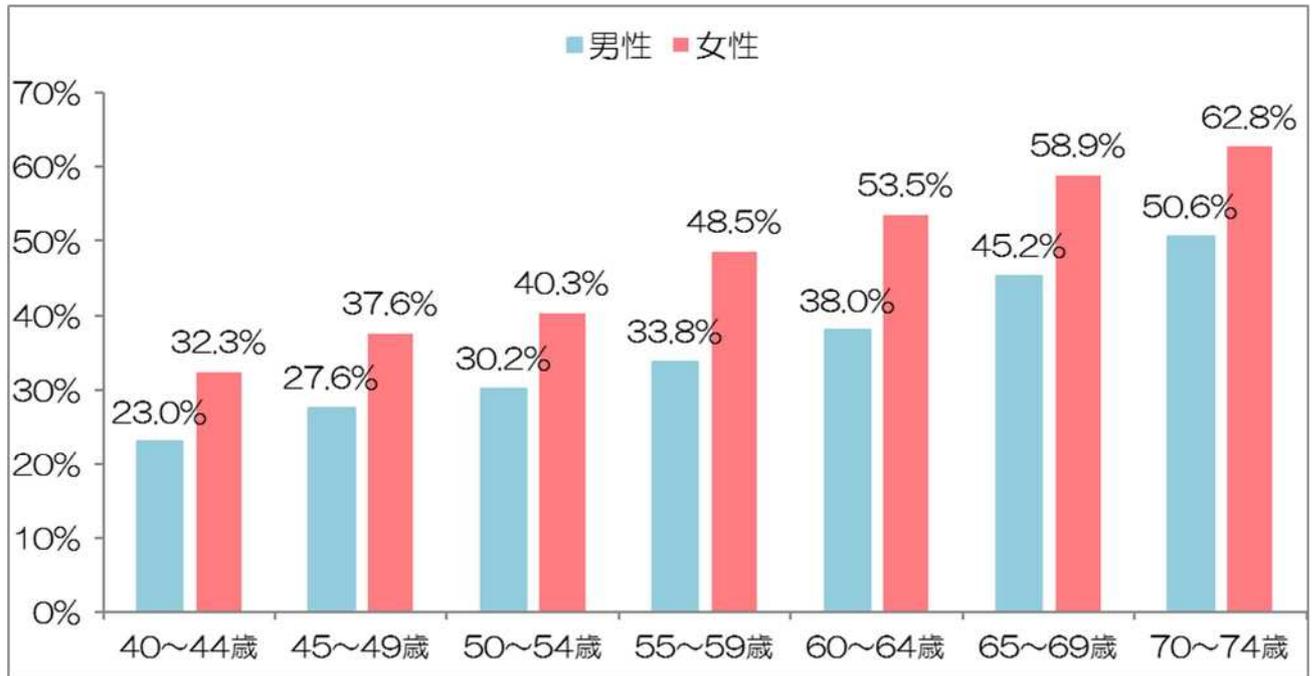
実施者数から算定した北区の平成30年度の受診率は44.5%であり、前年度と同率であった。男女別の受診率は男性が同率、女性が0.1ポイント増加した。

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 | 2,163     | 1,624  | 3,787  | 498     | 525    | 1,023  | 23.0% | 32.3% | 27.0% |
| 45～49歳 | 2,554     | 2,045  | 4,599  | 705     | 768    | 1,473  | 27.6% | 37.6% | 32.0% |
| 50～54歳 | 2,493     | 1,903  | 4,396  | 753     | 767    | 1,520  | 30.2% | 40.3% | 34.6% |
| 55～59歳 | 2,088     | 2,132  | 4,220  | 706     | 1,034  | 1,740  | 33.8% | 48.5% | 41.2% |
| 60～64歳 | 2,487     | 2,923  | 5,410  | 944     | 1,564  | 2,508  | 38.0% | 53.5% | 46.4% |
| 65～69歳 | 5,274     | 6,225  | 11,499 | 2,385   | 3,666  | 6,051  | 45.2% | 58.9% | 52.6% |
| 70～74歳 | 6,377     | 8,071  | 14,448 | 3,226   | 5,065  | 8,291  | 50.6% | 62.8% | 57.4% |
| 計      | 23,436    | 24,923 | 48,359 | 9,217   | 13,389 | 22,606 | 39.3% | 53.7% | 46.7% |

<sup>2</sup>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増加しているが、その他の年代は減少している。

|        | 性別 | 平成29年度 | 平成30年度 | 増減ポイント |
|--------|----|--------|--------|--------|
| 40~49歳 | 男  | 25.6 % | 25.5 % | -0.1   |
|        | 女  | 34.9 % | 35.2 % | 0.3    |
| 50~59歳 | 男  | 31.9 % | 31.8 % | -0.1   |
|        | 女  | 45.1 % | 44.6 % | -0.5   |
| 60~69歳 | 男  | 43.8 % | 42.9 % | -0.9   |
|        | 女  | 57.5 % | 57.2 % | -0.3   |
| 70~74歳 | 男  | 51.4 % | 50.6 % | -0.8   |
|        | 女  | 63.2 % | 62.8 % | -0.4   |

## 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30.3%であった。前年度に比べ該当者の割合が0.6ポイント、予備群の割合は0.7ポイント増加した。

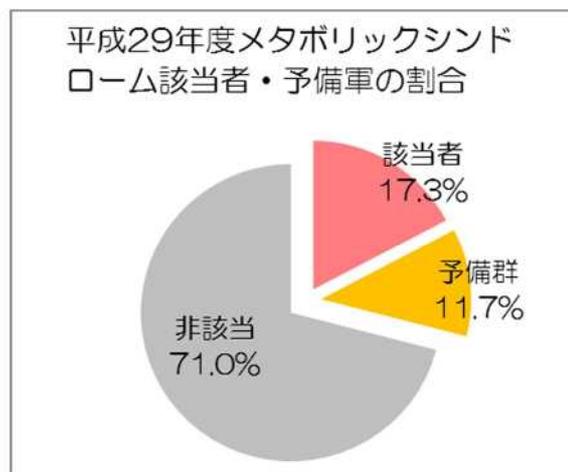
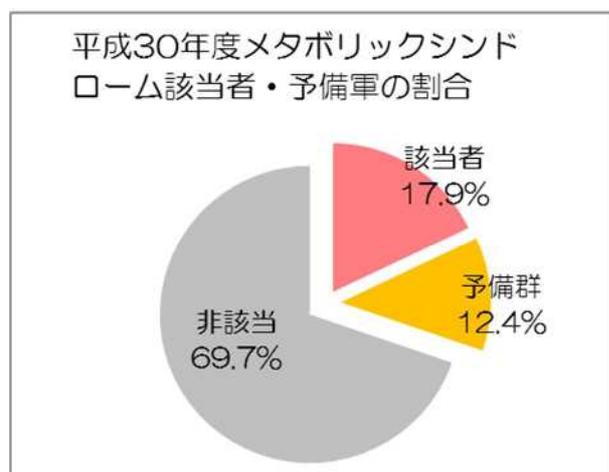
※評価対象者数には、特定健診項目に欠損（「未実施」「測定不能」も含む）項目があるものの、保健指導レベルの判定が可能な方を含む。

《平成30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   |
| 4,049  | 2,794  | 15,771 | 22,614    | 17.9% | 12.4% | 69.7% |

《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% |



### ★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<br>腹囲                             | 男85以上<br>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<br>拡張期<br>または、高血圧の服薬中            | 130以上<br>または<br>85以上  |                        |                      |
| C    | 中性脂肪<br>HDLコレステロール<br>または、高脂血症の服薬中   | 150以上<br>または<br>40未満  |                        |                      |
| D    | 血糖<br>ヘモグロビンA1c(NGSP)<br>または、糖尿病の服薬中 | 110以上<br>または<br>6.0以上 |                        |                      |

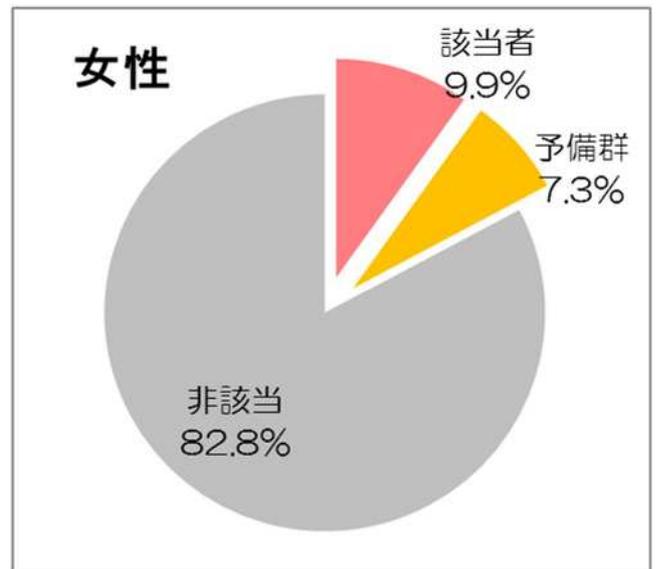
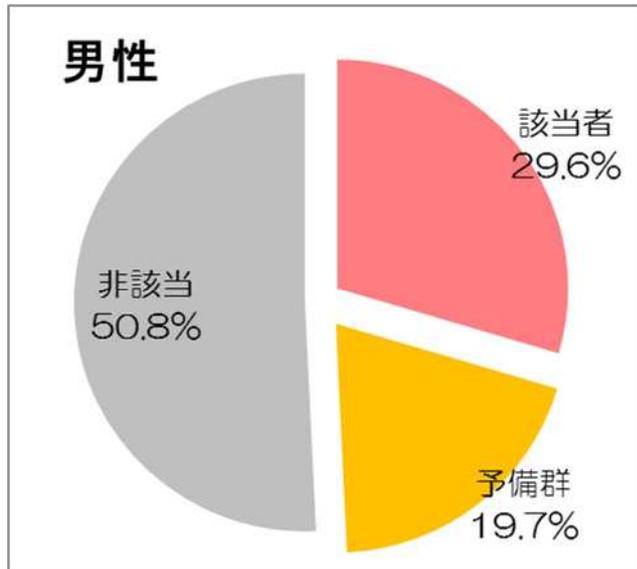
## ② -2 男女別の受診結果（法定報告）

特定健診受診者のうち、男性は49.2%、女性は、17.2%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2.0人に1人、女性は約5.8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1.9人に1人、女性の約4.9人に1人が該当者または予備群である。

（※）「平成29年国民健康・栄養調査報告」（平成30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 | 2,728  | 1,812  | 4,681   | 9,221     | 29.6% | 19.7% | 50.8% |
| 女性 | 1,321  | 982    | 11,090  | 13,393    | 9.9%  | 7.3%  | 82.8% |

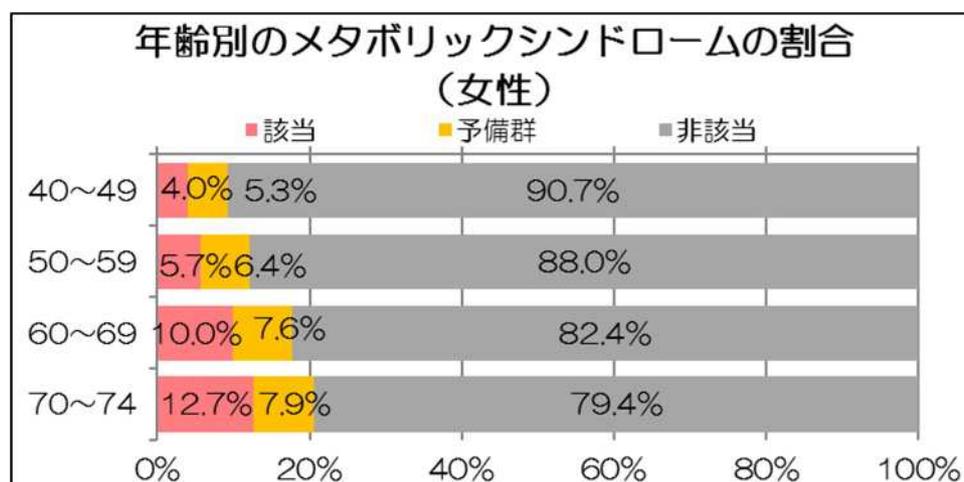
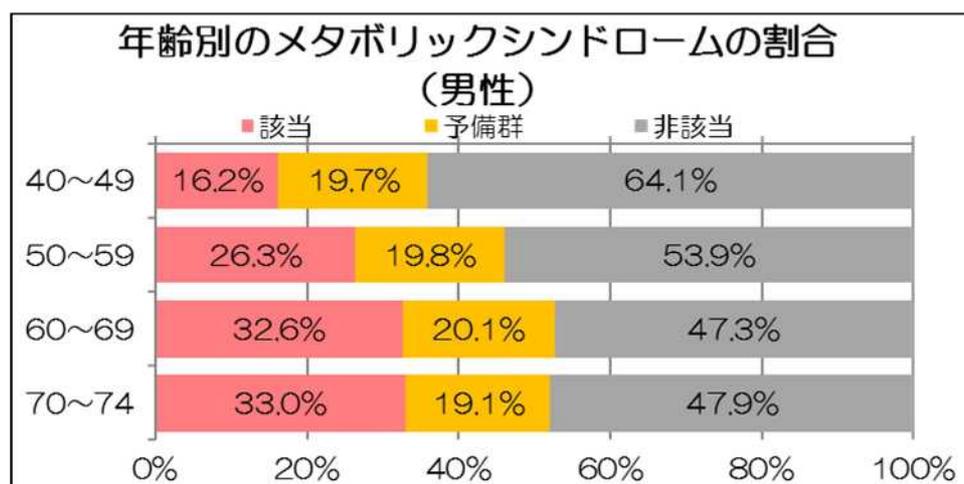


（注）端数処理の関係で、合計が合わない場合がある。

## 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。特に男性は50歳代、女性は60歳代の間に割合が増加する。

| 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 | 16.2% | 4.0%  | 19.7% | 5.3% | 35.9%   | 9.3%  | 64.1% | 90.7% | 100% | 100% |
| 50～59歳 | 26.3% | 5.7%  | 19.8% | 6.4% | 46.1%   | 12.0% | 53.9% | 88.0% | 100% | 100% |
| 60～69歳 | 32.6% | 10.0% | 20.1% | 7.6% | 52.7%   | 17.6% | 47.3% | 82.4% | 100% | 100% |
| 70～74歳 | 33.0% | 12.7% | 19.1% | 7.9% | 52.1%   | 20.6% | 47.9% | 79.4% | 100% | 100% |
| 合計     | 17.9% |       | 12.4% |      | 30.3%   |       | 69.7% |       | 100% |      |



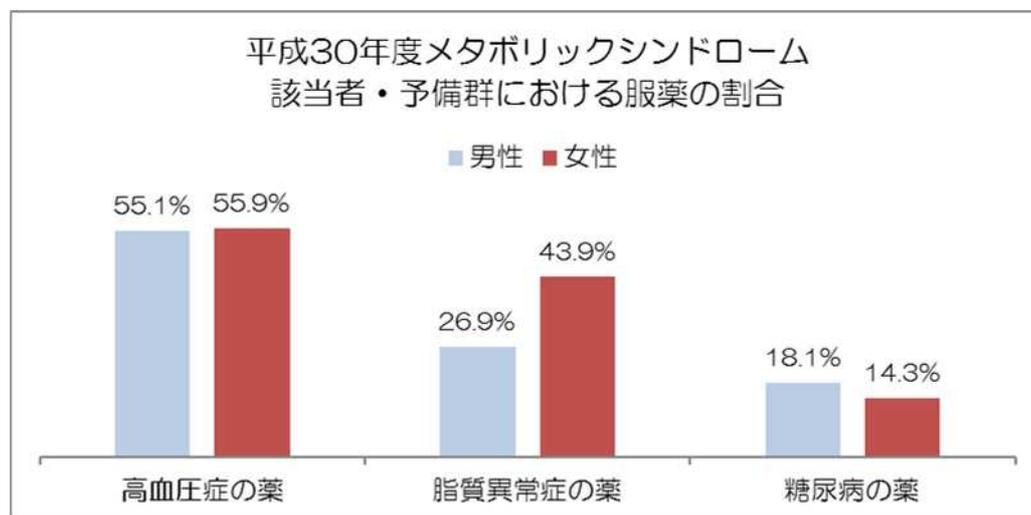
### ③服薬の状況<sup>3</sup>

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、各項目とも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＋予備軍】

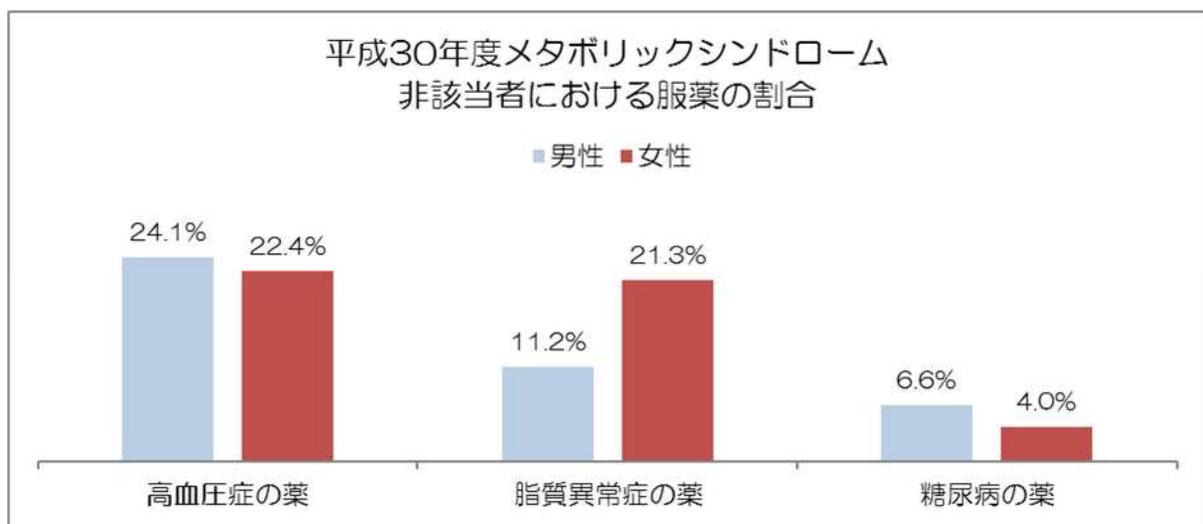
| 服薬の種類   | 服薬者（人） |       | 割合<br>（分母は男女別のメタボリックシンドローム<br>該当者＋予備群の合計人数） |       |
|---------|--------|-------|---|-------|
|         | 男性     | 女性    | 男性  | 女性    |
| 高血圧症の薬  | 2,803  | 1,416 | 55.1%                                       | 55.9% |
| 脂質異常症の薬 | 1,366  | 1,112 | 26.9%                                       | 43.9% |
| 糖尿病の薬   | 921    | 363   | 18.1%                                       | 14.3% |



<sup>3</sup>③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】

| 服薬の種類   | 服薬者（人） |       | 割合<br>（分母は男女別のメタボリックシンドローム<br>非該当者） |       |
|---------|--------|-------|-------------------------------------|-------|
|         | 男性     | 女性    | 男性                                  | 女性    |
| 高血圧症の薬  | 1,273  | 2,785 | 24.1%                               | 22.4% |
| 脂質異常症の薬 | 592    | 2,648 | 11.2%                               | 21.3% |
| 糖尿病の薬   | 350    | 503   | 6.6%                                | 4.0%  |



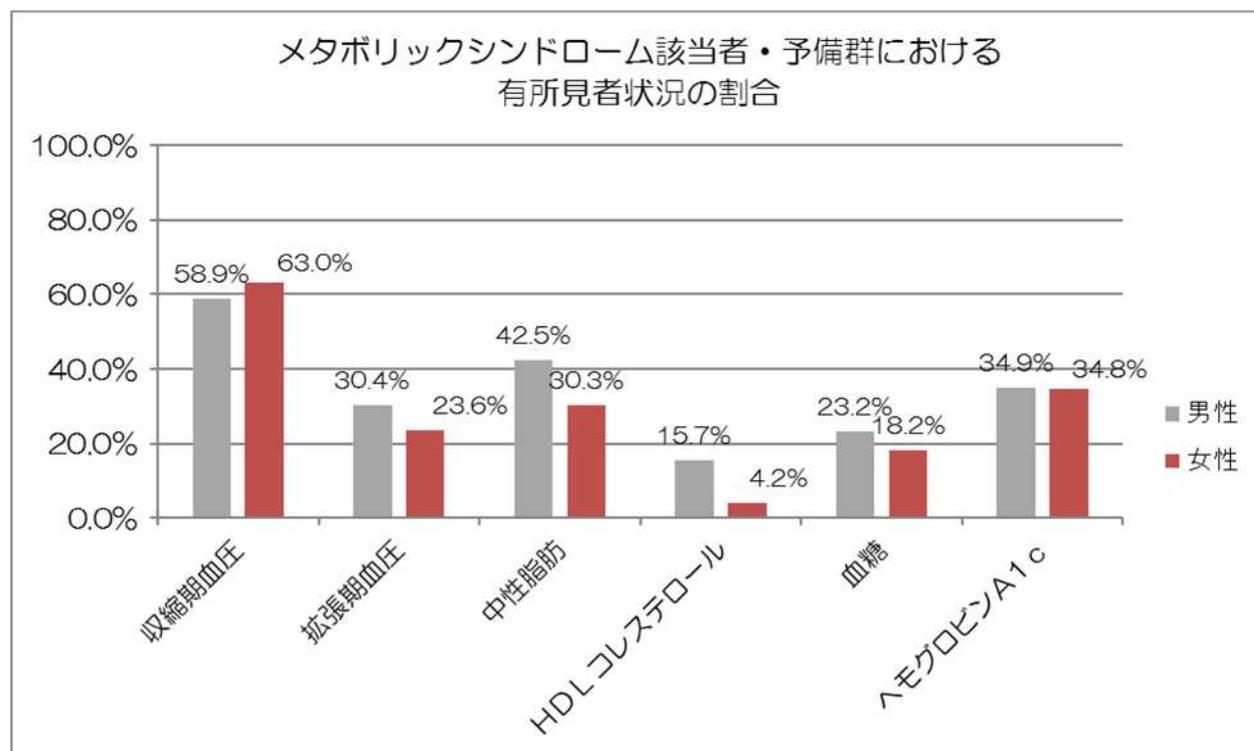
#### ④該当項目別の状況<sup>4</sup>

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。

- 収縮期血圧の項目に該当する方が最も多く、男女とも60%前後である。
- 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＋予備軍】

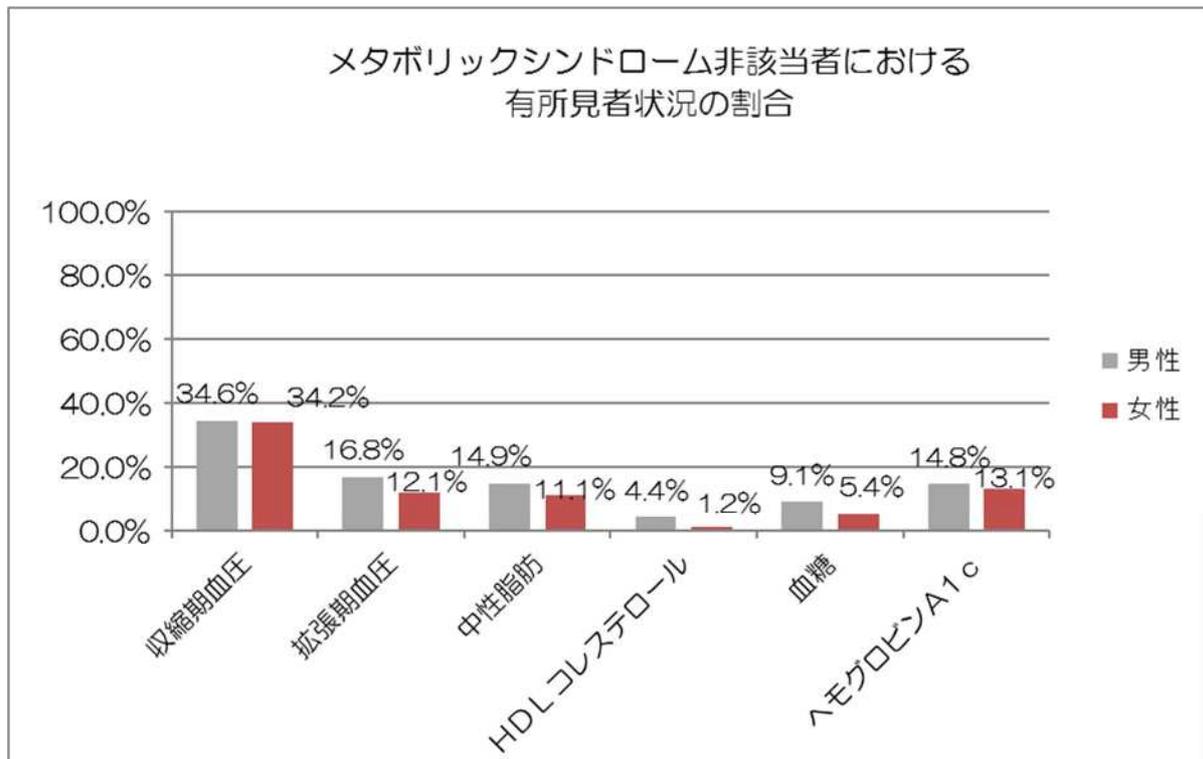
|    | 割合（分母は男女別のメタボリックシンドローム該当者＋予備群の合計人数） |       |       |            |       |           |
|----|-------------------------------------|-------|-------|------------|-------|-----------|
|    | 収縮期血圧                               | 拡張期血圧 | 中性脂肪  | HDLコレステロール | 血糖    | ヘモグロビンA1c |
| 男性 | 58.9%                               | 30.4% | 42.5% | 15.7%      | 23.2% | 34.9%     |
| 女性 | 63.0%                               | 23.6% | 30.3% | 4.2%       | 18.2% | 34.8%     |



<sup>4</sup>④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 |
| 男性 | 34.6%                          | 16.8% | 14.9% | 4.4%       | 9.1% | 14.8%     |
| 女性 | 34.2%                          | 12.1% | 11.1% | 1.2%       | 5.4% | 13.1%     |

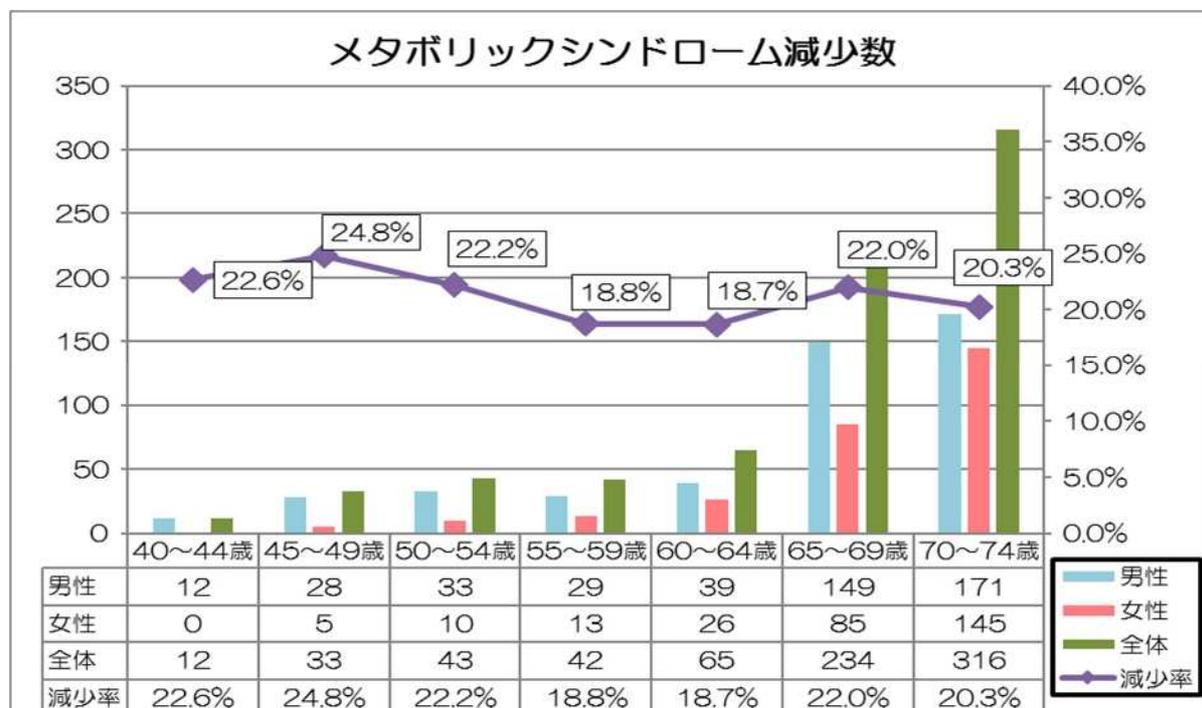


## 2 メタボリックシンドローム該当者の減少率（法定報告）

平成29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30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10.0%となった。

さらに、該当者から予備群に改善した方10.9%を加えると、20.8%が前年度から状況が改善している。

| 年齢区分   | 29年度メタボリックシンドローム該当者数 (A) |       |       | (A)のうち30年度の予備群者数 (B) |       |     |       |     |       | (A)のうち30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   |       | 計         |
|        | 人                        | 人     | 人     | 人                    | %     | 人   | %     | 人   | %     | 人                                  | %     | 人   | %     | 人   | %     | %         |
| 40～44歳 | 44                       | 9     | 53    | 8                    | 18.2% | 0   | 0.0%  | 8   | 15.1% | 4                                  | 9.1%  | 0   | 0.0%  | 4   | 7.5%  | 22.6%     |
| 45～49歳 | 104                      | 29    | 133   | 15                   | 14.4% | 3   | 10.3% | 18  | 13.5% | 13                                 | 12.5% | 2   | 6.9%  | 15  | 11.3% | 24.8%     |
| 50～54歳 | 161                      | 33    | 194   | 23                   | 14.3% | 6   | 18.2% | 29  | 14.9% | 10                                 | 6.2%  | 4   | 12.1% | 14  | 7.2%  | 22.2%     |
| 55～59歳 | 169                      | 55    | 224   | 22                   | 13.0% | 7   | 12.7% | 29  | 12.9% | 7                                  | 4.1%  | 6   | 10.9% | 13  | 5.8%  | 18.8%     |
| 60～64歳 | 237                      | 111   | 348   | 23                   | 9.7%  | 9   | 8.1%  | 32  | 9.2%  | 16                                 | 6.8%  | 17  | 15.3% | 33  | 9.5%  | 18.7%     |
| 65～69歳 | 715                      | 349   | 1,064 | 95                   | 13.3% | 26  | 7.4%  | 121 | 11.4% | 54                                 | 7.6%  | 59  | 16.9% | 113 | 10.6% | 22.0%     |
| 70～74歳 | 971                      | 588   | 1,559 | 100                  | 10.3% | 51  | 8.7%  | 151 | 9.7%  | 71                                 | 7.3%  | 94  | 16.0% | 165 | 10.6% | 20.3%     |
| 計      | 2,401                    | 1,174 | 3,575 | 286                  | 11.9% | 102 | 8.7%  | 388 | 10.9% | 175                                | 7.3%  | 182 | 15.5% | 357 | 10.0% | 20.8%     |



（注）端数処理の関係で、合計が合わない場合がある。

### 3 特定保健指導の実施結果

#### ① 一 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 13.8%で 3.7 ポイント減、実施率は 12.8%で 3.6 ポイント減となった。動機付け支援は、利用率が 4.7 ポイント減少し、実施率も 4.7 ポイント減少した。一方、積極的支援は、利用率が 1.1 ポイント減少し、実施率は、0.9 ポイント減少した。動機付け支援の利用率・実施率が大きく減少したことが分かる。

利用率等について目標値には届かず、また、実施率の特別区順位は 9 位であったものの、特別区計実施率（平均）の 14.3%を下回る結果となった。（東京都福祉保健局保健政策部「令和元年 12 月 24 日付、平成 30 年度特定健診・特定保健指導実施結果」による）

《平成30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 | 1,899        | 287      | 274      | 13     | 15.1%     | 95.5%     | 14.4%     |
| 積極的  | 661          | 67       | 53       | 14     | 10.1%     | 79.1%     | 8.0%      |
| 合計   | 2,560        | 354      | 327      | 27     | 13.8%     | 92.4%     | 12.8%     |

《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%     |

【参考】特定保健指導終了者数・実施率（実施者数）

単位（人）

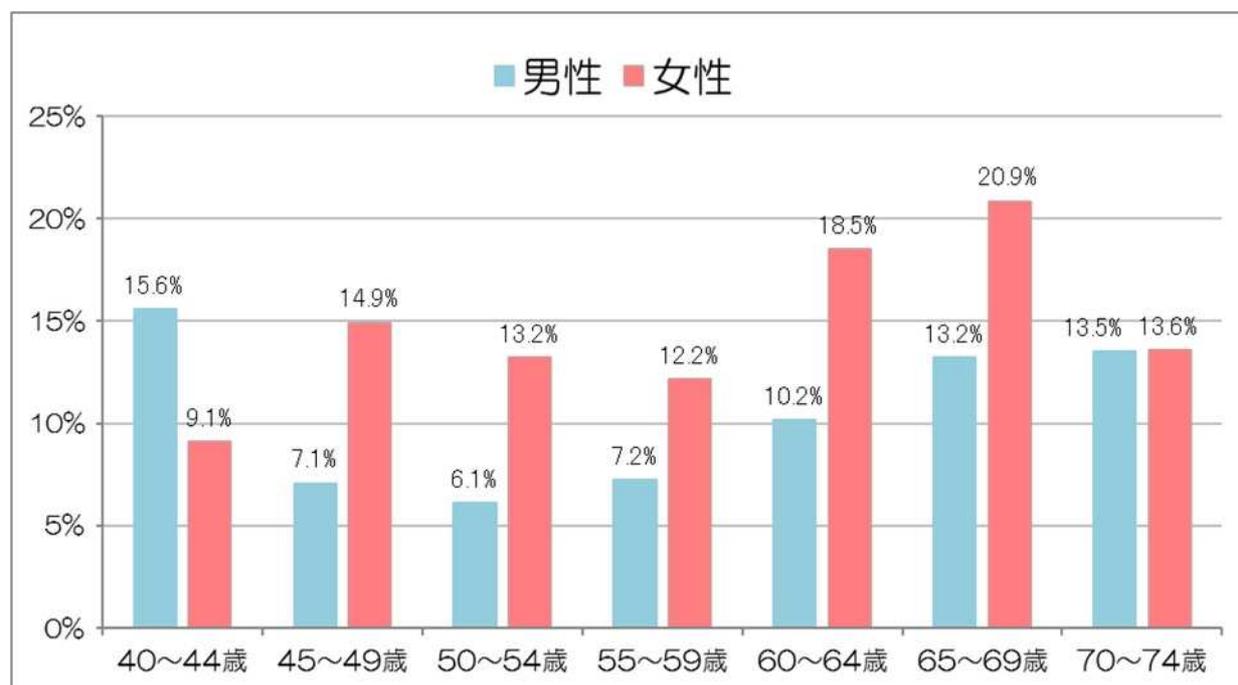
| 年度 | 指導対象数（人） |     |       | 指導終了者数 |     |     | 実施率   |       |       |
|----|----------|-----|-------|--------|-----|-----|-------|-------|-------|
|    | 動機付け     | 積極的 | 計     | 動機付け   | 積極的 | 計   | 動機付け  | 積極的   | 計     |
| 30 | 2,104    | 739 | 2,843 | 316    | 74  | 390 | 15.0% | 10.0% | 13.7% |
| 29 | 2,293    | 824 | 3,117 | 426    | 74  | 500 | 18.6% | 9.0%  | 16.0% |

実施者数から算定した指導実施率は、13.7%であり、前年度から 2.3 ポイント減少した。動機づけ支援は 3.6 ポイント減少し、積極的支援は 1.0 ポイント増加している。

## ① -2 男女別・年齢別の実施率（法定報告）

実施率は、全ての年齢区分において男性に比べて女性が高い。また男女とも40～59の年齢区分の実施率が低い。実施率が最も低い年齢区分は50～54歳で8.0%。最も高い年齢区分は65～69歳で16.0%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 | 141           | 44  | 185   | 22      | 4   | 26  | 15.6% | 9.1%  | 14.1% |
| 45～49歳 | 198           | 67  | 265   | 14      | 10  | 24  | 7.1%  | 14.9% | 9.1%  |
| 50～54歳 | 181           | 68  | 249   | 11      | 9   | 20  | 6.1%  | 13.2% | 8.0%  |
| 55～59歳 | 152           | 74  | 226   | 11      | 9   | 20  | 7.2%  | 12.2% | 8.8%  |
| 60～64歳 | 187           | 119 | 306   | 19      | 22  | 41  | 10.2% | 18.5% | 13.4% |
| 65～69歳 | 401           | 235 | 636   | 53      | 49  | 102 | 13.2% | 20.9% | 16.0% |
| 70～74歳 | 399           | 294 | 693   | 54      | 40  | 94  | 13.5% | 13.6% | 13.6% |
| 計      | 1,659         | 901 | 2,560 | 184     | 143 | 327 | 11.1% | 15.9% | 12.8% |



## ② 腹囲・体重の変化<sup>5</sup>

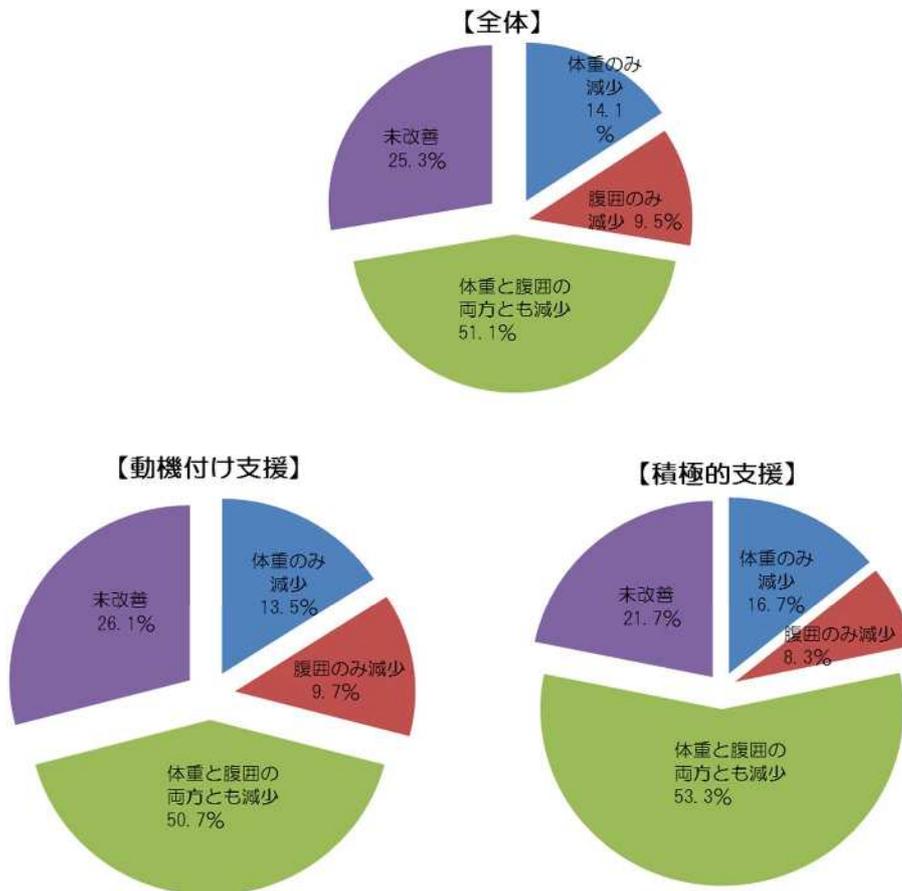
特定保健指導終了者の約74%に体重または腹囲減少の効果が見られ、体重・腹囲ともに減少した方は約51.1%であり、特定保健指導の効果は大きい。

なお、体重が減った方の平均は、動機付け支援は2.3kg、積極的支援は2.8kgの減で、腹囲が減った方の平均は、動機付け支援は3.1cm、積極的支援は4.1cmの減であった。

《平成30年度》

単位（人）

| 特定保健指導終了者数<br>（人） | 計   | 体重のみ減少した方 |       | 腹囲のみ減少した方 |      | 両方減少した方 |       | 未改善の方 |       |
|-------------------|-----|-----------|-------|-----------|------|---------|-------|-------|-------|
|                   |     | 人数        | 割合    | 人数        | 割合   | 人数      | 割合    | 人数    | 割合    |
| 動機付け支援            | 288 | 39        | 13.5% | 28        | 9.7% | 146     | 50.7% | 75    | 26.1% |
| 積極的支援             | 60  | 10        | 16.7% | 5         | 8.3% | 32      | 53.3% | 13    | 21.7% |



<sup>5</sup>②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 30 年度の特定健診・特定保健指導の実施状況は、平成 29 年度に比べて特定健診の受診率は減少し、特定保健指導の実施率も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（関心がない）だ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を今後講じていく。

平成 30 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 30 年度の 40 歳代の受診率は 29.8%で平成 29 年度の受診率 29.6%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 30 年度の特定健診の結果、メタボリックシンドローム該当者及びその予備群は、男性は約 2.0 人に 1 人、女性は約 5.8 人に 1 人と、平成 29 年度に比べ微増傾向が見られ、メタボリックシンドロームの該当者及び予備群の割合は、「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、危機的状况が継続している。メタボリックシンドロームの該当者及びその予備群の方が概ね特定保健指導の対象者となるが、平成 30 年度は 2,560 人の対象者のうち、終了者は 327 人で約 8 分の 1 であった。終了者のうち、腹囲・体重の減少効果は 348 人中約 7 割以上で、平成 20 年度からその効果は実証されている。特定保健指導に一定の効果はあるにも関わらず、利用する方は年々減少傾向にある。従って、多くの被保険者に特定保健指導の意義を周知し、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、強化が課題である。

特定健診等実施計画第 3 期は、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】」により、特定健診及び特定保健指導の実施に関する基準の改訂、制度運用の見直し等を踏まえ平成 30 年度より策定した。

北区では、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 期と特定健診等実施計画第 3 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 30 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、5,443 人に受診勧奨通知を送付。そのうち 483（8.9%）人が受診している。