

特定健康診査・特定保健指導実績報告書

平成24年度版

(平成23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	1 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
②-1	受診結果	6 頁
②-2	男性の受診結果	7 頁
②-3	女性の受診結果	7 頁
②-4	年齢別受診結果	8 頁
③	服薬の状況	9 頁
④	該当項目別の状況	10 頁
2	特定保健指導の実施結果	11 頁
3	まとめ	13 頁

第1章 計画と目標

1 特定健診等実施計画

平成20年3月、「東京都北区国民健康保険特定健診等実施計画」を策定し、5年を1期として5年ごとに見直しを行う。今年度は、その区切りの重要な年となる。

厚労省の調べでは、平成21年度の特定健康診査で「メタボリックシンドローム」該当者・予備群とされた人の年間医療費は、非該当者より8～10万円程度高いことが判った。医療費の中で大きなウエイトを占める糖尿病等の生活習慣病を予防するため、「メタボリックシンドローム」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」の見直しを平成23年度から始めている。

2 目標設定

国が定めた目標値によれば、平成24年度における国民健康保険被保険者の特定健診受診率を65%、特定保健指導実施率を45%とし、メタボリックシンドロームの該当者・予備群を平成20年度に比べ10%減少させることとしている。

北区における年度ごとの目標率は、国が「特定健康診査等基本指針」で示した目標率を基準に下表のとおりとした。

	20年度	21年度	22年度	23年度	24年度
特定健診受診目標率	45%	50%	55%	60%	65%
特定保健指導目標率	10%	15%	25%	35%	45%
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

(1) 北区の人口推移

単位（人）

	20年4月	21年4月	22年4月	23年4月	24年4月
住基登録者	317,949	319,470	318,715	317,598	317,663
外国人登録者	15,021	15,743	16,151	15,863	15,095
計	332,970	335,213	334,866	333,461	332,758

(2) 北区国保の被保険者の推移（40～74歳）と特定健診及び特定保健指導の目標者数

単位（人）

	20年4月	21年4月	22年4月	23年4月	24年4月
被保険者数(男)	32,818	32,566	32,622	32,442	32,310
被保険者数(女)	35,904	35,895	35,564	35,316	34,957
被保険者数(計)	68,722	68,461	68,186	67,758	67,267
特定健診受診目標率	45%	50%	55%	60%	65%
特定健診目標者数	30,925	34,231	37,502	40,655	43,724
特定保健指導目標率	10%	15%	25%	35%	45%
特定保健指導目標者数	773	1,284	2,344	3,557	4,919

※特定健康診査の対象者は、4月1日以降に転入・資格取得した方も対象となるため、受診対象者（受診券発行数）は、推移数値より多くなる。

今後5年間の予測数値(24年度被保険者数から算定)					
	25年4月	26年4月	27年4月	28年4月	29年4月
男	31,773	31,430	30,954	30,230	29,408
女	33,781	32,899	31,849	30,617	29,284
計	65,554	64,329	62,803	60,847	58,692

4 実施機関及び実施方法

平成23年度も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各医療機関 (139医療機関)
- ③実施時期 : 6月1日～8月31日
- 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・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

：おたっしゃ健診（65歳以上の対象者）

：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協力医療機関及び外部委託機関

②実施場所　：東京都北区医師会に加入する協力医療機関（11医療機関）
外部委託機関（入札による）

③実施時期　：9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

：積極的支援

5 案内方法等

平成23年度も、北区ニュース及びホームページに掲載し、受診対象者に特定健診受診券、特定保健指導利用券を個別に送付した。

また、9月以降に転入もしくは国保の新規加入した方へ、24年3月に「24年度の特健康診査のお知らせ」を送付した。

なお、特定保健指導に関しては、電話による受診勧奨をし、普及啓発を図りつつ、同時に予約受付を実施したことで利用者の大幅な伸びにつながった。

6 事業の所管

本事業は、国民健康保険を所管する区民部国保年金課の事業であるが、区民にわかりやすく効率的に事業を行う必要から、平成23年度も特定健診は「健康いきがい課」に執行を委任した。

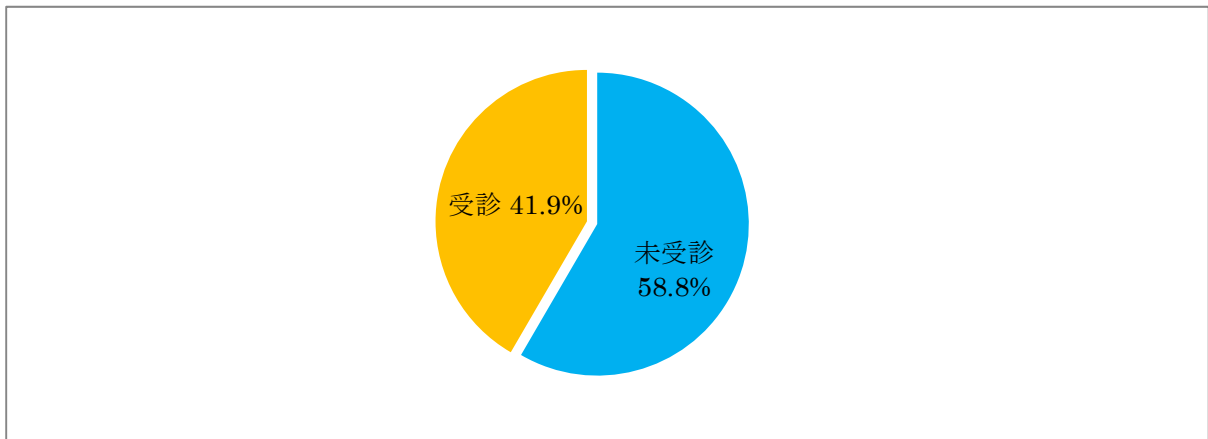
第2章 特定健診・特定保健指導の実施結果

1 特定健診の実施結果

① -1 受診率

北区の受診率は、前年度（40.4%）を若干上回り 41.9%であった。男性の受診者が増えたことによるものである。

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
33,816	36,516	70,332	11,637	17,824	29,461	34.4%	48.8%	41.9%



※ 健診対象者数は、受診券発行数とする。

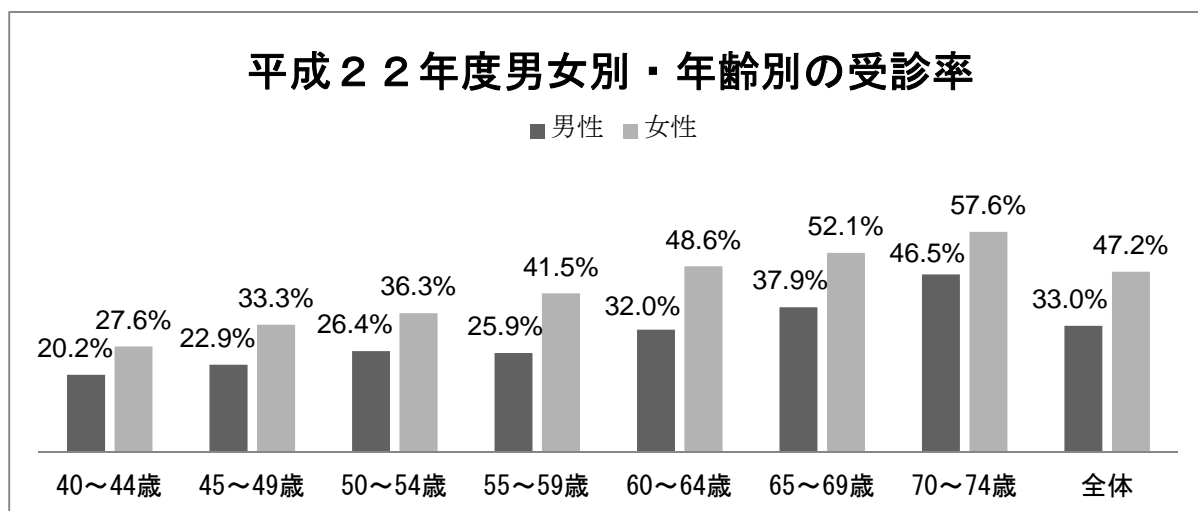
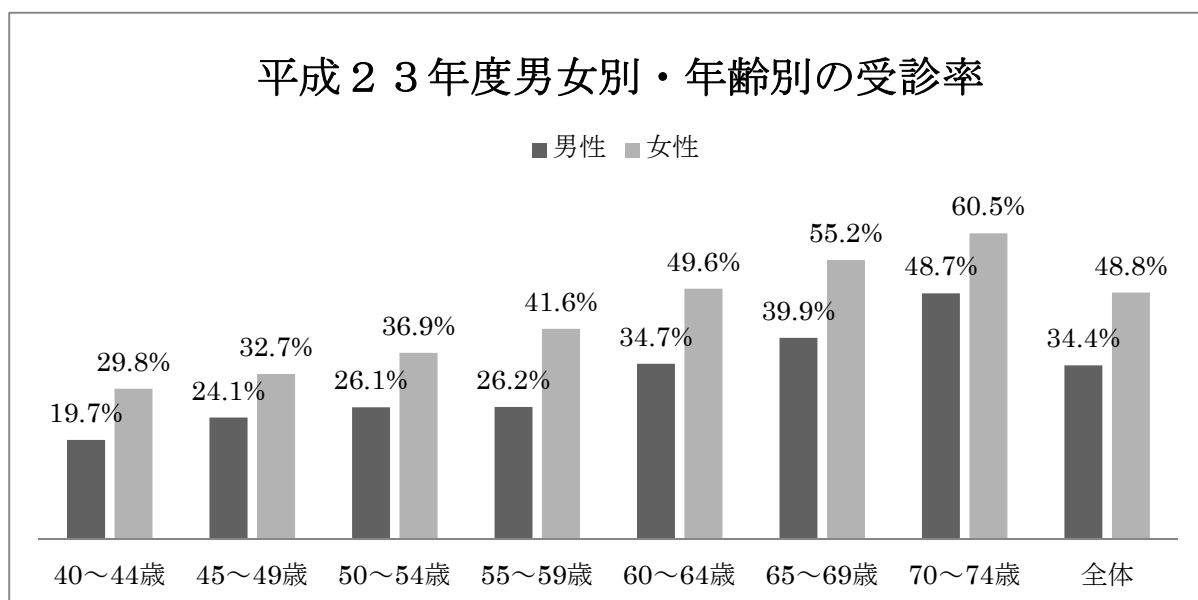
年度	健診対象者数(人)			受診者数(人)			受診率		
	男性	女性	計	男性	女性	計	男性	女性	計
22	33,592	36,323	69,915	11,091	17,143	28,234	33.0%	47.2%	40.4%
21	33,674	36,689	70,363	11,113	17,857	28,970	33.0%	48.7%	41.2%
20	32,818	35,904	68,722	10,746	17,550	28,296	32.7%	48.9%	41.2%

東京都国民健康保険団体連合会の調査では、北区の受診率は、23区中6位。男性は11位、女性は6位。東京都の特別区平均受診率39.6%を上回ったが、目標値はクリアできなかった。

①-2 男女別・年齢別の受診率

全ての年代において女性の受診率が高い。また、年齢が上がるにつれて男女ともに受診率が上がる。

年齢	健診対象者数(人)			受診者数(人)			割合		
	男性	女性	計	男性	女性	計	男性	女性	計
40～44歳	3,842	3,382	7,224	755	1,007	1,762	19.7%	29.8%	24.4%
45～49歳	3,417	2,962	6,379	823	969	1,792	24.1%	32.7%	28.1%
50～54歳	2,912	2,712	5,624	761	1,000	1,761	26.1%	36.9%	31.3%
55～59歳	3,384	3,256	6,640	886	1,355	2,241	26.2%	41.6%	33.8%
60～64歳	6,220	6,840	13,060	2,160	3,391	5,551	34.7%	49.6%	42.5%
65～69歳	6,586	7,697	14,283	2,625	4,251	6,876	39.9%	55.2%	48.1%
70～74歳	7,455	9,667	17,122	3,627	5,851	9,478	48.7%	60.5%	55.4%
計	33,816	36,516	70,332	11,637	17,824	29,461	34.4%	48.8%	41.9%

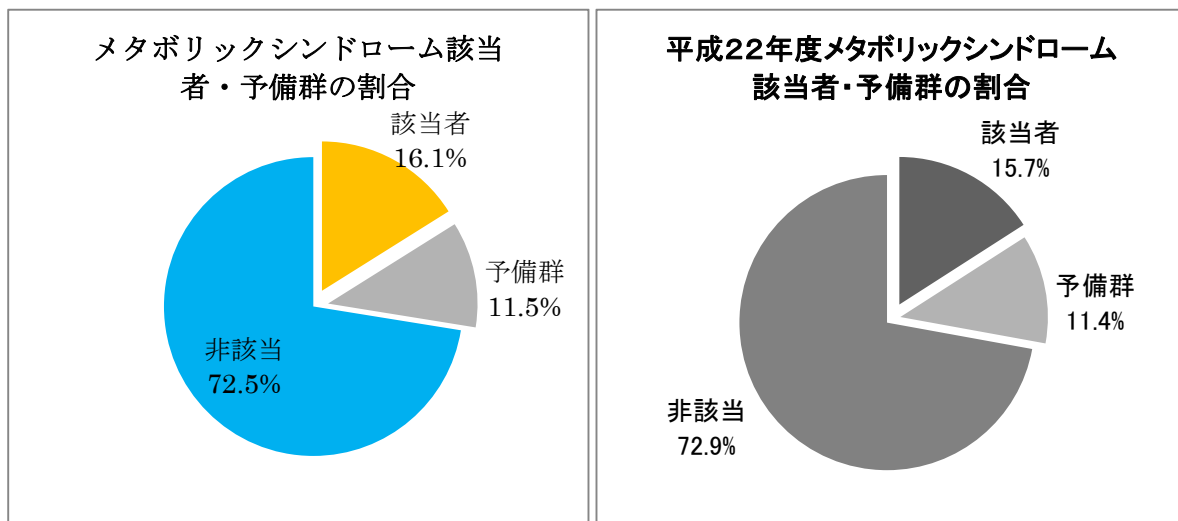


②-1 受診結果

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27.6%であった。

非該当の中には、血液検査ができなかった等の理由により判定不能の者を含む。

該当者(人)	予備群(人)	非該当(人)	受診者数計	割合		
				該当者	予備群	非該当
4,738	3,377	21,346	29,461	16.1%	11.5%	72.5%



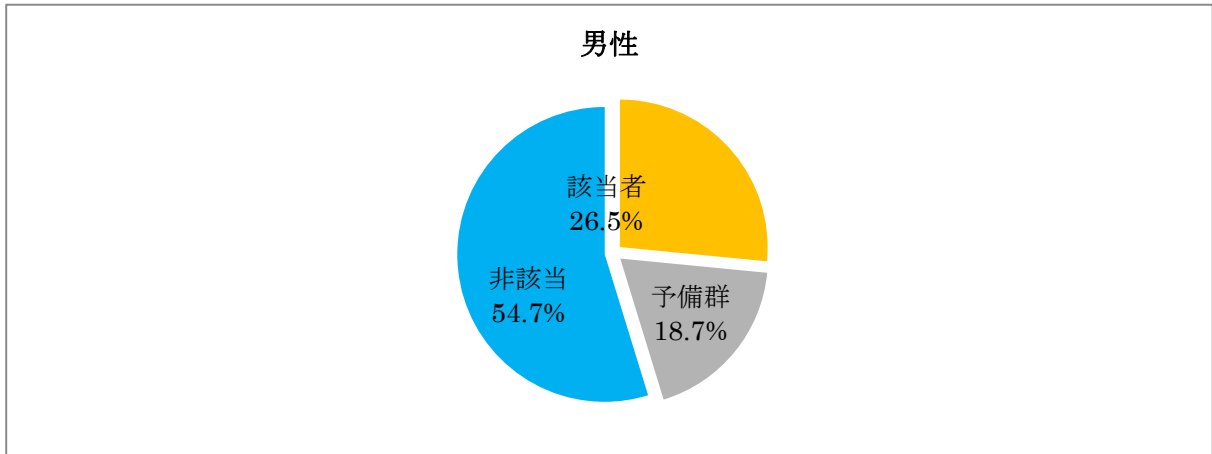
年齢	メタボ該当者数(人)			メタボ予備群該当者数(人)			非該当者数			合計
	男性	女性	計	男性	女性	計	男性	女性	計	
40～44歳	105	33	138	153	43	196	497	931	1,428	1,762
45～49歳	142	25	167	167	40	207	514	904	1,418	1,792
50～54歳	198	55	253	129	42	171	434	903	1,337	1,761
55～59歳	237	92	329	157	83	240	492	1,180	1,672	2,241
60～64歳	636	285	921	384	210	594	1,140	2,896	4,036	5,551
65～69歳	752	406	1,158	488	300	788	1,385	3,545	4,930	6,876
70～74歳	1,018	754	1,772	700	481	1,181	1,909	4,616	6,525	9,478
計	3,088	1,650	4,738	2,178	1,199	3,377	6,371	14,975	21,346	29,461

◆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
A	計測	男 85以上	該当者
		女 90以上	
B	収縮期	130以上	予備群
	または		
	拡張期	85以上	
C	中性脂肪	150以上	Aに該当し、かつB～Dのうち2項目以上に該当
	または		
	HDLコレステロール	40未満	
D	または、高血圧の服薬中		Aに該当し、かつB～Dのうち1項目に該当
	血糖	110以上	
	または		
	ヘモグロビンA1c	5.5以上	
	または、糖尿病の服薬中		

②-2 男性の受診結果

男性受診者のうち、約45%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。約2人に1人が該当する男性の平均的な結果（「平成20年国民健康・栄養調査結果」より）である。

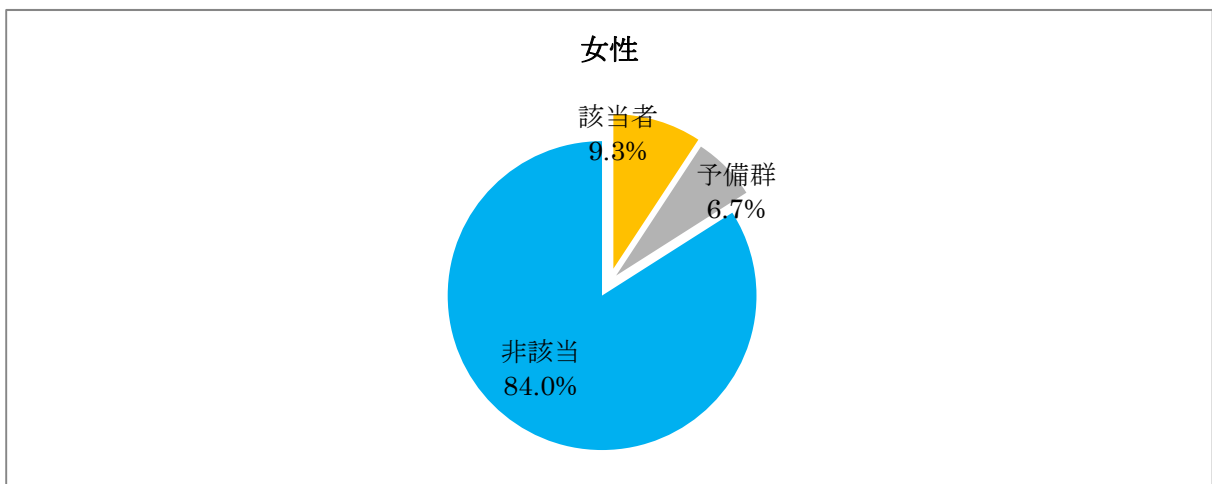
該当者(人)	予備群(人)	非該当(人)	男性受診者計	割合		
				該当者	予備群	非該当
3,088	2,178	6,371	11,637	26.5%	18.7%	54.7%



②-3 女性の受診結果

女性受診者のうち、17%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。約6人に1人が該当する女性の平均的な結果（「平成20年国民健康・栄養調査結果」より）である。

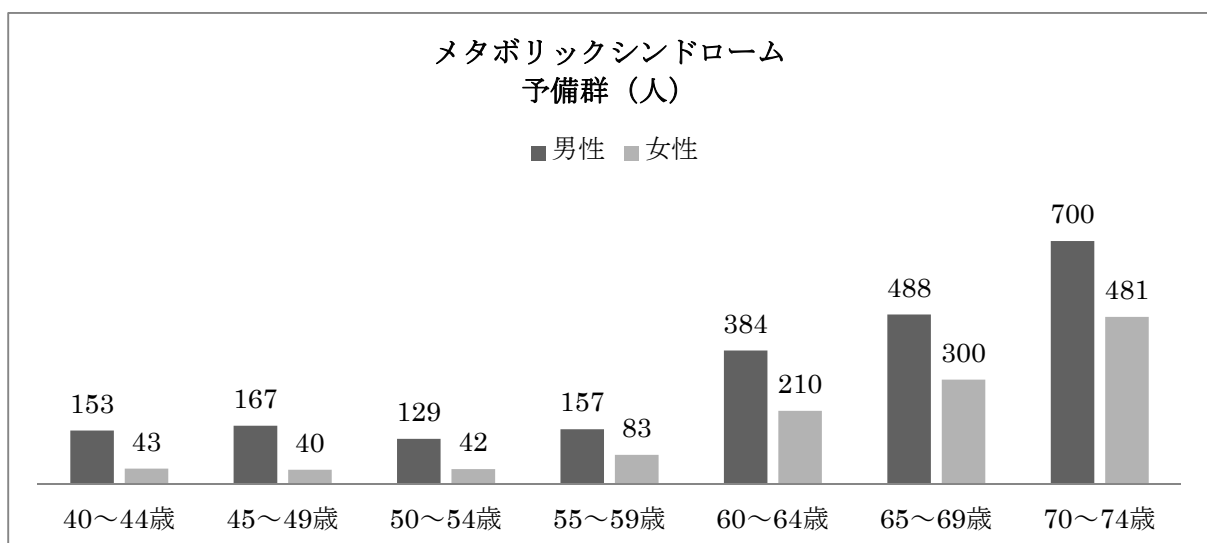
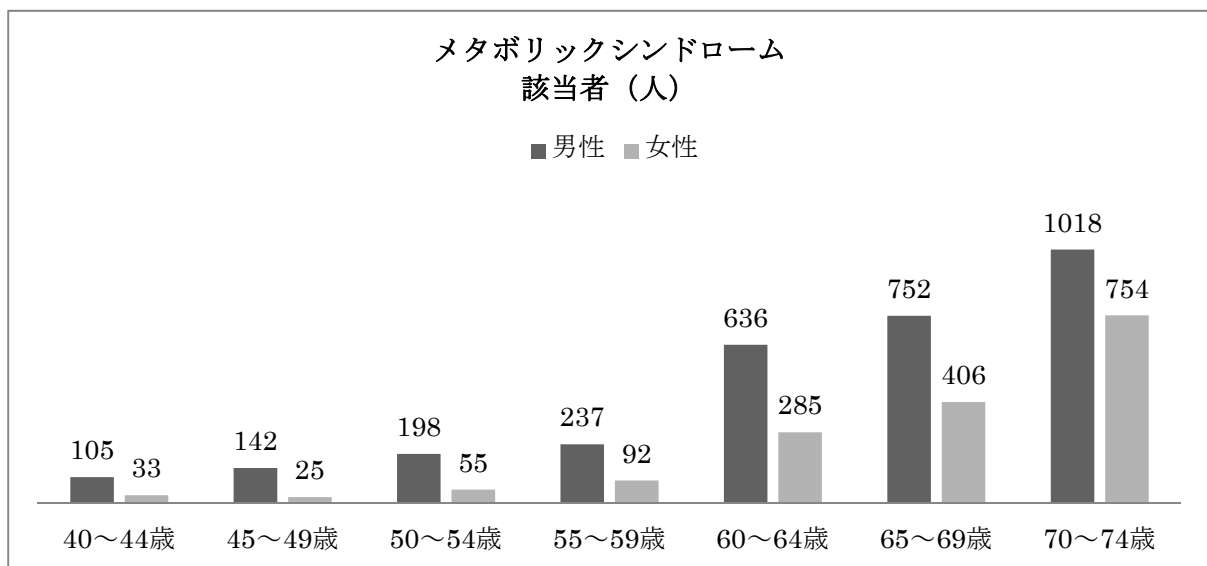
該当者(人)	予備群(人)	非該当(人)	女性受診者計	割合		
				該当者	予備群	非該当
1,650	1,199	14,975	17,824	9.3%	6.7%	84.0%



②-4 年齢別受診結果

特定健診の受診率は、女性が男性よりも高いが（P5 参照）、メタボリックシンドローム該当者及びその予備群の人数は、全ての年代において男性が女性を上回っている。

年齢	メタボリックシンドローム						割合(分母は受診者数)					
	該当者(人)		予備群(人)		該当者+予備群(人)		該当者		予備群		該当者+予備群	
	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性
40～44歳	105	33	153	43	258	76	13.9%	3.3%	20.3%	4.3%	34.2%	7.5%
45～49歳	142	25	167	40	309	65	17.3%	2.6%	20.3%	4.1%	37.5%	6.7%
50～54歳	198	55	129	42	327	97	26.0%	5.5%	17.0%	4.2%	43.0%	9.7%
55～59歳	237	92	157	83	394	175	26.7%	6.8%	17.7%	6.1%	44.5%	12.9%
60～64歳	636	285	384	210	1,020	495	29.4%	8.4%	17.8%	6.2%	47.2%	14.6%
65～69歳	752	406	488	300	1,240	706	28.6%	9.6%	18.6%	7.1%	47.2%	16.6%
70～74歳	1018	754	700	481	1,718	1,235	28.1%	12.9%	19.3%	8.2%	47.4%	21.1%

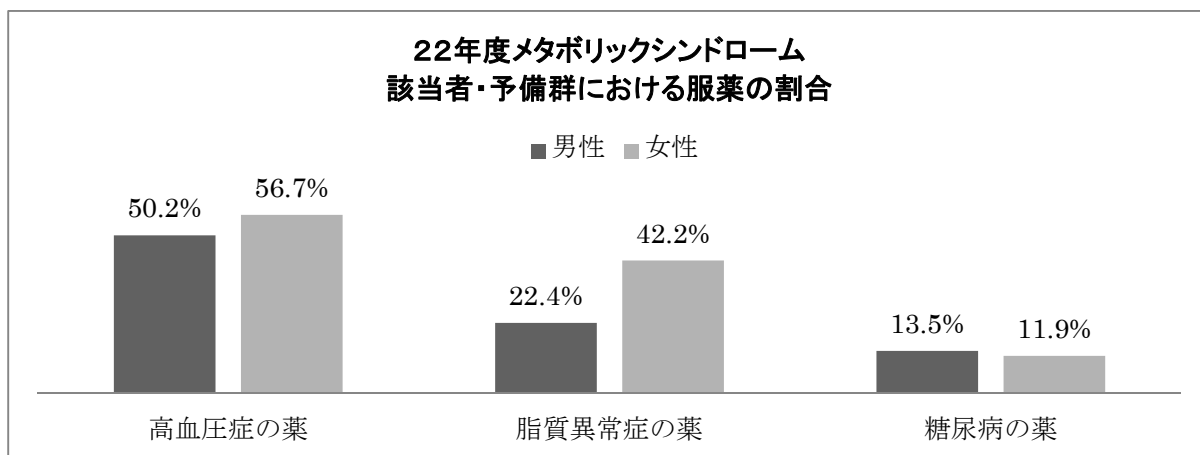
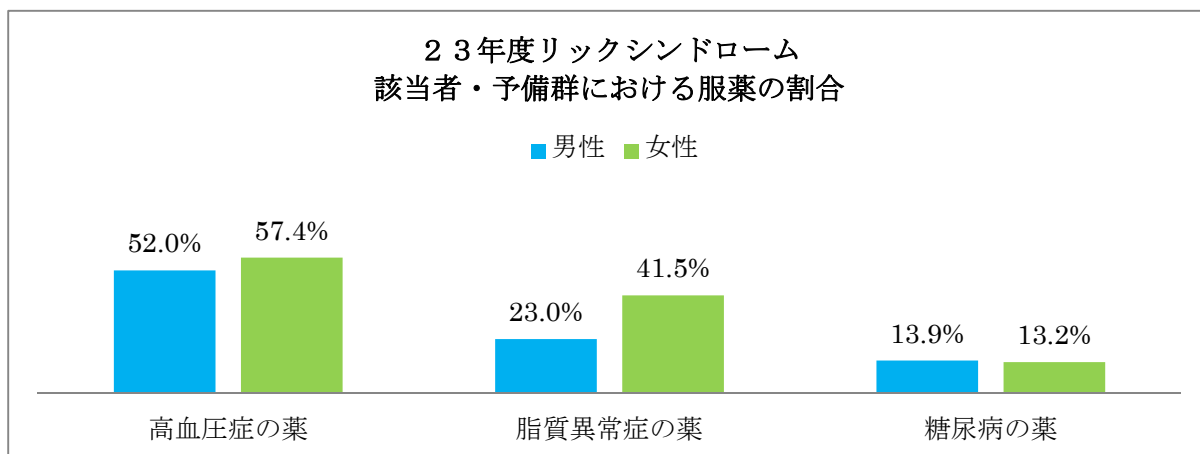


③服薬の状況

メタボリックシンドローム該当者及びその予備群のうち、服薬の状況は下記のとおりである。

- 男女ともに約半数を超える方々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人の割合は、女性が男性の約2倍となっている。
- 糖尿病の薬を服用している人の割合について、男女差はない。

服薬の種類	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+予備群の合計数)	
	男性	女性	男性	女性
高血圧症の薬	2,738	1,636	52.7%	60.5%
脂質異常症の薬	1,209	1,181	23.3%	43.7%
糖尿病の薬	733	376	14.1%	13.9%



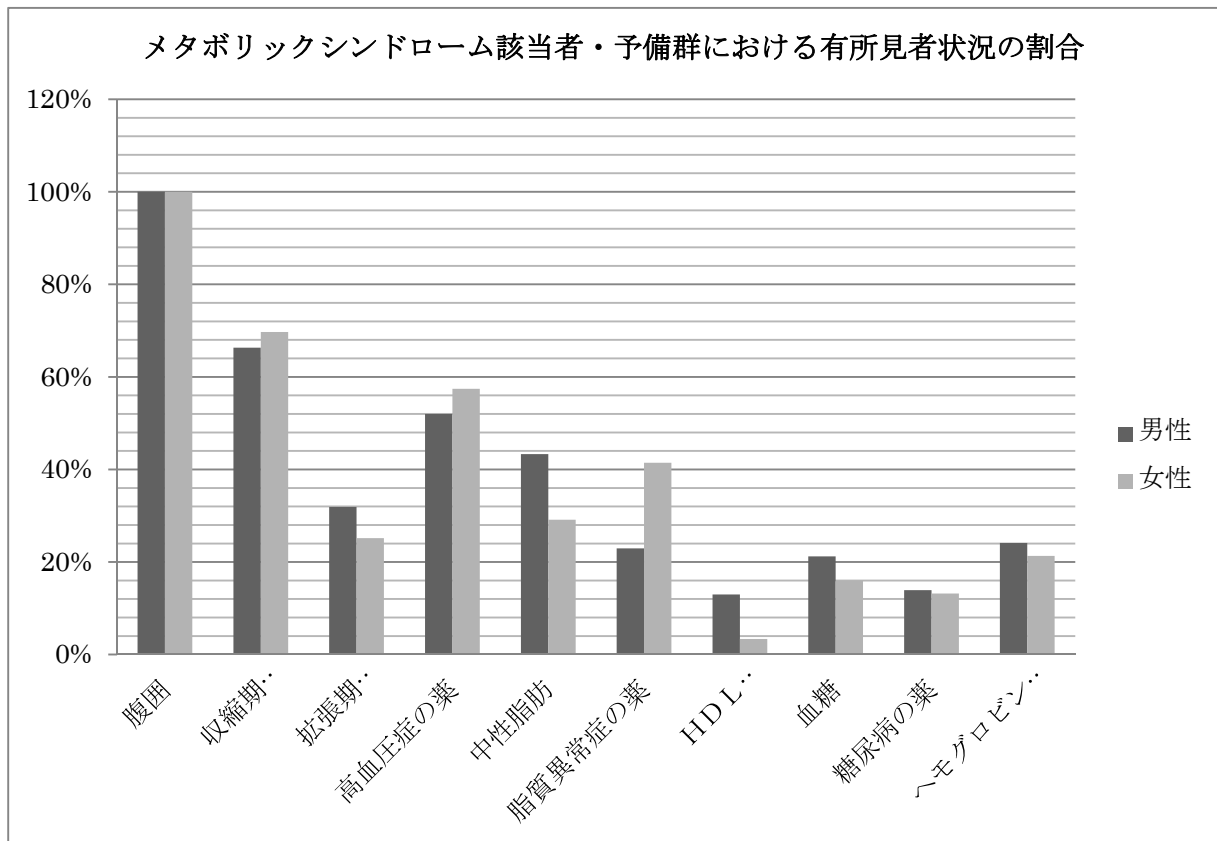
④該当項目別の状況

メタボリックシンドローム該当者及びその予備群のうち、各項目に該当した人数と割合は、次のとおりである。

昨年同様に血圧に関する事項に該当する者が多かった。

単位（人）

	腹囲	収縮期 血圧	拡張期 血圧	高血圧症 の薬	中性脂肪	脂質異常 症の薬	HDL コレステ ロール	血糖	糖尿病の薬	ヘモグロビ ン A1C
	男85以上 女90以上	130以上	85以上	服薬中	150以上	服薬中	40未満	110以上	服薬中	5.5以上
男性(人)	5,266	3,492	1,680	2,738	2,281	1,209	683	1,117	733	1,270
女性(人)	2,849	1,986	717	1,636	830	1,181	96	455	376	607
割合(分母は男女別のメタボリックシンドローム該当者+予備群の合計数)										
	腹囲	収縮期 血圧	拡張期 血圧	高血圧症 の薬	中性脂肪	脂質異常 症の薬	HDL コレステ ロール	血糖	糖尿病の薬	ヘモグロビ ン A1C
男性	100.0%	66.3%	31.9%	52.0%	43.3%	23.0%	13.0%	21.2%	13.9%	24.1%
女性	100.0%	69.7%	25.2%	57.4%	29.1%	41.5%	3.4%	16.0%	13.2%	21.3%



2 特定保健指導の実施結果

平成23年度は、階層化により特定保健指導の該当者となった者に利用券を交付した。今回も電話による受診勧奨と同時予約制により、多くの対象者に特定保健指導を啓発できたことで、利用者が前年度の実施率約13%から約20%と大幅に伸びている。

平成24年度は、この受診勧奨システムを充実し、更に特定保健指導の利用者の拡大につなげ、保健指導の効果を特定健康診査の受診率に反映させていく。

また、今年度も特定保健指導の効果については、特定保健指導終了者の約55～61%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者は約42%であり、特定保健指導の効果は大きい。

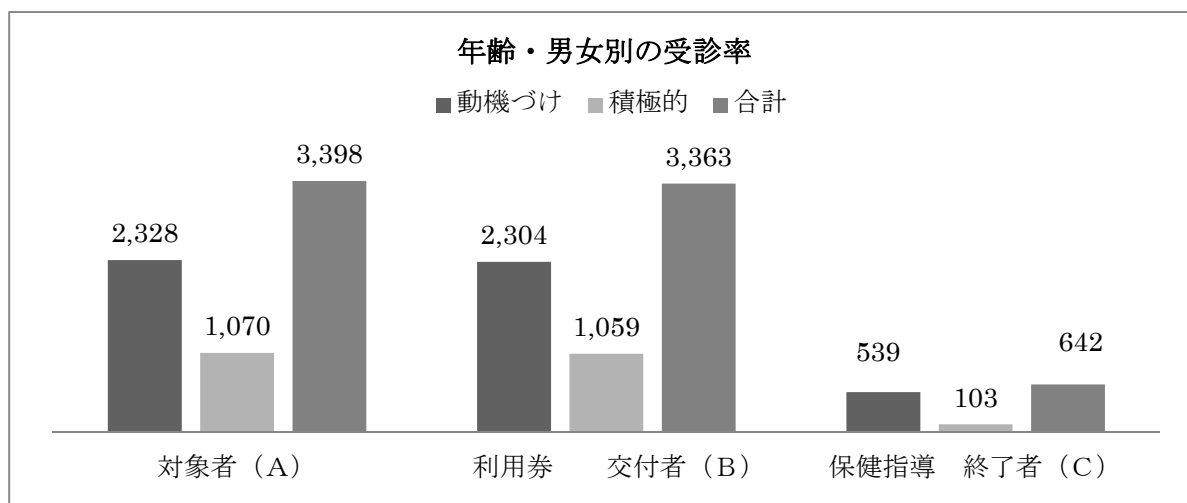
なお、体重が減った者の平均は、動機付け支援は2.1kg、積極的支援は3.1kgの減で、腹囲が減った者の平均は、動機付け支援は3.8cm、積極的支援は4.1cmの減であり、昨年を上回った。

平成23年度

支援区分	対象者(A)	利用券交付者(B)	保健指導終了者(C)	利用率(C/B)	実施率(C/A)
動機付け	2,328	2,304	539	23.4%	23.2%
積極的	1,070	1,059	103	9.7%	9.6%
合計	3,398	3,363	642	19.1%	18.9%

平成22年度

支援区分	対象者(A)	利用券交付者(B)	保健指導終了者(C)	利用率(C/B)	実施率(C/A)
動機付け	2,249	2,141	350	16.3%	15.6%
積極的	1,073	1,053	78	7.4%	7.3%
合計	3,322	3,194	428	13.4%	12.9%

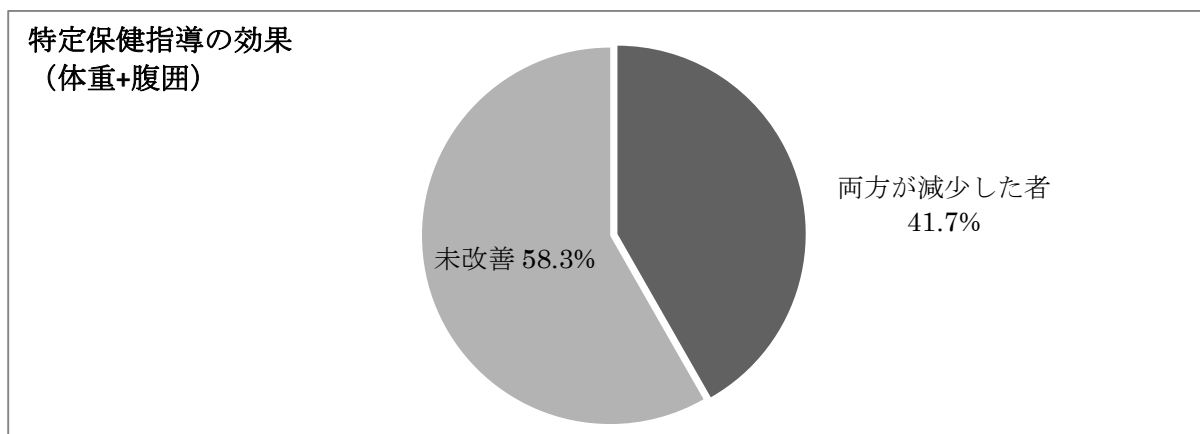
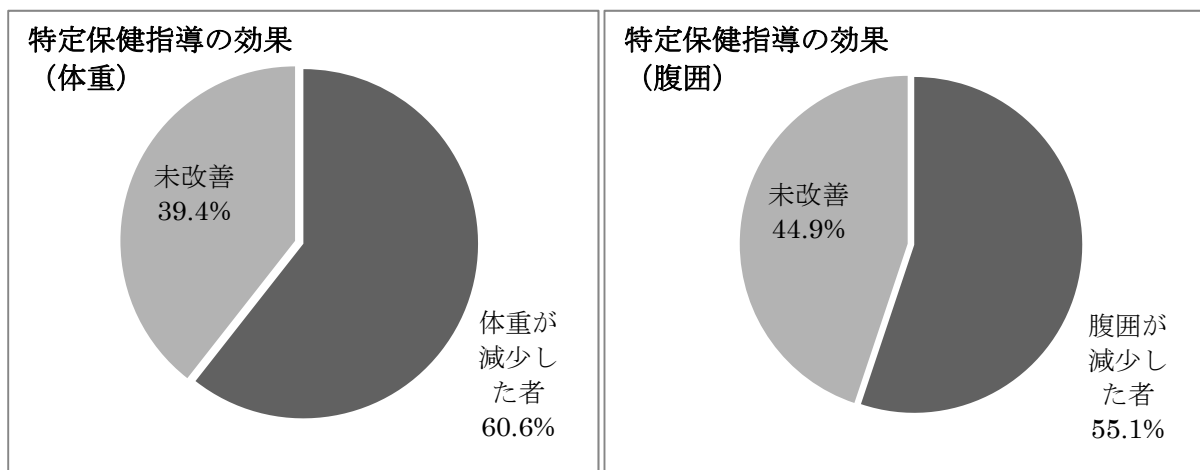


平成23年度

特定保健指導修了者	計	体重が減少した者		腹囲が減少した者		両方減少した者	
		人数	割合	人数	割合	人数	割合
	642	389	60.6%	354	55.1%	268	41.7%
動機付け支援	539	320	59.4%	285	52.9%	212	39.3%
積極的支援	103	69	67.0%	69	67.0%	56	54.4%

平成22年度

特定保健指導修了者	計	体重が減少した者		腹囲が減少した者		両方減少した者	
		人数	割合	人数	割合	人数	割合
	428	291	68.0%	279	65.2%	233	54.4%
動機付け支援	350	238	68.0%	226	64.6%	187	53.4%
積極的支援	78	53	67.9%	53	67.9%	46	59.0%



3 まとめ

保健指導実施内容別 受診者の生活習慣病罹患率 2010年(北区)

※ 平成21年度及び平成22年度の
 被保険者マスタに存在する者で、
 平成21年度に各々の生活習慣病を患っていない者

当該被保険者	生活習慣病計			糖尿病			【高血圧】 脳血管疾患			【高血圧】 脳血管疾患			【高血圧】 脳血管疾患			【高血圧】 のスリ減注		
	平成21年度非患者数			平成21年度非患者数			平成21年度非患者数			平成21年度非患者数			平成21年度非患者数			平成21年度非患者数		
	人数	罹患率	(%)	人数	罹患率	(%)	人数	罹患率	(%)	人数	罹患率	(%)	人数	罹患率	(%)	人数	罹患率	(%)
総計	24,559	4,134	16.8%	38,849	3,788	9.7%	49,870	4,771	9.5%	49,820	4,007	8.0%	51,714	807	1.5%	50,775	221	0.4%
男性	13,088	2,304	17.6%	22,866	2,135	9.3%	31,080	3,007	9.7%	31,069	2,187	7.0%	31,981	667	2.1%	31,844	188	0.6%
女性	8,499	1,830	21.5%	14,983	1,653	11.0%	18,800	1,764	9.3%	18,811	1,820	9.6%	19,733	140	0.7%	19,931	33	0.2%
健康診断なし	8,944	1,417	15.8%	12,810	1,256	9.8%	15,849	1,000	6.3%	15,839	647	4.1%	16,122	237	1.5%	16,069	317	2.0%
健康診断あり	10,661	2,717	25.5%	18,119	2,532	14.0%	24,021	3,771	15.7%	24,051	3,360	14.0%	25,612	570	2.2%	24,706	184	0.7%
【高血圧】 タバコ喫煙者	1,401	30	2.1%	1,618	24	1.5%	240	2	0.8%	240	2	0.8%	240	0	0.0%	240	0	0.0%
【高血圧】 タバコ非喫煙者	911	290	31.8%	1,416	181	12.8%	1,788	97	5.4%	1,812	117	6.5%	1,827	117	6.4%	1,828	117	6.4%
【高血圧】 タバコ喫煙者	803	185	23.0%	918	113	12.3%	1,143	67	5.8%	1,154	67	5.8%	1,159	67	5.8%	1,159	67	5.8%
【高血圧】 タバコ非喫煙者	99	15	15.1%	110	11	10.0%	135	30	22.2%	136	50	36.8%	141	50	35.5%	140	50	35.7%
【高血圧】 タバコ喫煙者	561	140	25.0%	606	102	16.7%	1,000	47	4.7%	1,014	47	4.6%	1,016	47	4.6%	1,016	47	4.6%
【高血圧】 タバコ非喫煙者	199	58	29.1%	217	48	22.1%	338	47	13.9%	337	47	13.9%	401	47	11.7%	401	47	11.7%
【高血圧】 タバコ喫煙者	29	12	41.4%	42	8	19.0%	48	7	14.6%	49	7	14.3%	49	7	14.3%	49	7	14.3%
【高血圧】 タバコ非喫煙者	140	44	31.4%	235	41	17.4%	342	40	11.7%	342	40	11.7%	352	40	11.4%	352	40	11.4%
【高血圧】 タバコ喫煙者	551	125	22.5%	759	85	11.2%	927	67	7.2%	927	67	7.2%	927	67	7.2%	927	67	7.2%
【高血圧】 タバコ非喫煙者	19	9	47.4%	29	3	10.3%	31	0	0.0%	31	0	0.0%	31	0	0.0%	31	0	0.0%
【高血圧】 タバコ喫煙者	534	105	19.5%	734	82	11.0%	888	67	7.5%	888	67	7.5%	888	67	7.5%	888	67	7.5%
【高血圧】 タバコ非喫煙者	223	51	22.9%	305	25	8.2%	342	0	0.0%	342	0	0.0%	342	0	0.0%	342	0	0.0%
【高血圧】 タバコ喫煙者	8	3	37.5%	8	1	12.5%	8	0	0.0%	8	0	0.0%	8	0	0.0%	8	0	0.0%
【高血圧】 タバコ非喫煙者	225	48	21.3%	297	24	8.1%	334	0	0.0%	334	0	0.0%	334	0	0.0%	334	0	0.0%
【高血圧】 タバコ喫煙者	233	75	32.2%	413	65	15.7%	533	67	12.6%	530	67	12.6%	530	67	12.6%	530	67	12.6%
【高血圧】 タバコ非喫煙者	19	5	26.3%	17	2	11.8%	21	0	0.0%	20	0	0.0%	20	0	0.0%	20	0	0.0%
【高血圧】 タバコ喫煙者	283	70	24.7%	402	61	15.2%	507	67	13.2%	507	67	13.2%	514	67	13.0%	515	67	13.0%

平成23年度も特定健診の結果、男性は約2人に1人、女性は約6人に1人がメタボリックシンドロームの該当者又はその予備群であった。

しかし、特定保健指導の実施により利用者の約6割を超える方々に体重や腹囲の減少が見られたことは大きな成果であり、今後も利用率の向上により区民の健康に寄与するという目標を推進していく。

平成23年度以降は、40～74歳の対象者を同じ時期（6月1日～8月31日）に実施することで特定健診受診期間の延長を図り、特定保健指導も該当者全員を対象に個別通知および電話による受診勧奨を実施し、利用者の拡大を図り、大幅な特定保健指導者の利用につながった。

上記の図からもわかるように、特定保健指導の効果はわかっているが、それが伝わらなくては、特定健診の受診者や特定保健指導の利用者の増加は見込めない。

今後も、下記の対策を講じて特定健診の受診者や特定保健指導の利用者の増加を目指していく。

- イベントの実施、受診促進のお知らせ通知など、普及啓発の充実を図り、特定健康診査および特定保健指導への理解と関心を高める活動を強化する。
- 特定保健指導期間の延長や実施回数を増やし、利用者の利便性を高める。
- 特定保健指導実施前の電話等による勧奨（確認を含む）や予約・予約変更システムの利便性の向上、受診対象者に向けて「初回面接のご案内」を個別に周知する。
- インターネットによる保健指導対応（希望者および聴覚に障害のある方）

- 受診者が健診結果説明を受けてから特定保健指導を利用するまでの期間短縮に努め、特定保健指導の対象となる受診者の健康に対する意識や特定保健指導への参加意欲が時間の経過により薄らぐのを防ぐ。