

# 特定健康診査・特定保健指導実績報告書

平成25年度版

(平成24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 | 3 頁 |
| 5 | 案内方法等      | 4 頁 |
| 6 | 事業の所管      | 4 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 | 6 頁  |
| ②-1 | 受診結果        | 7 頁  |
| ②-2 | 男性の受診結果     | 8 頁  |
| ②-3 | 女性の受診結果     | 8 頁  |
| ②-4 | 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    | 11 頁 |
| 2   | 特定保健指導の実施結果 | 12 頁 |
| 3   | まとめ         | 14 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。平成24年度は、1期の最終年にあたる。

計画改定の年に当たる平成25年5月、「東京都北区国民健康保険特定健診等実施計画第2期」を策定した。第2期は、平成29年度までとしている。

### 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 |

第2期の目標値は、国が定めた目標率によれば、平成29年度における特定健診受診率を60%、特定保健指導実施率を60%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した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

#### (1) 北区の人口推移

単位（人）

|         | 21年4月   | 22年4月   | 23年4月   | 24年4月   | 25年4月   |
|---------|---------|---------|---------|---------|---------|
| 住基登録者数  | 319,470 | 318,715 | 317,598 | 317,663 | 333,406 |
| 外国人登録者数 | 15,743  | 16,151  | 15,863  | 15,095  |         |
| 計       | 335,213 | 334,866 | 333,461 | 332,758 | 333,406 |

※ 平成24年7月9日の住民基本台帳法の改正に伴い、平成25年4月は、住基登録者数に外国人人口を含みます。

#### (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）

|            | 21年4月  | 22年4月  | 23年4月  | 24年4月  | 25年4月  |
|------------|--------|--------|--------|--------|--------|
| 被保険者数(男)   | 32,566 | 32,622 | 32,442 | 32,310 | 32,076 |
| 被保険者数(女)   | 35,895 | 35,564 | 35,316 | 34,957 | 34,474 |
| 被保険者数(計)   | 68,461 | 68,186 | 67,758 | 67,267 | 66,550 |
| 特定健診受診目標率  | 50%    | 55%    | 60%    | 65%    | 45%    |
| 特定健診目標者数   | 34,231 | 37,502 | 40,655 | 43,724 | 29,948 |
| 特定保健指導目標率  | 15%    | 25%    | 35%    | 45%    | 25%    |
| 特定保健指導目標者数 | 1,284  | 2,344  | 3,557  | 4,919  | 973    |

※ 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。

## 4 実施機関及び実施方法

平成24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 (140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(8医療機関)  
外部委託機関(入札による)

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
- : 積極的支援

## 5 案内方法等

平成24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、25年3月に「25年度の特定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、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、健診事業を一元化して、区民にわかりやすく効率的な事業とする必要から、平成24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<sup>1</sup>

北区の受診率は、前年度（41.9%）を若干上回り42.3%であった。男性の受診者が増えたことによるものである。

平成24年度

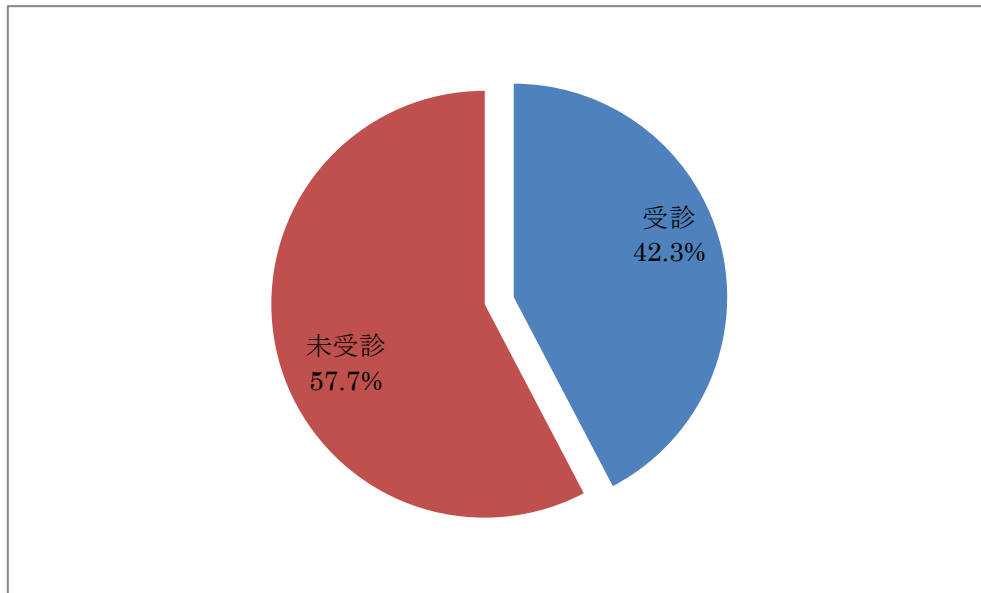
| 健診対象者（人） |        |        | 受診者数（人） |        |        | 受診率   |       |       |
|----------|--------|--------|---------|--------|--------|-------|-------|-------|
| 男性       | 女性     | 計      | 男性      | 女性     | 計      | 男性    | 女性    | 計     |
| 33,642   | 36,081 | 69,723 | 11,849  | 17,656 | 29,505 | 35.2% | 48.9% | 42.3% |

平成23年度

| 健診対象者（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% |

<sup>1</sup> 北区特定健診・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）を含めた実施者数である。健診対象者は、受診券発行数とする。

平成24年度



【参考】特定健診受診者数・受診率（法定報告<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     |
| 24 | 29,724    | 31,825 | 61,549 | 10,719  | 16,073 | 26,792 | 36.1% | 50.5% | 43.5% |
| 23 | 29,990    | 32,360 | 62,350 | 10,566  | 16,273 | 26,839 | 35.2% | 50.3% | 43.0% |

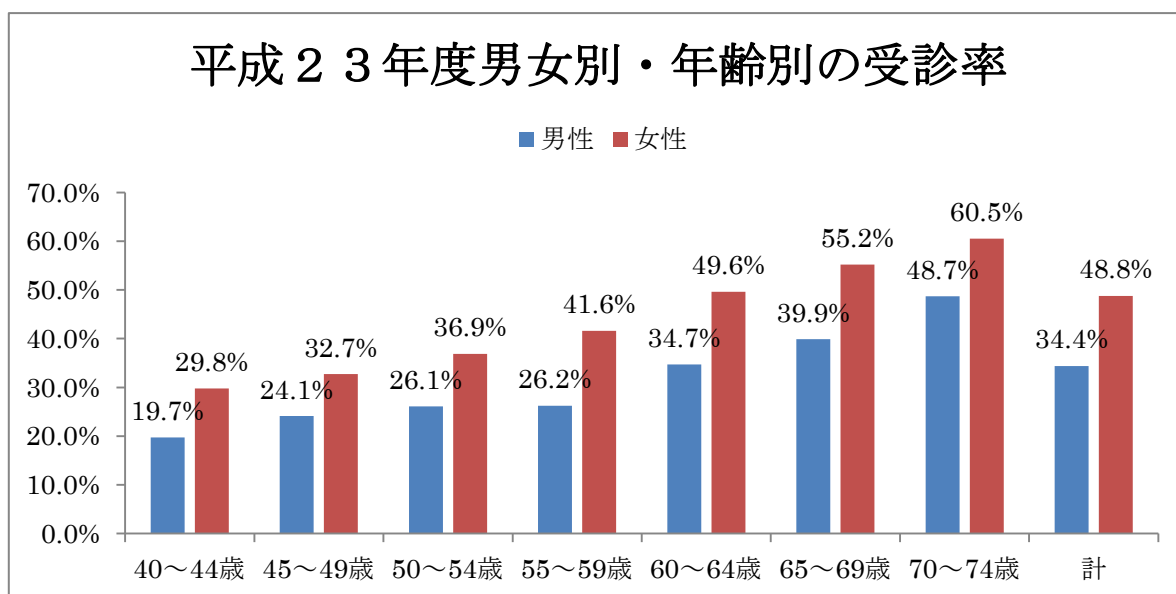
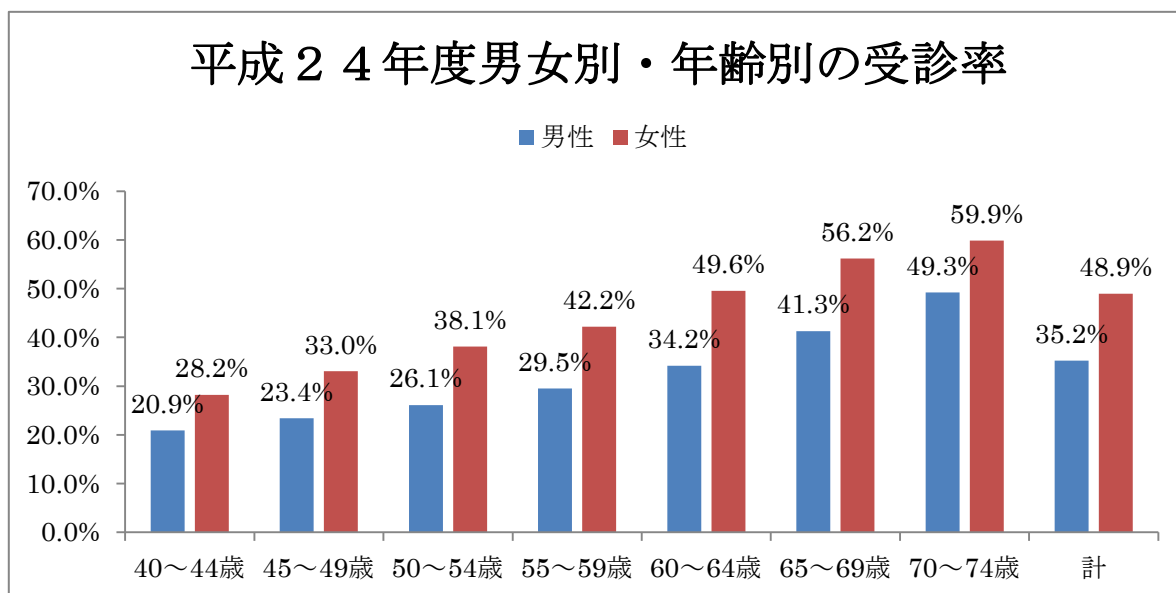
法定報告では、北区の平成23年度の受診率は、43.0%であり、23区中9位であった。目標値には届かなかったものの、東京都の特別区受診率41.5%を上回った。（東京都福祉保健局保健政策部「平成25年1月21日付け平成23年度特定健診・特定保健指導実施結果」による）

<sup>2</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）。なお、妊産婦その他の厚生労働大臣が定める者は、この対象から除く。

## 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 | 3,927     | 3,406  | 7,333  | 822     | 961    | 1,783  | 20.9% | 28.2% | 24.3% |
| 45～49歳 | 3,476     | 2,942  | 6,418  | 814     | 972    | 1,786  | 23.4% | 33.0% | 27.8% |
| 50～54歳 | 3,009     | 2,764  | 5,773  | 786     | 1,054  | 1,840  | 26.1% | 38.1% | 31.9% |
| 55～59歳 | 3,131     | 3,134  | 6,265  | 924     | 1,323  | 2,247  | 29.5% | 42.2% | 35.9% |
| 60～64歳 | 5,661     | 6,125  | 11,786 | 1,935   | 3,037  | 4,972  | 34.2% | 49.6% | 42.2% |
| 65～69歳 | 6,832     | 8,047  | 14,879 | 2,822   | 4,522  | 7,344  | 41.3% | 56.2% | 49.4% |
| 70～74歳 | 7,606     | 9,663  | 17,269 | 3,746   | 5,787  | 9,533  | 49.3% | 59.9% | 55.2% |
| 計      | 33,642    | 36,081 | 69,723 | 11,849  | 17,656 | 29,505 | 35.2% | 48.9% | 42.3% |



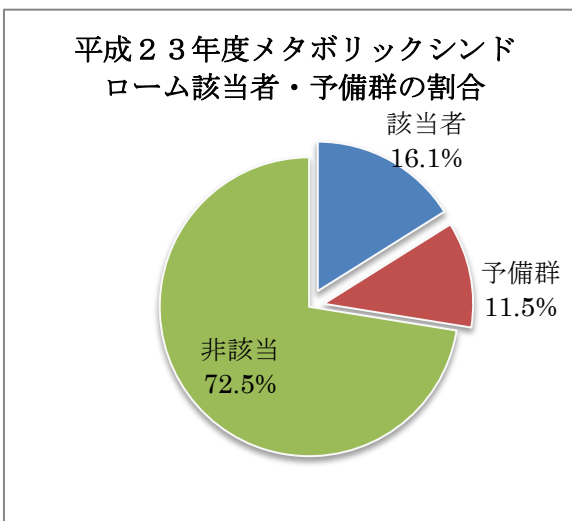
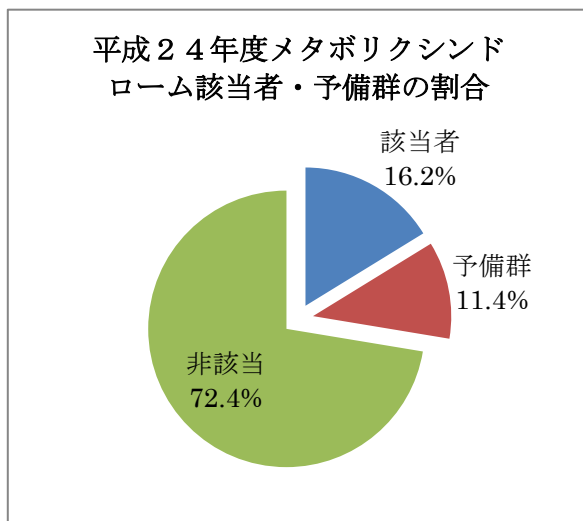


## ②-1 受診結果

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<br>(人) | 予備群<br>(人) | 非該当<br>(人) | 受診者数計  | 割合    |       |       |
|------------|------------|------------|--------|-------|-------|-------|
|            |            |            |        | 該当者   | 予備群   | 非該当   |
| 4,789      | 3,359      | 21,357     | 29,505 | 16.2% | 11.4% | 72.4% |



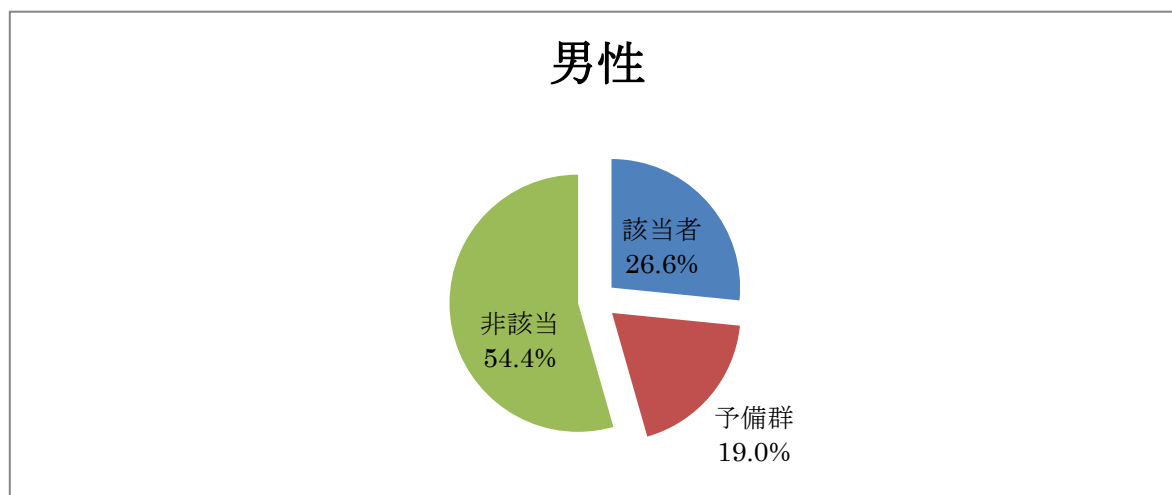
| 年齢     | メタボ該当者(人) |       |       | メタボ予備群者数(人) |       |       | 非該当者数(人) |        |        | 合計     |
|--------|-----------|-------|-------|-------------|-------|-------|----------|--------|--------|--------|
|        | 男性        | 女性    | 計     | 男性          | 女性    | 計     | 男性       | 女性     | 計      |        |
| 40～44歳 | 100       | 25    | 125   | 178         | 31    | 209   | 544      | 905    | 1,449  | 1,783  |
| 45～49歳 | 155       | 18    | 173   | 169         | 43    | 212   | 490      | 911    | 1,401  | 1,786  |
| 50～54歳 | 182       | 49    | 231   | 158         | 47    | 205   | 446      | 958    | 1,404  | 1,840  |
| 55～59歳 | 274       | 93    | 367   | 175         | 65    | 240   | 475      | 1,165  | 1,640  | 2,247  |
| 60～64歳 | 590       | 258   | 848   | 345         | 197   | 542   | 1,000    | 2,582  | 3,582  | 4,972  |
| 65～69歳 | 784       | 416   | 1,200 | 505         | 283   | 788   | 1,533    | 3,823  | 5,356  | 7,344  |
| 70～74歳 | 1,065     | 780   | 1,845 | 720         | 443   | 1,163 | 1,961    | 4,564  | 6,525  | 9,533  |
| 計      | 3,150     | 1,639 | 4,789 | 2,250       | 1,109 | 3,359 | 6,449    | 14,908 | 21,357 | 29,505 |

| 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   | 腹囲           | 男 85以上       | 該当者                    | 予備群                  |
|             |      |              | 女 90以上       |                        |                      |
| B           | 血圧   | 収縮期          | 130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 |
|             |      | 拡張期          | または<br>85以上  |                        |                      |
| または、高血圧の服薬中 |      |              |              |                        |                      |
| C           | 脂質代謝 | 中性脂肪         | 150以上        |                        |                      |
|             |      | HDLコレステロール   | または<br>40未満  |                        |                      |
|             |      | または、高脂血症の服薬中 |              |                        |                      |
| D           | 糖代謝  | 血糖           | 110以上        |                        |                      |
|             |      | ヘモグロビンA1c    | または<br>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46%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歳男性の約2人に1人が該当または予備群となる国の調査結果にほぼあてはまる（「平成23年国民健康・栄養調査結果」による）

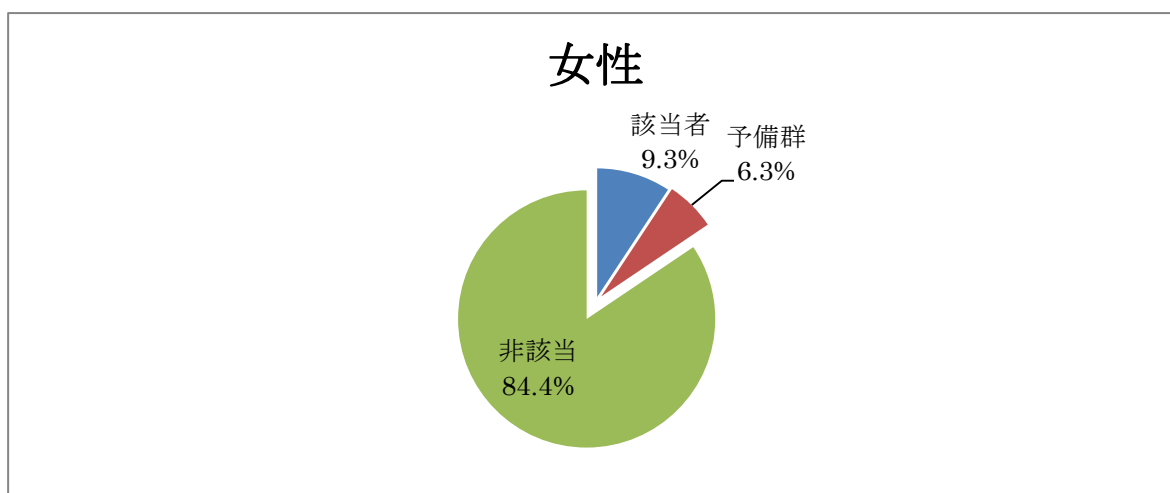
| 該当者（人） | 予備群（人） | 非該当者数（人） | 男性受診者計 | 割合    |       |       |
|--------|--------|----------|--------|-------|-------|-------|
|        |        |          |        | 該当者   | 予備群   | 非該当   |
| 3,150  | 2,250  | 6,449    | 11,849 | 26.6% | 19.0% | 54.4% |



## ③-3 女性の受診結果

女性受診者のうち、約16%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歳女性の約5人に1人が該当または予備群となる国の調査結果にほぼあてはまる（「平成23年国民健康・栄養調査結果」による）

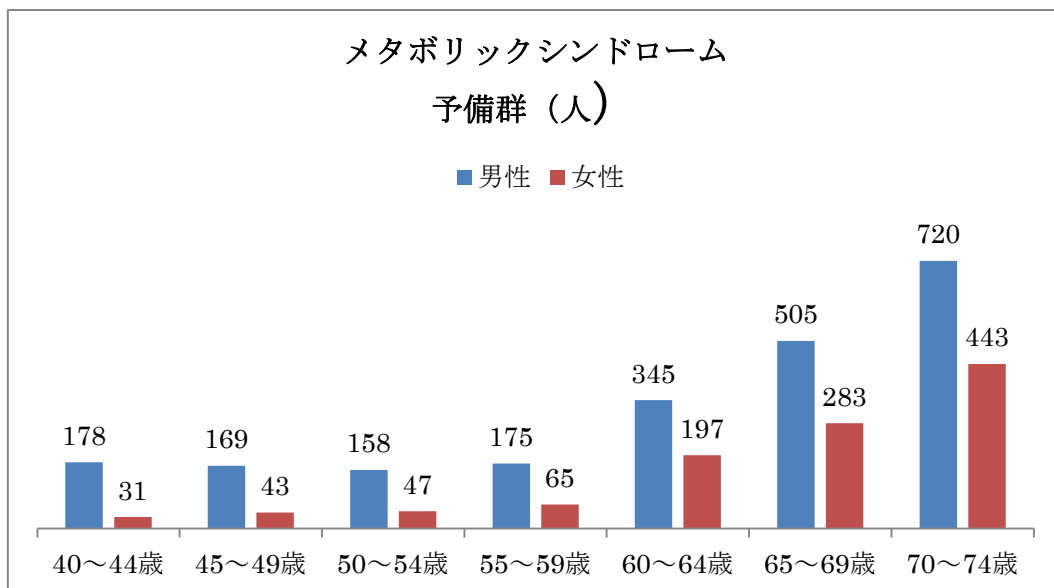
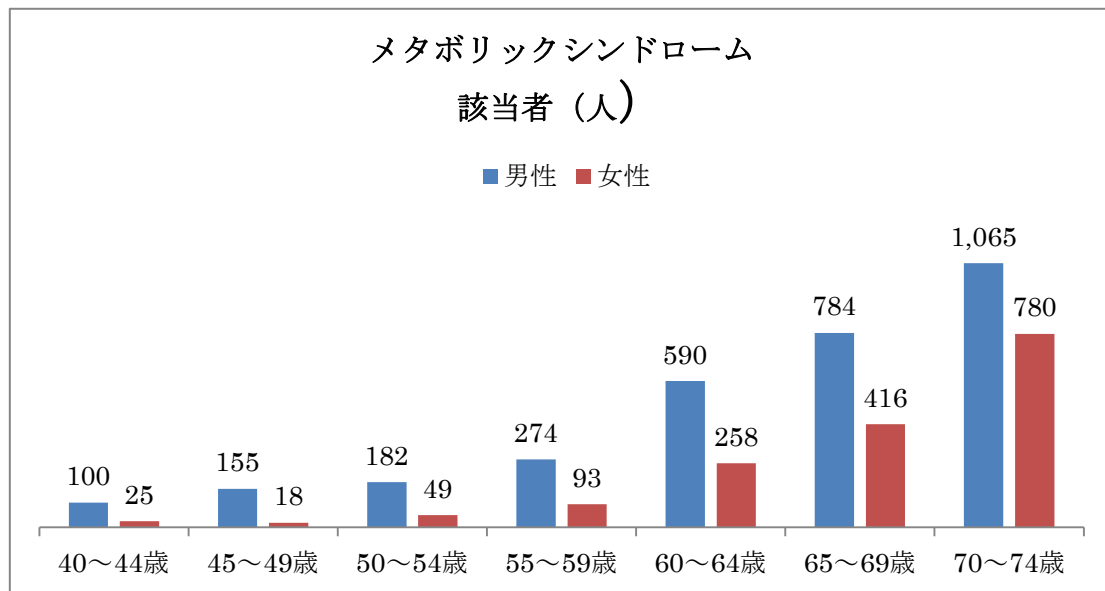
| 該当者（人） | 予備群（人） | 非該当者数（人） | 女性受診者計 | 割合   |      |       |
|--------|--------|----------|--------|------|------|-------|
|        |        |          |        | 該当者  | 予備群  | 非該当   |
| 1,639  | 1,109  | 14,908   | 17,656 | 9.3% | 6.3% | 84.4% |



## 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（P4参照）、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 | 100          | 25  | 178    | 31  | 278        | 56    | 12.2%       | 2.6%  | 21.7% | 3.2% | 33.8%   | 5.8%  |
| 45～49歳 | 155          | 18  | 169    | 43  | 324        | 61    | 19.0%       | 1.9%  | 20.8% | 4.4% | 39.8%   | 6.3%  |
| 50～54歳 | 182          | 49  | 158    | 47  | 340        | 96    | 23.2%       | 4.6%  | 20.1% | 4.5% | 43.3%   | 9.1%  |
| 55～59歳 | 274          | 93  | 175    | 65  | 449        | 158   | 29.7%       | 7.0%  | 18.9% | 4.9% | 48.6%   | 11.9% |
| 60～64歳 | 590          | 258 | 345    | 197 | 935        | 455   | 30.5%       | 8.5%  | 17.8% | 6.5% | 48.3%   | 15.0% |
| 65～69歳 | 784          | 416 | 505    | 283 | 1,289      | 699   | 27.8%       | 9.2%  | 17.9% | 6.3% | 45.7%   | 15.5% |
| 70～74歳 | 1,065        | 780 | 720    | 443 | 1,785      | 1,223 | 28.4%       | 13.5% | 19.2% | 7.7% | 47.7%   | 21.1% |

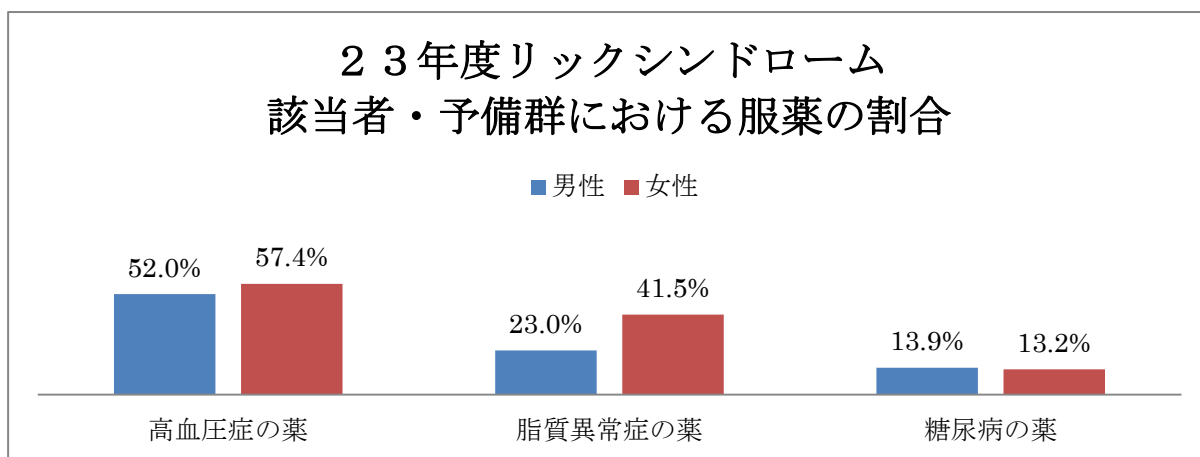
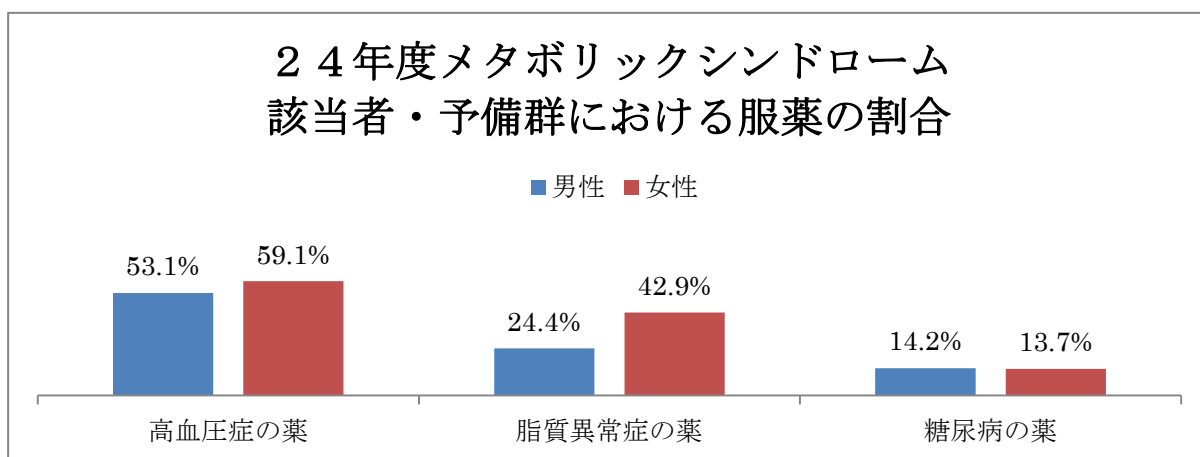


### ③服薬の状況

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2倍となっている。
- 糖尿病の薬を服用している方の割合について、男女差はない。

| 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  | 2,869  | 1,625 | 53.1%                                       | 59.1% |
| 脂質異常症の薬 | 1,319  | 1,179 | 24.4%                                       | 42.9% |
| 糖尿病の薬   | 767    | 377   | 14.2%                                       | 13.7% |



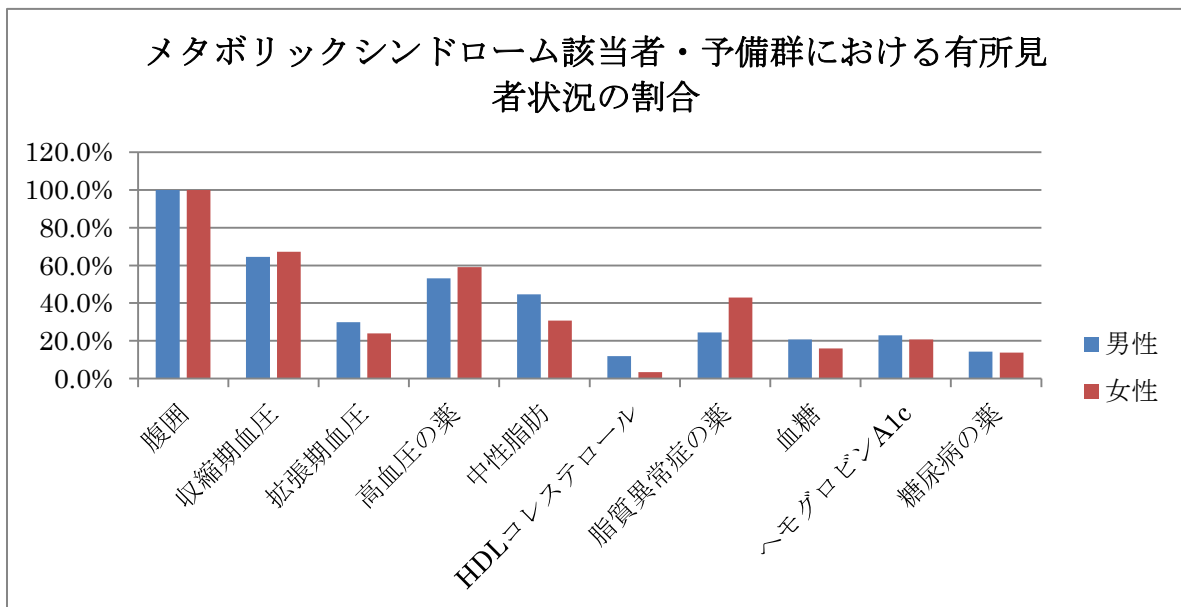
#### ④該当項目別の状況

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<br>血圧 | 拡張期<br>血圧 | 高血圧<br>の薬 | 中性脂肪  | HDLコレ<br>ステ<br>ロール | 脂質異常<br>症の薬 | 血糖    | ヘモグロ<br>ビンA1c | 糖尿病の<br>薬 |
|-------------------------------------|----------------|-----------|-----------|-----------|-------|--------------------|-------------|-------|---------------|-----------|
|                                     | 男85以上<br>女90以上 | 130以上     | 85以上      | 服薬中       | 150以上 | 40未満               | 服薬中         | 110以上 | 5.5以上         | 服薬中       |
| 男性（人）                               | 5,400          | 3,484     | 1,617     | 2,869     | 2,414 | 637                | 1,319       | 1,114 | 1,239         | 767       |
| 女性（人）                               | 2,748          | 1,849     | 657       | 1,625     | 846   | 92                 | 1,179       | 439   | 570           | 377       |
| 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） |                |           |           |           |       |                    |             |       |               |           |
|                                     | 腹囲             | 収縮期<br>血圧 | 拡張期<br>血圧 | 高血圧<br>の薬 | 中性脂肪  | HDLコレ<br>ステ<br>ロール | 脂質異常<br>症の薬 | 血糖    | ヘモグロ<br>ビンA1c | 糖尿病の<br>薬 |
| 男性                                  | 100.0%         | 64.5%     | 29.9%     | 53.1%     | 44.7% | 11.8%              | 24.4%       | 20.6% | 22.9%         | 14.2%     |
| 女性                                  | 100.0%         | 67.3%     | 23.9%     | 59.1%     | 30.8% | 3.3%               | 42.9%       | 16.0% | 20.7%         | 13.7%     |



## 2 特定保健指導の実施結果

平成24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、終了者が前年度の実施率約19%から約25%と大幅に伸びている。

平成25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44%であり、特定保健指導の効果は大きい。

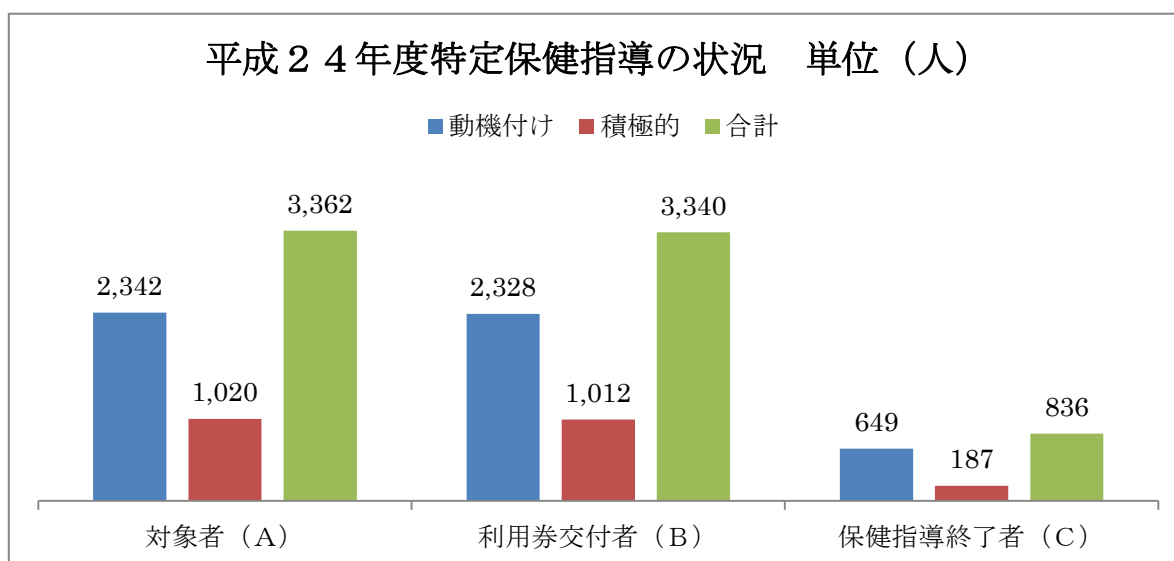
なお、体重が減った者の平均は、動機付け支援は2.3kg、積極的支援は3.8kgの減で、腹囲が減った者の平均は、動機付け支援は4.3cm、積極的支援は5.0cmの減であり、昨年を上回った。

### 平成24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 | 2,342   | 2,328      | 649         | 27.9%     | 27.7%     |
| 積極的  | 1,020   | 1,012      | 187         | 18.5%     | 18.3%     |
| 合計   | 3,362   | 3,340      | 836         | 25.0%     | 24.9%     |

### 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%     |



【参考】特定保健指導終了者数・実施率（法定報告）

| 年度 | 指導対象者数（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     |
| 24 | 2,155     | 911 | 3,066 | 605    | 174 | 779 | 28.1% | 19.1% | 25.4% |
| 23 | 2,140     | 950 | 3,090 | 492    | 95  | 587 | 23.0% | 10.0% | 19.0% |

法定報告では、北区の平成23年度指導実施率は、19.0%であり、23区中5位であった。目標値には届かなかったものの、東京都の特別区実施率13.6%を上回った。（東京都福祉保健局保健政策部「平成25年1月21日付け平成23年度特定健診・特定保健指導実施結果」による）

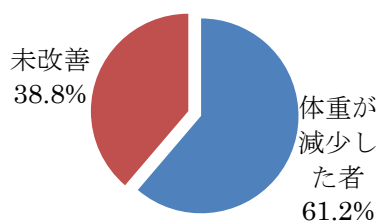
平成24年度

| 特定保健指導終了者 | 計   | 体重が減少した者     | 腹囲が減少した者     | 両方減少した者      |
|-----------|-----|--------------|--------------|--------------|
|           | 836 | 512<br>61.2% | 458<br>54.8% | 366<br>43.8% |
| 動機付け支援    | 649 | 379<br>58.4% | 335<br>51.6% | 262<br>40.4% |
| 積極的支援     | 187 | 133<br>71.1% | 123<br>65.8% | 104<br>55.6% |

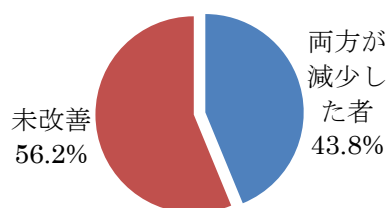
平成23年度

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

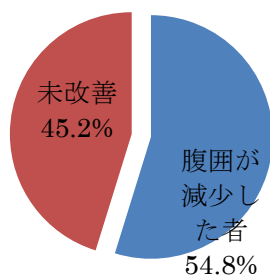
特定保健指導の効果  
(体重)



特定保健指導の効果  
(体重+腹囲)



特定保健指導の効果 (腹囲)



### 3 まとめ

平成24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割の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。
- 特定保健指導の実施回数を増やし、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。



特定健康診査・特定保健指導実績報告書  
平成25年度版（平成24年度実績）  
平成26年1月発行

刊行物登録番号  
25-1-095

<発行>

東京都北区区民部国保年金課  
東京都北区王子本町一丁目15番22号  
電話 03(3908)1130(ダイヤルイン)