

神石高原町特定健康診査等実施計画 ＜概要版＞

計画策定の趣旨

本計画は、神石高原町が神石高原町国民健康保険の保険者として、内臓脂肪症候群（以下「メタボリックシンドローム」と言います）の該当者、予備群の減少により、町民の健康維持・生活の質の向上と、中長期的な医療費の適正化を図るために、国が示している特定健康診査等基本指針に即して、メタボリックシンドロームに着目した生活習慣病予防のための健康診査・保健指導（以下「特定健康診査」・「特定保健指導」と言います）を効率的かつ効果的に実施する体制について定めるものです。

メタボリックシンドロームとは？

肥満症や高血圧、高脂血症、糖尿病などの生活習慣病は、それぞれが独立した別の病気ではなく、肥満—特に内臓に脂肪が蓄積した肥満（内臓脂肪型肥満と言います）—が原因であることがわかってきています。このように、内臓脂肪型肥満によって、さまざまな病気が引き起こされやすくなった状態を『メタボリックシンドローム』と言います。

メタボリックシンドロームや、その予備群の人を見つけ出し、改善や予防を行うことが重要になってきます。

計画の位置づけ

本計画は、「高齢者の医療の確保に関する法律」の第19条に定められている「特定健康診査等実施計画」として、神石高原町国民健康保険の保険者である神石高原町が策定するものです。

計画の期間

本計画は5年を1期として計画するもので、第1期計画の計画期間は平成20年度～平成24年度までの5年間とします。

達成しようとする目標

国の特定健康診査等基本指針を踏まえて、平成24年度における特定健康診査受診率の目標を65%、特定保健指導の実施率を45%、メタボリックシンドロームの該当者・予備群の減少率を10%にします。

神石高原町国民健康保険における特定健康診査受診率の各年度の目標値は、平成19年度の基本健康診査受診率（39%）を参考に段階的に平成24年度の目標値に近づくものとしています。

また、特定保健指導実施率の目標は、平成20年度は特定保健指導ニーズがどの程度顕在化するか不明確であることから25%と低めにしますが、平成21年度から特定保健指導に関する周知、指導体制を確立し、目標値を45%とします。

表 特定健康診査・特定保健指導目標値

(単位：%)

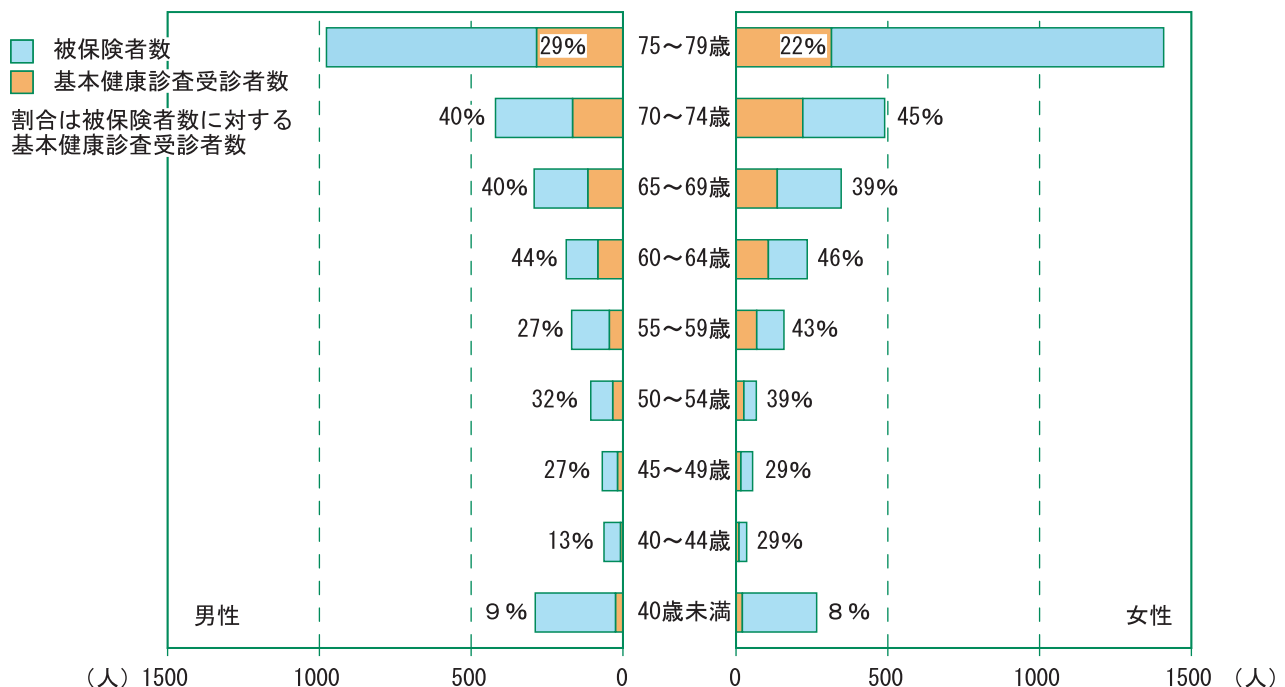
区分	平成20年度	平成21年度	平成22年度	平成23年度	平成24年度
特定健康診査受診率	40	50	55	60	65
特定保健指導実施率	25	45	45	45	45
内臓脂肪症候群の該当者・予備群の減少率					10

表 平成24年度までの各年度の対象者数（推計）

(単位：人)

区分	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
特定健康診査対象被保険者数	2,693	2,494	2,412	2,330	2,312
特定健康診査受診数	1,077	1,247	1,327	1,398	1,503
特定保健指導実施数	64	133	142	151	162

表 基本健康診査の受診率（平成19年）



特定健康診査の実施について

▶▶ **対象者** 神石高原町国民健康保険の被保険者で、40歳以上75歳未満の方

▶▶ **実施場所・実施時期**

集団特定健康診査

集団健診による特定健康診査は、町の総合健診（特定健康診査、39歳以下の健診、生活保護受給者の健診、後期高齢者の健診、生活機能評価、骨粗鬆症検診、歯周疾患検診、肝炎ウイルス検診、がん検診を併せて実施する健診）の各会場で次のように実施します。

実施時期は、6～7月に各会場で実施します。

表 神石高原町総合健診の実施会場

区分	実施会場
油木地区	油木体育館
神石地区	総合交流センターじんせきの里
豊松地区	多目的体育館
三和地区	三和公民館、さんわ総合センター、くるみふれあいプラザ

個別特定健康診査

個別健診による特定健康診査は、集合契約に参加した医療機関で実施します。

実施時期は10月～12月で、希望者は実施医療機関に事前に予約し、特定健康診査を受けることとします。

▶▶ **実施項目**

メタボリックシンドロームの要因である内蔵脂肪型肥満の人を発見するため、基本的な健診を行います。また、受診者に対して、医師が必要と判断した場合は詳細な健診を行います。

区分	検査項目
基本的な健診項目	①質問項目、②身体計測（身長、体重、BMI、腹囲）、③理学的検査（身体診察）、④血圧測定、血液化学検査（中性脂肪、HDL-C、LDL-C）、⑤肝機能検査（AST（GOT）、ALT（GPT）、 γ -GT（ γ -GTP））、⑥血糖検査（空腹時血糖又はHbA1c検査を選択）、⑦尿検査（尿糖、尿蛋白）
詳細な健診項目	①心電図検査、②眼底検査、③貧血検査

▶▶ **自己負担額**（ただし、70歳以上の方と町民税非課税世帯の方は無料）

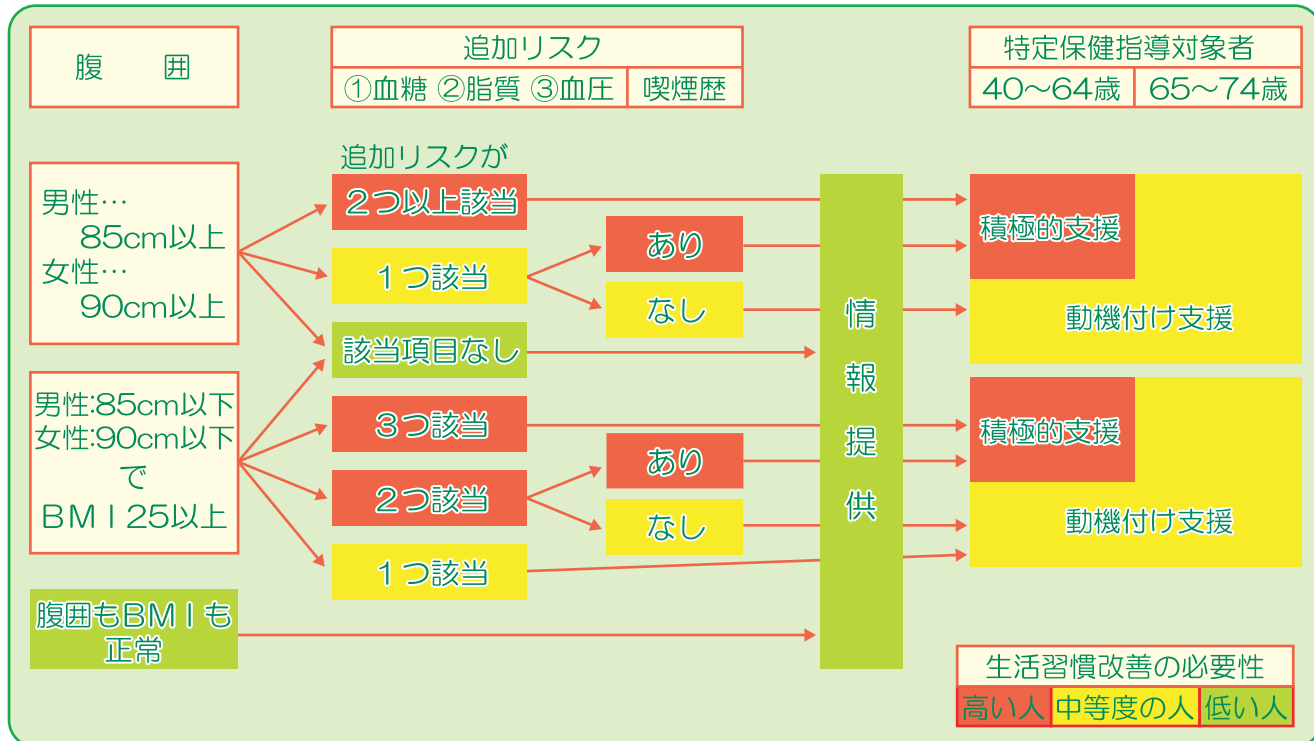
■ 集団特定健康診査：1,200円/人

■ 個別特定健康診査：1,600円/人

特定保健指導の実施について

▶▶ 対象者

特定健康診査の結果に基づき、特定保健指導の対象者（メタボリックシンドロームの該当者及び予備群）を選定します。



▶▶ 特定保健指導の内容

特定保健指導は、指導の必要性の度合によって、「情報提供」、「動機付け支援」、「積極的支援」の区分に分けて実施します。

区 分	内 容
情報提供	特定保健指導の非該当者に対しては、メタボリックシンドロームについての基本的知識や、どのような生活習慣が問題になるか、食生活や運動習慣等の面でどのような取り組みが大事ななどの情報提供を行います。
動機付け支援	動機付け支援の対象者には、情報提供に加え、生活週間の改善を促す原則1回の支援を行います。 ■ 個別支援：個別支援(面接) + 6ヶ月後の評価(目標の達成度を判定) ■ グループ支援：グループ支援(面接・運動) + 6ヶ月後の評価(目標の達成度を判定)
積極的支援	積極的支援の対象者には、情報提供に加え、3か月以上、複数回にわたる継続的な支援を行います。 ■ 支援内容：電話支援、個別支援(面接)、グループ支援(栄養・運動) 定期的に指導し、目標の達成度を判定

▶▶ 自己負担額 (ただし、70歳以上の方と町民税非課税世帯の方は無料)

- 動機付け支援：無料
- 積極的支援：1,000円/人

▶▶ 実施時期

- 集団健康診査受診者：9月～3月
- 個別健康診査受診者：1月～7月

特定健康診査・特定保健指導のスケジュール

■ 平成20年度の例 ■

月	特定健康診査	特定保健指導
1月	総合健診準備	
2月		
3月	総合健診の案内・申込み受付け	
4月		
5月	総合健診書類の発送	
6月		
7月	総合健診の実施・受診	特定保健指導対象者への特定保健指導受講の案内
8月	総合健診結果の送付	
9月		<div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;">動機付け支援</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;">積極的支援</div> </div>
10月	個別健診の案内	
11月	個別健診の受診	
12月		
1月	特定保健指導対象者への特定保健指導受講の案内	
2月		<div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;">動機付け支援</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;">積極的支援</div> </div>
3月		
4月		
5月		
6月		
7月		

■ 参考 平成19年度と平成20年度の総合健診の比較 ■

総合健診においては、特定健康診査だけでなく、39歳以下の健診、生活保護受給者の健診、後期高齢者の健診、生活機能評価、がん検診等を併せて実施します。

平成19年度

平成20年度

