

山陽小野田市国民健康保険データヘルス計画(案)

(H28.2.18 現在版)



平成 28 年 月

山陽小野田市

目次

【第1章】計画の策定にあたって	・・・ 1
1. 本計画の背景と目的	
2. 計画期間	
【第2章】山陽小野田市の現状	・・・ 2
1. 年齢構成の推移	
(1) 市全体の人口と高齢化率の推移	
(2) 国保加入者の年齢構成の推移	
2. 国保加入者の医療費・健診受診率等の状況	・・・ 3
(1) 1人あたりの医療費の推移	
(2) 主要疾病分類別医療費（入院）の状況	・・・ 4
(3) 主要疾病分類別医療費（外来）の状況	
(4) 特定健康診査受診率の推移	・・・ 5
(5) 特定保健指導利用率の推移	
(6) 特定健康診査質問票に見られる生活習慣	・・・ 6
(7) 要介護・要支援者の有病状況	・・・ 8
【第3章】健康課題及び今後の保健事業の方向性	・・・ 10
【第4章】保健事業の実施内容	・・・ 11
1. ポピュレーションアプローチ	
2. 疾病の早期発見の取り組み	・・・ 14
3. ハイリスクアプローチ	・・・ 16
4. その他医療費適正化の取り組み	・・・ 18
【第5章】計画の評価・見直し・公表等	・・・ 19
1. 計画の評価	
2. 計画の見直し	
3. 計画の公表	
4. 個人情報保護	

●第1章 計画の策定にあたって

1. 本計画の背景と目的

急速に進展する少子高齢化や生活習慣病の増加により医療費が増嵩するなか、国は「日本再興戦略」（平成25年6月14日閣議決定）において「全ての健康保険組合に対し、レセプト等のデータの分析、それに基づく加入者の健康保持増進のための保健事業実施計画（以下「データヘルス計画」という。）の作成・公表、事業実施、評価等の取組を求めるとともに、市町村国保が同様の取組を行うことを推進する」こととした。これを踏まえ改正された「国保法に基づく保健事業の実施等に関する指針」では、各保険者でデータヘルス計画を策定し、健康・医療情報を活用してPDCAサイクルに沿って事業推進を図ることを求めている。

山陽小野田市では、これまでも「特定健康診査・特定保健指導等実施計画」に基づき疾病の早期発見と重症化予防に取り組むとともに運動教室等を開催して健康的な生活習慣の確立を促すなど積極的に施策を推進してきたところであるが、効果の検証と事業の見直しを図りながらさらに効果的な事業展開を図るため、このたび本計画を策定するものである。

なお、本計画の推進にあたっては、健康増進法に基づき定められた「国民の健康の増進の総合的推進を図るための基本的な方針」を踏まえるとともに、「健康やまぐち21計画」「山口県医療費適正化計画」や、山陽小野田市における「総合計画」をはじめ、「特定健康診査・特定保健指導等実施計画」「SOS健康づくり計画」「食育推進計画」「高齢者福祉計画」等と整合性を図りながら事業展開していく。

2. 計画期間

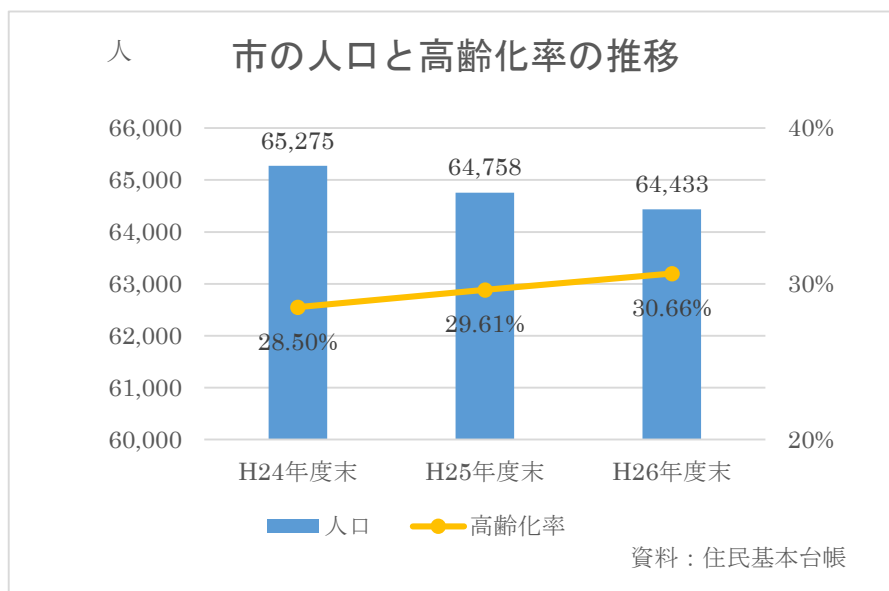
本計画における計画期間は平成28年度から平成29年度までの2年間とし、必要に応じて事業内容の見直しを行う。平成30年度以降は「山陽小野田市第2期特定健康診査・特定保健指導実施計画」（計画期間：平成25年度から平成29年度）と統合するものとする。

●第2章 山陽小野田市の現状

1. 年齢構成の推移

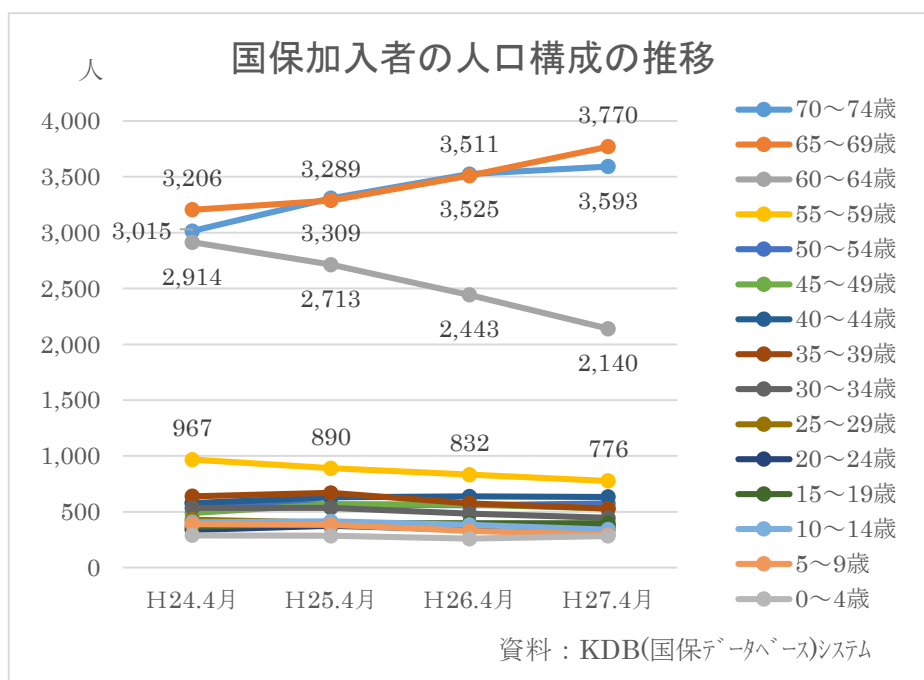
(1) 市全体の人口と高齢化率の推移

山陽小野田市の人口は毎年減少し、平成27年3月31日現在で64,433人である一方、高齢化率（65歳以上の割合）は年々上昇し、平成27年3月31日現在で30.66%となっている。



(2) 国保加入者の年齢構成の推移

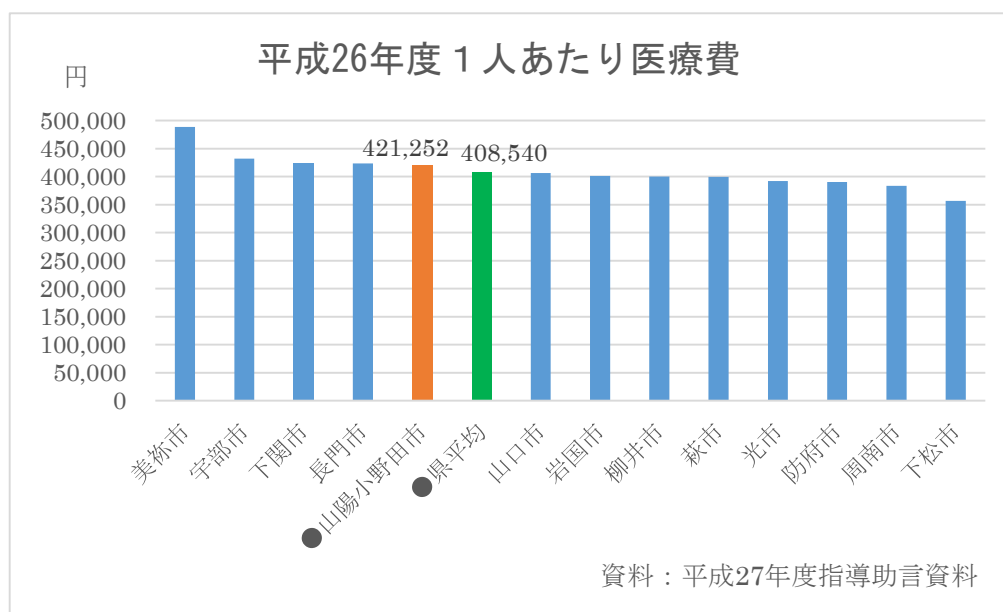
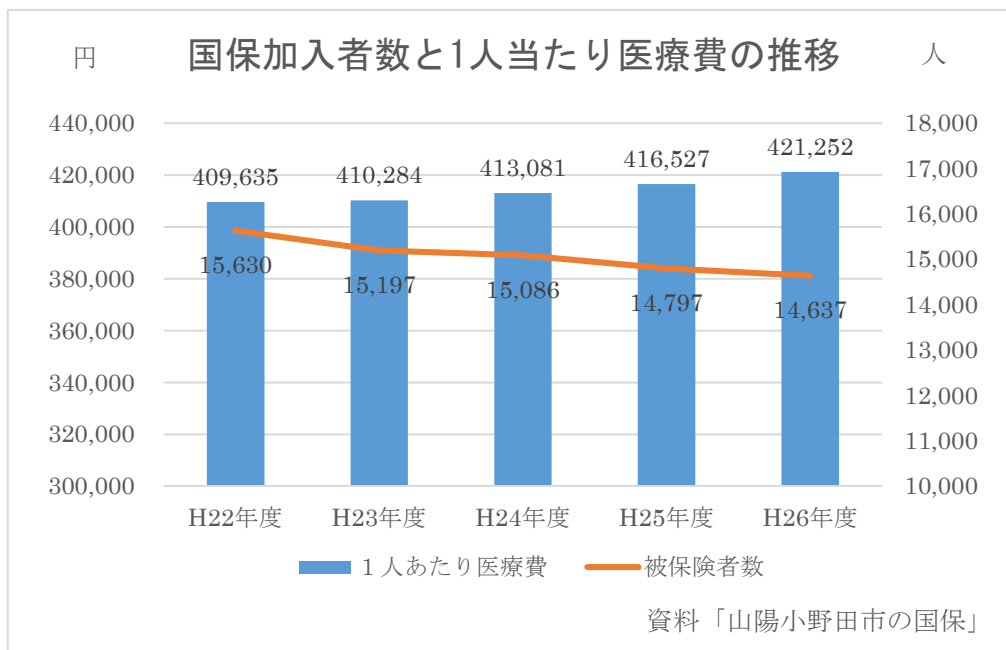
市全体で高齢化が進んでいるのと同様、国保加入者のうち65歳～74歳の加入者は年々大きく増加している。一方、65歳未満の年齢層は年々減少しており、このためさらなる高齢化が進行している。



2. 国保加入者の医療費・健診受診率等の状況

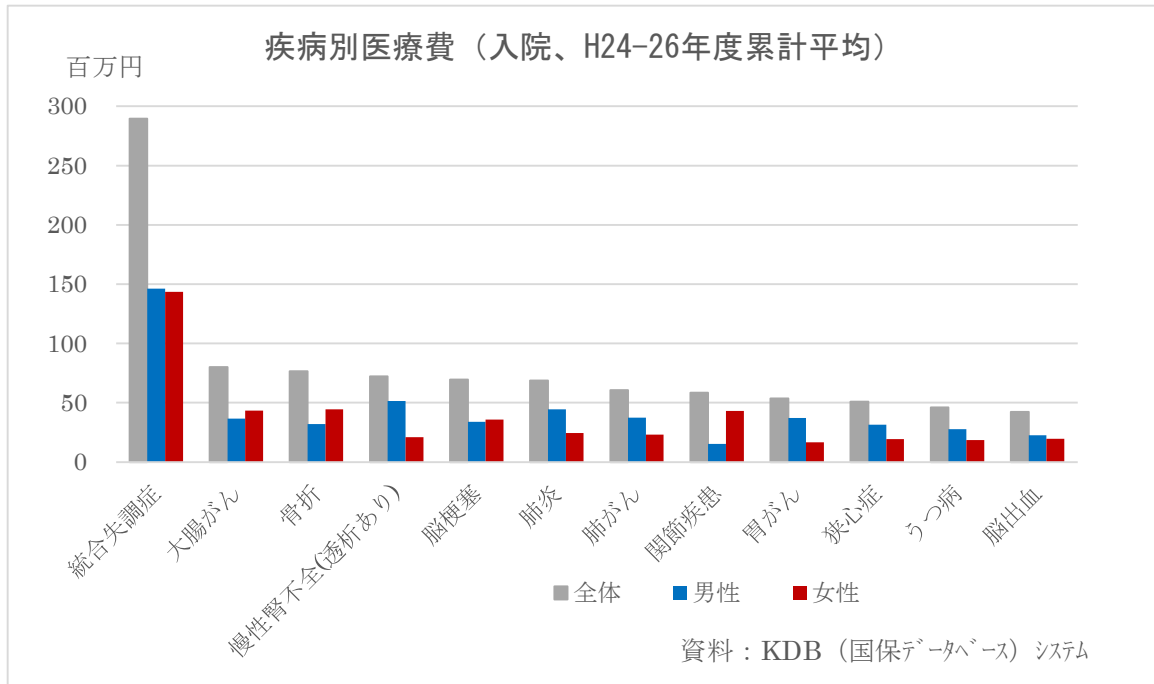
(1) 1人あたりの医療費の推移

市全体の人口減少に加え、平成20年度に後期高齢者医療制度が創設され75歳以上の人が同制度に移行したことにより本市国保加入者の全体数では漸減する一方、1人あたり医療費は年々増加している。また県内13市で比較すると本市国保の1人あたり医療費は5番目に高い水準にある。



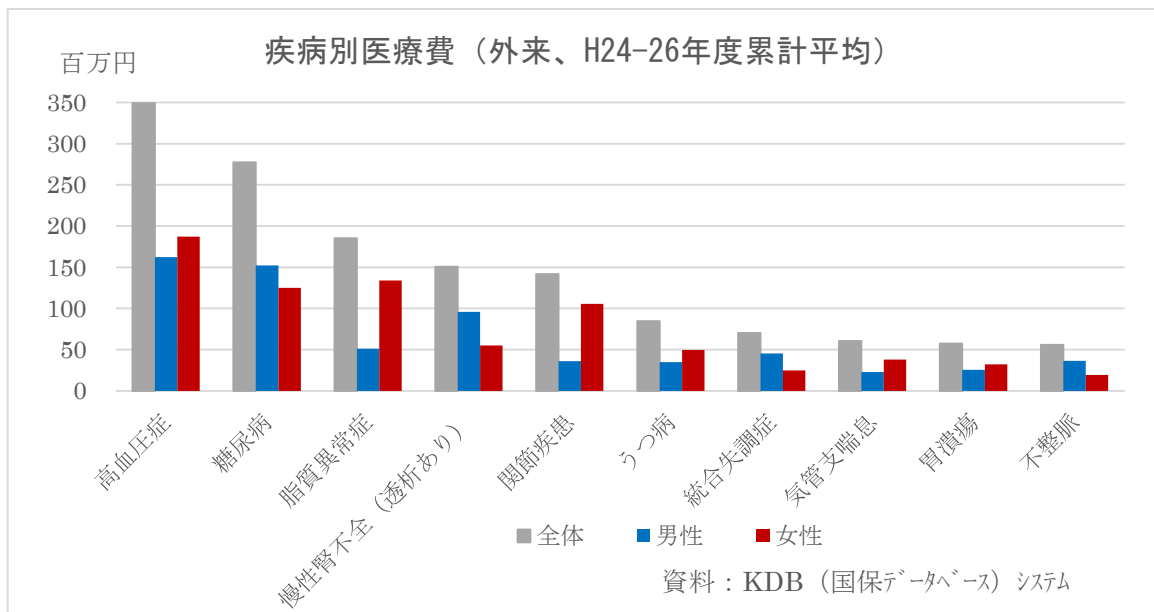
(2) 主要疾病分類別医療費（入院）の状況

主要疾病別医療費（入院）の順位は年度により上下動が激しいため、平成24・25・26年度の累計額を平均すると、上位5位は統合失調症、大腸がん、骨折、慢性腎不全（透析あり）、脳梗塞となっている。このうち、骨折と関節疾患では女性が高く、慢性腎不全（透析あり）では男性が高いことが認められる。



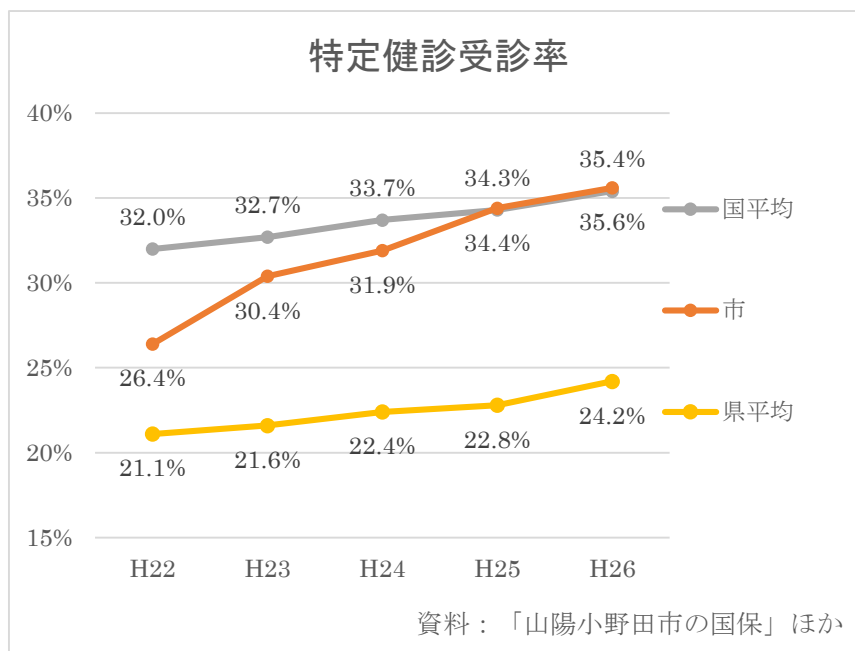
(3) 主要疾病分類別医療費（外来）の状況

主要疾病分類別医療費（外来）については、上位5位が高血圧症、糖尿病、脂質異常、慢性腎不全、関節疾患となっている。このうち、脂質異常症と関節疾患については女性が顕著に高く、慢性腎不全（透析あり）については男性が高いことが認められる



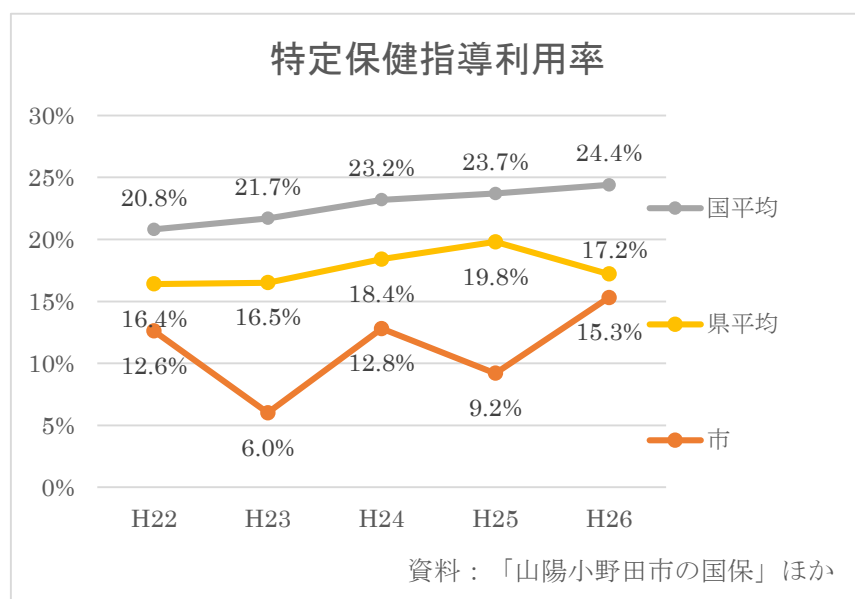
(4) 特定健康診査受診率の推移

本市国保加入者の特定健康診査受診率は順調に向上しており、平成26年度では35.6%と県内1位の率を達成し、国の平均も超えている。しかしながら、国の第2期特定健康診査等実施計画に準じ市の第2期特定健康診査・特定保健指導等実施計画において設定した同年度の目標値45%には達していない。



(5) 特定保健指導利用率の推移

本市国保加入者の特定保健指導利用率は、県・国の平均と比べて伸び悩んでおり、平成26年度で15.3%となっている。国の第2期特定健康診査等実施計画に準じ、市の第2期特定健康診査・特定保健指導等実施計画で設定した同年度の目標値30%とは、大きく隔たりがある。

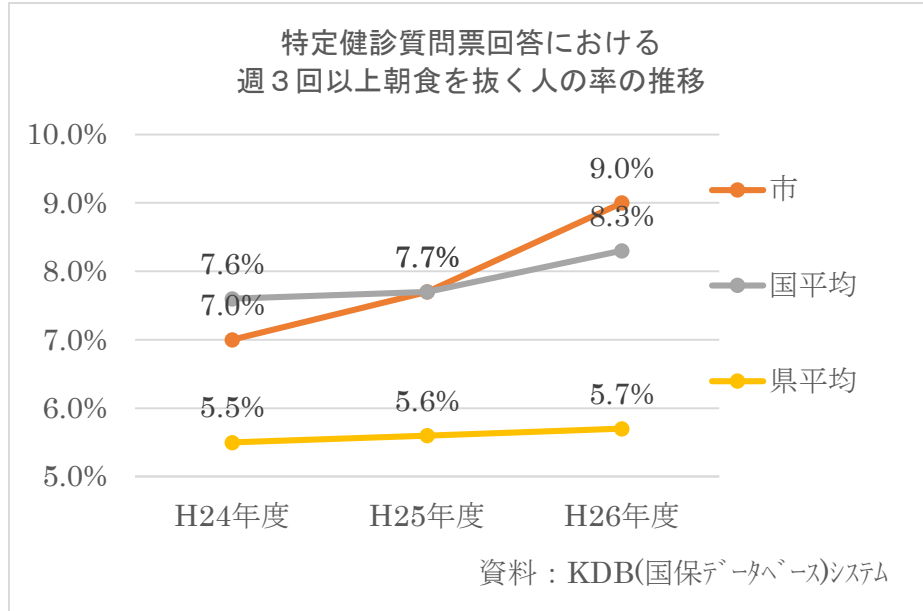


(6) 特定健康診査質問表への回答に見られる生活習慣

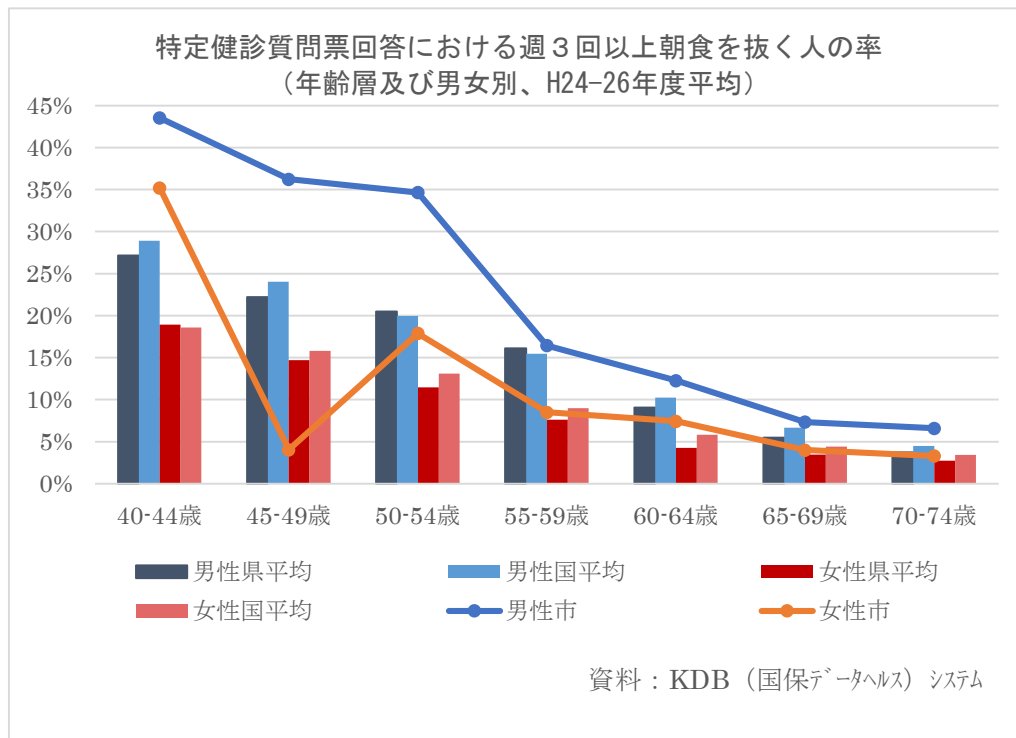
本市国保が実施する特定健康診査における質問票への回答集計結果によると、受診者の生活習慣に以下のような特徴が認められた。

- ・朝食を抜く人が多い

週3回以上朝食を抜く人の率が県平均と比較して顕著に高く、しかも増加傾向にある。

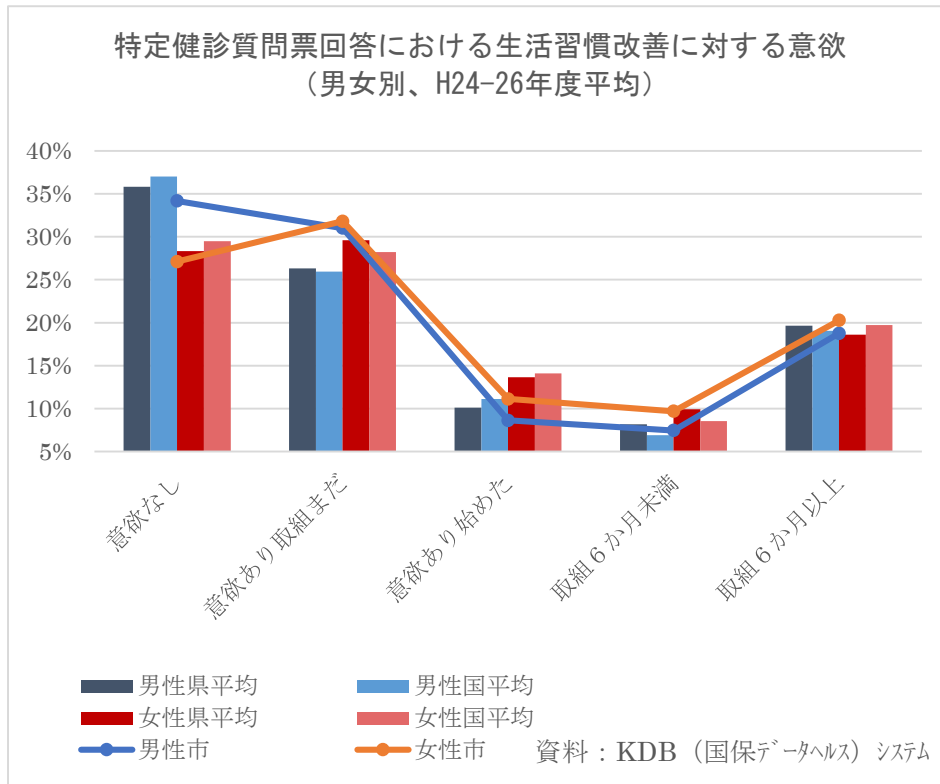


これについて年齢層及び男女別に見ると、国や県の平均と比較して、特に40～54歳の男性、40～44歳の女性において、朝食を抜く傾向が有意に高いことが認められる。

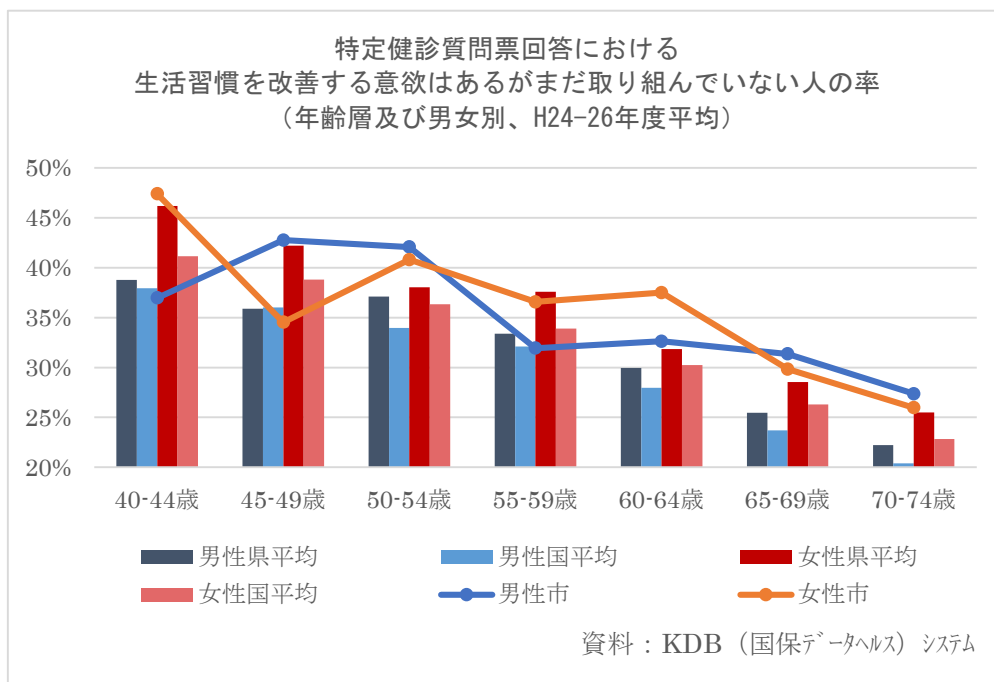


- ・生活習慣を改善する意欲はあるが、まだ始めていないという人が多い

国や県の平均と比較して、生活習慣の改善に関し意欲のない人は少ないものの、意欲があってもまだ取り組んでいないという人が多い。

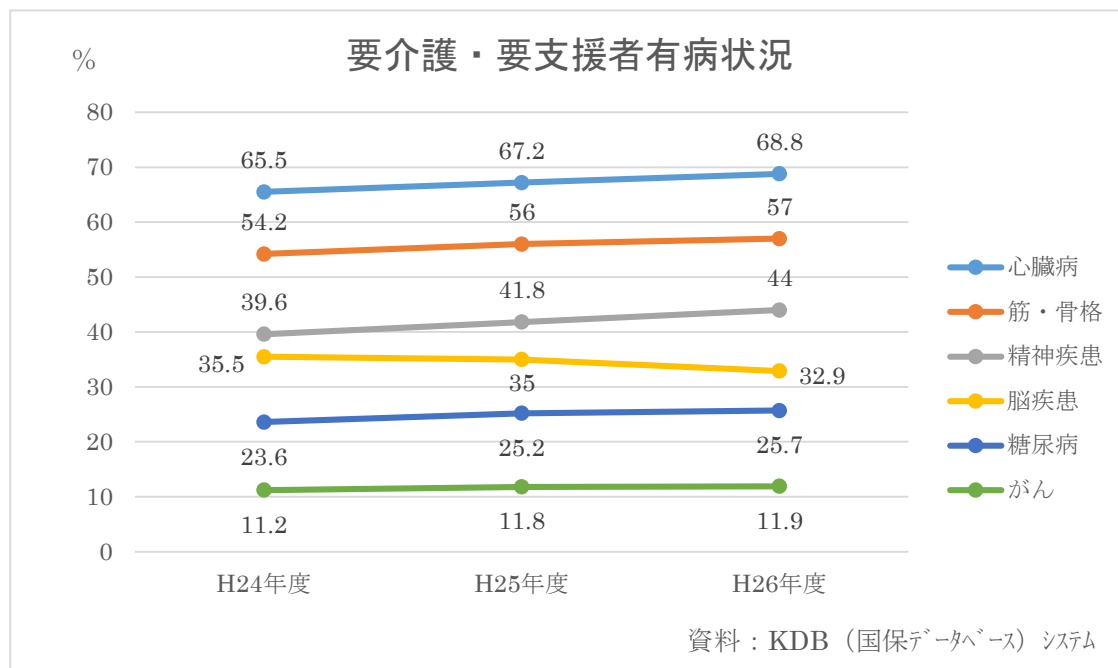


これについて年齢層及び男女別に見ると、県平均や国平均と比較して、男性では40歳～44歳、55歳～59歳の年齢層を除き高く、女性では50歳～54歳、60歳～64歳の年齢層で高くなっている。



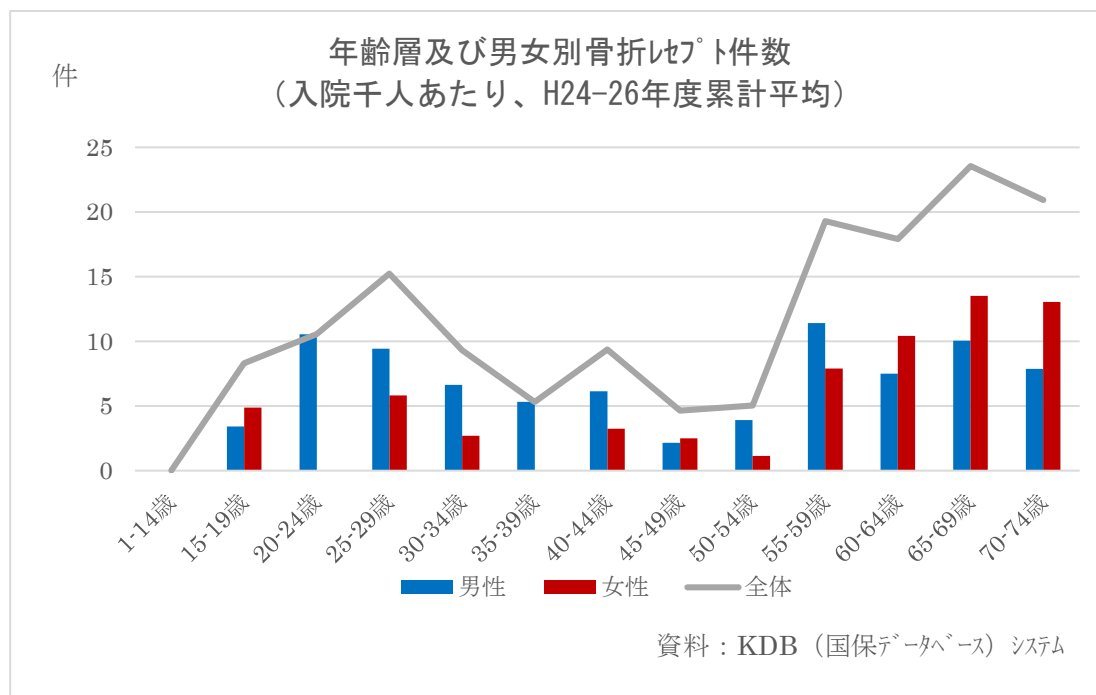
(7) 要介護・要支援者の有病状況

後期高齢者医療加入者を含めて、要介護・要支援者の有病率を疾病分野別にみると、平成24年度から26年度においては、いずれも心臓病、筋・骨格、精神疾患、脳疾患、糖尿病、がんの順となっている。

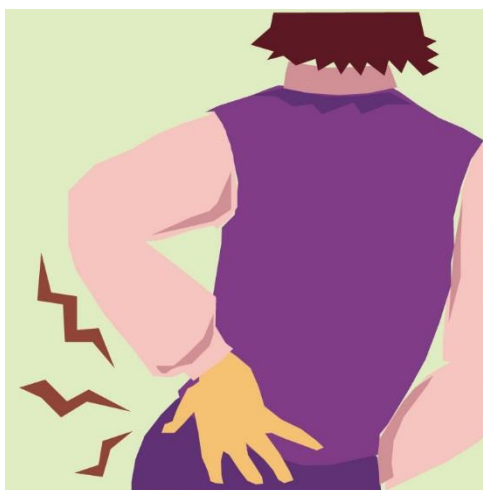
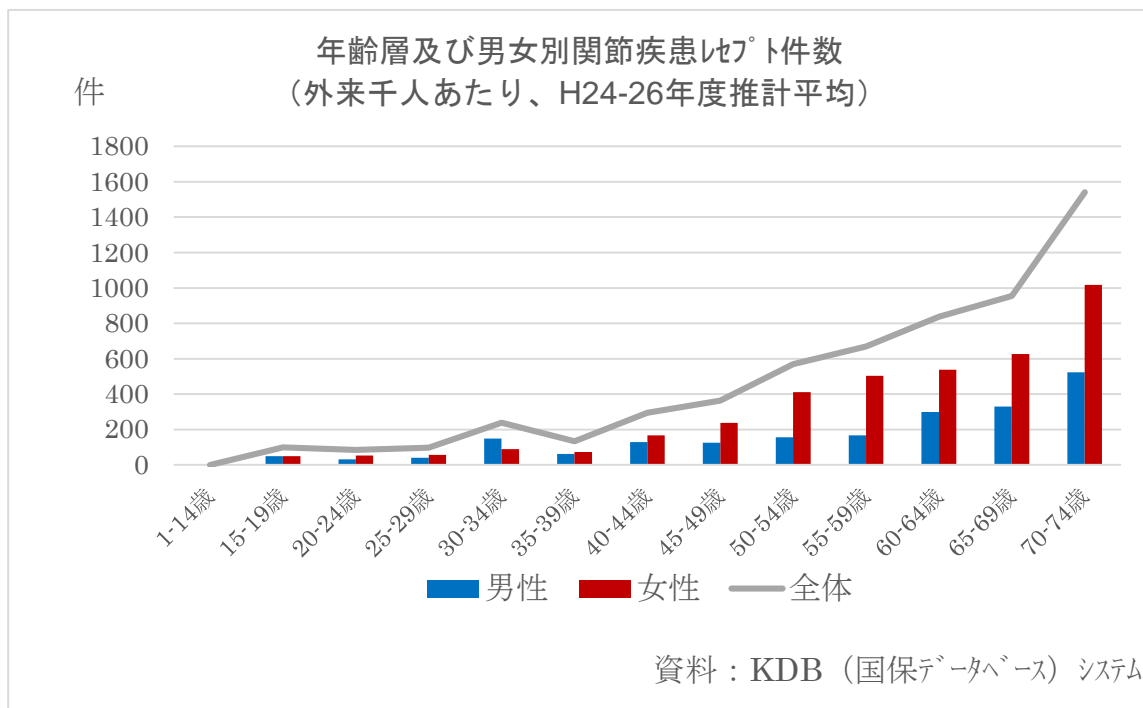


上のグラフで2位の疾患となっている筋・骨格系疾患に着目して前ページに示した疾病分類別医療費を見ると、骨折が入院で3位、関節疾患が外来で5位と、高位に挙がっている。

さらに、これらについて年齢層別及び男女別にレセプト件数を精査すると、骨折による入院件数では、青年期の男性と高齢者（特に女性）が多くなっている。



また、関節疾患による外来件数では、年齢が上がるに従い顕著に増加し、特に女性が圧倒的に多くなっている。



●第3章 健康課題及び今後の保健事業の方向性

前章に見られるように、本市国保加入者の医療費の状況は、入院・外来とも生活習慣病や生活習慣病の悪化に伴う動脈硬化等が主な要因となる疾患の罹患率が高い傾向にある。生活習慣については、国や県の平均と比較して、朝食をよく抜くという人が比較的多く見られるとともに、運動習慣や食生活の改善について意欲はあるもののまだ取り組んでいないという人も多く、生活習慣改善の必要が認められる。また、疾病の早期発見・重症化予防のために実施している特定健康診査及び特定保健指導については、実績が目標に達しておらず受診率・利用率の向上が求められている。

これらへの対策として、生活習慣改善と介護予防のためのポピュレーションアプローチ(※1)、健康診査受診率向上、特定保健指導利用率向上等の早期発見の取り組み、特定保健指導の推進等のハイリスクアプローチ(※2)を展開していく。

項目	健康に関する課題	目標	事業の方向性
入院医療	<ul style="list-style-type: none"> ・統合失調症が高額 ・大腸がんが高額 ・慢性腎不全が高額（特に男性） ・高齢期の骨折が多い（特に女性） 	<ul style="list-style-type: none"> ・生活習慣の改善 ・疾病の早期発見、早期治療 ・骨折の減少 	<p>ポピュレーションアプローチ</p> <ul style="list-style-type: none"> ・運動習慣確立促進 ・正しい食生活の普及啓発
外来医療	<ul style="list-style-type: none"> ・高血圧症、糖尿病、脂質異常、慢性腎不全（透析あり）等、生活習慣病に起因する疾病の割合が高い ・年齢が上がるほど関節疾患が多い（特に女性） 	<ul style="list-style-type: none"> ・生活習慣の改善 ・生活習慣病の早期発見、早期治療 	<ul style="list-style-type: none"> ・介護予防の推進 <p>早期発見の取り組み</p> <ul style="list-style-type: none"> ・健康診査の推進 ・健診結果の理解度向上
特定健診	第2期特定健康診査・特定保健指導等実施計画の目標値と比較して受診率が低い	<ul style="list-style-type: none"> ・受診者の増加 	<p>ハイリスクアプローチ</p> <ul style="list-style-type: none"> ・特定保健指導の推進
健診質問票回答	<ul style="list-style-type: none"> ・若い男性で週3回以上朝食を抜く人が多い ・生活改善（食・運動）の意欲はあるがまだ取り組んでいない人が多い 	<ul style="list-style-type: none"> ・生活習慣の改善 	<p>その他の取り組み</p> <ul style="list-style-type: none"> ・重複・頻回受診対策の推進
特定保健指導	第2期特定健康診査・特定保健指導等実施計画の目標値及び県平均より利用率が低い	<ul style="list-style-type: none"> ・利用者の増加 	<ul style="list-style-type: none"> ・ジェネリック医薬品の推進

※1 ポピュレーションアプローチ：対象を絞り込まず広く集団全体のリスク低減を図る取り組み

※2 ハイリスクアプローチ：高い疾病リスク要因を持つ人を対象に行う取り組み

●第4章 保健事業の実施内容

前章に掲げた方向性に沿い以下のような施策を展開し、健康課題の解決と医療費の適正化を図っていく。

1. ポピュレーションアプローチ

対象を高い疾病リスクを有する人のみに限定せず、広く好ましい食生活や運動習慣の確立に向けた啓発事業を展開し、生活習慣の底上げを通じた罹患リスクの低減を図る。

○生活習慣改善に関する事業

食生活、運動、各種健診に関する啓発の機会を提供するとともに、自ら生活習慣改善の取組みを継続できるように配慮した事業を展開する。

事業名	地域での健康教育事業
目的	特定健康診査及びがん検診の受診率向上、生活習慣病予防・重症化予防、野菜摂取増加プロジェクトの推進・啓発
対象	地域住民
実施方法	出前講座の実施
内容	食生活及び運動習慣に関する講話、健康体操の実施 特定健康診査及びがん検診受診勧奨
実施体制	健康増進課保健師及び管理栄養士
実績及び目標	H26 実績：118回、実人数：3,191人、延人数：3,460人 H29 目標：回数：136回

事業名	地区組織研修会事業
目的	特定健康診査及びがん検診の受診率向上、生活習慣病予防・重症化予防
対象	健康推進員及び食生活改善推進員
実施方法	研修会の実施
内容	講話（食生活及び運動習慣について、地区組織の役割について） 健康体操の実施、特定健康診査及びがん検診受診勧奨
実施体制	健康増進課保健師及び管理栄養士
実績及び目標	H26 実績：64回、延人数1,378人 H29 目標：65回

事業名	いきいき水中運動教室・若返り体操教室事業
目的	運動習慣の確立及び食生活の改善による生活習慣病予防
対象	40歳以上の市民
実施方法	民間事業者への運動教室委託 (春季3コース各8回、秋季2コース各8回開催)
内容	①運動指導 ②運動習慣・食生活に関する講話
実施体制	①受託民間事業者 ②健康増進課保健師及び管理栄養士
実績及び目標	H27 実績:98人(定員130人) H29 目標:130人

事業名	健康づくり補助金交付事業
目的	運動習慣の確立による生活習慣病予防
対象	各校区ふるさとづくり協議会
実施方法	健康づくり行事(運動会、ウォーキング等)開催経費の一部負担
内容	補助金交付
実施体制	国保年金課
実績及び目標	H26 実績:市内12小学校区中10校区で健康づくりイベント実施 H29 目標:12校区で実施

事業名	年越しスリム教室事業
目的	運動習慣及び食生活の改善による生活習慣病予防
対象	40歳～75歳の市民
実施方法	全6回1コースの教室
内容	血圧・体重・体脂肪率・腹囲測定、食生活及び運動習慣に関する講話、運動実技、食事バイキング、座談会、個別相談など

実施体制	健康増進課保健師及び管理栄養士
実績及び目標	H26 実績：実人数 20 人、延人数 109 人 H29 目標：実人数 30 人

○介護予防に関する事業

主に高齢者を対象として、身近なところで自分で継続して取り組める運動の普及に重点を置き、事業を展開する。

事業名	いきいき！介護予防運動事業
目的	教室終了後も自分で継続できる介護予防のための運動実技を市民に習得してもらい、要介護状態の予防を図る。
対象	介護予防に関心のある 65 歳以上の市民
実施方法	全市規模で年 2 コース（各全 12 回）開講
内容	健康チェック、体力測定、講話、実技（基本体操、姿勢改善、リズム体操、ストレッチ、スロー筋肉トレーニング等）
実施体制	高齢福祉課保健師及び介護予防運動指導員
実績及び目標	H27 実績：実人数 29 人、延べ人数 261 人 H29 目標：40 人（新規参加者）。参加者の 8 割が介護予防運動を継続して実施するとともに、主観的健康観や体力測定の維持改善が図られること。

事業名	いきいき百歳体操事業
目的	住民が運営する介護予防通いの場の立ち上げと、同所でのいきいき百歳体操の定着を支援することで、要介護状態の予防を図る。
対象	介護予防に関心のある市民
実施方法	自治会館等、歩いて行ける範囲に介護予防のための通いの場を立ち上げることに興味を抱いた団体に対し、事業に関するプレゼンテーションを行うとともに、いきいき百歳運動の指導を行う。
内容	いきいき百歳体操の体験指導及び事業開始時、3 か月・6 か月・1 年後またその後 1 年ごとの体力測定
実施体制	高齢福祉課保健師
実績及び目標	H27 実績（H28.1 月末現在）：実人数 176 人、延べ人数 915 人 H29 目標：560 人（継続参加者）、開催場所 31 か所。参加者の 8 割が本体操を継続して実施するとともに、主観的健康観や体力測定の維持改善が図られること。

2. 疾病の早期発見の取り組み

健康状態を定期的にチェックする機会を提供するとともに結果説明会を開催し、疾病の早期発見と生活習慣に関する啓発を図る。

○健康診査の実施と検診の自己負担金助成

国保加入者を対象とする健康診査を実施するとともに、市が実施するがん検診等に関し国保加入者の自己負担額の一部を助成し、定期的な健康チェックの機会を提供する。また健診結果に関する説明会を開催し、適切な生活習慣に関する啓発を図る。

事業名	特定健康診査事業	
目的	メタボリック症候群の予防及び早期発見	
対象	40歳から74歳までの国保加入者	
実施方法	集団健診または取扱い医療機関で実施	
実施体制	集団健診：受託民間事業者 個別健診：受託医療機関	
内 容	検査項目	検査内容
	既往歴の調査	服薬歴及び喫煙習慣の状況に係る調査を含む
	問診・診察	自覚症状及び他覚症状の検査
	身体計測	身長、体重、腹囲、BMI（体重÷身長÷身長）
	血圧	収縮期血圧、拡張期血圧
	血中脂質検査	中性脂肪、HDL コレステロール、LDL コレステロール
	肝機能検査	AST(GOT)、ALT(GPT)、 γ -GT(γ -GTP)
	血糖検査	空腹時血糖、HbA1c
	尿検査・腎機能	尿糖、尿蛋白、血清クレアチニン
	貧血検査	赤血球数、血色素量（ヘモグロビン値）、ヘマトクリット値
理学的検査	心電図検査	
受診率実績 及び目標	H26実績：35.6%（対象者10,727人に対し3,818人） H29目標：60%	

事業名	がん検診等自己負担金一部助成事業
目的	受診率向上を通じたがん等の早期発見促進
対象	健康増進課が行うがん検診等の受診者のうち国保加入者
実施方法	自己負担額の一部助成
内容	胃がん、子宮がん、乳がん、大腸がん、肺がん、結核の検診、女性の健康診査に係る自己負担金の一部を助成
実施体制	国保年金課
実績及び 目標	H26 実績：7,785 件 H29 目標：8,000 件

事業名	特定健康診査結果説明会事業
目的	生活習慣病予防及び重症化予防、特定健康診査の経年受診勧奨
対象	集団健診で特定健康診査を受診した人
実施方法	健康教育 (総合健診日から概ね1か月後、特定健康診査実施会場全12会場)
内容	講話及び希望者に対し個別指導、血圧・体脂肪測定 特定保健指導対象者には特定保健指導利用を勧奨
実施体制	国保年金課職員、健康増進課保健師及び管理栄養士
実績及び 目標	H26 実績：参加率 38.4% (集団検診受診者 948 人中 350 人) H29 目標：参加率 45%

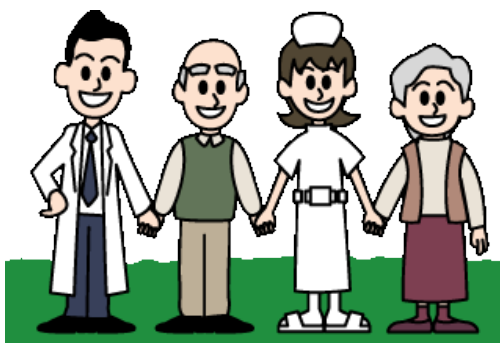
事業名	新規国保加入者訪問事業
目的	特定健康診査及びがん検診の受診率の向上
対象	当年度、市国民健康保険に新規加入した人
実施方法	家庭訪問
内容	保健指導、特定健康診査及びがん検診の受診勧奨
実施体制	健康増進課保健師
実績及び 目標	H26 実績：対象数 503 人、実施数 371 人、実施率 73.8% H29 目標：実施率 100%

○検査項目の充実

検査技術の発達や疾病傾向に鑑み、必要に応じ健診・検診項目の見直し・充実を図る。

○医師会等との連携

かかりつけ医による生活改善指導や特定保健指導の利用勧奨等について医師会の協力を仰ぐなど、他機関との連携を図る。



3. ハイリスクアプローチ

特定健康診査で把握したハイリスクな国保加入者を対象に生活改善指導を実施し、疾病の重症化予防を図る。

○糖尿病予防教室の実施

糖尿病発症リスクがありながら医療機関を未受診の特定健診受診者に対し、食と運動に関する実習を提供し生活改善を促す。

事業名	糖尿病予防教室事業
目的	糖尿病予備群の発症予防
対象	特定健康診査で血糖値が $100\sim 125\text{mg/dl}$ に該当し糖尿病の通院歴のない人、または糖尿病予防に関心のある人
実施方法	教室開催
内容	糖尿病の概要と血糖値改善のための生活習慣に関する講話、調理実習、運動実習
実施体制	健康増進課保健師及び管理栄養士
実施規模	H27 実績：募集人数 20 人、参加人数 13 人 H29 目標：募集人数 30 人

○特定保健指導の実施

肥満状態にあり追加リスクもある特定健診受診者に対し、プログラムに沿った生活改善指導を行い、生活習慣病の重症化予防を図る。

事業名	特定保健指導事業（積極的支援・動機づけ支援）
目的	生活習慣病の重症化予防
対象	特定健康診査受診者のうち、腹囲が基準値外またはBMIが基準値以上の人で血圧・血中脂質・血糖のいずれかが基準値以外の人
実施方法	面接指導及び電話指導
内容	目標設定、達成状況の確認、目標の見直し、継続実施内容の確認
実施体制	健康増進課及び実施契約医療機関
実績及び目標	H26 実績：利用率 15.3%（対象者 378 人中 58 人） H29 目標：利用率 60%

○特定保健指導以外の特定健康診査後訪問事業

特定保健指導の対象ではないが、検査項目の数値からみて生活習慣病リスクを抱える特定健診受診者に訪問指導を行う。

事業名	特定健康診査後訪問事業（非肥満、血圧・血中脂質・血糖要指導域者）
目的	生活習慣病の重症化予防
対象	65歳未満の特定健康診査受診者のうち、腹囲あるいはBMIは基準値内であるが、血圧・血中脂質・血糖のいずれかの値が要指導域の人
実施方法	家庭訪問
内容	保健指導
実施体制	健康増進課保健師
実績及び目標	H26 実績：対象数 376 人、実施数 232 人、実施率 61.8% H29 目標：実施率 100%

事業名	特定健康診査後訪問事業（クレアチニン基準値外者）
目的	慢性腎臓病の重症化予防
対象	65歳未満の特定健康診査の受診者のうちクレアチニンが基準値外の人
実施方法	家庭訪問
内容	保健指導
実施体制	健康増進課保健師
実績及び目標	H26 実績：対象数 36 人、実施数 27 人、実施率 75.0% H29 目標：実施率 100%

4. その他医療費適正化の取り組み

増加の一途をたどる医療費の支出を抑えるため、重複・頻回受診者の訪問指導やジェネリック医薬品の利用促進等、適正化策を推進する。

事業名	重複・頻回受診者訪問指導事業
目的	適正受診の周知・徹底
対象	複数の医療機関に同一の傷病名で受診している人 頻繁に医療機関へ受診している人
実施方法	家庭訪問
内容	保健指導
実施体制	健康増進課保健師、国保年金課職員
実績及び目標	H26 実績：対象数 22 人、実施数 16 人、実施率 72.7% H29 目標：実施率 100%

事業名	ジェネリック医薬品推進事業 ①ジェネリック医薬品差額通知書発送 ②ジェネリック医薬品希望シール送付・配布
目的	代替可能な先発医薬品からジェネリック医薬品への転換を促進することで医療費の適正化を図る。
対象	①年齢 40 歳以上、月額差額 300 円以上の給付のある加入者 ②国保加入者
実施方法	①ジェネリック医薬品差額通知書の発送 ②ジェネリック医薬品希望シールの送付、配布
内容	①先発医薬品からジェネリック医薬品に転換することで削減可能であった金額についての差額通知書を郵送し、加入者の啓発を図る。 ②保険証更新時にジェネリック医薬品利用希望シールを保険証やお薬手帳に貼付してもらうことで明確な意思表示を可能にし、ジェネリック医薬品の利用促進を図る。
実施体制	国保年金課
実績及び目標	H27 実績：①年 3 回、②保険証年次更新送付時及び新規発行時配布 H29 目標：①年 3 回、②保険証年次更新送付時及び新規発行時配布
利用率及び目標	H26 実績：57.61% H29 目標：70%

●第5章 計画の評価・見直し・公表等

1. 計画の評価

本計画は、定期的に達成状況を点検し、結果に基づいて必要施策を実施する。

2. 計画の見直し

計画の見直しにあたっては、山陽小野田市国民健康保険運営協議会に意見を求めながら必要に応じて行う。

3. 計画の公表

本計画は、ホームページで公開するとともに、多様な場を利用して趣旨の普及啓発に努める。

4. 個人情報の保護

個人情報の取り扱いについては、「個人情報の保護に関する法律」及び「山陽小野田市個人情報保護条例」に基づき、適切な管理を行う。