

山陽小野田市国民健康保険保健事業計画(第3期データヘルス計画) R6実績及びR7実施目標

資料3

※参考 第3期データヘルス計画 P.64～P.72

個別保健事業

事業名	事業の概要	対象者	事業の内容	評価指標			
				項目	R6目標	R6実績見込	R7目標
1 特定健診受診率向上事業	生活習慣病を起因とする重症化疾患の割合が高いことから、特定健康診査を積極的に受診し、早期発見、重症化予防につなげる。	・40～74歳の被保険者 ・18～39歳の被保険者 (若者健診対象者)	・特定健診未受診者へ対象者の特性に応じた受診勧奨の実施。 ・休日・夜間等受診しやすい環境を整備する。 ・若者層からの健診を促し、40歳以降の特定健診へ繋げる。	特定健診受診率	40.0%	40.9%	42.0%
2 特定保健指導実施率向上事業 (保健指導・利用勧奨)	生活習慣病の発症リスクの高い方に、自分自身で自分の健康を管理できるよう保健指導を実施し、発症リスクの低減を目指す。	特定保健指導対象者 (基準値を超えた者)	・特定健診の結果、検査値に異常がある者に、「特定保健指導」を促す。 ・特定健診の結果、検査値に異常がある者に、「特定保健指導」を実施。	特定保健指導実施率	10.0%	10.3%	15.0%
3 糖尿病性腎症重症化予防事業 (保健指導・受診勧奨)	糖尿病が重症化するリスクの高い未受診者・受診中断者を医療に結びつけるとともに、糖尿病性腎症で通院する患者のうち、重症化するリスクの高い者に対して生活指導を行い、人工透析への移行を防止または延伸させる。	県が策定したプログラムに基づき抽出した糖尿病性腎症の高リスク被保険者	・糖尿病の治療が必要な未受診者・受診中断者に対して受診勧奨を実施。 ・糖尿病性腎症の高リスク被保険者の対象者への保健指導を行う。	保健指導参加人数	15人	10人	15人
4 【新規】 慢性腎臓病(CKD) 受診勧奨事業	慢性腎臓病(CKD)における早期受診を促すことで、非透析寿命の延伸を図る。	前年度の特定健康診査の結果、抽出基準に該当した者	・抽出した対象者へCKDについての説明及び早期の受診や高血圧に対する管理の必要性を記載したリーフレット等を個別通知する。	勧奨後の受診率	—	—	55.0%
5 脳ドック推進事業	脳疾患の早期発見	30～74歳の被保険者	・脳ドックを受診する際の費用を助成。 (自己負担額：4,000円)	実施率	100%	65%	100%
6 減塩対策事業	高血圧の要因となる塩分に着目し、減塩活動を実施し、疾病予防に努める。	市民・被保険者	・減塩に関する啓蒙実施。	情報発信回数	1回	1回	2回
7 ロコモティブシンドローム重症化予防(骨粗しょう症対策)	フレイル予防の為、動ける身体・筋肉量の維持の他骨密度の低下を防ぐ。	市民・被保険者	・骨密度の測定の機会を増やし、健康意識向上へのきっかけづくりとし、食生活改善や運動増加などを促す。併せて、骨折や関節症など重症化を抑制する。	骨密度測定人数	100人	187人	120人
8 健康運動事業	生活習慣病予防の一環として、運動習慣を身に着ける。	30～74歳の被保険者	・委託事業者による運動教室の実施	参加人数	60人	72人	60人

山陽小野田市国民健康保険保健事業計画(第3期データヘルス計画) R6実績及びR7実施目標

その他保健事業

※参考 第3期データヘルス計画 P.73~P.74

事業名	事業の概要	対象者	事業の内容	アウトプット評価指標			
				項目	R6目標	R6実績	R7目標
1 特定健診受診後フォローアップ事業【健康増進課】	特定健診の結果、生活習慣病のリスクの高い対象者を訪問し、早期に生活習慣の見直し等の保健指導を行う。	特定健診の結果、基準検査値を超えているような被保険者	市保健師による訪問	訪問者数	300人 (R5 119人)	63人	300人
2 生活習慣病予防教室【健康増進課】	生活習慣病予防教室を開催する	血圧・脂質・血糖値の値が気になっている方で、通院歴のない方やその家族。生活習慣病に関心のある方	教室に参加し、正しい知識を身につけ、自らの生活習慣を振り返る。スマートウォッチを使った健康管理を実施。	教室参加者数	50人 (R5 21人)	17人	50人
3 若者健診【健康増進課】	若者対象の健康診断	他の制度で受診する機会のない18~39歳の市民	集団健診または医療機関で行う個別健診	受診者数	125人 (R5 75人)	53人	125人
4 地域介護予防活動支援事業【高齢福祉課】	通いの場などでの体操 いきいき・かみかみ・しゃきしゃき百歳体操	市内高齢者	体操等介護予防に充実した内容を行う住民運営通いの場の立ち上げ支援並びに運営の技術支援	住民運営通いの場の数	121箇所 (R5 89箇所)	90箇所	121箇所 (R8年度)
5 がん検診推進【健康増進課】	がん検診の実施・利用勧奨	社会保険等が行うがん検診を受けられない方（治療中および経過観察中の方を除く）	集団健診または医療機関で行う個別健診	がん検診受診率	増やす (R5 20.6%)	21.2% (5がん検診の平均)	増やす
6 がん検診精密検査受診勧奨【健康増進課】	がん検診後のフォローアップ	がん検診精密検査対象者及び未受診者	保健師による電話勧奨および家庭訪問	がん検診精密検査受診率	増やす (R4 93.2%)	R5 94.0% (5がん検診の平均)	増やす
7 がん検診受診勧奨【保険年金課】	がん検診の実施・利用勧奨	被保険者	がん検診啓発物の配布 医療機関への働きかけ	啓発物数量 協力医療機関数	増やす (R5 43箇所)	被保険者全員 47箇所	増やす
8 歯周病検診【保険年金課】	歯周病予防のために歯周病検診を実施	30~74歳の被保険者 ※令和7年度から対象年齢拡大20~74歳の被保険者	歯科医院（歯科医師会所属）で検査を実施	実施医療機関数	増やす (R5 26箇所)	25箇所	増やす
9 メンタルヘルス対策【健康増進課】	自殺等の防止のためにこころの健康を保つための支援を実施	市民	こころのサポーター養成講座 出前講座、普及啓発	こころのサポーター養成者数	増やす (R5 889人)	915人	増やす
10 ジェネリック医薬品推進事業【保険年金課】	差額通知を発送し、ジェネリック医薬品について、意識啓発と利用率向上を図る。	被保険者	差額通知発送 ジェネリック医薬品利用に関する啓発	ジェネリック医薬品利用率	国以上 (R6.3月 82.75%)	87.1% 年間累計 3-2ベース	87.0%
11 重複・多剤・頻回受診対策【保険年金課】	重複・多剤・頻回受診者訪問	重複・多剤・頻回受診者	市保健師の被保険者訪問 各医療機関への働きかけ	訪問実施率	増やす (R5 27.8%)	100%	87.1%

令和7年度 国民健康保険保健事業について



令和7年8月7日(木)
保健事業係

1 特定健康診査

- 実施期間

令和7年6月1日～令和8年1月31日

- 対象者

山陽小野田市国民健康保険被保険者で40歳～74歳（後期高齢者に達する日の前日までに該当する人）で山陽小野田市が交付する受診券と被保険者証等資格が確認できるものを持っている人。

- 除外する者

- ①山陽小野田市国保の被保険者でなくなった者
- ②妊産婦
- ③刑事施設労役場その他これに準ずる施設に拘禁された者
- ④高齢者の医療の確保に関する法律第55条第1項第2号から第5号までに規定する施設に入所または入居している者

- 委託料（税込）

基本項目：11,792円（R6から変更あり）

詳細項目：1,232円（眼底検査分）（R6と同額）

みなし健診：2,750（情報提供料）（R6と同額）

- 自己負担額

無料

- 新規検査項目

無し

特定健診受診状況

年度	R2	R3	R4	R5	R6 (6月末時点)
対象者数	9,360人	9,051人	8,520人	7,991人	7,462人
受診者数	3,220人	3,406人	3,227人	3,159人	3047人
市受診率	34.4%	37.6%	37.9%	39.5%	40.9%
県受診率	29.7%	31.6%	33.2%	34.5% (39位)	—
国受診率	33.7%	36.4%	37.5%	38.2%	—

第4期 特定健康診査等実施計画期間の目標値

年度	R6	R7	R8	R9	R10	R11
受診率	40.0%	42.0%	44.0%	46.0%	48.0%	50.0%

検査内容

1. 基本項目

項目	内容	
既往歴の調査	服薬歴 ※1・喫煙習慣の状況調査を含む。	
問診・診察	質問票に準ずる。	
身体計測	身長、体重、腹囲、BMI	
血圧測定	収縮期血圧、拡張期血圧	
血液検査	脂質	中性脂肪、HDL-コレステロール、LDL-コレステロール ※2
	肝機能	AST(GOT)、ALT(GPT)、 γ -GT(γ -GTP) 血清アルブミン
	血糖 ※3	空腹時血糖(又は随時血糖)、ヘモグロビンA1c ※4 * 必ず両方実施
	腎機能	血清クレアチニン及びeGFR
	貧血	赤血球数、血色素量、ヘマトクリット値
尿検査 ※5	尿糖、尿蛋白、推定一日塩分摂取量	
心電図検査	12誘導心電図	

※1 特定保健指導の対象者としての判定項目となるため、他院での受療状況も確認すること。 ※生活習慣病で内服中の対象者は特定保健指導の対象外となる。

※2 中性脂肪が400mg/dl以上である場合又は食後採血の場合は、LDLコレステロールに代えてnon-HDLコレステロール(総コレステロールからHDLコレステロールを除いたもの)で評価することができる。

※3 空腹時血糖とは、採血時間が食後10時間以上経過しているものとする。問診時に採血時間について確認し、やむを得ず空腹時以外に採血する場合は随時血糖による血糖検査を行うこと。

※4 ヘモグロビンA1c検査については、NGSP値で行うこと(NGSP値である旨を明示すること)。

※5 生理中の女性や、腎疾患等の基礎疾患があるために排尿障害を有している者に対する尿検査については、検査不能として実施を行わない場合も認めるものの、その他の項目については全て実施すること。実施されなかった場合は完全に実施するまで何度も実施するか、未実施扱いとする(この場合委託費用は支払われない。)

2. 詳細項目 医師が必要と判断したものが対象

項目	実施できる条件(基準)
眼底検査※1	当該年度の特定健康診査の結果等において、血圧又は血糖が、次の基準に該当した者
血圧	収縮期140mmHg以上又は拡張期90mmHg以上
血糖	空腹時血糖値が126mg/dl以上、HbA1c(NGSP値)6.5%以上又は随時血糖値が126mg/dl以上

※ただし、当該年度の特定健康診査の結果等において、血圧の基準に該当せず、かつ血糖検査の結果の確認ができない場合、前年度の特定健康診査の結果等において、血糖検査の基準に該当する者を含む。

※ 基準に基づき医師が必要と認める者であって特定健康診査当日から1か月以内に眼底検査を実施した場合、詳細な健診の項目として実施したこととする。

結果説明

健診の結果、特定保健指導対象者の階層化をし、①情報提供レベル、②動機付け支援レベル、③積極的支援レベルの3つのレベルの設定をします。

実施医療機関において、受診者へ健診結果の説明と結果に合わせて必要な情報提供を必ず実施してください。また、受診者と面談できない場合は郵送により実施をお願いします。

受診率(速報値)の概要

令和7年3月末時点

受診率概要

R6 受診率

37.6 %

前年比

+0.8 pts

連続

89.4 %

▲3.4 pts

不定期

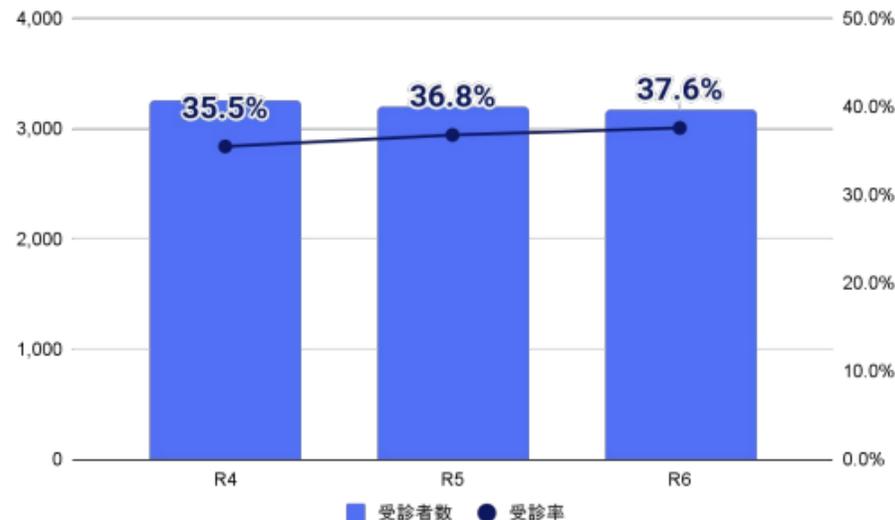
57.3 %

▲1.2 pts

未経験

12.8 %

+2.4 pts



集団健診

R6 集団

4.6 %

前年比
集団健診が減少

▲0.4 pts

連続

10 %

▲0.5 pts

不定期

8.6 %

▲0.6 pts

未経験

1.2 %

▲0.4 pts

連続・不定期が減少

個別健診

R6 個別

33.1 %

個別健診が増加

+1.3 pts

連続

79.4 %

▲2.9 pts

不定期

48.7 %

▲0.6 pts

未経験

11.6 %

+2.8 pts

R6 対象者概要

対象者数

8,395 人

受診履歴別割合

連続 / **19.6 %**

不定期 / **21.9 %**

未経験 / **58.4 %**

74歳割合

10.7 %

レセあり
未経験

31.3 %

新規増加

次年度に向けた課題の整理（未経験者）

未経験者内訳での
影響度合

■ 2024_対象者数_レセなし ■ 2024_対象者数_レセあり ■ 2024_対象者数_前年度国保

32.1%

53.6%

14.3%

項目	受診率		前年度比	評価	
	R5	R6			
未経験	成果 レセなし未経験	6.6 %	10.2 %	+3.6 pts	◎
	レセあり未経験	8.2 %	9.4 %	+1.2 pts	◎
	前年度国保加入者	26.5 %	31.5 %	+5.0 pts	◎

→健康状態不明者への通知送付・訪問による実態把握

→勧奨はがき、医療機関名印字、医療機関に名簿提供

→加入時の保健事業の案内 健康増進課保健師による訪問

診療情報の活用（みなし健診）レセあり未受診者対策

特定健康診査は通院治療中の患者さんも対象となることから、医療機関で定期的に検査をされており、その検査項目が国が定めた特定健康診査の検査項目を満たす場合は、その**検査情報を医療機関から保険者である市へ提供していただくことで、特定健康診査の受診者とみなすことができます。**

- **市町は健診データに基づき、保険者として健康課題を明確化し、保健事業を適正実施**
- **対象者本人が自らの健診データを把握するとともに、治療中であっても生活習慣を意識し改善に取り組む端緒となる**

委託料（R6と同額）

利用勧奨1件 2,500円×消費税

現状

レセプト上、約300人健診と同等の検査を行っている（※DHパイロットで抽出）
みなし健診の実施件数は令和6年度0件

課題と今後の展開

本人同意が必要であり、本人が申し出ない限り医療機関からの声掛けが困難
医療機関側は誰が対象になるか分からない
様式が手書きであり、医療機関側の手間が大きい

【令和8年度に向けて】

・情報提供料の県内統一や情報提供方法の変更がある見込み

県内統一後の取り組み予定

- ・対象者へみなし健診の利用勧奨を実施
- ・医療機関に対象者リストの提供
- ・医療機関は国保連へ請求が出来るようになる（現状は市町への請求）
- ・記入作成様式が県内統一になり、各医療機関が作成、取り組みやすくなる
- ・他市にかかりつけ医がある人もみなし健診対象となる事が出来る

2 特定保健指導

実施期間

(令和6年度健診受診者)

令和7年4月1日～令和7年5月31日

(令和7年度健診受診者)

令和7年6月1日～令和8年5月31日

※初回面接日が基準日、契約期間は令和8年3月31日まで

※初回面接日から3か月以上の指導の終了する日まで

対象者

特定健康診査の結果により健康の保持に努める必要がある者
対象者の基準のいずれかに該当（基準は次ページ）
ただし、糖尿病、高血圧又は脂質異常症の治療に係る
薬剤を服用している者を除く

委託料（R6と同額）

利用勧奨 2,200円

動機付け支援 初回：6,679円、終了時：1,670円

積極的支援 初回：9,940円、終了時：14,909円

自己負担額

無料

利用券

国保連合会作成様式（A4：藤色）

特定保健指導実施状況

年度	R2	R3	R4	R5	R6 (6月末時点)
対象者数	317人	331人	283人	293人	283人
実施者数	25人	20人	17人	30人	26人
市実施率	7.9%	6.0%	6.0%	10.2%	10.3%
県実施率	12.8%	14.8%	15.6%	18.0% (44位)	—
国実施率	27.9%	27.9%	28.8%	29.1%	—

第4期 特定健康診査等実施計画期間の目標値

年度	R6	R7	R8	R9	R10	R11
目標値	10.0%	15.0%	20.0%	25.0%	30.0%	35.0%

【変更点】

- ・利用者にわかりやすいように「特定保健指導」という名称を「こくほ健康サポート」としてチラシ等に掲載してPR中
- ・保健指導の利用勧奨方法の見直し（集団健診当日の保健師による声掛け 連絡先不明者への訪問による保健指導の実施）

特定保健指導の流れ

1 特定健康診査の実施

2 健診結果の階層化

3 対象者に利用勧奨

4 特定保健指導

対象者の基準

項目	基準
血圧	収縮期血圧が130mmHg以上又は拡張期血圧が85mmHg以上
脂質	(血清トリグリセリド)空腹時中性脂肪150mg/dl以上 やむを得ない場合は随時中性脂肪175mg/dl以上 又は高比重リポ蛋白コレステロール(HDLコレステロール)の量が40mg/dl未満
血糖	空腹時血糖値が100mg/dl以上又はヘモグロビンA1cが5.6%以上

検診結果の階層化

腹囲等		血圧/脂質/血糖	喫煙歴	40歳～64歳	65歳～74歳
腹 囲	男: ≥85cm 女: ≥90cm	2つ以上該当	関係無	積極的支援	動機付け支援
		1つ該当	あり	動機付け支援	
上記以外で BMI ≥25		3つ該当	なし	積極的支援	
		2つ該当	関係無	積極的支援	
		1つ該当	あり	動機付け支援	
		1つ該当	なし	動機付け支援	
			関係無		

特定保健指導内容

- 初回面接 … 目標設定・行動計画の作成・支援
- 期間中の支援（積極的支援）
- 3か月以上経過後の実績評価
 - 目標達成状況・生活習慣改善の確認と評価
 - 今後の行動の維持・アドバイス 次回健診のすすめ（確認）

特定保健指導利用勧奨

保健指導利用勧奨事業

特定保健指導対象者の方に自らが特定保健指導の対象者であることを自覚していただくとともに利用へつなげることを目的に実施

委託医療機関 実施内容

1 特定保健指導（動機付け支援・積極的支援）を実施している場合

健診結果説明の際に階層化を行い、特定保健指導の概要説明等をした上、日程調整等をし、指導へつなげる。

2 特定保健指導（動機付け支援のみ）を実施している場合

健診結果説明の際に階層化を行い、特定保健指導の概要説明等をする。

- ・動機付け支援対象者：日程調整等をし、指導へつなげる。
- ・積極的支援対象者：山陽小野田市民病院・委託事業所で積極的支援を行っていることを案内する。（案内用のチラシを活用）

3 特定保健指導を実施していない場合

健診結果説明の際に階層化を行い、特定保健指導の対象者であることを伝え、委託事業所が実施する保健指導を勧める。
（案内用のチラシがあります。勧奨後、事業所から利用対象者へ電話連絡を行い、具体的な日程調整を行います。）



委託料（R6と同額）

利用勧奨 1 件 2,000円×消費税

- ・特定健診の結果説明の際に、特定保健指導の対象者については、利用勧奨をする業務を委託
- ・受託医療機関
R5：16機関（勧奨有 4 医療機関）
R6：13機関（勧奨有 3 医療機関）
R7：15機関

	個別医療機関特定保健指導対象者	勧奨有医療機関対象者	勧奨実施数	勧奨実施率	意向あり数	意向あり割合	保健指導実施数	保健指導実施率
R5	245人	87人	66人	75.8%	15人	22.7%	7人	46.7%
R6 (6月末時点)	254人	58人	40人	69%	10人	25%	3人	30%

委託機関 実施内容

委託事業所 NPO法人 ヘルスプロモーションネットワーク

特定保健指導利用券を送付した対象者に対して電話で利用勧奨

3 糖尿病性腎症重症化予防事業

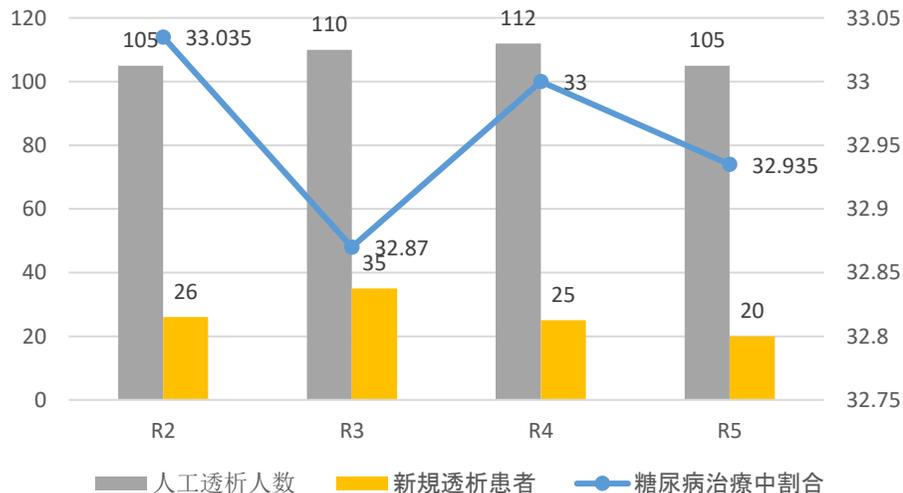
国、県が策定したプログラムに基づき、糖尿病性腎症の高リスク被保険者を抽出し、かかりつけ医から推薦を受けた対象者に保健指導を行う
 保健指導実施機関：山陽小野田市民病院・山口労災病院

糖尿病性腎症保健指導利用状況

年度	R2	R3	R4	R5	R6	
対象者数	不明	324人	174人	377人	307人	
推薦者数	23人	33人	38人	29人	37人	
参加者数	10人	10人	10人	10人	10人	
終了者数	10人	9人	10人	6人	9人	
R6.1時点 透析患者	1人	0人	0人	0人	0人	
結果	HbA1c低下	8人	8人	6人	4人	5人
	eGER上昇	3人	1人	2人	2人	3人

- ・対象者に対して推薦者が少ない
- ・事後評価が十分ではない

糖尿病・透析に関する本市の現状 (DHパイロット (糖尿病コックピット・新規患者集計リストより))



4 脳ドック推進事業

脳ドックを受診する際の費用を助成することで、脳疾患の早期発見と医療費の適正化を図る。

【委託先】 山口労災病院、山陽小野田市民病院、セントヒル病院、下関医療センター、下関市立市民病院

脳ドック利用状況

年度	R2	R3	R4	R5	R6	R7
定員	50人	90人	180人	180人	180人	180人
受検者数	50人	89人	180人	153人	117人	申込235人
利用率	100%	98%	100%	85%	65%	100%見込

脳血管疾患に関する本市の課題

脳血管疾患の受診率は令和元年度と比較して+46.9%で国・県が減少している中、増加している

脳血管疾患	R1	R2	R3	R4	令和元年度と 令和4年度の変化率
山陽小野田市	12.8%	17.1%	19.5%	18.8%	46.9%
国	10.6%	10.4%	10.6%	10.2%	-3.8%
県	17.1%	16.6%	17.0%	15.3%	-10.5%

山陽小野田市国民健康保険 第3期データヘルス計画 第4期特定健康診査等実施計画より

令和7年度からの新たな取り組み

- 74歳になる対象者に個別通知を送付し、利用者が増加するように工夫
脳血管疾患リスクの高まりやすい年代に集中的に勧奨

脳卒中や脳萎縮といった脳疾患リスクの早期発見のために！

脳ドック

受けてみませんか？

対象者 30歳から74歳の国民健康保険加入者
※昭和26年4月2日～平成8年4月1日生まれの方

自己負担額 4,000円
約25,000円かかる検査がお得に受けられる機会なんです

申込方法 5/16(金)17:00までに
 窓口、郵送、FAX、WEBで申し込み

WEB申込はこちら

窓口：市役所保険年金課・山陽総合事務所市民窓口課・南支所・植生支所・公園通出張所・厚陽出張所
 ・FAX 82-1210 電子メール kokuho-nenkin@city.sanyo-onoda.lg.jp
 ・郵送先 756-8601 山陽小野田市日の出1丁目1番1号 保険年金課 保健事業担当宛

実施医療機関 山口労災病院、山陽小野田市民病院、セントヒル病院
 下関市立市民病院、下関医療センター

※受診される医療機関については、市で選定します。(受診医療機関の希望はできませんので、あらかじめご了承ください。)応募多数の場合は、コンピューターを使用して抽選を行います。

注意事項
※令和5年度及び令和6年度に利用した人は対象外です。
 ※ペースメーカーや人工内耳、脊椎刺激装置使用者は検査が受けられません。
 ※インプラントを使用している人、心臓、脳に手術歴のある人、閉所恐怖症の人は、事前にかかりつけの医師にご相談の上、応募してください。

保険年金課 保健事業係 82-1189



5 健康運動事業（こくほヘルスサポートジム） データヘルス計画 個別保健事業⑧

健康づくりの一環として、市内のトレーニングジムの指導の下、生活習慣病の改善、運動習慣の確立を図る。
 実施場所：スポーツコアアルファ、ゼロワン、カーブス、（新規）アシスト2 4 山陽小野田店

国保運動事業利用状況

年度	R2	R3	R4	R5	R6
参加者数	31人	40人	20人	41人	72人

R6の参加者の内、**68.8%**が体脂肪率の減少に成功

運動に関する本市の課題（R6質問票結果から抜粋）

	山陽小野田市	県	国
1日30分以上の軽く汗をかく運動を週に2回以上1年以上継続	55.7%	59.1%	60.2%
日常生活において歩行又は同等の身体活動を1日1時間以上実施	49.8%	52.2%	47.9%
ほぼ同じ年齢の同性と比較して歩く速度が遅い	50.8%	49.5%	50.5%

令和7年度からの新たな取り組み

- こくほシェイプアップジムから名称変更
やせることをイメージさせる名称だったので、生活習慣の改善に重きをおけるように変更
- 開催回数の変更
特定健診受診後など、いつでも思い立った時に始められるように機会の確保
- 開催場所の増加
男性利用者の増加を目的にセルフ管理スタイルのジムを追加

運動習慣をつけたいあなたへ こくほヘルスサポートジム 受講生募集

◎対象者 30歳～74歳の山陽小野田市国民健康保険加入者

◎受講時期 6月・8月・10月・12月・2月のいずれか1か月
※応募者多数の場合は抽選します

1か月あたり
最大8回利用
1,000円

◎会場 お好きなスポーツジムを選択できます
ジムの雰囲気や詳細な情報は各ジムのホームページ等でご確認下さい

① スポーツコアアルファ	エアロビクスなどのスタジオレッスンやマシントレーニング、水中運動など多彩なメニューを選択可能 平日9時半～2時半（定休日：木曜）土日祝 10時～20時
② ASA トレーニングジムゼロワン	アットホームな雰囲気、スポーツジムが初めての方にも分かりやすく指導 平日9時半～2時半（定休日：水曜）土 9時半～22時 日 9時半～16時半
③ カーブス【女性のみ】 小野田サンパーク・イオン小野田	女性限定で明るい雰囲気 お買い物ついでに気軽に利用 どちらかお好きな店舗を選択可能 平日10時～13時および15時～19時 土 10時～13時（定休日：日・祝）
④ アシスト2 4 山陽小野田店	マイペースでトレーニングしたい方におすすめ（水日祝はコーススタッフのため利用不可） 平日10時半～14時半および15時半～19時半 土 10時～14時および15時～19時

◎申込期間 受講を希望する前々月の1日～前月15日まで
※6月に受講を希望される方は4月1日～5月15日までお申し込みください

申し込みはこちら

◎申込方法 電話・WEB・窓口にて申込

☎：市役所保険年金課・山陽総合事務所市民窓口課・南支所・増生支所
公園通出張所・厚陽出張所



68.8%が体脂肪率の減少に成功（R6参加者）
肥満は生活習慣病をはじめ、数多くの疾患の原因になります。運動したいけど、続かない方は、この機会に**お得に！**健康づくりに取り組もう

山陽小野田市保険年金課 保健事業係 電話 82-1189

6 歯周病検診事業

歯周病予防のため、歯周病検診を実施する

歯周病健診実施状況

年度	R2	R3	R4	R5	R6
対象者数 30歳以上	10,914人	10,874人	10,568人	9,046人	8,607人
受診者数	111人	78人	126人	140人	140人
市実施率	1.0%	0.7%	1.2%	1.5%	1.63 %

歯科に関する本市の課題

比較可能な後期の「お口の健康診査」受診率は県内最下位 **4.3%** (県平均8.4%)
高齢者の質問票等 オーラルフレイルの割合が高い **12.5%** (県平均11.1%)
要介護 (支援) 認定者の歯周病の有病状況 **30.0%** (県平均27.2%)

令和7年度からの新たな取り組み

健康増進法に基づく健康増進事業の実施要領の一部改正→ 対象者30歳以上▶20歳以上へ
医療機関や、公共施設にもポスター掲示を依頼

山陽小野田市国民健康保険の方は
歯周病検診
が受診できます **無料**

歯周病の主な原因は歯と歯茎の間の「歯周ポケット」の汚れ
歯周病は歯を支える組織を破壊するもの痛みや自覚症状はほとんどなく、
気づかれずにひどくなっていくケースが多い

こんな症状に要注意!

- 口臭が気になる
- 歯みがきのときに出血する
- 歯がグラグラする
- 歯と歯の間にすき間が出来てきた

実施期間
令和7年6月1日～令和8年1月31日

対象者
令和8年3月31日時点で**20歳～74歳**(S26.4.2～H18.4.1)の市国保加入者
※通りも含めて受診時に資格のない方は検診費用が実費になります。

受け方
受診時には国民健康保険の資格が確認できるものの提示をお願いします。

受診場所
事前に市内の歯科医院に問い合わせもしくは
市のホームページでご確認ください
※一部利用できない歯科医院があります

後期高齢者のお口の健康診査について
後期高齢者の方も無料で歯科健診が受診できます **無料 受診券**
受診券については後期高齢者広域連合(083-921-7112)にお問い合わせを

問い合わせ 山陽小野田市保険年金課 TEL 0836-82-1189

7 保健事業

データヘルス計画	項目	内容	R6実績等
個別保健事業④	【新規事業】 慢性腎臓病（CKD）受診勧奨事業	慢性腎臓病（CKD）における早期受診を促す通知を送付することで、非透析寿命の延伸を図る。	—
個別保健事業⑥	減塩対策事業	高血圧の被保険者が多いことから、年次更新時のチラシに減塩に関する情報提供を掲載	全世界帯
個別保健事業⑦	ロコモティブシンドローム重症化予防 （骨粗しょう症対策）	骨密度の測定機会を増やし、健康意識向上へのきっかけづくりとし、食生活改善や運動増加などを促す（健康フェスタ・女性の健康診査・イベント等）	187人
その他保健事業⑦	がん検診等受診勧奨	被保険者のがん検診・18歳から39歳の若者健診の健診費用を助成するもの 【自己負担額各500円】 胃がん・子宮がん・乳がん・肺がん・大腸がん・前立腺がん・若者健診	がん検診受診率 21.2% （5がん平均）
その他保健事業⑩	ジェネリック医薬品推進	代替え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	差額通知数 229通
その他保健事業⑪	重複・多剤・頻回受診者訪問	重複・多剤・頻回受診者に訪問を行う 令和7年度 県モデル事業による、重複多剤投薬等対策事業による 服薬等通知および服薬状況等分析を行う予定	重複：3人 多剤：2人 頻回：5人
	はり・きゅう施術補助	初検料200円 1術（はりまたはきゅうの施術）700円 2術（はりときゅう併用）800円を助成するもの	1669件 実人数 97人
	医療費通知	被保険者や被扶養者が医療機関で受診した際の医療費情報を通知するもの	通知回数：3回 19,633通