

# 剣淵町国民健康保険

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

-概要版-

令和6年度（2024年）～令和11年度（2029年）

<p><b>剣淵町データヘルス計画の目的</b></p> <p>剣淵町民が生活習慣病を重症化することなく、元気にいきいきと自立して暮らせる</p>
---

## 1 基本的事項

### 1. データヘルス計画の主旨と他計画との整合性

データヘルス計画とは	特定健康診査等実施計画とは
<p>「日本再興戦略」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分析、それに基づく加入者の健康保持増進のための事業計画の作成・公表、事業実施、評価等が市町村に求められました。それに従い、PDCA サイクルに沿った効果的・効率的な保健事業の実施を図るための保健事業の実施計画（データヘルス計画）を1期6年間として策定します。</p>	<p>平成20年度より「高齢者の医療の確保に関する法律」（昭和57年法律第80号）に基づき、特定健康診査・特定保健指導の実施が義務付けられました。したがって、同法律に基づき作成された特定健康診査等基本方針に基づき、実施計画を策定します。</p>
他計画との位置づけ	
<p>本計画は健康増進法に基づく「基本的な方針」を踏まえるとともに、北海道健康増進計画や北海道医療費適正化計画、介護保険事業計画等と調和のとれたものとします。</p>	
関係者連携	
<p>本計画は、国保部局が主体となり策定しますが、健康増進や一体的実施の観点から、保健衛生部局や介護保険部局等とも十分連携しながら本計画を策定します。また、共同保険者である北海道のほか、北海道国保連合会、地域の医師会等の保健医療機関関係者、他の医療保険者、地域の医療機関等の社会資源等と連携、協力体制の構築に努めます。</p>	
評価時期	評価方法
<p>評価指標は計画の策定段階で設定します。設定した評価指標に基づき、計画の最終年度のみならず、中間時点等計画期間の途中で進捗確認・中間評価を実施します。</p>	<p>評価は、KDB等を活用して行います。また、計画に盛り込んだ個別の保健事業の実施状況等については、毎年度評価を行った上で、必要に応じて翌年度の保健事業の実施内容等の見直しを行います。</p>

### 2. データヘルス計画の構成

計画書の構成
<p>計画策定に際して、まず剣淵町の健康課題を整理します。KDB システムや公的統計等を用いて死亡、介護、医療、健診などの関連データを分析し、特に生活習慣病（※）を中心とした、剣淵町の保健事業によって予防可能な疾患に着目しながら分析を行います。</p> <p>続いて、整理した健康課題及び前期計画の振り返りを踏まえ、計画目的及び目標を設定した上で、目標達成のために取り組むべき保健事業の優先順位付けを行い、各事業の評価指標を設定します。</p>
※生活習慣病の進行イメージ
<p>生活習慣病の重症化による生活機能の低下は、ある時突然発生するのではなく、自覚症状がないまま徐々に進行していきます。そのため、保健指導等の保健事業を通じて、各段階で適切な介入をすることで、病気の進行を食い止めることが重要です。</p>
<pre> graph LR     A[健康] --&gt; B[不健康な生活習慣]     B --&gt; C[生活習慣病予備群 (メタボリック シンドローム)]     C --&gt; D[生活習慣病 (基礎疾患)]     D --&gt; E[重症化した 生活習慣病]     E --&gt; F[介護・死亡]             </pre>
<p>【出典】厚生労働省 新たな健診・保健指導と生活習慣病対策</p>

2 健康課題の整理

1. 死亡・介護・重症化した生活習慣病

**【死亡】生活習慣病における重篤な疾患の死亡者数・死亡割合・標準化死亡比（SMR）**

剣淵町の死因のうち、令和3年の死因割合は「悪性新生物」が全死亡者の31.4%と最も高く、生活習慣病を起因とする重篤な疾患である「心疾患」「脳血管疾患」「腎不全」は上位に位置しています。平成22年から令和元年までの累積死因別標準化死亡比（SMR）では、「虚血性心疾患」が52.4、「脳血管疾患」が51.1、「腎不全」が97.9と全国より死亡率が低くなっています。

<疾病別死因割合>

<標準化死亡比（SMR）>

死因	標準化死亡比（SMR）	
	剣淵町	国
虚血性心疾患	52.4	100
脳血管疾患	51.1	100
腎不全	97.9	100

**【介護】介護認定者の有病状況**

要介護認定者における生活習慣病の有病割合が高く、とくに「心臓病」「高血圧症」の有病割合が高くなっています。

<要介護認定者の有病割合>

疾病名	要介護・要支援認定者（1・2号被保険者）		国	道	同規模
	該当者数（人）	割合			
糖尿病	42	21.0%	24.3%	24.6%	21.6%
高血圧症	116	56.7%	53.3%	50.0%	54.3%
脂質異常症	58	27.1%	32.6%	31.1%	29.6%
心臓病	128	60.4%	60.3%	55.3%	60.8%
脳血管疾患	44	18.5%	22.6%	20.6%	22.1%
がん	20	7.7%	11.8%	12.3%	10.3%
精神疾患	86	39.0%	36.8%	35.0%	37.4%
うち 認知症	57	26.4%	24.0%	21.6%	24.8%
アルツハイマー病	41	20.5%	18.1%	15.9%	18.6%
筋・骨格関連疾患	115	53.7%	53.4%	50.0%	54.6%

**【医療】生活習慣病医療費と重症化した生活習慣病の患者数**

生活習慣病医療費は、平成30年度と比較して減少しています。疾病別に見た場合、「脳血管疾患」「虚血性心疾患」の医療費が減少傾向にあり、国や道と比較しても低い割合となっています。また、「慢性腎臓病（透析あり）」の医療費は増加傾向にあり、その割合は道と比較し高くなっています。

<生活習慣病医療費の平成30年度比較>

疾病名	剣淵町				国	道	同規模		
	平成30年度		令和4年度						
	医療費（円）	割合	医療費（円）	割合					
生活習慣病医療費	70,502,190	18.6%	64,109,570	16.8%	18.7%	16.4%	18.4%		
基礎疾患	糖尿病	14,696,820	10.7%	19,038,510	10.2%	10.7%	10.1%	11.4%	
	高血圧症	14,560,420		11,963,070					
	脂質異常症	11,179,560		7,692,750					
	高尿酸血症	188,080		298,780					
重症化した生活習慣病	動脈硬化症	369,940	0.1%	2,497,960	0.7%	0.1%	0.1%	0.1%	
	脳血管疾患	脳出血	8,164,620	2.1%	68,100	0.0%	0.7%	0.6%	0.7%
		脳梗塞	1,161,750	0.3%	3,014,110	0.8%	1.4%	1.5%	1.4%
	虚血性心疾患	狭心症	4,575,830	1.2%	2,869,750	0.8%	1.1%	1.4%	1.1%
		心筋梗塞	145,760	0.0%	0	0.0%	0.3%	0.3%	0.3%
	慢性腎臓病（透析あり）	15,459,410	4.1%	16,666,540	4.4%	4.4%	2.3%	3.3%	
総額	379,851,620		380,650,660						

## 2. 生活習慣病基礎疾患・メタボリックシンドローム(生活習慣病予備群)

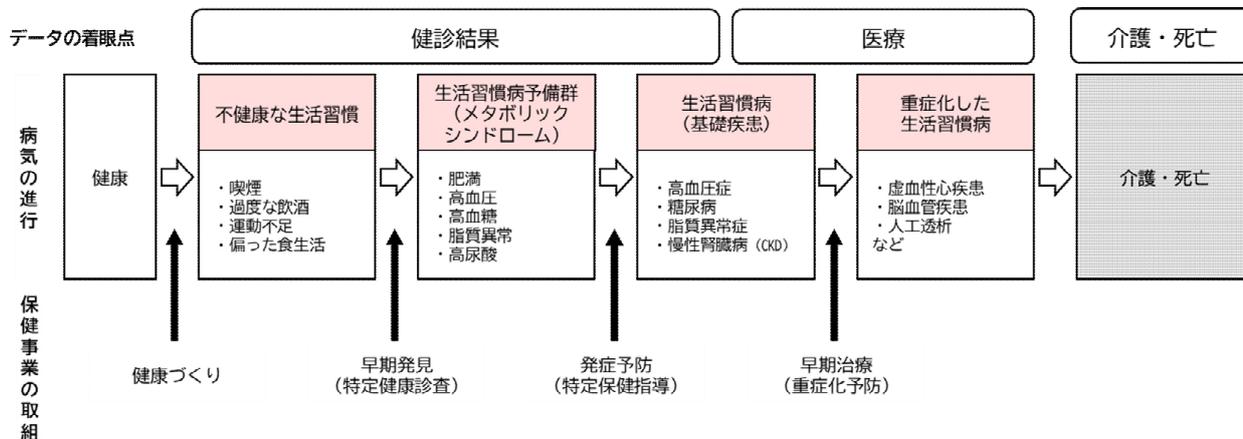
基礎疾患と重篤な疾患の重なり																					
<p>「虚血性心疾患」「脳血管疾患」「人工透析」をはじめとした重症化した生活習慣病に至る者の多くは「高血圧症」「糖尿病」「脂質異常症」といった複数の基礎疾患を有した状態で発症します。重症化した疾患を予防するためには、特定健診を通じて、疾患が重症化する前に早期発見・早期治療をすることが重要です。</p>																					
【健診】 特定健診受診率・特定保健指導実施率	【健診】 有所見者の状況																				
<p>「高血圧症」「糖尿病」「脂質異常症」といった生活習慣病は、自覚症状がほとんどないため、定期的な健診受診による自身の健康状態の把握や、生活習慣改善のきっかけづくりが大切です。</p> <p>&lt;特定健診受診率&gt; 特定健診は生活習慣病の早期発見を主な目的として行われており、令和4年度の特定健診受診率は68.5%であり、平成30年度と比較して3.7ポイント低下しています。</p> <p>&lt;特定保健指導実施率&gt; 特定保健指導とは、「特定健康診査の結果に基づき、主にメタボリックシンドロームの予防や解消を目的に行われる健康支援」（厚生労働省より引用）です。 令和4年度の特定保健指導の対象者は50人で、このうち、特定保健指導実施率は82.0%です。</p>	<p>有所見とは健診結果における医師の診断が、「要精密検査」または「要治療等」の者を指します。 令和4年度の特定健診受診者における有所見者の割合を国・道と比較すると、「BMI」「腹囲」「空腹時血糖」「中性脂肪」「HDL-C」「LDL-C」「ALT」「尿酸」の有所見率が高くなっています。</p> <p>&lt;特定健診受診者における有所見者の割合&gt;</p>																				
【健診】 メタボリックシンドロームの状況	【健診】 受診勧奨対象者の状況																				
<p>有所見者の中でも、メタボリックシンドロームとは、「内臓肥満に高血圧・高血糖・脂質代謝異常が組み合わさることにより、心臓病や脳卒中などになりやすい病態」を指し（厚生労働省より引用）、生活習慣病の前段階と呼ぶべき状態です。 令和4年度の特定健診受診者におけるメタボ該当者は126人（28.7%）であり、平成30年度と比較して増加しています。</p> <p>&lt;メタボ該当者・メタボ予備群該当者の推移&gt;</p>	<p>HbA1c7.0%以上の人は13人で、平成30年度と比較すると割合は増加しています。 Ⅱ度高血圧以上の人は15人で、平成30年度と比較すると割合は増加しています。 LDLコレステロール160mg/dl以上の人は45人で、平成30年度と比較すると割合は減少しています。しかし、重症化のリスクが高い状態であるにもかかわらず、服薬治療が確認できない受診勧奨対象者は脂質に多い。</p> <p>&lt;受診勧奨対象者の服薬状況（脂質）&gt;</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>脂質（LDL-C）</th> <th>該当者数（人）</th> <th>服薬なし人数（人）</th> <th>服薬なし割合</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>140以上160mg/dL未満</td> <td>62</td> <td>40</td> <td>64.5%</td> </tr> <tr> <td>160以上180mg/dL未満</td> <td>33</td> <td>26</td> <td>78.8%</td> </tr> <tr> <td>180mg/dL以上</td> <td>12</td> <td>8</td> <td>66.7%</td> </tr> <tr> <td>合計</td> <td>107</td> <td>74</td> <td>69.2%</td> </tr> </tbody> </table>	脂質（LDL-C）	該当者数（人）	服薬なし人数（人）	服薬なし割合	140以上160mg/dL未満	62	40	64.5%	160以上180mg/dL未満	33	26	78.8%	180mg/dL以上	12	8	66.7%	合計	107	74	69.2%
脂質（LDL-C）	該当者数（人）	服薬なし人数（人）	服薬なし割合																		
140以上160mg/dL未満	62	40	64.5%																		
160以上180mg/dL未満	33	26	78.8%																		
180mg/dL以上	12	8	66.7%																		
合計	107	74	69.2%																		

## 3. 剣淵町で暮らす人の生活習慣

【健診】 生活習慣の状況
<p>特定健診受診者の質問票の回答状況から、剣淵町における喫煙や運動習慣、食事、睡眠などの生活習慣における傾向が把握できます。</p> <p>令和4年度の特定健診受診者の質問票から生活習慣の状況を見ると、「喫煙」「20歳時体重から10kg以上増加」「1回30分以上の運動習慣なし」「1日1時間以上運動なし」「歩行速度遅い」「週3回以上就寝前夕食」「3合以上」の回答割合が高くなっています。</p>

#### 4. 健康課題の整理

剣淵町で暮らす人の健康に関する現状について下記のようにまとめました。健康課題を解決するための保健事業の立案を行い、疾病の段階が進まないように取り組むことが重要です。



<p><b>重症化予防（がん以外）に関する健康課題</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○腎不全/脳血管疾患/虚血性心疾患による死亡や入院が多い</li> <li>○重症化リスクの高い検査数値であるにもかかわらず、未治療の者がいる</li> </ul>	<p><b>重症化予防（がん以外）に関連するデータヘルス計画の目標</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○HbA1c7.0%以上の者の減少、Ⅱ度高血圧（160/100mmHg）以上の者の減少、LDL コレステロール 180mg/dl 以上の者の減少</li> <li>○血圧/血糖/脂質の重症化予防対象者のうち、未治療者の医療機関受診率の上昇</li> </ul>
<p><b>重症化予防（がん）に関する健康課題</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○死因別死亡数の第1位は悪性新生物となっており、入院医療費、高額医療費、入院が長期化する疾病の上位を占める</li> </ul>	<p><b>重症化予防（がん）に関連するデータヘルス計画の目標</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○胃がん/肺がん/大腸がん/子宮頸がん/乳がん検診受診率の向上、5つのがんの平均受診率の向上</li> </ul>
<p><b>早期発見・特定健診に関する健康課題</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○健診も医療も受けていない「健康状態不明者」が一定数存在する</li> <li>○健診結果では有所見率が高い</li> </ul>	<p><b>早期発見・特定健診に関連するデータヘルス計画の目標</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○特定健診受診率の維持</li> </ul>
<p><b>生活習慣病発症予防・保健指導に関する健康課題</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○メタボリックシンドローム該当者・予備群該当者が多い</li> </ul>	<p><b>生活習慣病発症予防・保健指導に関連するデータヘルス計画の目標</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○特定保健指導による特定保健指導対象者の減少</li> <li>○メタボリックシンドローム該当者/予備群該当者の減少</li> </ul>

**3 データヘルス計画の目標と個別保健事業**

健康課題を解決することで短期的、中・長期的に達成されると期待されるデータヘルス計画の目標と、それらを達成するための代表的な個別保健事業計画について記載します。

**1. 代表的な個別保健事業計画**

**◀重症化予防（がん以外）**

個別保健事業名	事業目的・目標
糖尿病性腎症重症化予防事業	糖尿病の重症化を防ぎ、人工透析や虚血性心疾患、脳血管疾患への移行を防ぐ
早期糖尿病介入事業	糖尿病を早期に発見し、糖尿病の重症化を予防する。また、インスリン分泌等自分の体の状態を理解し、自分に合った血糖コントロール方法を実践することができる
慢性腎臓病重症化予防事業	腎機能低下を予防し、人工透析および虚血性心疾患、脳血管疾患への移行を防ぐ
虚血性心疾患重症化予防事業	虚血性心疾患の発症および進行を防ぐ
脳血管疾患重症化予防事業	脳血管疾患の発症及び進行を防ぐ

**◀重症化予防（がん以外）**

個別保健事業名	事業目的・目標
がん検診受診率向上事業	がんを早期に発見し、適切な治療に結びつけることで、がんによる死亡を減らす

**◀早期発見・特定健診**

個別保健事業名	事業目的・目標
特定健診継続受診・未受診者対策事業	被保険者が生活習慣病の予防等に関する健康意識の向上や健康の保持増進のため、自分の健康状態を知る機会となる健診の受診者を増やす

**◀生活習慣病発症予防・保健指導**

個別保健事業名	事業目的・目標
特定保健指導事業	健診によって抽出した対象者（生活習慣病未治療者）に対して、生活習慣の改善を図り、生活習慣病の発症および重症化を予防する

**◀その他の保健事業**

分類	個別保健事業名	事業目的・目標
健康づくり	運動教室	運動教室を開催し、家庭で実践できる運動やトレーニングの活用を紹介し、冬場の運動不足の解消や運動習慣の確立を目指す
	健康づくり講演会	健康に関する講演会を開催し、健康づくりに関する知識の普及を図る
	へるすサポート掲載	広報けんがちに健康情報を掲載し、広く町民に発信する
	歯周病検診事業	40歳・50歳・60歳・70歳の節目年齢の歯科検診対象者へ歯科受診の必要性を周知し、受診行動を促すとともに、セルフケアおよびプロフェッショナルケアの推進を図る
高齢者の保健事業と介護予防の一体的な実施	後期高齢者健診	後期高齢者に対し生活習慣病重症化予防、介護状態予防のために健診を実施する
	ハイリスクアプローチ	①糖尿病性腎症重症化予防：糖尿病未治療者への受診勧奨およびコントロール不良者の医療と連携した保健指導の実施 ②その他生活習慣病重症化予防：虚血性心疾患および脳血管疾患、慢性腎臓病（CKD）、その他生活習慣病重症化予防のための受診勧奨および保健指導 ③健康状態不明者への介入：健診、医療が未受診かつ介護認定のない「健康状態不明者」の健康状態を把握し、必要な支援につなげる
	ポピュレーションアプローチ	地域サロン等の通いの場における健康教育、健康相談の実施
適正医療費の適正化	重複、多剤服薬者への保健指導	KDBシステムより抽出した重複、多剤服薬者に対し、医療機関受診状況や健康状態の確認を行い、必要に応じてお薬手帳の活用方法等を伝える
	後発医薬品普及啓発事業	国保被保険者に対し、後発医薬品等の理解促進に向けて必要な情報提供を行う