

階上町国民健康保険
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）

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	特定健康診査等実施計画
「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の分析、それに基づく加入者の健康保持増進のための事業計画として「データヘルス計画」の作成・公表、事業実施、評価等の取組を求める」ことが掲げられた。これを踏まえ、PDCAサイクルに沿った効果的かつ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）を策定する。	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た。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、実施計画を策定する。
データヘルス計画の目的	
生活習慣病が重症化することなく、元気にいきいきと自立して暮らすことができる	
他計画との位置づけ	
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、健康増進計画や医療費適正化計画、高齢者福祉計画・介護保険事業計画、高齢者保健事業の実施計画及び国民健康保険運営方針と調和のとれたものとする。	
関係者連携	
国保担当が中心となって、関係部局や関係機関の協力を得て、保険者の健康課題を分析し、計画を策定する。また、後期高齢者医療担当や介護保険担当、生活保護（福祉事務所）担当と連携してそれぞれの健康課題を共有するとともに、後期高齢者や生活保護受給者の健康課題も踏まえて保健事業を展開する。	
計画の評価	個別事業の評価
設定した計画の評価指標に基づき、KDBシステム等を活用し、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及び中間評価を実施する。	設定した保健事業ごとの評価指標に基づき、KDBシステム等を活用し、毎年度、評価を実施し、必要に応じて次年度の保健事業の実施内容等の見直しを行う。

2. データヘルス計画の構成

基本構成			
計画策定に際しては、まず、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、地域における健康課題を抽出する。健康課題の整理に際しては、以下の生活習慣病の進行イメージに沿って、特に保健事業における介入により予防可能な疾患に着目する。 次に、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する。			
生活習慣病の進行イメージ			
不健康な生活習慣	生活習慣病予備群 メタボリックシンドローム	生活習慣病	生活習慣病重症化 死亡・介護
【出典】厚生労働省 新たな健診・保健指導と生活習慣病対策 ※本紙P.11			

2 健康課題の抽出～目的・目標の設定

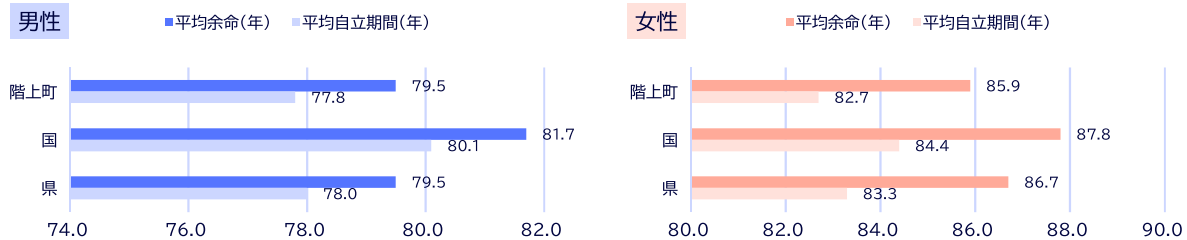
1. 死亡・介護・生活習慣病重症化（入院医療・外来（透析））

【平均余命・平均自立期間】

男性の平均余命は79.5年で、県と同程度で、国より短い。国と比較すると、-2.2年である。女性の平均余命は85.9年で、国・県より短い。国と比較すると、-1.9年である。

男性の平均自立期間は77.8年で、国・県より短い。国と比較すると、-2.3年である。女性の平均自立期間は82.7年で、国・県より短い。国と比較すると、-1.7年である。

平均余命・平均自立期間 ※本紙P.6



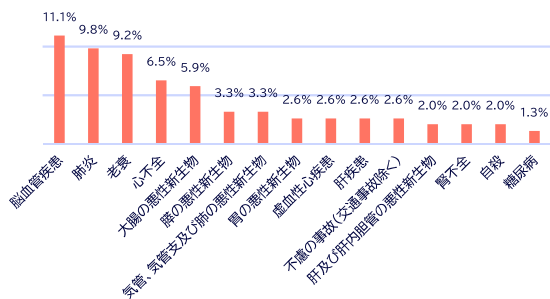
【死亡】

令和3年の生活習慣病における重篤な疾患の死亡者数及び総死亡者数に占める割合は「虚血性心疾患」4人(2.6%)、「脳血管疾患」17人(11.1%)、「腎不全」3人(2.0%)となっている。

平成25年から29年の標準化死亡比は、「急性心筋梗塞」50.8(男性)79.5(女性)、「脳血管疾患」129.1(男性)111.1(女性)、「腎不全」138.0(男性)138.1(女性)となっている。

死亡割合_上位15疾患 ※本紙P.12

標準化死亡比(SMR) ※本紙P.13



死因	標準化死亡比(SMR)		
	階上町		国
	男性	女性	
急性心筋梗塞	50.8	79.5	100
脳血管疾患	129.1	111.1	100
腎不全	138.0	138.1	100

【介護】

要介護認定者の有病割合をみると、「心臓病」は52.1%、「脳血管疾患」は22.2%となっている。重篤な疾患に進行する可能性のある基礎疾患の有病割合をみると、「糖尿病」は18.3%、「高血圧症」は46.1%、「脂質異常症」は23.1%となっている。

要介護認定者の有病割合 ※本紙P.16

疾病名	要介護・要支援認定者(1・2号被保険者)		国	県	同規模
	該当者数(人)	割合			
糖尿病	117	18.3%	24.3%	22.0%	22.9%
高血圧症	294	46.1%	53.3%	49.6%	54.1%
脂質異常症	153	23.1%	32.6%	27.4%	30.2%
心臓病	340	52.1%	60.3%	55.1%	60.7%
脳血管疾患	144	22.2%	22.6%	21.8%	23.5%
がん	45	6.0%	11.8%	9.0%	11.0%
精神疾患	232	33.9%	36.8%	35.0%	38.1%
うち 認知症	142	22.7%	24.0%	23.1%	25.1%
アルツハイマー病	89	14.7%	18.1%	17.6%	19.0%
筋・骨格関連疾患	248	38.6%	53.4%	44.6%	53.1%

【生活習慣病重症化】入院医療・外来（透析）

「虚血性心疾患」及び「脳血管疾患」を含む「循環器系の疾患」の入院医療費は入院医療費全体の19.4%を占めており、「腎不全」の外来医療費は、外来医療費全体の8.6%を占めている。

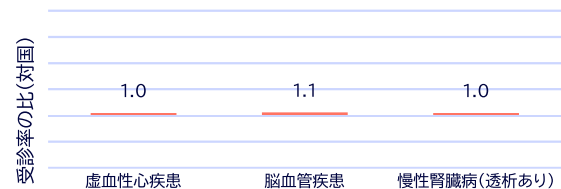
生活習慣病における重篤な疾患のうち「虚血性心疾患」及び「脳血管疾患」の入院受診率はいずれも国より高く、「慢性腎臓病（透析あり）」の受診率は国より高い。

疾病分類（大分類）別 入院医療費_循環器系の疾患 ※本紙P.19 疾病分類（中分類）別 外来医療費_腎不全 ※本紙P.21

疾病分類（大分類）	医療費（円）	入院医療費に占める割合	疾病分類（中分類）	医療費（円）	外来医療費に占める割合
循環器系の疾患	88,335,200	19.4%	腎不全	53,048,340	8.6%

受診率（被保険者千人当たりレセプト件数）_生活習慣病における重篤な疾患 ※本紙P.28

重篤な疾患	階上町	国	国との比
虚血性心疾患	4.9	4.7	1.05
脳血管疾患	10.8	10.2	1.05
慢性腎臓病（透析あり）	31.7	30.3	1.05



2. 生活習慣病

【生活習慣病】外来医療、健診受診者のうち、受診勧奨対象者

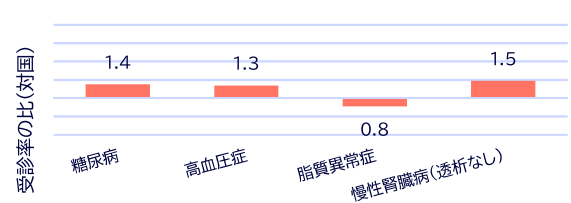
生活習慣病基礎疾患の外来医療費に占める割合は「糖尿病」が11.2%、「高血圧症」が6.5%、「脂質異常症」が2.7%となっている。基礎疾患及び「慢性腎臓病（透析なし）」の外来受診率は、「脂質異常症」が国より低い。

疾病分類（中分類）別 外来医療費_基礎疾患（男女合計） ※本紙P.24

疾病分類（中分類）	医療費（円）	外来医療費に占める割合
糖尿病	68,886,310	11.2%
高血圧症	40,171,170	6.5%
脂質異常症	16,403,000	2.7%

受診率（被保険者千人当たりレセプト件数）_基礎疾患 ※本紙P.26

基礎疾患及び慢性腎臓病（透析なし）	階上町	国	国との比
糖尿病	894.4	651.2	1.37
高血圧症	1164.8	868.1	1.34
脂質異常症	438.7	570.5	0.77
慢性腎臓病（透析なし）	21.2	14.4	1.47



受診勧奨対象者のうち服薬が確認されていない人の割合は、血糖ではHbA1cが6.5%以上であった人の32.6%、血圧ではI度高血圧以上であった人の38.8%、脂質ではLDL-C140mg/dl以上であった人の81.3%、腎機能ではeGFR45ml/分/1.73m²未満であった人の14.3%である。

特定健診受診者における受診勧奨対象者（血糖・血圧・脂質・腎機能）の服薬状況 ※本紙P.46

血糖（HbA1c）	該当者数（人）	服薬なし（人）	服薬なし割合	血圧	該当者数（人）	服薬なし（人）	服薬なし割合
6.5%以上7.0%未満	62	30	48.4%	I度高血圧	228	88	38.6%
7.0%以上8.0%未満	49	9	18.4%	II度高血圧	43	17	39.5%
8.0%以上	24	5	20.8%	III度高血圧	5	2	40.0%
合計	135	44	32.6%	合計	276	107	38.8%
脂質（LDL-C）	該当者数（人）	服薬なし（人）	服薬なし割合	腎機能（eGFR）	該当者数（人）	服薬なし（人）	服薬なし割合
140mg/dL以上 160mg/dL未満	129	103	79.8%	30ml/分/1.73m ² 以上 45ml/分/1.73m ² 未満	19	3	15.8%
160mg/dL以上 180mg/dL未満	77	66	85.7%	15ml/分/1.73m ² 以上 30ml/分/1.73m ² 未満	2	0	0.0%
180mg/dL以上	45	35	77.8%	15ml/分/1.73m ² 未満	0	0	0.0%
合計	251	204	81.3%	合計	21	3	14.3%

3. 生活習慣病予備群・メタボリックシンドローム

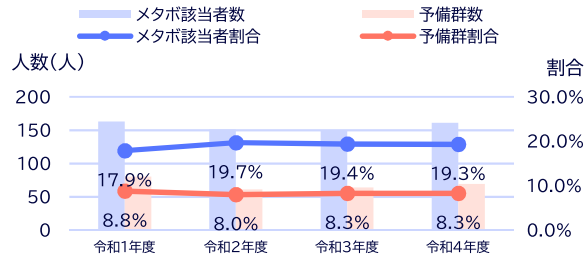
【生活習慣病予備群】メタボ該当者・メタボ予備群該当者

令和4年度特定健診受診者の内、メタボ該当者は161人（19.3%）であり、国・県より低い。メタボ予備群該当者は69人（8.3%）であり、国・県より低い。令和4年度と令和1年度の該当者割合を比較すると、メタボ該当者の割合は1.4ポイント増加しており、メタボ予備群該当者の割合は0.5ポイント減少している。

メタボ該当者数・メタボ予備群該当者数 ※本紙P. 37

階上町

	階上町		国	県
	対象者数（人）	割合		
メタボ該当者	161	19.3%	20.6%	20.8%
メタボ予備群該当者	69	8.3%	11.1%	10.8%

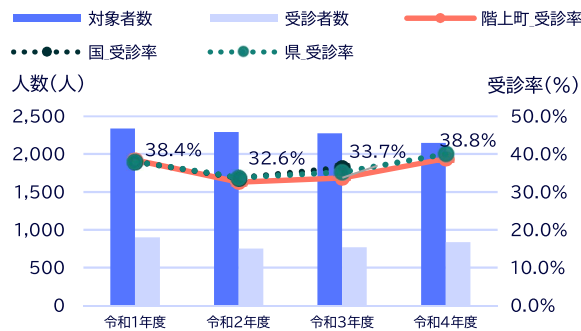


4. 不健康な生活習慣

【生活習慣】特定健診受診率・特定保健指導実施率

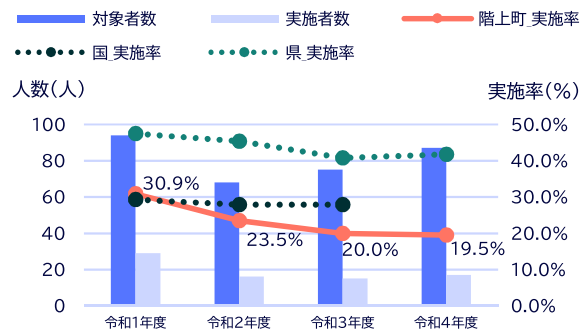
令和4年度の特定健診受診率は38.8%で、令和1年度と比較して0.4ポイント上昇している。

特定健診受診率（法定報告値） ※本紙P. 33



令和4年度の特定保健指導実施率は19.5%で、令和1年度の実施率30.9%と比較すると11.4ポイント低下している。

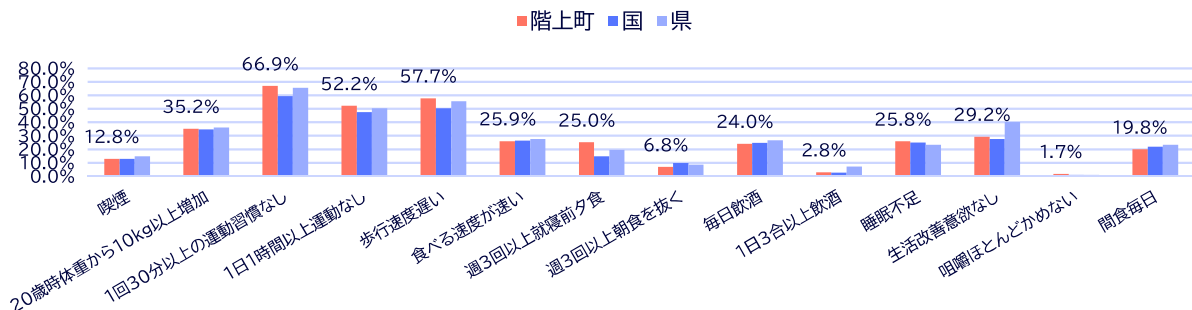
特定保健指導 実施率（法定報告値） ※本紙P. 40



【生活習慣】質問票の回答割合

令和4年度の特定健診受診者の内、国や県と比較して「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」「睡眠不足」「咀嚼ほとんどかめない」の回答割合が高い。

質問票項目別回答者の割合 ※本紙P. 48



5. 健康課題の整理

考察	健康課題
<p>◀重症化予防</p> <p>保健事業により予防可能な重篤疾患を見ると、虚血性心疾患・脳血管疾患・腎不全が死因の上位に位置している。</p> <p>階上町では高齢化率が高いため、標準化死亡比（SMR）をみると、男女ともに脳血管疾患および腎不全が100より高い値である。一方で脳内出血を除いた脳血管疾患および腎不全の入院受診率・外来受診率は国と同程度～低いことから、脳血管疾患や腎不全の重篤疾患が発生しているものの、適切な外来受診や入院につながらずに死亡に至っている可能性が考えられる。</p> <p>虚血性心疾患の入院受診率、脳血管疾患の入院受診率、慢性腎臓病（透析あり）の外来受診率は、国・県より高く、基礎疾患及び慢性腎臓病（透析なし）の外来受診率は、脂質異常症が国より低く、糖尿病・高血圧症・慢性腎臓病（透析なし）が国より高い。しかし、階上町の高齢化率を考慮した場合、これらの外来受診率は国より一概に高いとは言えない可能性があり、外来受診に繋がっていない者が一定数存在する可能性がある。</p> <p>加えて、特定健診受診者においては、血糖・血圧・脂質に関して受診勧奨判定値を上回っているものの該当疾患に関する服薬が出ていない者が血糖では約3割、血圧では約4割、血中脂質では約8割存在している。このことから、受診勧奨対象となっているにも関わらず、適切な外来治療につながっていない状態が継続することによって重篤な疾患の発症につながる可能性が考えられる。</p>	<p>#1</p> <p>健診を受診し受診勧奨判定値を超えた者が適切に医療機関を受診することで、重篤な疾患の発症を防ぐ</p>
<p>◀生活習慣病発症予防・保健指導</p> <p>特定健診受診者の内、受診勧奨判定値を超えた人は国・県と比較して多くやや増加傾向にあり、メタボ該当者の割合・予備群該当者の割合は多少の増減はあるもののほぼ横ばいで推移している。</p> <p>一方で特定保健指導実施率は県より低く、減少傾向にあり、特定保健指導が十分に実施できていない可能性が考えられる。そのため、保健指導によりメタボリックシンドローム該当者・予備群該当者を減少させることで、糖尿病ならびに虚血性心疾患や脳血管疾患の発症予防につながると考えられる。</p>	<p>#2</p> <p>特定保健指導実施率を向上・維持させ、メタボ該当者および予備群該当者の悪化を予防する</p>
<p>◀早期発見・特定健診</p> <p>特定健診受診率は県より低い状態であるが、新型コロナウイルス感染症流行の令和2年度以降、受診率はやや増加傾向にある。</p> <p>また、特定健診対象者の内、約2割が健診未受診かつ生活習慣病の治療も受けておらず健康状態が不明の状態にあることから、本来医療機関受診勧奨や特定保健指導による介入が必要な人が特定健診で捉えられていない可能性が考えられる。</p>	<p>#3</p> <p>特定健診受診率が向上し、適切に特定保健指導や重症化予防事業につながる</p>
<p>◀健康づくり</p> <p>特定健診受診者における質問票の回答割合を見ると、男女ともに運動習慣の改善が必要と思われる人の割合多い。このような生活習慣が継続し、高血糖や高血圧、脂質異常の状態に至り、動脈硬化が進行した結果、最終的に虚血性心疾患や脳血管疾患の発症に至る者が多い可能性が考えられる。</p>	<p>#4</p> <p>運動習慣が改善し、生活習慣病の発症・進行、重症化を予防する</p>
<p>◀介護予防・一体的実施</p> <p>介護認定者における有病割合を見ると、前期高齢者では国と比べて心臓病・脳血管疾患の有病状況が多く、心臓病の有病状況については国保被保険者に比べ後期高齢者の方が多い。</p> <p>医療費の観点では、後期の脳血管疾患・虚血性心疾患・人工透析の医療費構成割合は、いずれも国保の同疾患と比べて同程度である</p> <p>前期高齢者の低栄養は、高齢期の体力低下、フレイルの要因となり得る。</p> <p>これらの事実から、国保被保険者への生活習慣病の重症化予防が、後期高齢者における重篤疾患発症の予防につながると考えられる。</p>	<p>#5</p> <p>国保世代への重症化予防により、将来の重篤な疾患を予防する</p>
<p>◀社会環境・体制整備</p> <p>重複処方該当者が20人、多剤処方該当者が3人存在することから、医療費適正化・健康増進の観点で服薬を適正化すべき人が一定数存在する可能性がある。</p> <p>また、後発医薬品使用割合は県より高く、引き続き後発医薬品普及の取り組みを継続することで医療費が適正化できると考えられる。</p>	<p>#6</p> <p>重複・多剤処方該当者に対して保健指導を実施し、医療費の適正化を図る</p>

6. データヘルス計画の目標と個別保健事業

事業名	事業概要	アウトプット 指標	アウトカム 指標（主なもの）	関連する 短期目標
糖尿病予防・改善教室	特定健診受診者のうち、糖代謝において異常が見られた人に対し、糖尿病の病態、適切な食生活、運動習慣等について健康教育を実施する。	【項目名】 参加勧奨実施率 【目標値】100%	【項目名】 HbA1c6.5以上の 人の割合 【目標値】10%	HbA1c6.5以上で服薬なしの人の割合の減少
三種の神器	国民健康保険被保険者を含む町民全体に対し、三種の神器（簡易尿中塩分測定器・活動量計・血圧計）を用いて、健康教育、保健指導等を実施する。	【項目名】 実施回数 【目標値】 年3回以上	【項目名】 血圧が①収縮期130mmHg以上または②拡張期85mmHg以上の人の割合 【目標値】50%	血圧がⅠ度高血圧以上で服薬なしの人の割合の減少 LDL-Cが140mg/dl以上で服薬なしの人の割合の減少
保健指導・健康相談・健康教育	国民健康保険被保険者を含む町民全体に対し、対象に適切な方法で実施する。	【項目名】 実施回数（1地区あたり） 【目標値】 年1回以上	【項目名】 HbA1c6.5以上の人の割合 【目標値】10%	Hb6.5以上で服薬なしの人の割合の減少
特定保健指導	生活習慣病を予防することを目的に、内臓脂肪型肥満に着目し、保健指導を実施する。	【項目名】 特定保健指導実施率 【目標値】60%	【項目名】 メタボ該当者の割合 【目標値】15%	メタボ該当者及びメタボ予備群該当者の割合の減少
健診結果説明会	健診結果を適切に理解し、様々な疾患の発症が予防されるよう、保健師や管理栄養士等による健康相談を実施する。	【項目名】 積極的勧奨の対象者への電話による保健指導 【目標値】100%	【項目名】 メタボ予備群該当者の割合 【目標値】7%	メタボ該当者及びメタボ予備群該当者の割合の減少
特定健康診査	生活習慣病の予防を目的に、特定保健指導を必要とする人を的確に抽出するために行う。対象者は、国民健康保険被保険者で、当該年度に40歳から74歳となる人。	【項目名】 未受診者・受診者数の把握 【目標値】 年1回以上	【項目名】 特定健診受診率 【目標値】60%	特定健診受診率の向上
特定健診受診率向上事業	対象者に通知を送付する等、予防健康づくり及び医療費の適正化を目的とし、効率的かつ効果的な特定健診受診率の向上を目指す。	【項目名】 対象者への通知 【目標値】4回	【項目名】 特定健診受診率 【目標値】60%	特定健診受診率の向上
歯周病検診	国民健康保険被保険者のうち40歳・50歳・60歳・70歳を対象とし、歯周病の発症予防による高齢期の健康を目的に、町内歯科医院において歯周病検診を実施。	【項目名】 対象者への通知 【目標値】年1回	【項目名】 50歳-74歳の咀嚼良好者の割合 【目標値】70%	咀嚼良好者の割合の増加
健康イベント	健康意識の向上等を目的に、健康測定会や健康相談会を実施する。	【項目名】 実施回数 【目標値】年1回	【項目名】 特定健診受診率 【目標値】60%	運動習慣のある人の割合の増加 喫煙率の減少
ゆうゆう健幸トレーニング	後期高齢者（前期高齢者）を対象に、運動の機会を通じてフレイル予防を目的に運動指導を実施する。	【項目名】 運動習慣のある人の割合 【目標値】50%	【項目名】 前期高齢者の低栄養傾向者数の割合 【目標値】13%	前期高齢者の低栄養傾向者数の割合の減少
医療費適正化に向けた通知	医療費削減や健康増進を目指し、医療費通知とジェネリック医薬品差額通知を実施する。	【項目名】 通知回数 【目標値】8回	【項目名】 後発医薬品の使用割合 【目標値】88%	重複処方該当者・多剤処方該当者の人数が増加しない
重複・頻回受診者等訪問指導	重複受診者等に該当する対象者及びその家族に対し、健康保持増進及び医療費の適正化を図ることを目的に、対面又は電話による訪問指導を実施する。	【項目名】 訪問指導対象者に対する関わり 【目標値】100%	【項目名】 重複服処方該当者の人数 【目標値】 ±0人	重複処方該当者・多剤処方該当者の人数が増加しない