

中野区国民健康保険

第二期 データヘルス計画

第四期 特定健康診査等実施計画

(令和6年度(2024年度)～令和11年度(2029年度))

【概要版】

令和6年(2024年)3月

中野区

<目次>

第1章 計画の基本的事項

1	計画策定の趣旨.....	1
2	計画期間.....	1
3	計画の位置づけ.....	1
4	計画の評価方法・時期.....	2

第2章 第二期データヘルス計画

1	第一期データヘルス計画（前期計画）の概要.....	3
2	計画の目的・優先して取り組む課題.....	5
3	計画で実施する保健事業の内容.....	6

第3章 第四期特定健康診査等実施計画

1	計画策定の背景・目的.....	10
2	特定健診とは.....	10
3	特定保健指導とは.....	10
4	目標.....	11
5	特定健診受診率向上・特定保健指導実施率向上に向けて.....	11

第1章 計画の基本的事項

1 計画策定の趣旨

(1) データヘルス計画

中野区国民健康保険の被保険者が抱える健康課題に応じた保健事業を実施することにより、被保険者の健康の維持・向上を図り、医療費の適正化にも資することを目的として「第二期データヘルス計画」を策定し、保健事業の実施、評価、改善を行います。

(2) 特定健康診査等実施計画

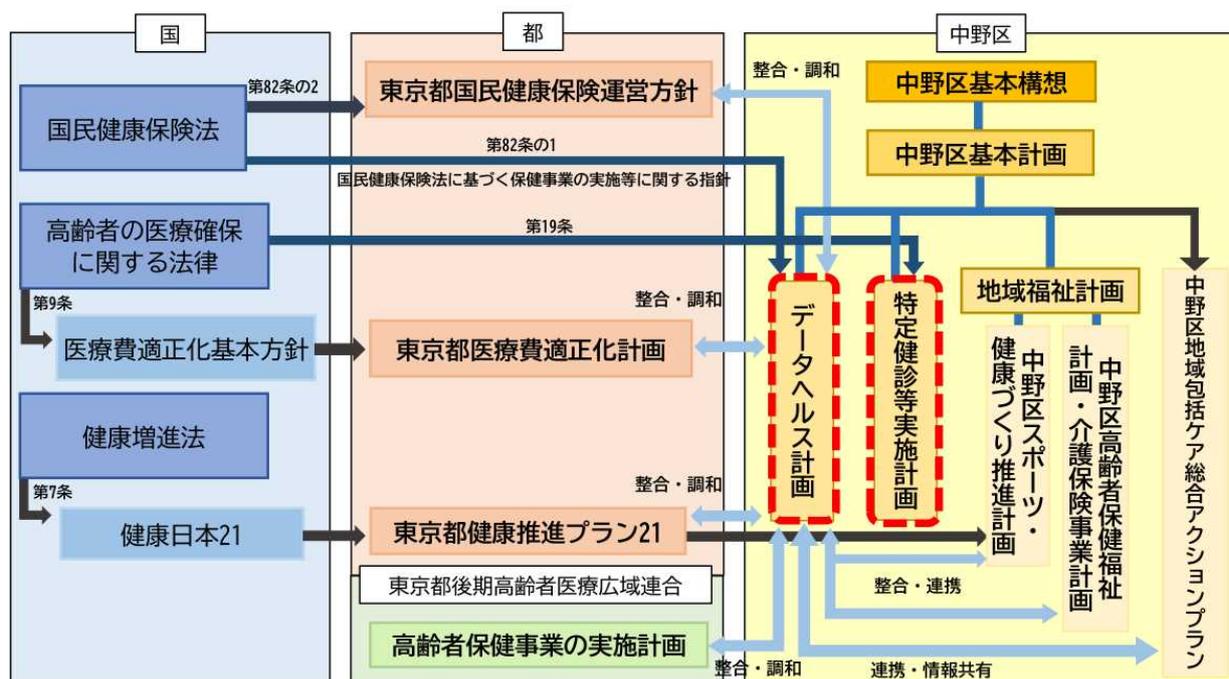
平成20年度より「高齢者の医療の確保に関する法律」（昭和57年法律第80号）に基づき、特定健康診査（以下、「特定健診」とします。）・特定保健指導の実施が義務付けられました。同法律に基づき作成された特定健康診査等基本方針に沿って、特定健康診査等実施計画を策定し、データヘルス計画と一体的に公表します。

2 計画期間

令和6年度（2024年度）～令和11年度（2029年度）を計画期間としています。

3 計画の位置づけ

東京都や東京都後期高齢者医療広域連合作成の計画・指針に加え、中野区基本構想の基本理念「誰もが生涯を通じて安心して自分らしく生きられるまち」を踏まえ、中野区基本計画や中野区地域包括ケア総合アクションプラン、中野区の関連計画（スポーツ・健康づくり推進計画、高齢者保健福祉計画・介護保険事業計画）との整合を図っていきます。



4 計画の評価方法・時期

(1) データヘルス計画

個別の保健事業の評価は年度ごとに行うことを基本として、計画策定時に設定した保健事業ごとの評価指標に基づき、事業の効果や目標の達成状況を確認します。

また、計画期間の中間時点で進捗確認及び中間評価を実施します。計画の最終年度においては、計画の最終評価及び次期計画の策定を行います。

(2) 特定健康診査等実施計画

本計画の最終年度に特定健診の受診率及び特定保健指導の実施率について評価を行います。実施中は、設定した目標値の達成状況を毎年度点検していきます。

第2章 第二期データヘルス計画

1 第一期データヘルス計画（前期計画）の概要

前期計画（平成30年度～令和5年度）にて、下記の保健事業を実施しました。

（1）特定健康診査受診率向上事業

ア 受診勧奨

対象者を階層別にグループ分けし、それに応じた効果的な受診勧奨を行いました。

イ 受診しやすい環境の整備

対象者が特定健診を受けやすい環境づくりを行いました。

ウ 診療情報の収集

生活習慣病で医療機関に受診をしている方の診療情報を収集し、特定健診の受診率に反映しました。

エ 事業主健診の結果収集

職場などで健康診査を受けた方に対して健診結果の収集の協力をお願いしました。

（2）特定保健指導実施率向上事業

ア 利用勧奨方法の拡充

電話での勧奨や通知での再勧奨を行うことで実施率の向上を図りました。

イ 特定健診結果説明日の初回面談の実施

健康意識が高いうちに特定保健指導を開始できるように、通知文や説明会などで医療機関へ協力を要請しました。

ウ 委託事業者の選定

対面や ICT での面談など、利用者の生活スタイルに合わせて手軽に利用できるように、一体的に実施できる委託事業者を選定しました。

（3）生活習慣病重症化予防事業

ア 糖尿病性腎症重症化予防

特定健診やレセプトデータから糖尿病性腎症が疑われる方に対し、かかりつけ医と連携しながら委託事業者による保健指導を実施しました。

イ 生活習慣病ハイリスク者への受診勧奨

特定健診の結果から、血圧・脂質・血糖値の数値が悪く、医療機関での治療をしていない方に対し、医療機関の受診勧奨・保健指導を行いました。

ウ 治療中断者への受療勧奨

生活習慣病の治療を中断している方に対し、通知の発送・電話による受療勧奨・保健指導を行うことで、治療再開を促しました。

(4) 医療費適正化事業

ア ジェネリック医薬品利用促進事業

先発医薬品を使用している方に対して、後発医薬品（ジェネリック医薬品）の使用を促す通知を送付することで、医療費の削減を図りました。

イ 適正受診・服薬に関する指導事業

重複・多剤服薬者に服薬指導を行い、過剰服薬による健康被害の防止・医療費の削減を図りました。

(5) その他の保健事業

ア がん検診受診率向上への取組み

がんの早期発見・早期治療を目的として、がん検診の受診勧奨や普及啓発を行いました。

イ 肝炎ウイルス検査受診勧奨の取組み

肝炎発症リスクのある方に対し、医療機関とも連携して積極的な受診勧奨を行いました。

ウ 健康意識向上の取組み

健康づくりに関する知識の普及・啓発を目的として、健康意識向上を図るイベントを実施しました。

2 計画の目的・優先して取り組む課題

第二期データヘルス計画の策定に際して、特定健診結果データやレセプトデータを活用して、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しました。

中野区では、「被保険者の健康の維持・向上」と「医療費の適正化」を計画目的として掲げ、被保険者の健康課題を的確に捉え、課題に対して優先して取り組むべき事項を整理し、課題の解消に向けて効果的な保健事業を実施していきます。

■優先課題 1

特定健診実施率が都平均より低いうえ、特定健診からもレセプトデータからも健康状態が把握できていない人が被保険者の29%を占めています。

→健康状態を把握する人を増やし適切な対策を打つために、特定健診の受診率向上が必要です。

■優先課題 2

- ・特定保健指導の実施率は国・都平均より低く、メタボ該当者割合も減少していません。
- ・空腹時血糖、LDL-C、ALT、尿酸の有所見者が国・都平均よりも高いです。

→特定保健指導の実施率向上により生活習慣病リスク保有者を抑制する必要があります。

■優先課題 3

腎不全は入院・外来医療費の上位にあり、人工透析への新規移行患者も毎年45名程度発生しています。

→腎症重症化予防を行う必要があります。

■優先課題 4

特定健診受診者のうち、受診勧奨判定値を超えているものの、服薬をしていない方の割合が高いです。

→生活習慣病が重症化する前に未治療者や治療を中断している人を医療へつなげる必要があります。

■優先課題 5

一人当たり医療費が増加しています。重複・多剤処方該当者が一定程度いること、ジェネリック使用率が低いことなど医療費の高額化が生じていると考えられる要因があります。

→医療費の高額化の抑制、適正化を図る必要があります。

■優先課題 6

がん、肝疾患は死因上位に位置しています。また、がんは入院・外来医療費の上位にあります。

→がん、肝疾患を早期発見・治療するための施策が必要です。

■優先課題 7

・特定健診受診率が低いことに加え、特定健診受診者のうち生活習慣改善意欲なしと回答した人の割合が高いです。

・中野区の高齢化率は20%で、国や都と比較すると低いため、若年層のうちから生活習慣病の発症・重症化予防をすることが重要です。

→被保険者全体の健康意識の改善が必要です。

3 計画で実施する保健事業の内容

第二期データヘルス計画の目的を達成するために実施する保健事業の内容を以下の通り整理しました。

	事業名	事業概要	第二期計画で実施すること	アウトカム指標・目標値
優先課題1	特定健康診査受診率向上事業	特定健診の受診率向上に強みを持つ専門事業者の知見を活用し、受診勧奨や診療情報収集を行うことで受診率を伸ばします。	<p>【新規】特定健診の受診券が届いた対象者の行動変容を促すことができるよう、受診券の封筒をナッジ理論を活用したレイアウトに変更します。</p> <p>【拡充】勧奨方法毎の受診率を分析し、より効果が高いショートメッセージでの勧奨に注力していきます。</p>	<p>【項目名】 特定健診実施率 【R11 目標値】 45.0%</p>
				<p>【項目名】 生活習慣の改善意欲がある方の割合 【R11 目標値】 66.0%</p>
優先課題2・7	特定保健指導実施率向上事業	医療機関、区内施設、自宅近くのカフェやスマートフォンでの面談など、利用者の生活スタイルに合わせて手軽に利用できるメニューを提供するとともに、区や医療機関からの積極的な勧奨を通じて利用率の向上を目指します。	<p>【新規】35歳から39歳までの国保加入者で中野区健康づくり健診を受診して特定保健指導の階層化基準に該当した方にも保健指導を実施します。</p> <p>【新規】委託事業者での初回面談実施率向上に向けて、特定健診結果説明と同時に医療機関から中野区特定保健指導の利用案内をしてもらうことで、健康意識が高いうちに対象者を誘導することができるような仕組みを構築します。</p>	<p>【項目名】 特定保健指導終了者の割合 【R11 目標値】 11.5%</p>
				<p>【項目名】 特定保健指導対象者の減少率 【R11 目標値】 24.0%</p>

	事業名	事業概要	第二期計画で 実施すること	アウトカム 指標・目標値
優先課題 3・4・7	糖尿病性腎症 重症化予防事業	糖尿病性腎症が疑われる方に対して参加勧奨を行い、毎年約 30 人に保健指導を 6 か月間実施します。	【拡充】中長期的に参加者の特定健診結果数値・レセプトを基に、HbA1c の値の変化、人工透析の有無を確認します。	【項目名】 人工透析移行者数 【R11 目標値】 0 人
			【拡充】事業の参加勧奨をしたが不参加となった方のうち医療機関を受診していない方に対しては、電話での参加勧奨の際に医療機関への受診勧奨を行います。	【項目名】 HbA1c 改善者の割合 (令和 6 年度から 5 年間のレセプトデータを確認) 【R11 目標値】 30.0%
	生活習慣病 重症化予防事業	①特定健診の結果から、医療機関の受診が必要にも関わらず受診していない方(未治療者)、②生活習慣病の治療を中断している方(治療中断者)に対して、通知の発送、医療専門職から受診・受療を促す電話をするとともに保健指導を行います。	【新規】年齢要件を緩和し、35 歳から 39 歳の国保加入者で中野区の健康づくり健診を受診した方のうち、基準に該当した方についても事業の対象とします。	【項目名】 特定健診受診者うち、医療機関への受診勧奨が必要な方の割合 【R11 目標値】 3.9%
			【拡充】過去の特定健診結果、受診状況、レセプトデータ、年齢などから勧奨効果の高い対象者をグループ分けして対象者の行動変容を促す勧奨物を送付するなど、より効果的な勧奨を実施します。	【項目名】 特定健診未受診者のうち、治療中断者の割合 【R11 目標値】 0.4%

	事業名	事業概要	第二期計画で 実施すること	アウトカム 指標・目標値
優先課題5	ジェネリック 医薬品利用促進 事業	先発医薬品を使用している方 に対して、後発医薬品(ジェネ リック医薬品)を使用した場 合の医療費との差額がわかる 通知を送付します。	【拡充】外的要因に注視しつ つ、在庫がある後発医薬品を 確認し、在庫があるにも関わ らず先発医薬品を処方され ている方に絞って差額通知 を送付します。	【項目名】 ジェネリック医薬品 普及率 (数量ベース) 【R11 目標値】 80.0%
	適正受診・服薬に 関する指導事業	対象者に服薬指導案内通知を 発送し、希望する方に中野区 薬剤師会会員薬局の薬剤師が 服薬指導を行います。	【拡充】対象者の行動変容を 促すことができるより効果 的な勧奨物を対象者に送付 することで、服薬指導の利用 者数を増やします。 【拡充】今までは、都のモデ ル事業(東京都重複多剤服薬 管理指導事業)に参加してい たため、対象者へ服薬管理指 導を行う際は都の指導様式 を用いていましたが、今後 は、記入してもらった薬局薬剤 師の負担を減らすべく、区 独自で作成した様式を使用 します。また、服薬指導の参 加者が多い他自治体のノウ ハウ等を参考にしていきます。	【項目名】 通知発送後の3か月間の重 複・多剤服薬該当者の医療 費の減少率 【R11 目標値】 13.0%

	事業名	事業概要	第二期計画で 実施すること	アウトカム 指標・目標値
優先課題 6	がん検診受診率 向上への取組み	がん検診受診勧奨、がん検診 を受診しやすい環境整備を行 います。	【拡充】過去のがん検診の受 診歴や年齢などを考慮して、 がんの早期発見のために積 極的に勧奨するべき方、新型 コロナウイルス感染症の感 染拡大によって受診控えを した方などに対する勧奨の 強化を行っていきます。 【拡充】今後、区内施設で受 診する乳がん、胃がん検診車 の日程を増やしていきます。	【項目名】 対象者全体のうちがん検 診を受診した方の割合 【R11 目標値】 21.0%
	肝炎ウイルス 検査受診勧奨の 取組み	肝炎ウイルス検査の受診勧奨 を行います。	【継続】引き続き、特定健診 受診券とセットで受診券シ ールを印字し、対象者全員に 発送します。また、対象者が 受診を希望しない場合はチ ェックをするチェックボツ クス欄を活用し、特定健診受 診時に実施報告書にチェツ クが無い方へ医療機関から 受診を誘導します。	【項目名】 対象者のうち受診した方 の割合 【R11 目標値】 7.7%
優先課題 7	健康意識向上へ の取組み	被保険者の健康意識を高める イベントを行います。	【継続】対象者が参加しやす いイベントにするべく、健 (検)診と結びつけた健康イ ベントを実施します。	【項目名】 生活習慣を改善しようと 思った方の割合 (アンケート結果) 【R11 目標値】 80.0%

第3章 第四期特定健康診査等実施計画

1 計画策定の背景・目的

保険者においては、平成20年度より「高齢者の医療の確保に関する法律」に基づき、特定健診及び特定保健指導の実施が義務付けられてきました。

中野区においても、同法律に基づき作成された特定健康診査等基本方針に沿って、国の手引きの見直しの内容などを踏まえて実施計画を策定し、中野区の現状を考慮した事業の運営を図るとともに、特定健診の受診率及び特定保健指導の実施率の向上に取り組んでいきます。

2 特定健診とは

特定健診は、糖尿病等の生活習慣病の発症や重症化を予防することを目的とした健診です。メタボリックシンドロームに着目し、生活習慣を改善するための特定保健指導を必要とする者を的確に抽出するために行います。

3 特定保健指導とは

特定保健指導は、内臓脂肪型肥満に着目し、生活習慣を改善するための保健指導を行うことにより、対象者が自らの生活習慣における課題を認識して行動変容と自己管理を行うとともに健康的な生活の維持ができるようになることを通じて、糖尿病等の生活習慣病を予防することを目的とするものです。特定健診結果を腹囲、リスクの高さ、喫煙歴、年齢により階層化し、積極的支援対象者及び動機付け支援対象者に実施します。

(特定保健指導階層化の基準)

腹囲	追加リスク	喫煙歴	対象年齢	
	(血糖・血圧・脂質)		40-64歳	65歳-
男性≧85cm 女性≧90cm	2つ以上該当	なし/あり	積極的支援	動機付け支援
	1つ該当	あり		
上記以外で BMI≧25kg/m ²		3つ該当	なし	
	なし/あり		積極的支援	
	2つ該当	あり	積極的支援	
		なし		
	1つ該当	なし/あり	動機付け支援	

4 目標

中野区の特定健診受診率及び特定保健指導実施率の目標値は以下のとおりです。

	令和 6 年度	令和 7 年度	令和 8 年度	令和 9 年度	令和 10 年度	令和 11 年度
特定健診受診率	40.0%	41.0%	42.0%	43.0%	44.0%	45.0%
特定保健指導実施率	9.0%	9.5%	10.0%	10.5%	11.0%	11.5%

5 特定健診受診率向上・特定保健指導実施率向上に向けて

中野区の特定健診受診率向上に向けた取組項目・取組内容は以下のとおりです。

取組項目	取組内容
①受診勧奨	通知、SMS（ショートメッセージ）による受診勧奨
②利便性の向上	休日健診の実施、がん検診との同時受診
③関係機関との連携	かかりつけ医と連携した受診勧奨
④健診データ収集	特定健診以外の検査データ（医療機関の診療情報や会社の健康診断結果）の活用
⑤早期啓発	35 歳以上 39 歳以下の若年層向けの健診の実施

中野区の特定保健指導実施率向上に向けた取組項目・取組内容は以下のとおりです。

取組項目	取組内容
①利用勧奨	架電、再勧奨通知による利用勧奨
②利便性の向上	休日の保健指導の実施、遠隔（ICT）面接の実施
③早期介入	35 歳以上 39 歳以下の国保加入者向けの保健指導の実施 健診結果説明日と同日での初回面接の実施
④関係機関との連携	医師会説明会での事業周知、医療機関と連携した利用促進