

(1) 北海道安平町(あびらちょう)

人口	8,555 人
高齢化率	33.5%
被保険者数	2,530 人
特定健康診査対象者数	1,794 人
平成 23 年度実施率	28.3%
平成 26 年度実施率	38.5%
実施率の伸び	10.2%

*人口・高齢化率は平成 27 年 1 月 1 日現在
 *被保険者数は平成 26 年度末。
 *特定健康診査対象者数、実施率は平成 26 年度速報値。



被保険者年齢分布	職員配置(平成 27 年度)
	<p>【健康推進グループ】 管理職 2 名 事務職 1 名 保健師 4 名 臨時看護師 1 名</p> <p>【国保介護グループ (国保担当)】 管理職 1 名 事務職 3 名 保健師 1 名</p>

地域の特性

安平町は札幌市から直線で 50km の北海道の南西部に位置し、新千歳空港と苫小牧港に隣接した交通の利便性に恵まれた地域にあります。年間平均気温は、6.5 度と北海道の平均と比較すると温かい気候で、冬期の積雪量も北海道では少ない地域です。農業を基幹産業とし、更に全国有数の軽種競走馬産地であり酪農やメロンの生産もさかんです。

平成 18 年 3 月に酪農と競走馬のまち旧早来町と鉄道のまち旧追分町の異なる特性を持った両町が合併して誕生した町であり、両地域の特性を最大限に活かしながら「くらしの笑顔が広がる ぬくもりと活力と躍動のまち」を目指してまちづくりを進めているところです。

特定健康診査実施率向上に特に効果があった取組

特に効果があった取組は、受診券の工夫、かかりつけ医からの受診勧奨、かかりつけ医からの情報提供事業、特定健康診査受診料の自己負担額の無料化、健診未受診者個人への勧奨、人間ドックの情報提供です。

【受診券の工夫】

受診券は、白紙で A4 様式を 3 つ折りにして送付していましたが、「『文書』と思い、健診時に住民より捨ててしまった。」との声が多く、平成 26 年度より、折込しなくてもよい A 4 用紙の 3 分の 1 サイズでピンク色にし、一般的な「券」に見えるように工夫しました(資料 1)。

平成 27 年度より「健診自動予約システム」を導入し、平成 26 年度の健康診査及び各種がん検診受診者に対して同時期の同じ項目の健康診査及びがん検診を自動的に予約し、予約票を年度初めに個別送付しました(表 1)。

特定健康診査実施率向上に特に効果があった取組

(表1) 健診日程

		平成 23 年度	平成 24 年度	平成 25 年度	平成 26 年度
集団健診	公民館等			上期 4 日 下期 3 日	
	札幌市			上期 3 日 下期 3 日	
個別健診	町内 医療機関	上期 4 週間		上期 4 週間 下期 3 週間	
	札幌市				平成 27 年 11 月 1 日～平成 28 年 2 月 29 日

【かかりつけ医からの受診勧奨】

地元のかかりつけ医の協力のもと、特定健康診査実施月の定期受診を健診と併せて実施してもらっています。

【かかりつけ医からの情報提供事業】

保健師による電話等での受診勧奨の際に、「地元かかりつけ医にて特定健診相当の検査をしているので、健診を受診しないが、検査結果を出してもよい。」と回答した被保険者について、「特定健診情報提供書」という様式を送付します。定期受診の際に主治医が記入し、健診担当課に提出する仕組みを作りました。町内医療機関に限り、特定健診相当データ提出について委託契約を締結しています。情報提供料は、平成 20 年度当初は、無料で記入していただいていたのですが、事務処理を考え、平成 23 年度より 1 件 1,000 円とさせていただきます。

医療との連携においては、年 1 回「医療懇談会」を開催しています。会議の出席者は、地元の医療機関、歯科医師、町からは町長、副町長、教育長、健康福祉課長、教育委員会等となっております。会議では、特定健康診査等の実施率の状況を報告した上で、今年度の取組等について報告しています。

(表2) かかりつけ医からの情報提供の実績

	平成 23 年度	平成 24 年度	平成 25 年度	平成 26 年度
町内医療機関 (町と委託契約)	54 件	22 件	7 件	7 件
町外医療機関 (本人が提出)	0 件	0 件	3 件	6 件

【特定健康診査受診料の自己負担額の無料化】

実施率の向上のため、平成 25 年度より無料化しています。

【健診未受診者個人への受診勧奨】

健診未受診者個人への受診勧奨は、平成 24 年度より特定健診データ管理システムの対象者リストと平成 20 年度以降の受診の有無を突合して、過去の受診歴が 1 度でもある人から順に優先順位をつけ、保健師や看護師が受診勧奨しています。また、過去に一度も受診歴がない人へは電話にて受診勧奨しています(表 3、表 4)。

特定健康診査実施率向上に特に効果があった取組

(表3) 受診勧奨の実績

	平成 23 年度	平成 24 年度	平成 25 年度	平成 26 年度	平成 27 年度
訪問延べ件数	82 人	214 人	0 人	0 人	0 人
内、 健診受診者 再掲	6 人	42 人	0 人	0 人	0 人
電話延べ件数	0 人	2,061 人	392 人	617 人	472 人
内、 健診申込者、受診者 再掲	0 人	83 人	128 人	147 人	27 人

* 平成 24 年度は、国保事業（未受診者対策）補助事業により委託事業を行っています。

(表4) 保健師体制（受診勧奨業務及び保健指導に従事した保健師等（看護師は受診勧奨のみ）

	平成 23 年度	平成 24 年度	平成 25 年度	平成 26 年度	平成 27 年度
衛生部門	2 人	3 人	2 人	4 人	4 人 (看護師 1 人)
国保部門	0 人 (1 人)	1 人 (1 人)	1 人 (1 人)	1 人 (1 人)	1 人

* () は臨時職員

* 国保保健師は平成 24 年度から配置されました。

【人間ドックの情報提供】

受診勧奨の際に、「人間ドックを受診する。」と回答した人に対し、人間ドックの結果のコピーの提出を依頼しています（表5）。

(表5) 人間ドックの情報提供数

	平成 24 年度	平成 25 年度	平成 26 年度
人間ドックの 情報提供数	16 件	18 件	14 件

特定健康診査実施率の向上に取り組んでみて

かかりつけ医からの情報提供事業の課題は、被保険者が特定健康診査と同じ検査を実施していると思っけていても、尿検査の実施なしや随時の血糖値のみの検査で、特定健康診査相当とならないことも多く、レセプトでの確認が必要となるため、データ提出による実施率の上昇は今後厳しいと考えています。

実施率は4年間で 10.2%上昇しましたが、これまで続けてきた事業がやっと成果につながり始めている状況です。

受診勧奨だけではなく、健診受診者に保健指導を行うことで、生活習慣を振り返り、見直し、食習慣や運動習慣の改善の結果、自分の健診データがどう変化したのかを確認するために、次年度も継続して受診してもらえよう働きかけは重要と思いました。このことについて、衛生部門の保健師と協同して実践してきたので、今後も保健指導のスキルをあげつつ実践していきたいと思ます。これらの取り組みを通して、住民との信頼関係の構築が重要であると強く感じました。

保健事業の委託状況（特定健康診査以外の委託の有無）

あり	がん検診事業、健康教室事業（健康運動指導士、栄養士を委託）動脈硬化予防健診事業
なし	脳ドック検診事業

< 受診券 >

【資料 1】

表

平成 27 年度 安平町国民健康保険特定健康診査受診券

〒059-1400
安平町早来●●町000番地

吉●●子 様

被保険者番号	12345
個人番号	11111
性別	女
生年月日	昭和●年●月●日
受診券整理番号	15100000000

健診項目	①身体計測 ②血圧測定 ③血液検査(貧血・脂質・血糖・肝機能・腎機能検査) ④尿検査(尿糖・尿蛋白) ⑤心電図検査 ⑥医師の診察		
自己負担金	無料		
保険者名	安平町	保険者番号	0011866
保険者住所	安平町追分本町 6 丁目 54 番地	電話番号	0145-25-2425

裏

特定健診受診上の注意事項

- 1 特定健診を受診するときには、受診券、被保険者証と問診票を受付窓口に提出してください。
- 2 健診結果は、受診者本人に対して通知するとともに、安平町において保存し、必要に応じ保健指導等に活用しますのでご了承の上受診願います。
- 3 健診結果データは、北海道国民健康保険団体連合会を通じて匿名化され、国への実施結果報告として部分的に提出されますのでご了承の上受診願います。
- 4 安平町国民健康保険の資格が無くなったときには、この券を使用しての健診の受診はできません。速やかにこの券を安平町にお返しく下さい。
- 5 不正にこの券を使用した場合は、刑法により詐欺罪として懲役の処分を受けることもあります。

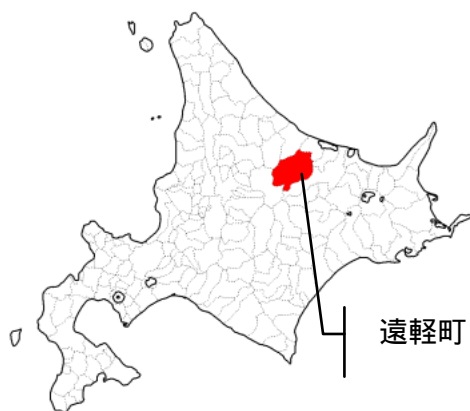
(2) 北海道遠軽町(えんがるちょう)

人口	21,432人
高齢化率	33.5%
被保険者数	5,436人
特定健康診査対象者数	3,810人
平成23年度実施率	27.3%
平成26年度実施率	45.3%
実施率の伸び	18.0%

*人口・高齢化率は平成27年1月1日現在

*被保険者数は平成26年度末。

*特定健康診査対象者数、実施率は平成26年度速報値。



遠軽町

リーモ あめまるくん かわぞう川三

被保険者年齢分布	職員配置
	<p>【保健福祉課】</p> <p>事務職 1人</p> <p>保健師 12人</p> <p>(総合支所含む)</p>

地域の特性

遠軽町は、平成17年に4町村が合併し新町が誕生しました。北海道の北東部、オホーツク管内のほぼ中央、内陸側に位置し、全国の町村で2番目に広い面積があります。気候は、8月の平均気温は20度程度で、最高気温が30度を超えることもあります。比較的過ごしやすく、冬は、マイナス20度になることもあります。日本海側の豪雪地帯に比べ雪質は軽く降雪量も少ないのが特徴です。産業構造は、一次産業が減少し、二次、三次産業が90%を超えています。地域性は、周辺地域の交通、医療などの要所で、退職者が移住し、昔から居住している住民と通勤族などが多く混在することから、比較的外からの受入れもよいです。近隣の町には海や畑があり、海産物、農作物等も容易に手に入れることができる環境にあります。課題としては、人口減少や少子高齢化問題、地域の拠点病院の各科の医師不足、昨年の産婦人科常勤医師の不在など医療を取り巻く現状は厳しいものがあります。

特定健康診査実施率向上に特に効果があった取組

特に効果があった取組は、かかりつけ医からの情報提供事業、健診未受診者個人への受診勧奨です。

また、一般衛生部門と国保担当部門で未受診者対策チームを作り、健診未受診者への対策をチームで考えられたことです。

【かかりつけ医からの情報提供事業】

平成24年度より、医師会との調整を行ない開始しています。

平成21年度に40歳～65歳の未受診者約1,500人に対して、1年をかけて保健師が受診案内をポストインしながら全数訪問を実施し、健診に185人がつながりました(資料1～3:平成21年

特定健康診査実施率向上に特に効果があった取組

度受診案内」を訪問することで、「医者にかかっているから」等の様々な理由を住民の生の声として聞くことができました。

そこで、平成 23 年度に医師会の事務局をお願いをし、町内 4 カ所の医療機関の事務長に集まっていたいただき、情報提供事業の目的や仕組みを何度か説明した結果、町内 4 カ所の医療機関と契約することができました。平成 26 年度からは、新たに開業された医療機関と契約を結び、町内 5 カ所の医療機関と契約を結んでいます。

仕組みとしては、まず、健診未受診者のレセプト(過去 6 ヶ月間に受診歴のある方)を確認し、データが揃っていないような糖尿病の方を中心に該当者を抽出、保健師が訪問し、説明した上で「情報提供書」、「情報提供依頼・承諾書(同意書)」、「質問票」を渡します。それを持って被保険者が医療機関に受診、医療機関がすべてを回収しデータを記入、町に返送してもらっています(表 1)(資料 4~9)。

【資料 4：情報提供事業の流れ(フローチャート図)】

【資料 5：健診未受診者のうち、治療中者への案内文】

【資料 6：情報提供依頼・承諾書(同意書)】

【資料 7：情報提供書(病院提出用)】

【資料 8：質問票】

【資料 9：各医療機関への実績報告書】

(表 1) 実施率に占める情報提供率

	平成 24 年度	平成 25 年度	平成 26 年度
実施率に占める割合	50.1%	60.2%	60.2%

医療機関との話し合いの中で、二次医療機関が対応できないとの話があったため、データ提供を得られない医療機関に関しては、保健師(一般衛生部門の保健師 12 名)が対象者を訪問して、被保険者から直接、検査データの提供を受けています(表 2)(資料 10~12)。また、検査結果が不足している場合は、改めて特定健康診査の受診勧奨を行っています(資料 13~16：保健師が受診勧奨するときの媒体一式)。

(表 2) 保健師訪問による情報提供数

	平成 25 年度	平成 26 年度
保健師訪問による情報提供数 (情報提供数/訪問対象者数)	113/224 (77.2%)	246/331(74.3%)

平成 26 年度から各医療機関より、血糖の検査データがどうしても空腹時ではないため測定できないとの声が聞かれたため、最初は情報提供料を 2,000 円をお願いしていましたが、HbA1c 検査を追加して 2,500 円をお願いをしています。

【健診未受診者個人への受診勧奨】

過去 2 年間で健診歴のある人で未受診者を抽出して、前年度に担当地区等の保健師が接触している被保険者には、個別に電話受診勧奨を行い、集団健診や個別健診のどちらか受けやすい方を相談の上、案内し、それ以外の方で、前年度受診者で未受診者へは集団健診日を指定して問診票を発送しています。

平成 26 年度は、電話勧奨 68 人中 37 人(54.4%)の方が受診し、郵送 508 人中 229 人(45.1%)が受診されています。

特定健康診査実施率の向上に取り組んでみて

1年目に行った受診勧奨訪問は思ったほどの成果がなく、次に行った日時指定の問診票を送付しての勧奨では一定の成果が見られましたが、飛躍的とまではいきませんでした。そこで、通院を理由に受診しない人も多かったため、その群に介入したのが良かったと思います。通院先のデータ提供のシステムづくりで大きく受診者を増やすことができました。住民の健診受診への理解を進めていくことの困難さを痛感するとともに、データ提供が困難な中核医療機関や身体計測を実施できない機関があり、保健師が訪問するなどして対応しました。通院者の訪問を行ったことで指導も行えたこと、通院者のデータの悪さやメタボ該当者の割合が多い実態を確認し、改めて通院者の保健指導の重要性を感じました。

健診も通院もしていない群がまだ多数いることや、町の入院医療費や生活習慣病受療率が同規模と比べ高いなど多くの課題をクリアしていく必要があります。日々保健業務が予防活動からぶれないように活動していかなければならないと感じています。また、28年度は遅れているデータヘルス計画の各論を完成させて、実施率の向上とともに保健指導や生活習慣病の重症化対策を進めていきたいと考えています（資料17：平成27年度保健指導優先区分）。

保健事業の委託状況（特定健康診査以外の委託の有無）

あり	
なし	

配布チラシ（表）

★申込受付中★

特定健診

健康のバロメーターは健診でしか測れません！

※ 詳しい日程については、裏面をご覧ください。

遠軽町では、40～74歳の国保の方の受診率を**65%**に上げようと努力しています。昨年の遠軽町の受診率は**24%**でした。この値は全道の市町村の中で**99番目**という悪い成績です。もし、このまま受診率が上がらなければ、皆さんが払っている保険料が上がってしまうかもしれません。

配布チラシ（裏）

健診ご案内

◆◆秋の健診◆◆

日程	曜	受付時間	会場	料金	問い合わせ先
10月 8日	木	7:00～9:00	瀬戸瀬コミュニティーセンター	40歳以上 1,500円	・げんき21 42-4813 ・生田原総合支所 45-2015
10月 9日	金	7:00～9:00	社名測公民館		
10月14日	水	7:00～9:00	生田原福祉センター	39歳以下 1,000円	・丸瀬布総合支所 47-2212 ・白滝総合支所 48-2211
10月15日	木	7:00～11:00	遠軽町保健福祉総合センター（げんき21）		
10月16日	金	7:00～11:00			
10月17日	土	7:00～11:00			

◆◆冬の健診◆◆

お待たせしません！時間のない方にオススメ

自分の都合のよい日に受けられる個別健診です。

- | | |
|-------------------------|---------------------|
| ★健診場所：遠軽厚生病院 | ★対象：40歳以上の国保加入者 |
| ★健診期間：1月～3月（受診可能日の指定あり） | ★料金：1,500円 |
| ★受付時間：日によって午前・午後の枠あり | ※日時等の詳細については10月号広報を |
| ★申込方法：上記問い合わせ先までご連絡ください | ご覧ください |

遠軽町国保加入者のみなさまへ

「生活習慣病は無自覚！」

生活習慣病は、ほとんどの場合自覚症状がないまま進行します。自覚症状が出てきた時には病気がかなり進行し、簡単には治らない状態です。

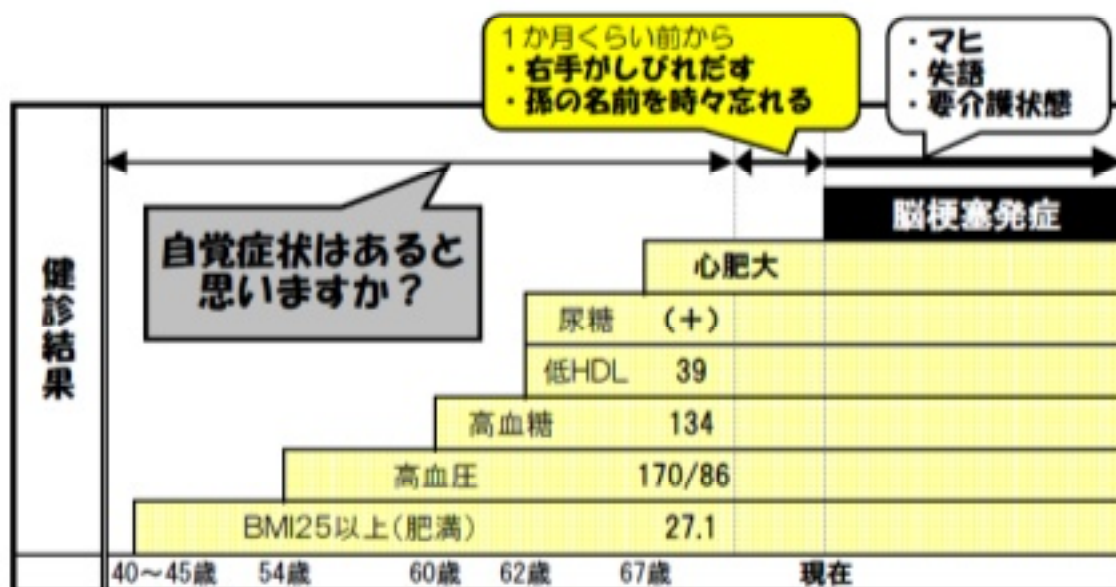
健康診断（特定健診・基本健診）は、自覚症状がない時に病気を発見し病気が悪化・進行しないよう、また、早期に治療することが目的です。

生活習慣病は、健診で予防できる段階で気づき生活習慣を見直し改善することで、病気を未然に防ぎ、重篤になる前に治療することができる病気です。

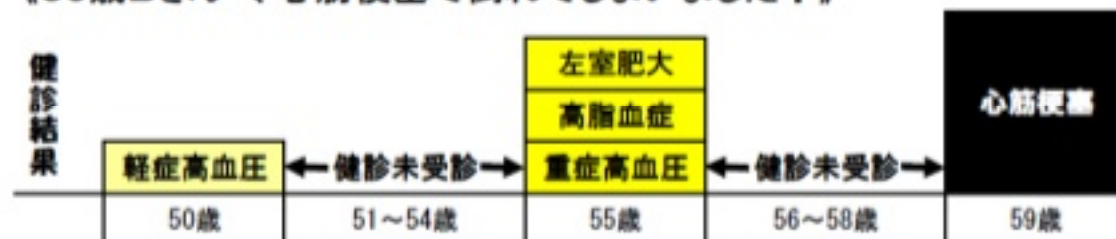
「健康」の判断を何でしていますか？

- ◆自覚症状で判断しているという方が多いと思いますが、自覚症状が出る前に、からだの中では何がおこっているのでしょうか。

《68歳Aさん、脳梗塞で倒れてしまいました！》



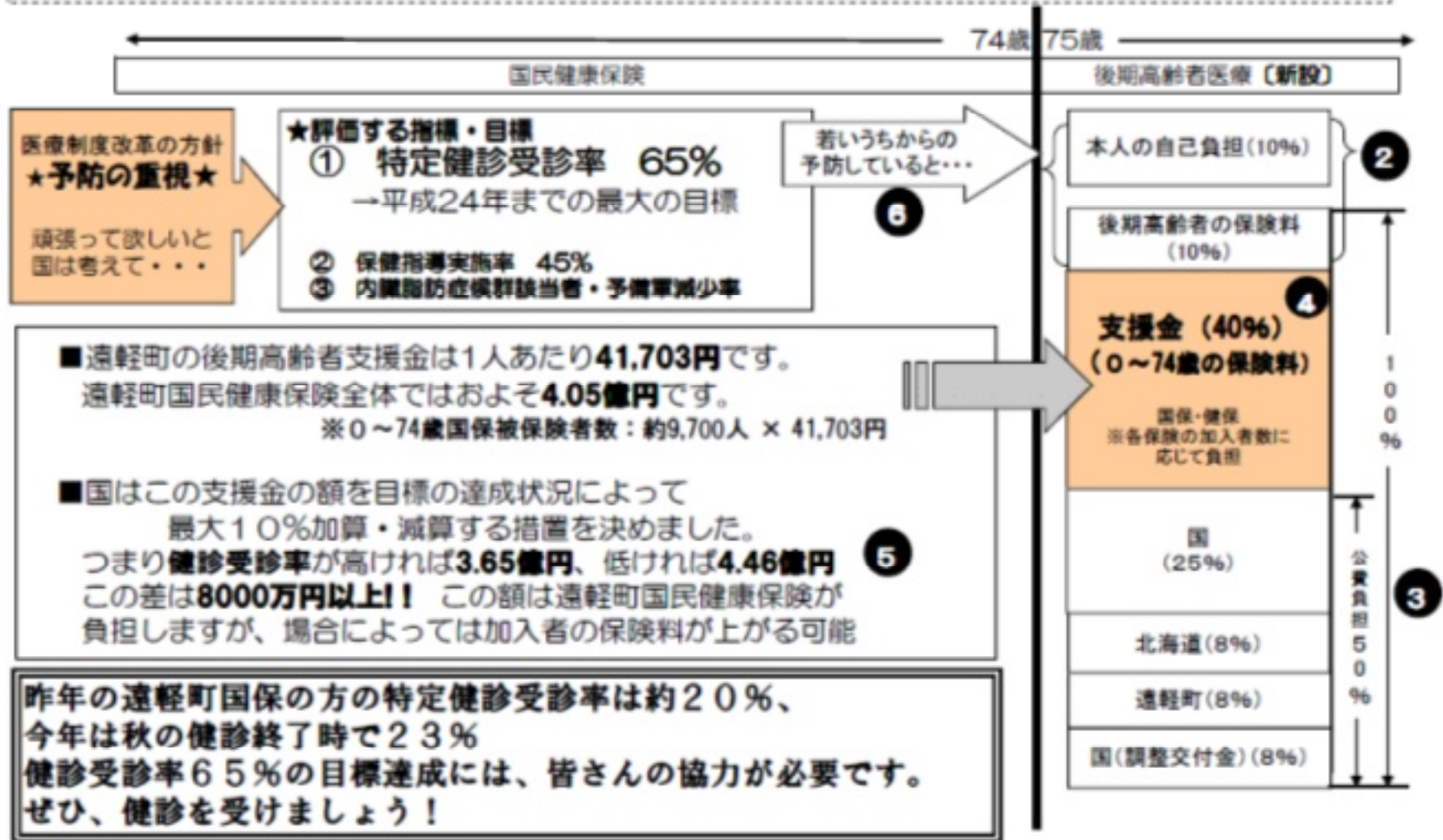
《59歳Bさん、心筋梗塞で倒れてしまいました！》



- 自分の体はなんともない。忙しくて健診を毎年は受けられない。
- 要注意・やや高めなら、健診は数年おきでいいだろうと思っていた。

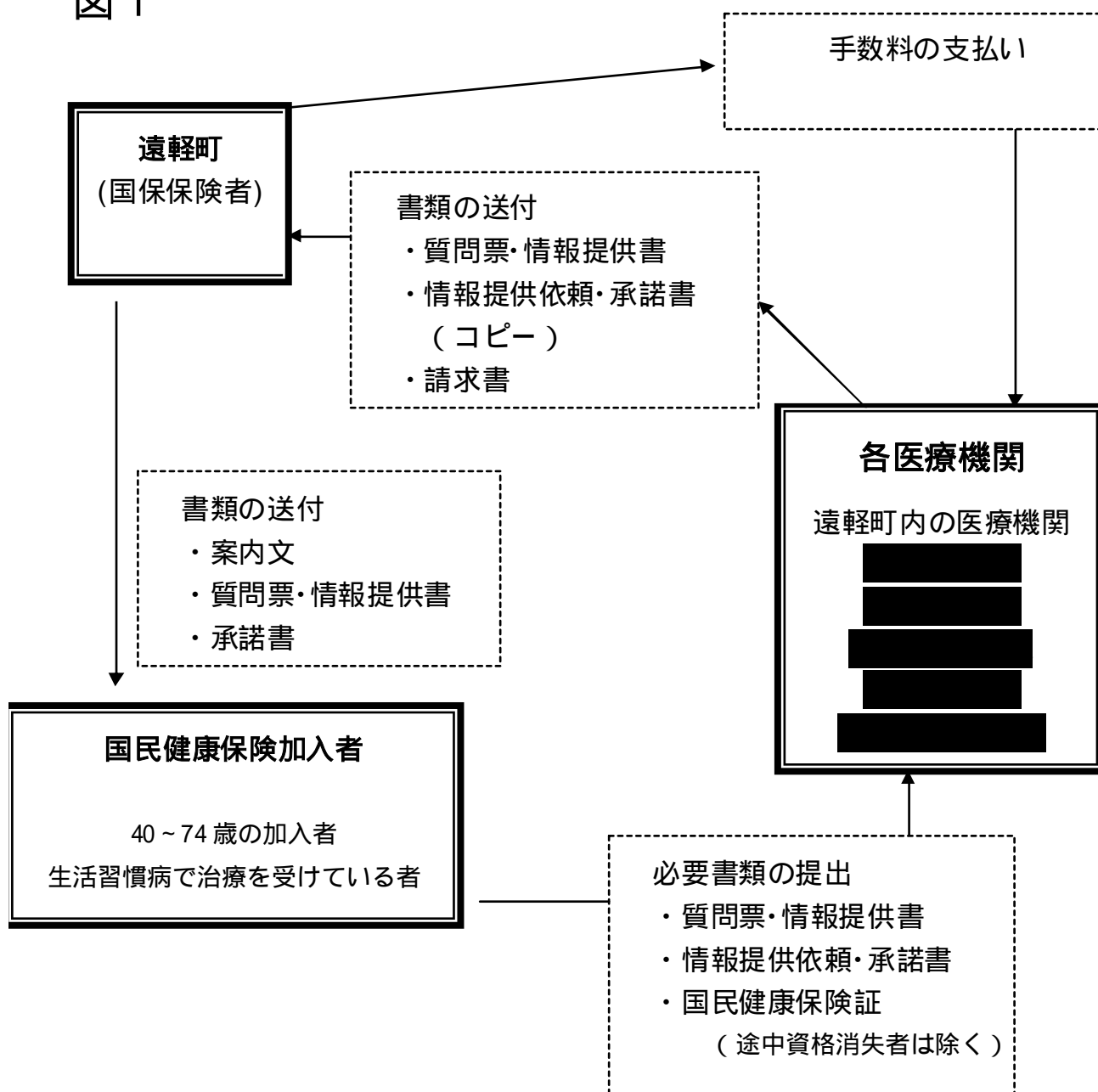
平成20年度以降の医療保険制度 ① 平成18年6月国会で「高齢者の医療の確保に関する法律」制定済み

①の法律により、後期高齢者の医療費は②の後期高齢者本人の自己負担と③の公費負担以外の部分は、④若い人（0～74歳）の保険料から支援金として負担するようになります。この支援金は特定健診の受診率により大きな差⑤が出ます。特定健診を受け生活習慣病の予防や早期発見につとめると⑥、病気になってかかる医療費・自己負担も減らせます。



特定健診情報提供の流れ

図 1



特定健診情報提供の流れ

1. 4月1日現在の特定健診対象(40歳～74歳の国保加入者)を抽出。リストから、指定された病名で、かつ契約する4つの医療機関に通院中の者(通院者)を過去6カ月程度のレセプトから抽出する (4月第2週 国保レセプト担当)
2. 4月、5月の春の健診の案内及び集団健診の実施(保健福祉課)
ただし、丸瀬布地区については6月に丸瀬布厚生病院で実施する

- 3 . 春の健診終了後に、特定健診対象者リストから未受診者を抽出する
(5月下旬までに保健福祉課)
特定健診春の健診受診者
秋の健診受診やその他健診の予定者
長期入院や施設入所者等の健診対象除外の者
以上の者を除外したものを未受診者とする
- 4 . 抽出され対象となった通院者へ病院への情報提供書等を送付する
医療機関へは大まかな対象者の数等をお知らせる(保健福祉課)
- 6 . 図1流れとなる
- 7 . データが戻ってきたら、必要時保健指導を行う。(保健福祉課)
- 8 . 国保連合会へデータ報告(保健福祉課)

平成 27 年 6 月

様

遠軽町長 佐々木 修一

遠軽町国民健康保険加入者の方へ

病院で受けた検査結果の提供にご協力ください

遠軽町では、40 歳以上 75 歳未満の国民健康保険に加入されている方を対象に「特定健診」を実施しています。

通院されている方も「特定健診」の対象になりますが、多くの方が病院で定期的に検査（血液・尿など）を受けており、「特定健診」を受診されていません。そのため、国が目標とする受診率 60% に対し、遠軽町の受診率は 45.3%（平成 26 年度）と大きく下回っています。

今後、国が目標とする受診率を達成できない場合、貴方が納めている国保保険料が上がるなどの影響が考えられます。

病院で検査を受けている場合、その「検査結果（血液・尿など）」を提供していただくと、「特定健診」を受診したことになりますので、国が目標とする受診率に達するためにも、検査結果の提供にご協力ください。

検査結果は病院から町に提供していただくこととなりますので、裏面の検査結果提供の方法をご覧ください、該当する方法での提供をお願いいたします。

提供していただいた検査結果は、健康管理以外の目的には使用いたしません。

裏面「検査結果提供方法」をご覧ください

検査結果提供の方法をご確認ください

下記の病院へ定期的に通院し、血液検査を受けていますか？

●●●●病院・●●●●内科クリニック・
●●●●クリニック・●●●●診療所

通院している方

上記の病院に通院していない方又は、
通院しているが検査を受けていない方

町の特健診（春・秋）を
受けていますか？

受けていない方

受けている方

お手数ですが...
「げんき21」に連絡ください

食事をし、必ず薬（特に血圧）を内服してから、病院で検査を
受けてください。

同封の用紙（2枚）に記入・押印し、「平成28年2月末まで」の受診時に
提出ください。

病院に用紙を提出したら終了です。

いつもの検査項目の他に、「糖尿病の早期発見」のため、「HbA1c」の検査が追加されますが、追加された検査料金のみ町が負担いたします。

検査結果で、医師から保健指導の指示があった方、予防のうえで保健指導が必要な方は、保健師から連絡させていただくことがありますのでご了承ください。

問い合わせ先 8時45分～17時30分

遠軽町役場 保健福祉課(げんき21内)

42-4813

(遠軽町 医療機関)

平成 27 年 月 日

担当医 様

遠軽町長 佐々木 修 一

特定健康診査情報提供依頼書

下記の国民健康保険被保険者本人の承諾により、貴院において平成 28 年 1 月 31 日までに実施した(又は今後行う予定)検査データを、別紙「特定健康診査情報提供書」に記載し、当町担当課へ提出くださいますよう、依頼いたします。

《被保険者》

住 所 _____

氏 名

(昭和 年 月 日生)

【通信欄】

ここから先は、検査を受けるご本人が記入、押印してください

(被保険者 医療機関)

特定健康診査情報提供承諾書

私は、貴院において実施する検査の結果に関するデータを、特定健康診査結果として「特定健康診査情報提供書」により、遠軽町へ提出することを承諾いたします。

担当医 様

平成 年 月 日

《被保険者》

住 所 遠軽町

氏 名

印

連絡先電話番号 () - _____

この面は病院が記入します

特定健康診査結果通知

受診者情報	氏名		性別		住所
	生年月日		年度末年齢		
	保険証番号		住民番号		

【検査実施日】 平成 年 月 日

必須項目	計測	身長		cm	医師の判断および指示事項	
		体重		kg		
		腹囲		cm		
		BMI				
	血圧	収縮期		mmHg		メタボリックシンドローム判定(必須) 該当 予備軍 非該当
		拡張期		mmHg		検査結果の判断・今後の指示 異常なし 経過観察
	脂質	中性脂肪		mg/dl		要再検査 再検査が必要な項目と再検査時期(何か月後)
		HDL		mg/dl		
		LDL(直接法)		mg/dl		
	肝機能	AST(GOT)		IU/l		要精密検査 精密検査が必要な項目と必要な検査
		ALT(GPT)		IU/l		
		-GT(-GTP)		IU/l		治療継続 治療中の疾患 高血圧 糖尿病 高脂血症 痛風 その他
	血糖	血糖値	空腹時・随時(食後 時間)	mg/dl		
HbA1c(NGSP)			%			
尿検査	尿糖	- ・ ± ・ + ・ 2+ ・ 3+以上				
	尿蛋白	- ・ ± ・ + ・ 2+ ・ 3+以上		その他指示・判断		
追加項目	尿酸		mg/dl			
	血中クレアチニン(直接法)		mg/dl			
	尿潜血	- ・ ± ・ + ・ 2+ ・ 3+以上				
詳細項目	貧血	赤血球				
		血色素(ヘモグロビン)		g/dl		
		ヘマトクリット		%		
心電図	所見	なし	あり()	医療機関名: 担当医師:		

【問診票】 病院に提出する用紙です。受診の前にこの面を全てご記入ください

記入年月日 年 月 日

1 食事（間食含む）をしてから10時間以上経っていますか		1. たっていない		2. たっている	
2 最近次のような症状はありますか			3 現在治療中の病気はありますか		
1. あり { <ul style="list-style-type: none"> ・ 動悸・息切れ ・ 脈のみだれ ・ 胸が痛い・重苦しい ・ 意識を失った ・ 手足のしびれ 			1. あり { <ul style="list-style-type: none"> ・ 舌のもつれ ・ 長く続く頭痛 ・ 手足のむくみ ・ のどが渇く 		
2. なし { <ul style="list-style-type: none"> ・ 高血圧 ・ 脳血管疾患 ・ 肝臓病 ・ 心臓病 ・ 糖尿病 			2. なし { <ul style="list-style-type: none"> ・ 腎臓病 ・ 高脂血症 ・ 痛風 ・ 貧血 		
4 現在、下記の薬を使っていますか			5 医師から下記の病気にかかっていると 言われたり、治療を受けたことがありますか		
血圧を下げる薬		1. はい	2. いいえ	脳血管疾患(脳出血・脳梗塞など)	1. はい 2. いいえ
インスリン注射又は血糖を下げる薬		1. はい	2. いいえ	心臓病(狭心症・心筋梗塞・ペースメーカー使用など)	1. はい 2. いいえ
コレステロールや中性脂肪を下げる薬		1. はい	2. いいえ	腎臓病(慢性腎不全や透析など)	1. はい 2. いいえ
				貧血	1. はい 2. いいえ
6 生活習慣についてお聞きします					
1	最近1か月間、タバコを習慣的に吸っていますか	1. はい	2. いいえ		
2	20歳の時から体重が10kg以上増加していますか	1. はい	2. いいえ		
3	1日30分以上軽く汗をかく運動を週2日以上、1年以上続けてますか	1. はい	2. いいえ		
4	日常生活において、歩行又は同等の身体活動を1日1時間以上行ってますか	1. はい	2. いいえ		
5	ほぼ同じ年齢の同性と比較して、歩く速度が速いですか	1. はい	2. いいえ		
6	この1年間で体重の増減が±3kg以上ありましたか	1. はい	2. いいえ		
7	人と比較して食べる速度が速いと思いますか	1. 速い	2. 普通	3. 遅い	
8	就寝前の2時間以内に夕食をとることが、週3回以上ありますか	1. はい	2. いいえ		
9	夕食後に間食(3食以外の夜食)をとることが、週3回以上ありますか	1. はい	2. いいえ		
10	朝食を抜くことが、週に3回以上ありますか	1. はい	2. いいえ		
11	お酒は飲みますか	1. 毎日飲む	2. 時々飲む	3. ほとんど飲まない(飲めない)	
12	「毎日飲む」「時々飲む」の方へ～1日に飲む量はどのくらいですか (時々飲む方は飲む日の量をお答えください) 清酒1合(180ml) = ビール中瓶1本(約500ml)・焼酎35度(80ml)・ワイン2杯(240ml)	1. 1合未満		2. 1～2合未満	
		3. 2～3合未満		4. 3合以上	
13	睡眠で休養が十分にとれていますか	1. はい	2. いいえ		
7 運動や食生活等の生活習慣を改善してみようと思いませんか					
1	改善するつもりはない	4	すでに改善に取り組んでいる(6か月未満)		
2	改善するつもり(概ね6か月以内)	5	すでに改善に取り組んでいる(6か月以上)		
3	近いうち(概ね1か月以内)に改善するつもりで、少しずつ始めている				
8 女性の方のみご記入ください		現在生理中ですか		1. はい	2. いいえ
9 検査結果によっては保健師から連絡させて頂くことがあります。					
連絡先をご記入下さい 自宅電話番号() 携帯番号()					
電話連絡や面接で都合の良い日時や曜日を教えてください()					

平成 27 年 6 月

院長 様

遠軽町長 佐々木 修一

平成 26 年度通院中の医療機関における検査データ提供について（御礼）

平素、当町の保健事業の推進において、貴院に通院されている国民健康保険加入者の検査データ提供にご協力いただき厚く御礼申し上げます。

検査データを提供していただいたことにより、おかげさまで今年度は受診率を 45.4%（昨年度 42.0%）まで伸ばすことができました。しかしながら、依然として国が示す目標値 60%には達していない現状です。

今年度も、受診勧奨等で受診率の向上を図り、地域住民の健康増進、医療費の適正化につながるよう努めてまいりますので、昨年度と同様、ご協力いただけますようよろしくお願い申し上げます。

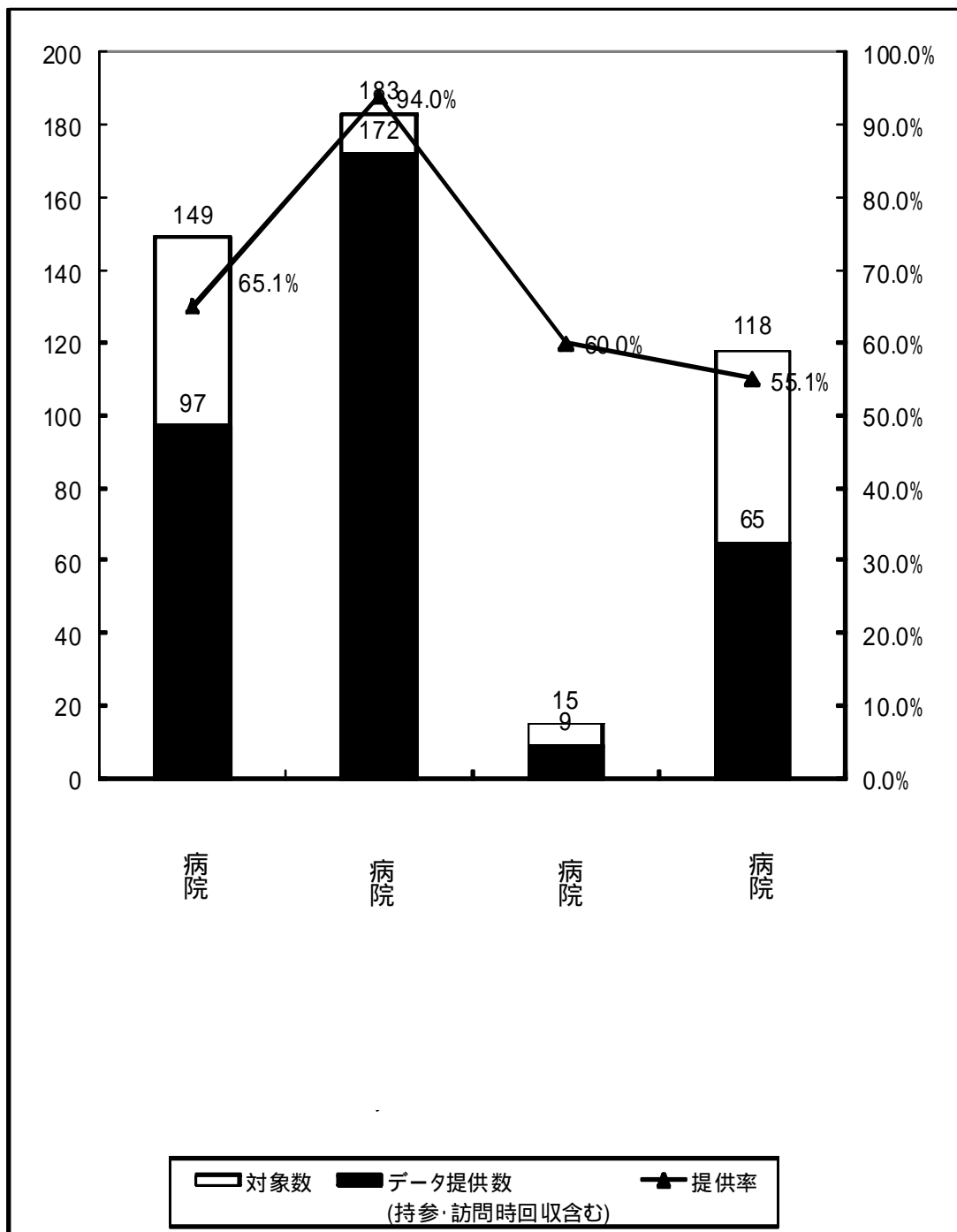
【担当】

遠軽町役場 保健福祉課 保健予防担当

【H25年度 医療機関別検査データ提供率】

医療機関	対象数	データ提供数 (持参・訪問時回収含む)	提供率
	149	97	65.1%
	183	172	94.0%
	15	9	60.0%
	118	65	55.1%
合計	465	343	73.8%

クリニックは平成27年度からご協力頂きます。



〒 099-0206

平成 27 年 月 日

様

遠軽町長 佐々木 修一

[]に通院されている方へ

病院で受けた検査結果の提供にご協力ください

遠軽町では、40歳以上75歳未満の国民健康保険に加入されている方を対象に「特定健診」を実施しています。

通院されている方も「特定健診」の対象になりますが、多くの方が病院で定期的に検査（血液・尿など）を受けており、「特定健診」を受診されていません。そのため、国が目標とする受診率60%に対し、遠軽町の受診率は45.3%（平成26年度）と大きく下回っています。

今後、国が目標とする受診率を達成できない場合、貴方が納めている国保保険料が上がるなどの影響が考えられます。

お手元に検査結果（血液、尿など）がある方は、その検査結果を提供していただくと、「特定健診」を受診したことになりますので、検査結果の提供にご協力ください。

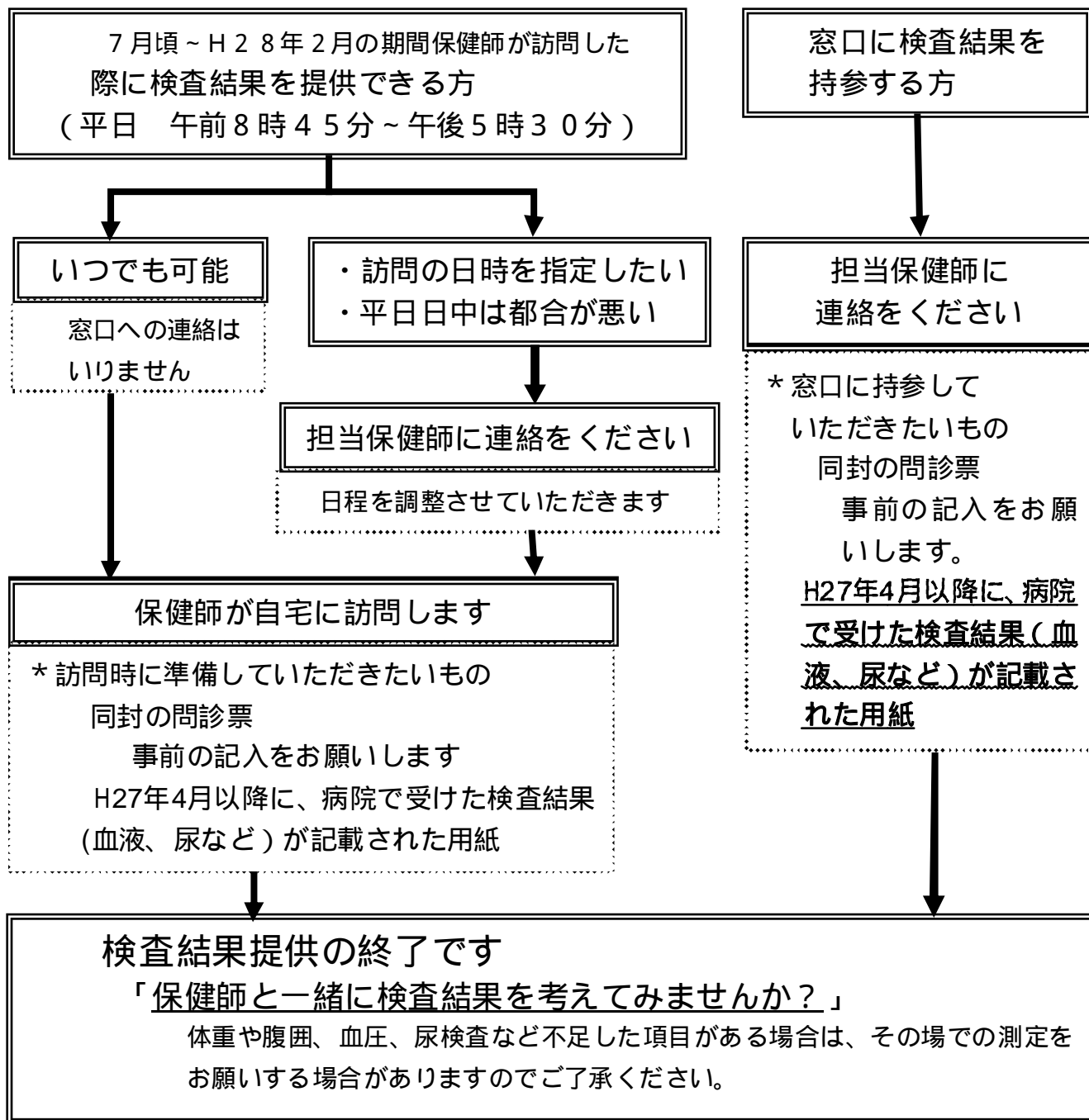
なお、提供していただいた検査結果は、健康管理以外の目的には使用いたしません。

つきましては、平成27年 月から、保健師が自宅に伺い検査結果（血液、尿など）提供の説明をさせていただく予定です。検査項目の意味や数値など、分からないことや疑問に感じていることがありましたら、町保健師に遠慮なくご相談ください。

また、保健師の訪問以外の方法もありますので、裏面をご覧ください。

裏面「検査結果提供方法」をご覧ください

検査結果提供方法



【問合せ・窓口】

遠軽町役場保健福祉課
(げんき21内)

42 - 4813
e-mail e-hoken@engaru.jp

生田原総合支所

45 - 2015

丸瀬布総合支所

47 - 2211

白滝総合支所

48 - 2211

【担当保健師】

遠軽町役場
保健師

が訪問します。

【問診票】 保健師・栄養士が訪問の際に回収します。事前にご記入下さい				
1 採血の時、食事をしてから10時間以上経っていましたか		1. たっていない		2. たっている
2 最近次のような症状はありますか		3 現在治療中の病気はありますか		
1. あり { <ul style="list-style-type: none"> ・ 動悸・息切れ ・ 脈のみだれ ・ 胸が痛い・重苦しい ・ 意識を失った ・ 手足のしびれ 		1. あり { <ul style="list-style-type: none"> ・ 舌のもつれ ・ 長く続く頭痛 ・ 手足のむくみ ・ のどが渇く 		
2. なし { <ul style="list-style-type: none"> ・ 高血圧 ・ 脳血管疾患 ・ 肝臓病 ・ 心臓病 ・ 糖尿病 		2. なし { <ul style="list-style-type: none"> ・ 腎臓病 ・ 高脂血症 ・ 痛風 ・ 貧血 		
4 現在、下記の薬を使っていますか		5 医師から下記の病気にかかっていると 言われたり、治療を受けたことがありますか		
血圧を下げる薬	1. はい	2. いいえ	脳血管疾患(脳出血・脳梗塞など)	1. はい 2. いいえ
インスリン注射又は血糖を下げる薬	1. はい	2. いいえ	心臓病(狭心症・心筋梗塞・ペースメーカー使用など)	1. はい 2. いいえ
コレステロールや中性脂肪を下げる薬	1. はい	2. いいえ	腎臓病(慢性腎不全や透析など)	1. はい 2. いいえ
			貧血	1. はい 2. いいえ
6 生活習慣についてお聞きします				
1	最近1か月間、タバコを習慣的に吸っていますか	1. はい	2. いいえ	
2	20歳の時から体重が10kg以上増加していますか	1. はい	2. いいえ	
3	1日30分以上軽く汗をかく運動を週2日以上、一年以上続けてますか	1. はい	2. いいえ	
4	日常生活において、歩行又は同等の身体活動を1日1時間以上行ってますか	1. はい	2. いいえ	
5	ほぼ同じ年齢の同性と比較して、歩く速度が速いですか	1. はい	2. いいえ	
6	この1年間で体重の増減が±3kg以上ありましたか	1. はい	2. いいえ	
7	人と比較して食べる速度が速いと思いますか	1. 速い	2. 普通	3. 遅い
8	就寝前の2時間以内に夕食をとることが、週3回以上ありますか	1. はい	2. いいえ	
9	夕食後に間食(3食以外の夜食)をとることが、週3回以上ありますか	1. はい	2. いいえ	
10	朝食を抜くことが、週に3回以上ありますか	1. はい	2. いいえ	
11	お酒は飲みますか	1. 毎日飲む	2. 時々飲む	3. ほとんど飲まない(飲めない)
12	「毎日飲む」「時々飲む」の方へ～1日に飲む量はどのくらいですか (時々飲む方は飲む日の量をお答えください) 清酒1合(180ml) = ビール中瓶1本(約500ml)・焼酎35度(80ml)・ワイン2杯(240ml)	1. 1合未満		2. 1～2合未満
		3. 2～3合未満		4. 3合以上
13	睡眠で休養が十分にとれていますか	1. はい	2. いいえ	
7 運動や食生活等の生活習慣を改善してみようと思いませんか				
1	改善するつもりはない	4	すでに改善に取り組んでいる(6か月未満)	
2	改善するつもり(概ね6か月以内)	5	すでに改善に取り組んでいる(6か月以上)	
3	近いうち(概ね1か月以内)に改善するつもりで、少しずつ始めている			
8 生活習慣の改善について、保健指導を受ける機会があれば利用しますか		9 女性の方のみご記入ください		
1. はい		2. いいえ		現在生理中ですか
				1. はい 2. いいえ
10 連絡先をご記入下さい				
自宅電話番号() 携帯番号()				
11 個人情報取り扱いについての同意 遠軽町は提供していただく個人情報を健康管理以外の目的には使用いたしません この事について同意します				署名

この面は保健師が訪問時に記入します
特定健康診査結果通知

受診者情報	氏名	フリガナ	性別	住所	遠軽町	
			男・女			
	生年月日	年 月 日	年度末年齢			歳
保険証番号		住民番号				

〔検査実施日〕 平成 年 月 日

必須項目	計測	身長		cm	医師の判断および指示事項	メタボリックシンドローム判定(必須)
		体重		kg		該当 予備軍 非該当
		腹囲		cm		検査結果の判断・今後の指示
		BMI				異常なし
	血圧	収縮期		mmHg		経過観察
		拡張期		mmHg		
	脂質	中性脂肪		mg/dl		要再検査 再検査が必要な項目と再検査時期(何か月後)
		HDL		mg/dl		
		LDL(直接法)		mg/dl		
	肝機能	AST(GOT)		IU/l		要精密検査 精密検査が必要な項目と必要な検査
ALT(GPT)			IU/l			
-GT(-GTP)			IU/l			
血糖	血糖値	空腹時・随時(食後 時間)		mg/dl	治療継続 治療中の疾患 高血圧 糖尿病 高脂血症 痛風 その他	
	HbA1c(NGSP)			%		
尿検査	尿糖		- ・ ± ・ + ・ 2+ ・ 3+以上		その他指示・判断	
	尿蛋白		- ・ ± ・ + ・ 2+ ・ 3+以上			
追加項目	尿酸			mg/dl		
	血中クレアチニン(直接法)			mg/dl		
	尿潜血		- ・ ± ・ + ・ 2+ ・ 3+以上			
詳細項目	貧血	赤血球			担当医師:	
		血色素(ヘモグロビン)		g/dl		
		ヘマトクリット		%		
	心電図	所見	なし あり ()			

平成27年度 特定健診日程

～ 土日や午後日程もあります ～

集団健診

～ 1時間程度で終わります。
早朝時間帯もございますのでお仕事前に！

遠軽地域会場 (げんき21)

4月18日(土)	6時～10時
4月19日(日)	
4月20日(月)	
5月25日(月)	7時～10時30分
5月26日(火)	
5月27日(水)	
10月17日(土)	
10月18日(日)	
10月19日(月)	

社名測公民館 ～すいています！穴場です！

9月29日(火) 7時～8時

瀬戸瀬コミュニティセンター

9月30日(水) 7時～8時

生田原地域会場

生田原福祉センター

4月21日(火) 6時～9時

安国公民館

4月22日(水) 7時～9時

かぜる西

10月16日(金) 7時～9時30分

白滝地域会場

白滝国際交流センター

4月17日(金) 6時～8時30分

旭川バスツアー

* 旭川がん検診センターで受診します
* 無料送迎バスがでます
* がん検診(胃・肺・大腸・前立腺・乳・子宮)・骨粗しょう症検診も同時に受診できます
* 予約はげんき21へ

9月16日(水)

詳細は広報8月号

遠軽厚生病院

～ 午後日程があります！～

平成27年8月・12月～平成28年2月
(日程詳細は広報をご覧ください)
* 遠軽厚生病院健診センターで受診します
午前日程：2月のみ
受付～ 8時30分 9時 9時30分 10時
午後日程：
受付～ 15時15分～15時30分
* 予約はげんき21へ

はやかわクリニック

～ 随時受付中です！～

* 予約はげんき21へ
(5月から受付開始です)
* 眼底検査がありません

生田原診療所

～ 随時受付中です！～

* 予約は生田原総合支所へ
* 眼底検査・心電図検査がありません

丸瀬布厚生病院

～ 肺・大腸がん検診も同時に受診できます～

* 6月(予定)、10月、2月に受診可能日があります
* 予約は丸瀬布総合支所へ

健診は全て事前に予約が必要です

集団健診の日程ではがん検診(胃・肺・大腸・前立腺)も同時実施しています

健診当日に国保以外の保険にご加入の場合、特定健診は受診できません

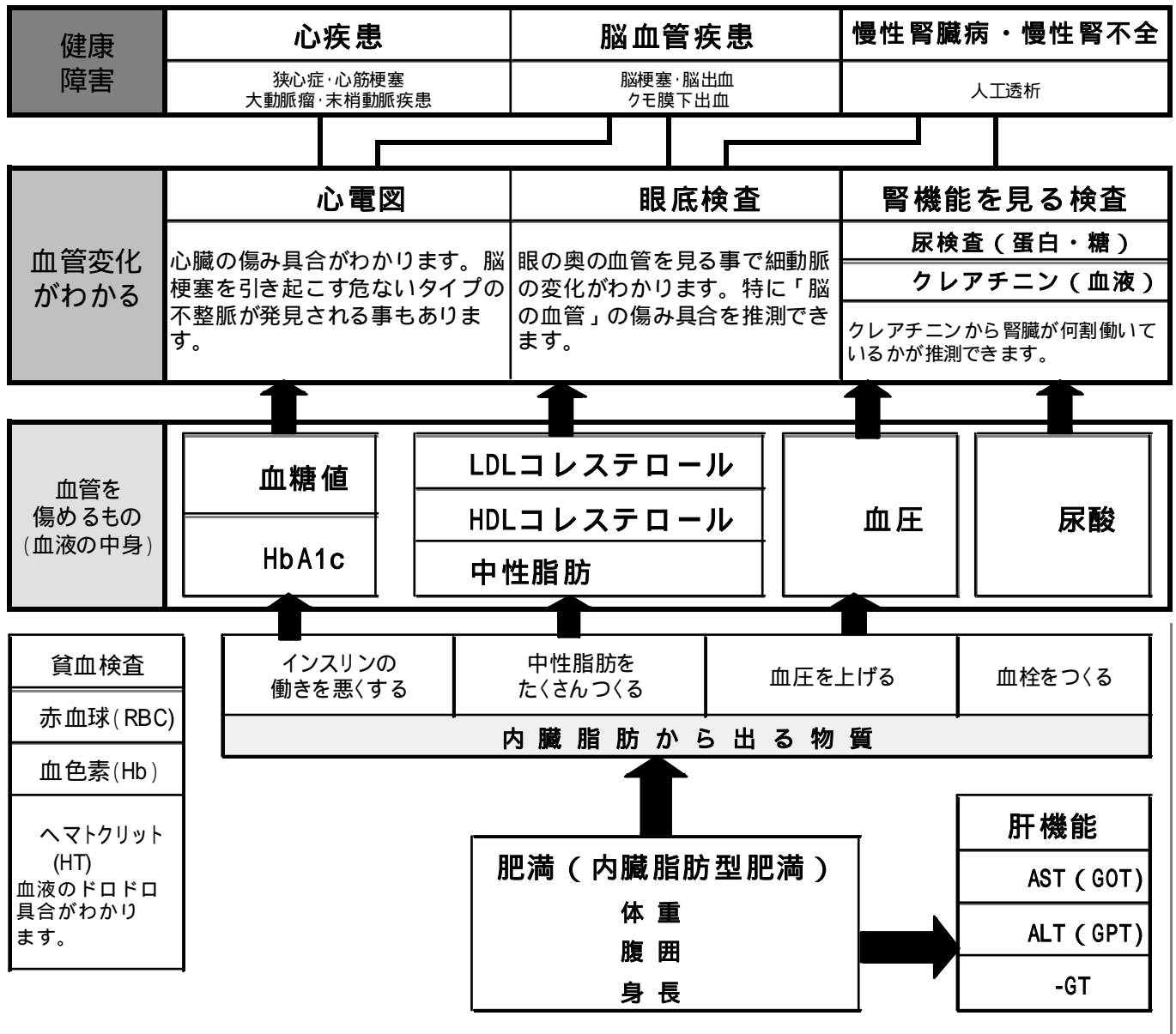
お問い合わせ・お申込み先

保健福祉課保健予防担当(げんき21) 42-4813 生田原総合支所 地域住民課保健予防担当 45-2015
丸瀬布総合支所 地域住民課保健予防担当 47-2211 白滝総合支所 地域住民課保健予防担当 48-2211

Fax 49-3120 メール e-hoken@engaru.jp 各窓口 8時45分～17時30分

あなたの「健康」を守るために～ 検査内容は十分ですか？～

病院では病気の治療に必要な検査を行うため、病気に関係が無い検査は実施できません。
あなたの大切な臓器（心臓・脳・腎臓）を守るために、必要な検査項目があります。
下の図の検査項目の □ に、自分が受けている検査項目をチェック☑してみましょう。



遠軽町の特定健診は、全ての項目を実施します

年度内にまだ受診のチャンスがあります！ 裏面の日程をご覧ください

約1時間で健診を終える事ができます。

料金は1,500円です（原価約8,000円！とてもお安く受けられます。）

10月の集団健診では、がん検診（胃・肺・大腸・前立腺）も同時に実施しています。

腎臓の傷みを「超早期発見」できる 画期的な微量アルブミン尿検査500円を 特定健診申込みの方だけ特別に！無料実施中！！

～いつもの尿検査は「異常無し」という方へ～

☆いつもの尿たんぱく検査～たんぱくは腎臓の傷みの指標です～

-	±	1+	2+以上
---	---	----	------



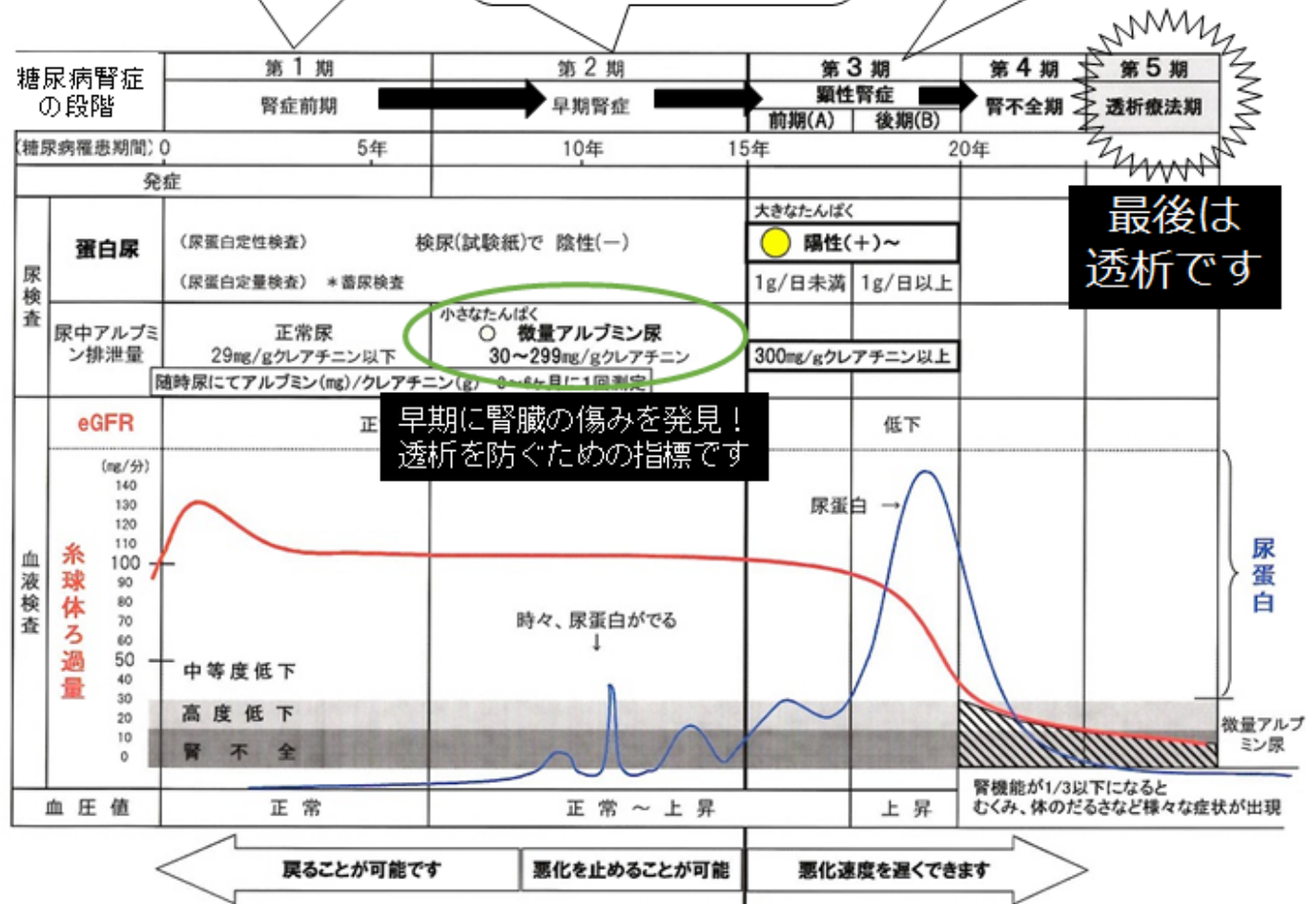
この場合「異常なし」ですが・・・
この中には小さなたんぱく（微量アルブミン）
が腎臓から漏れている段階の方がいます。

☆小さなたんぱく「微量アルブミン」とは？

①腎臓の傷みが進み始める段階
《主な原因》
高血糖・高血圧
高尿酸・高コレステロール
・・・などで腎臓の血管が傷みます

②微量アルブミンが出る段階
腎臓の血管の傷みが進み、
大事なタンパクが少し漏れて
います。この段階なら適切な
対処で腎臓を元に戻すことが
できます

③普段の尿検査で異常が出る段階
タンパクがたくさん出ています。
この段階になると急速に腎臓の
働き（eGFR）が悪くなります。



★あなたの微量アルブミン検査結果★

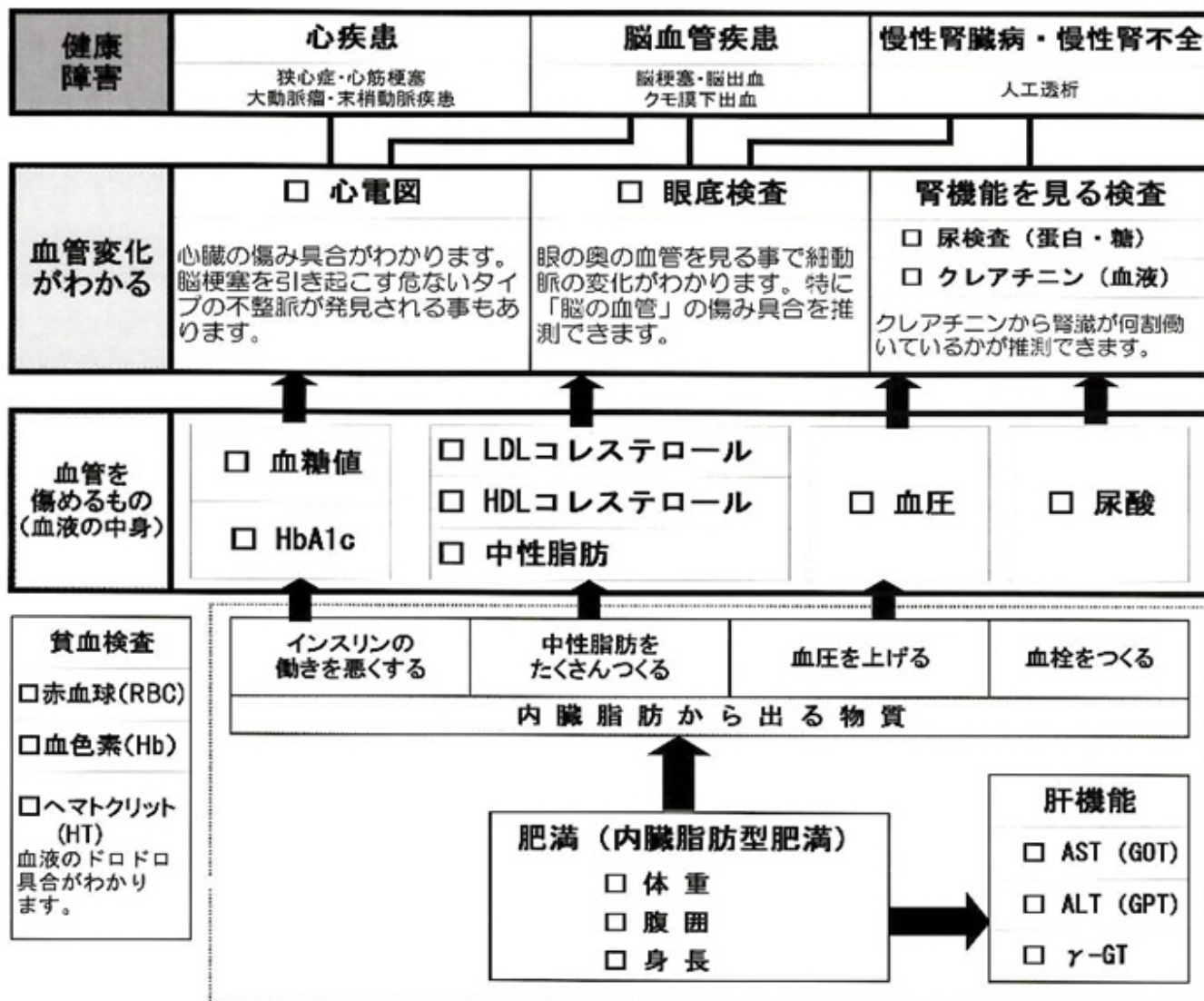
検査実施日 平成 年 月 日

アルブミン 試験部分	クレアチニン試験部分				
	10mg/dl	50mg/dl	100mg/dl	200mg/dl	300mg/dl
10mg/dl	再検査 (希釈尿)	正常	正常	正常	正常
30mg/dl	2+	1+	1+	正常	正常
80mg/dl	2+	1+	1+	1+	正常
150mg/dl	2+	2+	1+	1+	1+

《1+以上だった方へ》

～特定健診で次の事がわかります（透析予防策が立てられます）

①なぜ腎臓が傷んでいるのか ②腎臓が何%機能しているのか



↑↑遠軽町の健診は、すべての項目を実施します↑↑

病院での検査結果がわかりましたら、ご協力をお願いします。

検査の結果票を持参します。

持参する物.....病院でもらう血液検査と尿検査の結果票
問診票
その他（ ）

持参する場所...げんき 2 1 ・生田原総合支所・丸瀬布総合支所

後日、訪問を希望します。

（訪問日： 月 日 : 頃伺います）

後日、連絡をします。

連絡先

遠軽町保健福祉センター（げんき 2 1）

保健福祉課保健予防担当（保健師 ）

4 2 - 4 8 1 3

平成27年度 特定健診・基本健診後の保健指導優先度区分(全て健診日年齢)

* H27.4月改正

優先度	G	内容	年齢	治療有無	根拠
最優先		度(160/100)以上の高血圧	74歳以下	未治療	
		HbA1cが8.0以上	74歳以下	治療中を含む	糖尿病ガイドライン2013をもとに、合併症の危険がさらに大きくなる値
		積極的保健指導	64歳以下	積極的支援	
		69歳以下のGFR45未満(70歳以上はGFR40未満) または尿蛋白2+以上	74歳以下(70歳未満)	未治療	
		心電図で心房細動の所見	74歳以下	未治療	至急会う必要がある心電図のため
優先-1		HbA1c未治療の6.5以上 または HbA1c治療中の7.0以上	74歳以下	未治療	糖尿病の診断基準にあたる。
		HbA1c治療中の7.0以上	74歳以下	治療中を含む	糖尿病ガイドライン2013をもとに、治療中の者が最低限達成が望ましい目標値であるため
		69歳以下でGFRが50未満	69歳以下	未治療	
		尿蛋白1+ かつ尿潜血1+以上	74歳以下	未治療	
		69歳以下の動機付け支援	69歳以下	動機付け支援	
優先-2		TG300以上	74歳以下	治療中を含む	受診が必要な段階のため
		HbA1cが6.0(NGSP)以上	74歳以下	未治療	境界領域にあたる
		度(140/90以上)高血圧	74歳以下	未治療	
		LDLが160以上 または HDLが34以下	74歳以下	未治療	LDL160以上は受診勧奨の値。LDL高値は長期に渡るほど高リスクのため、経年でみる必要がある。家族歴も重要で、若い頃から高値なのかの確認が必要。逆に更年期に入ってからの上昇はそれほどリスクない、担当で面接するかの判断をしてもらう。
		GOTが51以上 または GPTが51以上 または -GTPが101以上	74歳以下	未治療	
優先-3		尿酸値が8.0以上	74歳以下	未治療	
		69歳以下でGFRが60未満 または尿蛋白が1+	69歳以下	未治療	
		HbA1cが6.5以上 かつ GFRが100以上 または尿蛋白が±	74歳以下	HbA1c治療中を含む	
		心電図で所見あり	74歳以下	治療中を含む	他のデータとの兼ね合いを見て面接するか決める。例)洞性除脈のみの場合は、若い頃からずっと続いている場合は低リスクのため会わない。右脚ブロックがあり、他のデータも悪ければ会う、など。
		貧血検査で要医療(貧血・多血)	74歳以下	未治療	
優先-4		正常高値(130/85以上)血圧	74歳以下	未治療	
	21	70歳以上の動機付け支援	70~74歳	動機付け支援	
	22	LDLが140以上	74歳以下	未治療	まだ受診が必要な段階ではないが、他のリスクとの重なり具合等を見て、面接をするかどうか判断する。(高血糖もある場合は、心臓のリスク高まる)。
優先-4	23	その他の異常・治療継続	74歳以下		
	24	異常なし	74歳以下		

- 最優先 すぐ返す 即訪問・面接
- 優先-1 すぐ返す ただし人数と結果により説明会に呼ぶ
- 優先-2 結果説明会に呼ぶ。初受診者のみ後日訪問
- 優先-3 結果説明会に呼ぶ。来なかったらそのまま
- 優先-4 そのまま発送

ノート対象者
 血圧～最優先
 血糖～最優先・優先-1
 (結果説明会についてH27.4月～)
 地区担当保健師が受け持ち地区の優先2,3に上がった対象者の保健指導を行う。結果説明会の日を予め設定し、対象者には電話をもらい、面接をする。
 後期高齢者について(結果説明会案内者)
 eGFR40未満又は尿蛋白1+以上 他は値により検討

(3) 北海道小清水町(こしみずちょう)

人口	5,227人
高齢化率	33.3%
被保険者数	2,177人
特定健康診査対象者数	1,402人
平成23年度実施率	26.0%
平成26年度実施率	42.4%
実施率の伸び	16.4%

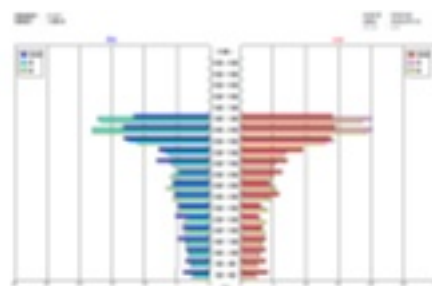
*人口・高齢化率は平成27年1月1日現在

*被保険者数は平成26年度末。

*特定健康診査対象者数、実施率は平成26年度速報値。



被保険者年齢分布



職員配置

【保健福祉課】

医療保険係
事務職 2名

健康推進係
保健師 4名
事務職 2名
栄養士 1名

地域の特性

小清水町は、北海道の東北部、オホーツク海に面した斜里郡の西部に位置しています。気候の特徴としては、「オホーツク海区型気候」と内陸性気候に近い「亜寒帯多雨気候区」の2つの様相が連結混交し、年間平均気温が摂氏6~7度前後で、流氷接岸の南限となっています。年間を通じて降水量は少なく、日照率の高さは全国でも有数となっています。

畑作を中心とした“農業のまち”で、第一次産業就業者の割合が42.4%（平成17年国勢調査）となっています。人口は減少傾向が続き、少子高齢化が進んでおり、高齢化率は29.3%（平成17年国勢調査）です。

特定健康診査実施率向上に特に効果があった取組

特に効果があった取組は、かかりつけ医からの情報提供事業、JAこしみずの協力による人間ドックの受診者を特定健康診査へと反映させる事業、健診未受診者個人への受診勧奨です。

【かかりつけ医からの情報提供事業】

近隣の町にて既にみなし健診を実施していたため、参考にすべく資料一式を取り寄せ、自町での開始を模索していたところ、当時の課長補佐兼健康推進係長の発信にて小清水赤十字病院との調整に望み、医師もみなし健診に積極的だったため、年度の途中ではありましたが、平成26年11月より協定書を結び情報提供事業に取り組んでいます（資料1）。当初は、病院にお願いし、対象被保険者に医師よりみなし健診の声かけをお願いしていましたが、平成27年度は、受診券発送時に「みなし健診」に係る関係書類一式を特定健診対象者全員へ同封しています。

情報提供に係る手数料として、1件あたり2,500円（税込み）で、平成26年度は49名（費用支払件数）寄与率は3.4%となっています。

特定健康診査実施率に特に効果があった取組

【JAこしみずの協力による人間ドック受診者を特定健康診査へと反映させる事業】

人間ドックの受診者の特定健康診査への反映は、JAこしみずの協力を得て、平成24年度より開始しています。きっかけは、従来より実施しているJA人間ドックにおいて国保の特定健診対象者が多数いたため、受診券の活用により、町は特定健診実施率の向上、受診者は自己負担の軽減にそれぞれ繋がるため、JAに協力を依頼し開始しました。JA人間ドックの案内時に追加で通知文を入れてもらい、受診時の受診券利用を促しています。平成26年度の費用は、受診券の利用により基本分5,400円を助成。受診者は133名、寄与率は約9.4%。契約書にて個人情報の取扱いを文面化しています。

【健診未受診者個人への受診勧奨】

年2回(6月、11月)の集団健診を毎年受診されている方が未受診の場合は、医療保険係(国保部門)には保健師がいないため、保健福祉課健康推進係の4名の保健師全員に協力をいただき、地区担当保健師より電話にて、継続受診の大切さを伝えながら受診勧奨しています。また、訪問時に、未受診者がいた場合は継続して受診するよう勧奨しています。

特定健康診査実施率の向上に取り組んでみて

かかりつけ医からの情報提供事業(みなし健診)をはじめた頃、受診結果票を日赤にではなく直接役場へ持ってきた方が何名かおり、利便性を考えて、そのまま町で受けたため日赤へ費用を支払わなかったことがあり、後日、医療機関との間で課題としてあげられたことがありました。かかりつけ医がいる場合、医療機関との連携がとても重要だと感じました。

保健事業の委託状況(特定健康診査以外の委託の有無)

あり	30歳から74歳を対象に日赤と短期人間ドック(保健事業費)の業務委託契約を結んでおり、そのうち、特定健診(特定健康診査等事業費)に該当する方は、短期人間ドック分と特定健診分をそれぞれ振り分けて支出しています。
なし	

特定健康診査に関する情報提供について

趣 旨

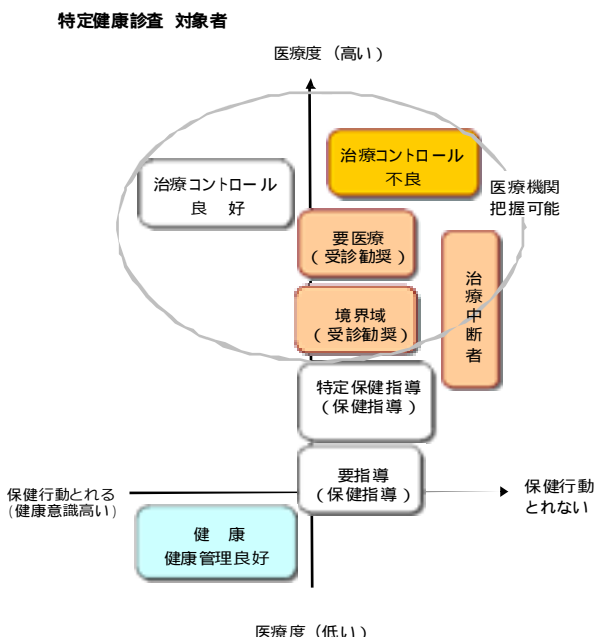
平成20年度より、特定健康診査・特定保健指導が医療保険者に義務付けられ、生活習慣病等で治療中の者も生活習慣病重症化予防を目的に、健康診査の対象者と明記された。

また、医療保険者においては、高齢者の医療の確保に関する法律「基本指針」に基づき実施計画を作成し、受診率等の達成目標を掲げ、受診の積極的な勧奨を行うこととされ、対象者への周知を行っている。

目 的

糖尿病等の生活習慣病治療者においても、健診・保健指導を活用することにより...

- 1) 疾病の早期発見、早期治療、生活習慣の是正(改善)がされ、虚血性心疾患、脳血管疾患、慢性腎臓病、糖尿病等の有病者・予備群が減少する。
- 2) 受診率が向上する。



対

次の 及び に該当し、情報提供に承諾した者
 当該年度に40歳から75歳未満の清水町国民健康保険被保険者
 (当該年度内に40歳又は75歳になる者を含む)
 生活習慣病(右記 参考疾病)の診察において、概ね3ヶ月以内に特定健診同様の検査を実施している者。

生活習慣病該当疾患「標準的な健診・保健指導プログラム(確定版)」

糖尿病	高尿酸血症	糖尿病性腎症	脳出血	動脈閉鎖
インスリン療法	肝障害	痛風腎	脳梗塞	大動脈疾患
高血圧症	糖尿病性神経障害	高血圧性腎臓障害	他の脳血管疾患	人工透析
脂質異常症	糖尿病性網膜症	脳血管障害	虚血性心疾患	

実 施 内 容

1) 情報提供依頼内容
 以下の については提供を必須とし、 は、実施している場合のみ記載とする。

内 容	検 査 項 目
基本(必須)項目(A)	・身体計測(身長・体重・腹囲・BMI)、血圧測定 ・血中脂質検査(中性脂肪・LDL - コレステロール・HDL - コレステロール)、肝機能(GOT・GPT・ - GTP)、血糖検査(空腹時血糖又はHbA1c)、尿検査(蛋白、糖)
質問(必須)項目(B)	・問診(質問項目)
特定健診詳細項目	・心電図検査、眼底検査、貧血検査(赤血球数・血色素量・ヘマトクリット値)
その他検査項目	・腎臓機能検査(血清クレアチニン・尿酸)
標準的な質問票	・問診(質問項目)

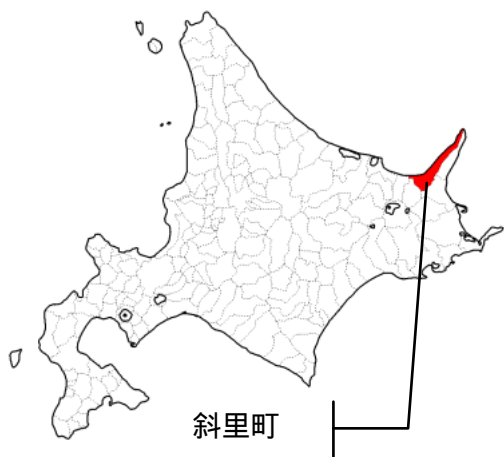
2) 情報提供に係る手数料単価：1件 2,500円(消費税込み)

3) 実施方法
 対象者は、「特定健康診査に該当する検査項目の情報提供に関する同意書(ア)」の本人記載欄を記入。
 「特定健康診査受診券」を回収。
 身体測定及び血圧測定を実施し、「特定健康診査に該当する検査項目の情報提供書(イ)」の基本(必須)項目(A)を記載。
 「質問(必須)項目(B)」を記載し、「選択項目」について実施したものがあれば記載する。
 「標準的な質問票(ウ)」の回答欄中、当てはまる番号を 印で囲む。
 特定健康診査に関する「特定健康診査に該当する検査項目の情報提供請求書(エ)」を記載。
 上記の(ア)(イ)(ウ)(エ)に回収した「特定健康診査受診券」を添付し、『清水町 役場保健福祉課医療保険係』へ請求。

(4) 北海道斜里町(しゃりちょう)

人口	12,186 人
高齢化率	29.7%
被保険者数	4,498 人
特定健康診査対象者数	2,693 人
平成 23 年度実施率	19.5%
平成 26 年度実施率	30.6%
実施率の伸び	11.1%

- *人口・高齢化率は平成 27 年 1 月 1 日現在
- *被保険者数は平成 26 年度末。
- *特定健康診査対象者数、実施率は平成 26 年度速報値。



被保険者年齢分布	職員配置
	<p>【民生部住民生活課】</p> <p>医療年金係 課長、係長、主任、主事 各 1 名</p> <p>【保健福祉課】</p> <p>課長 1 名 主幹(保健担当) 1 名 保健推進係 係長 1 名 保健師 3 名 管理栄養士 1 名</p>

地域の特性

斜里町は北海道の東部にある知床半島の北部に位置しています。オホーツク海に面しており、冬は流氷が接岸します。基幹産業は農業、漁業、観光業です。年間総降水量は 620.5mm で降雪が多く、暴風雪など悪天候に見舞われることも少なくない環境です。主な交通手段は自家用車となり、慢性的な運動不足が健康課題であると言えます。

特定健康診査実施率向上に特に効果があった取組

特に効果があった取組は、健診未受診者個人への受診勧奨です。

【健診未受診者個人への受診勧奨】

平成 25 年 2 月に策定された「第 2 期特定健康診査等実施計画」において、平成 25 年度の特定健診実施率独自目標を 26% と定めましたが、目標値に達しませんでした。今まで未受診者の受診勧奨は、係員 3 名で行っていたため、目標達成のためにも、国保調整交付金の補助要件にもなっていた受診勧奨を外部委託することとなりました。

保健福祉課保健師が健診データの分析システムを利用しており、このシステムを提供している会社が、システム提供のほか、特定健診の未受診者対策の業務も行っているということを知り、平成 26 年より、民間会社の保健師による電話勧奨やハガキによる勧奨、健診結果の提出依頼の送付等を行っています(資料 1)。

特定健康診査実施率向上に特に効果があった取組

委託に関しては、健診年度の未受診者リストを作成し、委託先による受診勧奨に活用しています（表1）。

（表1）健診結果提供実績数

	健診結果提供実績
平成26年度	266通送付のうち16通の返信
平成27年度	2017通の送付のうち113通の返信（平成28年3月31日現在）

特定健康診査実施率の向上に取り組んでみて

健診結果を特定健診等データ管理システムへ入力する作業に慣れるまでは困難でしたが、件数をこなすうちに、スムーズに入力できるようになりました。また、実施率の分母についても、各種帳票等から除外対象者を抽出し、登録を確実に行うことで実施率が少しでも向上するよう努めました。現在、斜里町では特定健診の自己負担額を1,000円と設定しており、自己負担額を下げることも検討しましたが、実現には至りませんでした。特定健診対象者の受診行動を促進するためには何が必要なのか、これからも係員、そして関係部署と連携をして考えていきたいと思えます。

保健事業の委託状況（特定健康診査以外の委託の有無）

あり	健診未受診者個人への電話やハガキによる受診勧奨、健診結果の提出依頼の送付
なし	

人間ドックや職場の健診を受けられたみなさまへ

お手元の健診結果をご提供ください!

特定健診受診率がみなさまの健康保険料の増減に影響するのはご存じでしょうか。特定健診には国により受診率の目標値(60.0%)が定められており、目標を達成しない場合、健康保険料に影響するおそれがあります。人間ドックや職場の健診を受けられたみなさまは、その結果をご提供いただくことで、特定健診の受診にかえることができ、当町の特定健診受診率に反映させることができます(必要データがすべてそろっている場合に限り)ますので、ご協力をよろしくお願いいたします。

※なお、不明な項目がある場合には、ご連絡させていただくことがありますので、その際はご協力をよろしくお願いいたします。



特定健診検査項目

平成27年4月1日から平成28年3月31日までに受診された際の
健診結果をお願いいたします。

氏名	生年月日	年齢	性別	電話番号
フリガナ	昭和 年 月 日		男・女 ()	-

検査項目		検査項目		
身体計測	身長	cm		
	体重	kg		
	BMI	計算値		
	※値がわからない場合は未記入でも結構です。			
	腹囲	cm		
	収縮期血圧(最高血圧)	mmHg		
尿検査	尿蛋白	定性		
	尿糖	定性		
血液検査	脂質	中性脂肪	mg/dl	
		HDLコレステロール	mg/dl	
		LDLコレステロール	mg/dl	
	肝機能	AST(GOT)	IU/l	
		ALT(GPT)	IU/l	
		γ-GT(γ-GTP)	IU/l	
	血糖	空腹時血糖	mg/dl	
		HbA1c	%	
	腎	クレアチニン	mg/dl	
		尿酸	mg/dl	
※値がわからない場合は未記入でも結構です。				
血液検査の前10時間以内に 飲食をしましたか?		はい / いいえ		

既往歴	なし / あり ()
自覚症状	なし / あり ()
他覚症状	なし / あり ()
医師の判断	
健診日	平成 年 月 日
健診機関	
健診担当医師	

↓ 裏面(質問票)に続きます ↓

特定健診質問票

◆回答欄の該当する番号に○を付けてください。

質問事項		回答	
1	血圧を下げる薬を飲んでいますか。	①はい	②いいえ
2	インスリン注射又は血糖を下げる薬を飲んでいますか。	①はい	②いいえ
3	コレステロールを下げる薬を飲んでいますか。	①はい	②いいえ
4	医師から、脳卒中(脳出血、脳梗塞等)にかかっているといわれたり、治療を受けたことがありますか。	①はい	②いいえ
5	医師から、心臓病(狭心症、心筋梗塞等)にかかっているといわれたり、治療を受けたことがありますか。	①はい	②いいえ
6	医師から、慢性の腎不全にかかっているといわれたり、治療(人工透析)を受けたことがありますか。	①はい	②いいえ
7	医師から、貧血といわれたことがありますか。	①はい	②いいえ
8	現在、たばこを習慣的に吸っていますか。 (※「現在、たばこを習慣的に吸っている」とは、合計100本以上、又は6ヶ月以上吸っていることであり、最近1ヶ月間も吸っていること)	①はい	②いいえ
9	20歳の時の体重から10kg以上増加していますか。	①はい	②いいえ
10	1回30分以上の軽く汗をかく運動を週2日以上、1年以上実施していますか。	①はい	②いいえ
11	日常生活において歩行又は同等の身体活動を1日1時間以上実施していますか。	①はい	②いいえ
12	ほぼ同じ年齢の同性と比較して歩く速度が速いですか。	①はい	②いいえ
13	この1年間で体重の増減が±3kg以上ありましたか。	①はい	②いいえ
14	人と比較して食べる速度が速いですか。	①速い ②ふつう ③遅い	
15	就寝前の2時間以内に夕食をとることが週に3回以上ありますか。	①はい	②いいえ
16	夕食後に間食(3食以外の夜食)をとることが週に3回以上ありますか。	①はい	②いいえ
17	朝食を抜くことが週に3回以上ありますか。	①はい	②いいえ
18	お酒(清酒、焼酎、ビール、洋酒等)を飲む頻度はどれくらいですか。	①毎日 ③ほとんど飲まない(飲めない)	②時々
19	飲酒日の1日当たりの飲酒量はどれくらいですか。 清酒1合(180ml)の目安:ビール中瓶1本(約500ml)、焼酎35度(80ml)、 ウイスキーダブル1杯(60ml)、ワイン2杯(240ml)	①1合未満 ③2～3合未満	②1～2合未満 ④3合以上
20	睡眠で休養が十分とれていますか。	①はい	②いいえ
21	運動や食生活等の生活習慣を改善してみようと思いませんか。	①改善するつもりはない ②改善するつもりである (おおむね6ヶ月以内) ③近いうちに(おおむね1ヶ月以内) 改善するつもりであり、少しずつ 始めている ④すでに改善に取り組んでいる (6ヶ月未満) ⑤すでに改善に取り組んでいる (6ヶ月以上)	
22	生活習慣の改善について保健指導を受ける機会があれば、利用しますか。	①はい	②いいえ

みなさまのご協力をよろしくお願いいたします。

(5) 北海道当麻町(とうまちょう)

人口	6,834 人
高齢化率	38.3%
被保険者数	2,120 人
特定健康診査対象者数	1,513 人
平成 23 年度実施率	28.7%
平成 26 年度実施率	38.8%
実施率の伸び	10.1%

*人口・高齢化率は平成 27 年 1 月 1 日現在
 *被保険者数は平成 26 年度末。
 *特定健康診査対象者数、実施率は平成 26 年度速報値。



被保険者年齢分布	職員配置
	【健康福祉課】 保険医療係 事務職3名 健康推進係 保健師5名

地域の特性

当麻町は、北海道のほぼ中央に位置しており、大雪山連峰を望み、豊かな森林と肥沃な大地に恵まれています。農業を基幹産業として発展を続け、現在では、北海道一の食味を誇る米どころでもあります。また、農業のほか、林業、商工業、観光、スポーツなどあらゆる分野での取り組みが行われています。

特定健康診査実施率向上に特に効果があった取組

特に効果があった取組は、個別健診の医療機関を増やすこと、特定健康診査健診料の自己負担額の軽減、健診未受診者個人への受診勧奨です。

【個別医療機関を増やす】

平成 20 年～平成 23 年度までは、4 医療機関(町内 2 件、町外 2 件)のみでしたが、旭川市内の医療機関への入通院者が多いことから、被保険者の利便性を考え、平成 24 年度以降、医師会との集合契約を実施することで、個別健診の実施機関を増やしました。

	平成 24 年度	平成 25 年度	平成 26 年度	平成 27 年度
個別実施医療機関数	86 件	83 件	83 件	84 件

【特定健康診査受診料の自己負担額の軽減】

近隣町と比べ、実施率が一番低いこともあり、実施率の向上を図るため実施医療機関の拡大と併せて、1,000 円だった自己負担額を平成 24 年度から 500 円に軽減しました。

特定健康診査実施率向上に特に効果があった取組

【健診未受診者個人への受診勧奨】

健診未受診者個人への受診勧奨は、国保調整交付金（保健事業分）により実施いたしました。平成 25 年度に委託業者により未受診者へのアンケートを 1,170 人に送付し、受診の意向があると回答した 194 人中 150 人に専門の保健師より電話勧奨を実施し、受診確約 32 人中 26 人が受診につながりました（資料 1：未受診者の方へのアンケート）。

特定健康診査実施率の向上に取り組んでみて

今後も継続受診につながるよう、勧奨を進めていきたいと考えています。また、健診の必要性を感じていない人にどのように働きかけていくかが課題となっています。

保健事業の委託状況（特定健康診査以外の委託の有無）

あり	受診勧奨
なし	

今年の健診は受けましたか？

当麻町では

あなたの受診を



お待ちしております。

下記のところで特定健診が受けられます。

当麻町立診療所

当麻内科ペインクリニック

旭川市内の当麻町指定医療機関

しばらく健診を受けてない方は、ぜひ、受診を
されますようお願いいたします。

※受診には「負担金500円」、「特定健康
診査受診券」、「国民健康保険被保険者証」
が必要です。



特定健診受診に関する調査へのご協力をお願い

当麻町国民健康保険ご加入の皆様へ

糖尿病や高血圧症、脂質異常、肥満症など生活習慣病の発症や重症化を予防することを目的として、40～74歳の国民健康保険加入者を対象に「特定健康診査（特定健診）」及び「特定保健指導」を実施しています。

病気の早期発見、早期治療が健康づくりや医療費の伸びの抑制につながることから、国が各市町村に求めている特定健診受診率の目標は **60%**（平成25年度～平成29年度）であります。しかしながら、当麻町の受診率は **28.7%**（平成23年度）で、目標の約半分であり、北海道内179市町村中 **92** 番目。近隣 **8** 町中では **8** 番目といった状況にあります。

今年度は、受診率向上の一環としまして、特定健診をまだ受診されていない方を対象にアンケートを実施し、ご回答いただいた内容から受診率向上の対策を検討してまいりたいと考えております。ご多忙のところ恐縮ですが、調査の趣旨をご理解いただき、ご協力くださいますようお願いいたします。

ご協力いただいた調査内容は、特定健康診査受診率向上のために使用し、他の目的には使用しません。ただし、今回の調査を円滑に進めるために、調査集計の一部と健診受診案内について、委託業者が携わることとなりますのでご了承願います。
※委託業者とは個人情報保護のため、当麻町個人情報保護条例に基づく、個人情報の取扱いに関する契約を締結したうえで委託しております。

あなたの受診が町の受診率を向上させます。

また、**あなたの健康のためにも**、ぜひ、健診受診のご協力をお願いいたします。



お手数ではございますが、
右の用紙に記入のうえ11月11日までに同封の
返信用封筒でご返送をお願いします。

当麻町健康福祉課保険医療係
電話 0166-84-2111

委託業者：大和産業株式会社（札幌市北区東炭戸1条1丁目）

※個人情報管理及び事務の都合上、同世帯であっても別々にご依頼してありますことをご了承します。

この用紙は、個人情報保護の重要性を認識し、他には漏洩いたしませんので、記入のご協力をお願いいたします。

※電算処理の都合により、氏名に含まれる俗字等を正字に変換しておりますのでご了承ください。

ここから、ご記入をお願いいたします。

生年月日	昭和 年 月 日	性別	男・女
電話番号			

1 本人の状況 あなたの生活状況等についてお聞きします。

問1-1 あなたの家族構成はどれにあてはまりますか。

1. 一人暮らし
2. 夫婦のみ
3. 夫婦と子ども
4. 親・子・孫
5. その他

2 特定健康診査 特定健康診査についてお聞きします。

問2-1 あなたは、今後特定健康診査を受診しようと思えますか(○はい/△可/×否)

1. 今年度受ける予定である
2. 来年度以降受ける予定である
3. 健診が受けやすくなれば受けるつもりである
4. 受診しない
5. わからない
6. その他

問2-2 健診をどこで受けようと思えますか？

1. 町内の医療機関(当麻町立診療所・当麻内科ペインクリニック)
2. 旭川市内の当麻町指定の医療機関
3. 職場の健診または他の医療機関で受ける(人間ドック等)
4. 未定
5. どこで受ければよいかわからない

問2-1で「受診しない」と答えた方にお聞きします。

問2-3 特定健康診査を受診しない理由は何ですか(○はい/△可/×否)

1. 健康だから
2. 時間がないから
3. 検査結果に異常があったらと思うと怖いから
4. 健診にかかる費用がもったいないから
5. 健診の内容に不満があるから
6. 健診場所への移動手段が厳しいから
7. 定期的に忙しい【何月なら受診できそう? ()月】
8. 定期的に病院にかかっているから⇒問2-3-1へすすむ
9. 職場等で特定健診を行っているから⇒問2-3-2へすすむ
10. その他()

問2-3-1 問2-3で「8.定期的に病院にかかっているから」と答えた方にお聞きします。

定期的にかかっている病院はどこですか。(内科の通院に関して)

1. 当麻町立診療所
2. 当麻内科ペインクリニック
3. その他の医療機関 病院・医院名()
- その他の医療機関 病院・医院名()
- その他の医療機関 病院・医院名()

問2-3-2 問2-3で「9.職場等で特定健診を行っているから」と答えた方にお聞きします。

職場で受けている方は、特定健診受診券と健診結果票の提出をもって特定健康診査受診済みとできます。ご協力いただけますか？

1. はい⇒このアンケートに特定健診受診券と健診結果票を添付してください。
2. まだ、健診結果がきていないが、協力できる
⇒健診結果がきてから健診結果票提出にご協力をお願いします。
3. いいえ

★ご協力ありがとうございました。

また、町では一人でも多くの方に健診をご利用いただくために、町の職員が訪問したり、町の委託先である保健師さんから電話連絡等を差し上げたりすることがありますので、御了承願います。

当麻町健康福祉課保険医療係