

特定健診・特定保健指導の 具体的な事業評価

～尼崎市特定健診等第2期実施計画より

ヘルスアップ尼崎戦略事業のこれまで

第1段階 職員に対する生活習慣病予防対策（平成12年度～平成16年度）

- ① 健保レセプト、健診結果から健康実態、予防可能な疾病を分析
- ② マルチプルリスクファクターの概念に基づき、健診結果から、優先的に介入すべき保健指導対象者を明確化

- ① 現職死亡が減少
- ② 退職者数が減少
- ③ 健保医療費が減少

保健指導が必要な対象者にひたすら保健指導
職員の行動が変わる

第2段階 国保被保険者への取組から特定健診・保健指導へ（平成17年度～平成20年度）

- ① 国保レセプト、健診結果、諸統計から健康実態、予防可能な疾病を分析
- ② 受診率向上対策・未受診者の掘り起こし
- ③ マルチプルリスクファクターの概念に基づき、健診結果から、優先的に介入すべき保健指導対象者を明確化

- ① 有所見率の改善
- ② 重症者出現率の減少
- ③ 脳卒中・心筋梗塞の入院者が減少
- ④ 新規人工透析導入者の減少
- ⑤ 高額医療費のうちの生活習慣病が減少

保健指導が必要な対象者にひたすら保健指導
被保険者の行動が変わる

第3段階 国保以外の若年層・予備軍対策へ（平成21年度～平成23年度）

- ① H21年度から「みんなでヘルスアップ健診事業」
将来の重症化予防、中長期的な医療費適正化を目的に、
16～39歳全市民の健診を国保で実施（健診受診行動の
定着化と生活習慣改善のきっかけづくり）
- ② 受診勧奨と受診者の健診データ・生活習慣分析
- ③ H22年度から「尼っこ健診事業」11歳、14歳対象の
健診スタート
- ④ 受診勧奨と受診者の健診データ・生活習慣分析

- ① 有所見率の改善
- ② 親世代の健診受診率の向上
- ③ 子どもの生活習慣に教育委員会が
問題意識

保健指導が必要な対象者にひたすら保健指導
子どもとその家族の行動が変わる

- ① 小・中学校での授業連携
- ② 「尼崎市生活習慣病予防ガイドライン」の策定・推進
のための「ヘルスアップ戦略会議」の設置

「尼崎市生活習慣病予防ガイドライン」の策定
ライフステージごとの予防指標の共有化

全庁横断的に、生活習慣病にかかる実態把握
関係職員の意識が少し変わる

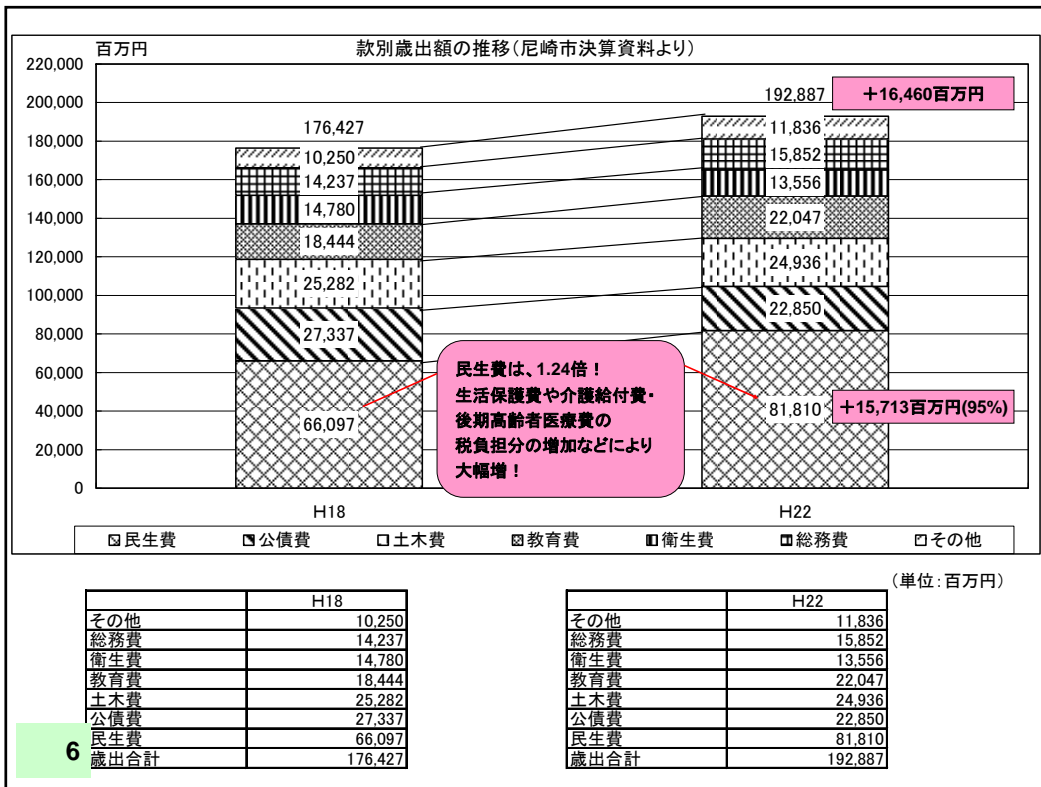
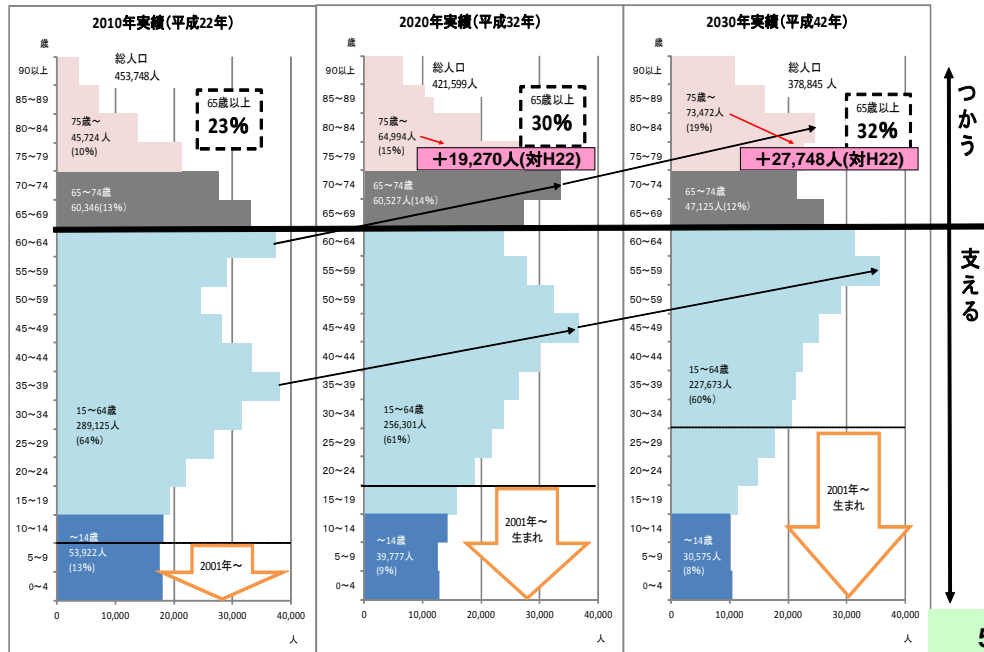
第4段階 全市民に対する生活習慣病対策の推進へ（平成24年度～）

- 推進体制として部会を設置 ①母子・乳幼児部会 ②保育・学校教育部会 ③子どもHA部会
④重症化予防部会 ⑤介護予防部会 ⑥PA部会

◎ 誰のために、何のために

持続可能なまちであるために
「予防で救える命は死なせない」

尼崎市では……どうでしょうか？



★重症化予防のため、 とにかく受診率の向上



①受診率向上対策を評価する

健診実施形態 及び 実施曜日、回数等

場 所	回 数 等	健診方式
① 地域巡回	併せて年間 300 日程度	集団健診方式
② 本庁		
③ 出前	随時 ※30 人以上の申し込みがあれば出向く (午前 8 時～午後 8 時、予約制)	
④ 保健所	保健所の各種検診に含めて実施(予約制)	
⑤ 医療機関	随時 (実施医療機関の開院時間内、医療機関によっ ては予約制)	個別健診方式

女性が受診しやすい環境づくりとして、

- ・ 受診者も健診スタッフも女性で実施する「レディース健診」の実施
- ・ 無料保育の設定



ポスター (H23)

尼崎健診すすめ隊テーマソング AMA-KEN レッツゴ



とうちゃん子供も元氣元氣
わたしのことより家族が大事
去年も行ったし今年もええやん
パートも行ってる大忙し

それがあまいねん!!言うとかで
病気がかったらお金もかかる
健診行くのが健康を守る
レッツゴ! 健診! YO! 注意!

うーん確かにそうかもなー
私倒れたら子供も心配
なるほどわかったほな行こか
家族もみんなでのぞレッツゴ!

結局行ったら得すんねん
税金助かるええことばっか
みんな健診すめっこ
それがあまやねん!(それがあまやねん!)

そ、そ、それがあまいねん
健診行って、病気の予防
みんな健康長生きしましょ
みんな健診すめっこ

※それがあまやねん
(健診レッツゴ!)
それがあまやねん
(健診レッツゴ!)

(※くりかえし)

体力勝負の仕事やで
健康だけからしのとリエや
早寝早起きうん十年
ご飯もぎょうざん食べてるでえ

健康自慢は自己満足
病気の予防はできひんで
みんな健診すめっこ
それがあまやねん!

僕らは子供や! まだ大丈夫!
大人の病気は関係ないやん
それよりゲームと勉強や
外より家のおもろいねん

それがあまいねん!言うとかで
メタボに大人も子供もない
みんな健診すめっこ
それがあまやねん!(それがあまやねん!)

そ、そ、それがあまいねん
健診行って、病気の予防
みんな健康長生きしましょ
みんな健診すめっこ

※それがあまやねん
(健診レッツゴ!)
それがあまやねん
(健診レッツゴ!)

(※くりかえし)

そ、そ、そ、それがあまいねん
健診行って、病気の予防
みんな健康長生きしましょ
みんな健診すめっこ

※それがあまやねん
(健診レッツゴ!)
それがあまやねん
(健診レッツゴ!)

(※くりかえし)

尼崎市HPで
ご聴ください!

「国保つうしん」の特別号として全世界帯に配布

尼崎市 健診べんりちょう

22年度版

保存版

発行：〒660-8501 尼崎市東七軒町1-23-1 尼崎市市民サービスセンター健康課 電話：06-6489-6797
健康文化推進担当のホームページアドレス：http://www.city.amagasaki.hyogo.jp/kokuho/8583/index.html

1年(4月～翌3月)に1度は健診へ!

このべんりちょうには、尼崎市民の皆さまの健診の受け方、保健指導について、集団健診受診会場、医療機関での受診会場などの情報がコンパクトにまとめてあります。1年間、大切に保管してください。

健診の後は、保健指導も!

顧客の実がなりますように!

私の年齢は 16～39歳

私の年齢は 40～74歳

私の年齢は 75歳以上

1 尼崎市民全員

2 尼崎市国民健康保険加入

3 全国健康保険協会(協会けんぽ)加入

4 その他の保険加入/後期高齢者医療保険加入/生活保護受給中の方

保健指導を受けましょう

集団健診での受診会場 一覧表

医療機関での受診会場 一覧表

★地域コミュニティと協働での受診率向上対策

- 第1期計画期間では、社会福祉連絡協議会、単位福祉協会独自に出前健診を活用して地域での健診、保健指導の場づくりが進められ、「地域住民と一緒に顔を合わせる機会にもなる」との声も聞かれるとともに、地域ごとの健診受診率アップにつながる事例が多数見られた。
- 特定健診の意義や治療中であってもなぜ健診対象者になるのか等、地域での学習機会づくりを地域コミュニティと協働で行った。

年度別出前健診実施状況

20年度	21年度	22年度	23年度	24年度
2回	13回	26回	25回	40回

平成24年度実施出前健診一覧

地区	中央	小田	大庄	立花	武庫	園田	その他
40回	2回	11回	10回	2回	2回	6回	7回
	<ul style="list-style-type: none"> 西難波連協 城内連協 	<ul style="list-style-type: none"> 稲川橋連協 瀬江連協 杭瀬連協 西長洲連協 左門殿連協(2回) 金楽寺連協 浜連協(2回) 杭瀬商店街子育てルームスクスク 瀬江連協 ロールスクエア尼崎単協 	<ul style="list-style-type: none"> 蓬川連協 武庫川連協 大庄西地区女性部会 道意連協 西大島連協 元浜連協 東連協 崇徳院連協 芋連協 大庄中央連協第9ルミエール千鳥 	<ul style="list-style-type: none"> 堂松南連協南七松単協 生島連協大西東単協 	<ul style="list-style-type: none"> 武庫第6連協 宮ノ北団地 	<ul style="list-style-type: none"> 戸ノ内連協(2回) 園田南連協 上坂部連協 園田北連協 田能連協 	<ul style="list-style-type: none"> 視力障害者福祉協会 高齢者福祉を考える会 尼崎市環境衛生協会(2回) 尼崎緑化公園協会(3回)

仲間やグループで
健診を企画してみませんか!?

出前健診
やります!

<http://www.city.emagasaki.hyogo.jp/kokuho/8583/8432/067demae.html>

Q どんなとき、出前ができるの？

A 16歳以上の方で、健診受診を希望する人を30人以上集めた場合に、出前いたします。

Q 出前の日程や時間帯は？

A 希望される日程を第2希望までお教えください。時間帯は、朝8時（開始時間）から夜8時（終了時間）までです。お申込みいただいた後、調整させていただきます。

Q 健診会場はどうなりますか？

A 次の条件を満たした会場をみなさんでご用意ください。
 * 健診をお申込みいただいた人数が、同時に収容できる広さの、騒音がない会場
 * 健診に使用する長机等5本、いす10脚用意できること
 * 尿検査を実施できるトイレがあること

Q 健診の受診費用は？

A 次のとおりです。

加入 年齢保険	尼崎市国民健康保険 加入者	尼崎市国民健康保険 加入者以外
16～39歳	1,000円	
40～74歳	無料 4月2日以後に加入の場合 は1,000円	ご加入の年齢 保険にお応え してください。
75歳以上	無料	

Q 健診結果はどうなりますか？

A 出前健診実施後、約1ヶ月程度で、「出前結果説明」を実施いたします。出前結果説明会場も、ご用意ください。日程はご相談します。

健康ワンポイント

ついつい摂りすぎたエネルギーは
どうすれば消費できるか、
計算してみよう!!

1 10分間歩くと、どれくらいの
エネルギーを消費しよう?

あなたの体重 kg × 0.5 kcal = kcal

あなたの体重 kg × 0.5 kcal = kcal

2 ついついドーナツ食べ過ぎちゃった!
ドーナツ1個(200kcal)のエネルギーは
何分歩けば燃やしてしまおう?

例: 体重60kg、あなたの歩行
速度は1分あたり100歩
200 kcal ÷ 100歩 × 10分 = 67分

あなたの体重 kcal ÷ kcal × 10分 = 分

尼崎市国民健康保険健診
お問合せダイヤル
(尼崎市コールセンター)
06-6375-5639
受付: [月～金] 午前8時30分～午後7時
[土・日・祝] 午前9時～午後5時

「出前健診」を受診して下さった方へ

9月5日の塚口店での健診結果説明で、みなさんの血管や血液の状態をお話させていただいてから1か月がたちましたが、その後いかがお過ごしでしょうか?

結果説明会では「**体重を少しコントロールしたり、毎日の生活習慣の改善をおこなうだけで、心筋梗塞や脳梗塞などを予防できる!**」ことについてお話ししました。

そこで今回、少し気になる方を対象に、尼崎市国民健康保険とヘルスアップ尼崎戦略事業のサポーター企業である(株)ティップネスとの協働で、「継続的に生活習慣改善をサポートするモデル事業」を実施したいと考えています。

具体的な内容については次の日程でご説明をしますので、ぜひご参加ください。

- とき 平成20年10月24日(金) 10時～
- ところ (株)ティップネス 塚口店
(詳細な場所についてはティップネススタッフにご確認ください)
- 対象 ティップネス会員であって、塚口店での出前健診を受けた方
- 内容 生活習慣改善についての継続支援プログラムの概要について
～尼崎市国保で行うサポート、ティップネスで行うサポート～
どんな内容? どんな人がサポートしてくれるの? 目標は?
- 費用 無料

以上
尼崎市国保年金課 健康支援推進担当
TEL 06-6489-6797



尼崎市国保⇒結果説明・食事指導など支援

民間社会資源との連携・モデル的取組み
サポーター企業・「ティップネス」との協働事業
出前健診 ⇒ 生活習慣改善をサポート

ティップネス⇒出前健診募集・運動指導ほか



結果

第1期計画期間における健診受診率等

		20年度	21年度	22年度	23年度
特定健診受診率		42.3%	35.6%	32.9%	39.1%
うち、結果把握率		1.7%	0.9%	0.8%	1.5%
再掲	男性	36.4%	31.1%	28.7%	34.3%
	女性	47.4%	39.5%	36.5%	43.2%
(参考) 第1期計画における受診率目標		40%	50%	60%	60%

初めて受診者の状況

受診率を上げると・・・

	20年度		21年度		22年度		23年度	
	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合
初めて受診者	34,529	100%	7,198	24.8%	4,532	17.4%	6,961	22.7%
うち重症者	6,487	18.8%	1,429	19.9%	885	19.5%	1,428	20.5%
(参考) 継続受診者の重症者			3,407	15.6%	3,386	15.7%	3,679	15.5%

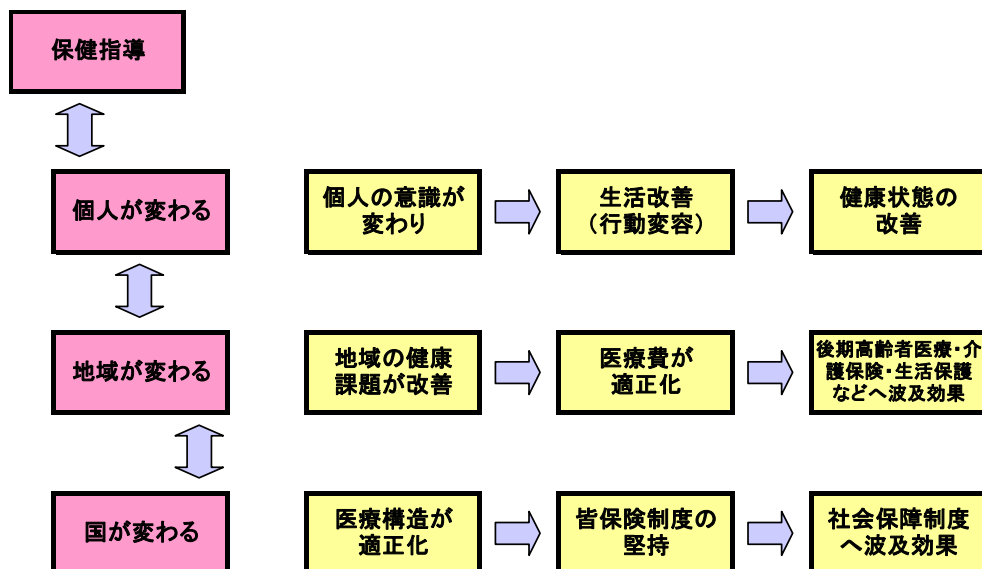
★健診結果の改善(保健指導)



②保健指導を評価する

- ・健診のリポート率
- ・重症者、予備軍の改善状況

その働きかけは・・・保健指導から



生活習慣病 治療なし	特定保健指導						情報提供	
	レベル1		レベル2				レベル3	
	受診不必要		積極的支援		動機づけ支援		受診必要	
	N		P		O		M	
	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合
20年度	7,087	20.5%	1,417	4.1%	4,401	12.7%	8,746	25.3%
21年度	6,505	22.4%	1,097	3.8%	3,663	12.6%	7,469	25.8%
22年度	5,846	22.4%	923	3.5%	3,045	11.7%	6,815	26.1%
23年度	6,616	21.6%	1,239	4.0%	3,700	12.1%	7,566	24.7%

生活習慣病 治療中	レベル4			
	コントロール良 K		コントロール不良 L	
	人数	割合	人数	割合
20年度	3,879	11.2%	8,999	26.1%
21年度	3,420	11.8%	6,822	23.5%
22年度	3,284	12.6%	6,155	23.6%
23年度	4,112	13.4%	7,414	24.2%

緊急度、優先度の高い
対象者

みんなで保健指導を受けられるようになりました!

健診結果には、何気なくくり返していた生活習慣の結果が表れます。それを読みとくお手伝いが「保健指導」なのです!

健診を受けたら、こんな保健指導が受けられます。

集団指導

自分の健診結果と生活習慣がどのように関係しているのか、体の中で何が起きているのかを考えていただくお手伝いをします。

個別指導

急いで解決していただきたいことがある方には、保健師や管理栄養士、医師が個別で30分間の相談をさせていただきます。生活習慣の具体的な改善方法も一緒に考えます。

社会保険等、尼崎市国保以外の健康保険にご加入の方も、ご自身の健診結果をご持参の上、ご参加ください!

! Aさん45歳男性 飲食店自営で、夜遅くまで働いている方ですが...

	健診1回目	健診2回目 (仮) (自覚)
身長 (cm)	175	174
体重 (kg)	75	70.4
中性脂肪 (mg/dL)	390	99
HDLコレステロール (mg/dL)	42	49
HbA1c (%)	5.3	4.6
空腹血糖 (mmHg)	149	138
最低血糖 (mmHg)	80	79
尿酸 (μmol/L)	6.9	6.4

保健指導でビールやあんぱんの量を一割に計算してみると...

5杯 → 10杯

-5.5cm

-4.6kg

結果が改善

保健指導後、自分なりに生活習慣の改善に取り組みました!!

- ・ビールは好き高いの割だけ。
- ・菓子パンを半分。
- ・揚げ物や惣菜をひかえた。

単純なダイエットではなく、自分の健診結果に合わせた食生活の改善が必要だと気づき、生活を少し変えました。

次は、あなたの番です!

保健指導実施率

		20年度	21年度	22年度	23年度
集団健診受診者		88.0%	89.7%	89.0%	87.9%
個別健診受診者		1.8%	4.1%	3.4%	2.1%
特定保健指導	実施率	53.1%	56.8%	53.8%	60.9%
	完了率	29.2%	28.7%	25.8%	39.5%
(参考) 第1期計画の特定保健指導目標		45%	45%	45%	45%

結果

1 健診継続受診率(リピーター率)

20、21年度 とも特定健 診対象者	20年度			21年度継 続健診率	20年度		21年度 継続受 診率
	76,049人	特定 健診 受診 者	32,503人		保健指 導実施	14,121 人	
それ以 外				18,382 人	64%	特定保 健指導	142人
未受 診者		43,546人				保健指 導なし	18,240 人

※P<0.001

※※P<0.003

特定健診結果の変化 (重症ハイリスク者の推移)

表3 重症ハイリスク者の健診結果の推移

			平成20年度		平成23年度	
			人数	割合	人数	割合
高血圧症	Ⅲ度高血圧 (180/110以上)	総数	236	1.3%	26	0.1%
		(再)未治療者	167	0.9%	14	0.1%
	Ⅱ度高血圧 (160/100以上)	総数	1,086	6.1%	207	1.2%
		(再)未治療者	681	3.8%	101	0.6%
慢性腎臓 病(CKD)	eGFR50未満 または尿蛋白2+以上	総数	659	3.7%	435	2.5%
糖尿病	HbA1c7%以上	総数	575	3.2%	312	1.8%
		(再)未治療者	237	1.3%	49	0.3%
	(再) HbA1c8%以上	総数	202	1.1%	67	0.4%
		(再)未治療者	86	0.5%	9	0.1%
高脂血症	LDLコレステロール 180mg/dℓ以上	総数	942	5.3%	315	1.8%
		(再)未治療者	879	5.0%	293	1.7%

特定健診結果の変化 (重症者の推移)

表 4 重症者の健診結果の推移

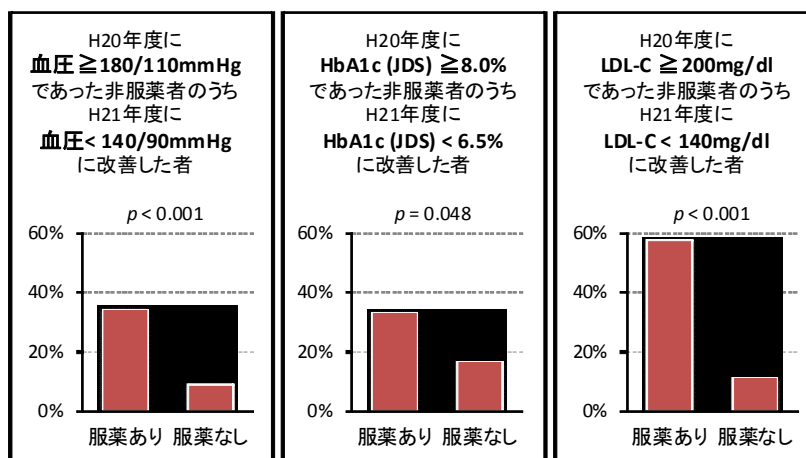
			平成 20 年度		平成 23 年度	
			人数	割合	人数	割合
高血圧症	I 度高血圧 高リスク	総数	2,256	12.7%	738	4.2%
		(再)未治療者	1,227	6.9%	288	1.6%
	正常高値血圧 高リスク	総数	1,832	10.3%	470	2.6%
		(再)未治療者	1,068	6.0%	196	1.1%
慢性腎臓病 (CKD)	eGFR50~60 未満(※) または尿蛋白+以上	総数	2,246	12.7%	997	5.6%
糖尿病	HbA1c6.1%~6.9%	総数	1,191	6.7%	679	3.8%
		(再)未治療者	773	4.4%	332	1.9%
脂質異常	LDLコレステロール、動 脈硬化カテゴリー該当者	総数	8,690	49.0%	4,900	27.6%
		(再)未治療者	7,684	43.3%	4,188	23.6%

29 ※ 70歳以上はeGFR40~50未満

健診結果の変化 (服薬の有無による改善効果)

服薬の有無による健診結果の改善効果

H20年度の健診にて重症例と判定された非服薬者のうち、
H21年度も健診を受診した者

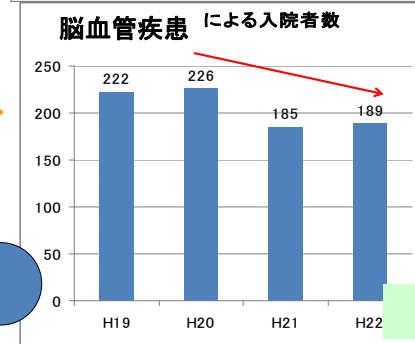
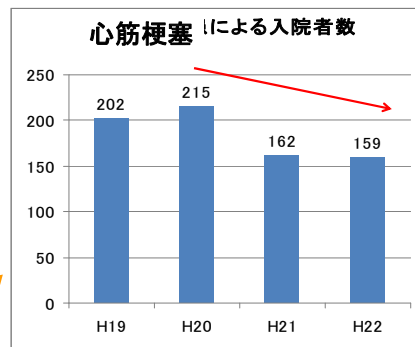
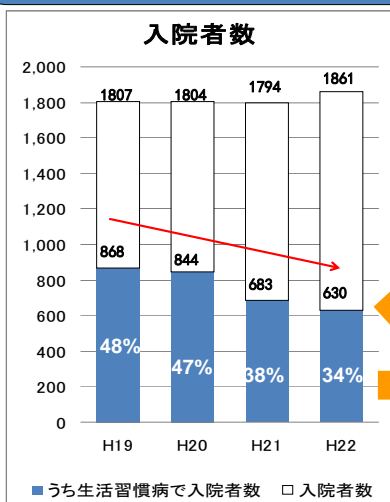


入院数、高額医療費件数の推移

	入院数の推移 (5月診療分レセプト)		高額医療費件数	
	平成19年度	平成23年度	平成19年度	平成23年度
虚血性心疾患	240	163 ↓	120	75 ↓
脳血管疾患 ※くも膜下出血含む	294	242 ↓	19	38
			くも膜下出血を除いた数	
			6	10

入院者数の推移、そのうち生活習慣病が占める割合を見ました

入院者数はほぼ横ばいですが、生活習慣病によるものは減少しています。



ヘルスアップ尼崎戦略の重症化予防対策による一定の効果が出ていると考えられます。

(平成19年～22年 各年5月診療分レセプトより)

★健診結果の改善(保健指導)



③保健指導を評価する

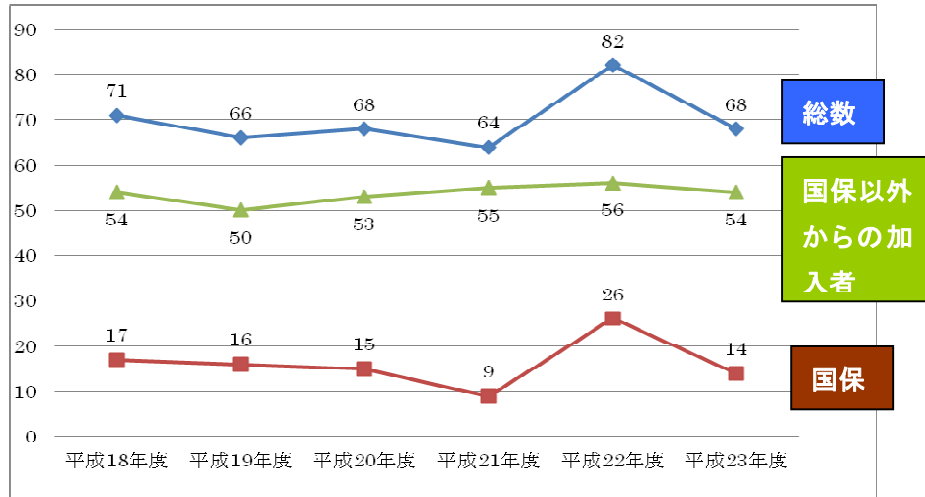
・人工透析導入者の状況

国保被保険者の新規人工透析の月別人数(国保レセプト調べ)

	平成18年度	平成19年度	平成20年度	平成21年度	平成22年度	平成23年度
4月	6	7	11	8	10	11
5月	6	9	5	5	12	9
6月	8	11	9	7	5	3
7月	10	8	6	5	8	6
8月	6	8	3	2	8	5
9月	4	6	7	2	5	3
10月	15	3	4	6	12	5
11月	8	7	4	1	3	9
12月	4	2	2	8	9	7
1月	9	8	10	11	6	2
2月	5	4	7	5	4	7
3月	4	7	4	7	7	6
年度合計	85	80	72	67	89	73

新規人工透析導入者数の推移

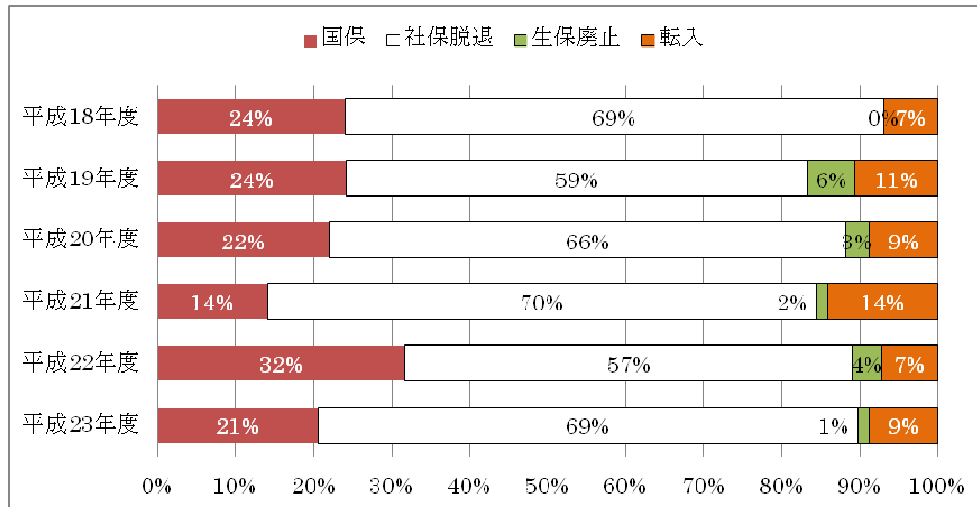
尼崎市国民健康保険における新規人工透析導入者の件数の推移(40歳～74歳)



35

新規人工透析導入時の加入医療保険

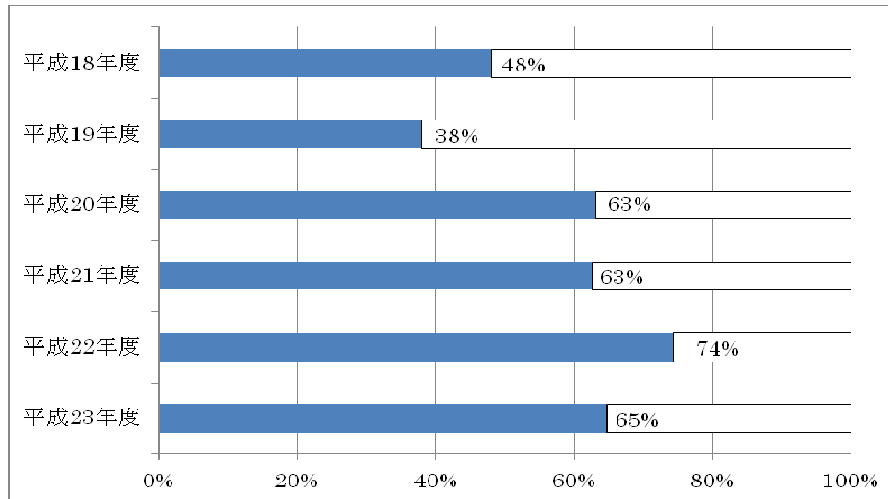
新規人工透析導入者の導入時の加入医療保険など



36

新規人工透析者における糖尿病の割合

新規人工透析者に占める糖尿病の割合



37

★医療費適正化



④医療費の状況を評価する

医療費適正化は可能か……？

生活習慣病にかかる医療費の状況

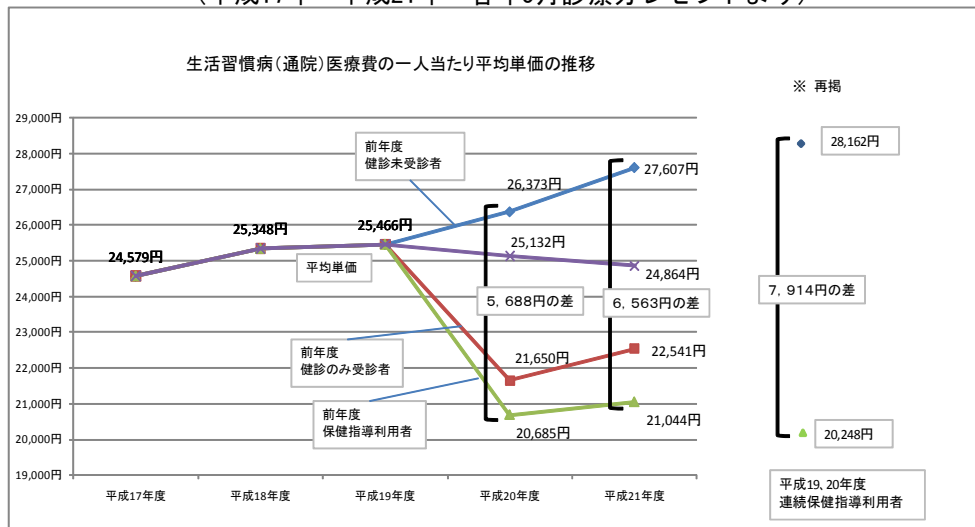
受療者総数と費用額、及び生活習慣病受療者数と費用額（平成23年度年間国保レセプト）

	総数	総費用額(※) (百万円)	生活習慣病 受療者数	生活習慣病 の割合	生活習慣病 費用額(※) (百万円)	生活習慣病 費用額の割合
全受療者	116,888	36,251	58,947	50%	8,465	23%
40～74歳	75,195	29,726	50,167	67%	7,523	25%
全受療者に占める 40～74歳の割合	64%	82%	85%		89%	

※入院・通院・調剤

生活習慣病医療費の推移で 平成19・20年度の保健指導の効果をみてみました。

(平成17年～平成21年 各年5月診療分レセプトより)



※前年度健診未受診者:平成19年度市民検診又は平成20年度特定健診未受診者

前年度健診のみ受診:平成19年度市民検診又は平成20年度特定健診受診者のうち、国保において保健指導を実施していない者

前年度保健指導利用者:平成19年度市民検診又は、平成20年度特定健診受診者のうち、国保において保健指導を実施した者

高血圧、糖尿病の通院1人当たり平均費用額でも比較してみました。

(平成21年 各年5月診療分レセプトより)

平成19・20年度 保健指導	高血圧 (通院) 一人当たり平均単価	平成19・20年度 保健指導	糖尿病 (通院) 一人当たり平均単価
連続未受診	28,925円	連続未受診	32,134円
いずれかの1年で 健診のみ受診	23,089円	いずれかの1年で 健診のみ受診	27,008円
連続健診のみ受診	21,738円	連続健診のみ受診	25,110円
いずれか1年で 保健指導を利用	21,423円 8,491円の差	いずれか1年で 保健指導を利用	25,435円 8,174円の差

健診、保健指導受診状況と総医療費

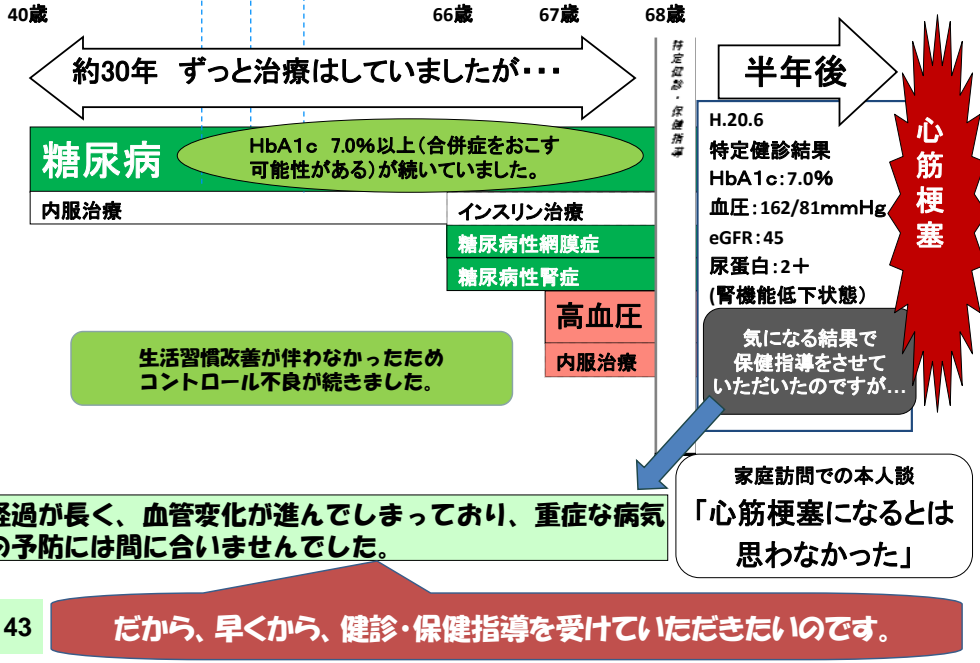
健診、保健指導の受診の有無と4年間の費用額(平成20～23年度特定健診対象者レセプト)

	患者 1人あたりの費用額
未受診 (※1)	4,012,429円
健診中断 (※2)	4,346,001円
連続健診受診	3,692,073円
連続健診・保健指導受診	3,023,491円

988,938円の差

※1 平成20～23年度まで1回も健診を受けたことがない者
 ※2 平成20～23年度まで1回は健診を受けたことがあるがその後中断した者

保健指導を受けていただいた後、
心筋梗塞をおこしてしまった Aさん 68歳男性



★生活習慣の改善



⑤禁煙の状況を評価する

喫煙者数、割合の推移

	20年度		21年度		22年度		23年度		
	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	
喫煙者	6,174	17.9%	4,807	16.6%	4,089	15.7%	4,799	15.7%	
再掲	男性	4,444	31.9%	3,471	29.6%	2,983	28.3%	3,411	27.2%
	女性	1,730	8.4%	1,336	7.8%	1,106	7.1%	1,388	7.7%
初めて受診者			1,703	23.7%	1,153	25.4%	1,623	23.3%	
継続受診者			3,104	14.3%	2,936	13.6%	3,176	13.4%	

★第2期実施計画の考え方

