

## 第3章 特定健診・特定保健指導の実施（法定義務）

### 1 第四期特定健康診査等実施計画について

保険者は、高確法第19条に基づき、特定健康診査等実施計画を定めます。

なお、第一期及び第二期は5年を一期としていましたが、医療費適正化計画等が6年一期に改正されたことを踏まえ、第三期以降は実施計画も6年を一期として策定します。

### 2 目標値の設定

〔 図表5-4 特定健診受診率・特定保健指導実施率 〕

|           | R6年度<br>(2024年度) | R7年度<br>(2025年度) | R8年度<br>(2026年度) | R9年度<br>(2027年度) | R10年度<br>(2028年度) | R11年度<br>(2029年度) |
|-----------|------------------|------------------|------------------|------------------|-------------------|-------------------|
| 特定健診受診率   | 42.0%            | 45.6%            | 49.2%            | 52.8%            | 56.4%             | 60.0%             |
| 特定保健指導実施率 | 35.0%            | 40.0%            | 45.0%            | 50.0%            | 55.0%             | 60.0%             |

### 3 対象者の見込み

〔 図表5-5 特定健診・特定保健指導対象者の見込み 〕

|        |      | R6年度<br>(2024年度) | R7年度<br>(2025年度) | R8年度<br>(2026年度) | R9年度<br>(2027年度) | R10年度<br>(2028年度) | R11年度<br>(2029年度) |
|--------|------|------------------|------------------|------------------|------------------|-------------------|-------------------|
| 特定健診   | 対象者数 | 115,281人         | 110,916人         | 106,551人         | 102,186人         | 97,821人           | 93,456人           |
|        | 受診者数 | 48,418人          | 50,578人          | 52,423人          | 53,954人          | 55,171人           | 56,074人           |
| 特定保健指導 | 対象者数 | 13,822人          | 15,131人          | 16,461人          | 17,810人          | 19,179人           | 20,568人           |
|        | 受診者数 | 4,838人           | 6,052人           | 7,407人           | 8,905人           | 10,548人           | 12,341人           |

### 4 特定健診の実施

#### (1) 対象者

40～74歳の北九州市国民健康保険被保険者とします。

#### (2) 実施方法

北九州市医師会に登録した特定健診実施機関が実施することとし、北九州市医師会が実施機関の取りまとめを行います。

ア 集団方式（市民センターや区役所等）

イ 個別方式（北九州市医師会に実施医療機関として登録した医療機関及び健診機関）

### (3) 特定健診委託基準

高確法第28条、及び実施基準第16条第1項に基づき、具体的に委託できるものの基準については、厚生労働大臣の告示において定められています。

### (4) 特定健診実施機関リスト

特定健診実施機関については、北九州市のホームページに掲載します。

(参照) URL : <https://www.city.kitakyushu.lg.jp/ho-huku/19100073.html>

### (5) 特定健診項目

内臓脂肪型肥満に着目した生活習慣病予防のための特定保健指導対象者を抽出する国が定めた項目に加え、追加の検査（血清クレアチニン・尿酸・尿潜血）を実施します（図表56）。

[ 図表56 特定健診項目 ]

| 健診項目            |                                | 北九州市 | 国 |
|-----------------|--------------------------------|------|---|
| 身体測定            | 身長                             | ○    | ○ |
|                 | 体重                             | ○    | ○ |
|                 | BMI                            | ○    | ○ |
|                 | 腹囲                             | ○    | ○ |
| 血圧              | 収縮期血圧                          | ○    | ○ |
|                 | 拡張期血圧                          | ○    | ○ |
| 肝機能検査           | AST(GOT)                       | ○    | ○ |
|                 | ALT(GPT)                       | ○    | ○ |
|                 | γ-GT(γ-GTP)                    | ○    | ○ |
| 血中脂質検査          | 空腹時中性脂肪                        | ●    | ● |
|                 | 随時中性脂肪                         | ●    | ● |
|                 | HDLコレステロール                     | ○    | ○ |
|                 | LDLコレステロール<br>(NON-HDLコレステロール) | ○    | ○ |
| 血糖検査            | 空腹時血糖                          | ●    | ● |
|                 | HbA1C                          | ○    | ● |
|                 | 随時血糖                           | ●    | ● |
| 尿検査             | 尿糖                             | ○    | ○ |
|                 | 尿蛋白                            | ○    | ○ |
|                 | 尿潜血                            | ○    |   |
| 血液学検査<br>(貧血検査) | ヘマトクリット値                       | □    | □ |
|                 | 血色素量                           | □    | □ |
|                 | 赤血球数                           | □    | □ |
| その他             | 心電図                            | □    | □ |
|                 | 眼底検査                           | □    | □ |
|                 | 血清クレアチニン<br>(eGFR)             | ○    | □ |
|                 | 尿酸                             | ○    |   |

○…必須項目、□…医師の判断に基づき選択的に実施する項目、●…いずれの項目の実施で可

**(6) 実施時期**

5月から翌年3月まで実施します(一部、5月末日までに75歳に到達する者は4月から実施)。

**(7) 医療機関との適切な連携**

治療中であっても特定健診の受診対象者であることから、かかりつけ医から本人へ健診の受診勧奨を行えるよう、医療機関へ十分な説明を実施していきます。

また、本人同意のもとで、保険者が診療における検査データの提供を受け、特定健診結果のデータとしての活用についても検討していきます。

**(8) 健診の案内方法・健診実施スケジュール**

特定健診受診率を高めるために対象者へ認知してもらうことが不可欠であることから、受診の案内の送付に関わらず、医療保険者として加入者に対する基本的な周知広報活動を年間通して行います(図表57)。

[ 図表57 特定健診実施スケジュール(予定) ]

|     | 前年度                            | 当該年度   | 翌年度               |                          |
|-----|--------------------------------|--|-------------------|--------------------------|
| 4月  |                                | 委託契約・受診券等準備  | (特定保健指導の実施)       |                          |
| 5月  |                                | 受診券発送<br>(特定健診・特定保健指導開始)                           | 健診データ抽出           |                          |
| 6月  |                                |  |                   |                          |
| 7月  |                                | 特定保健指導と<br>同時に、特定保健<br>指導非対象者へ<br>の保健指導につ<br>いても実施 | 法定報告のため<br>の作業を実施 |                          |
| 8月  |                                |  |                   |                          |
| 9月  |                                |  |                   |                          |
| 10月 | 契約に関わる<br>予算手続き                |  | ↓                 | 国保連から法定報告(健<br>診受診率等)の通知 |
| 11月 |                                |  |                   |                          |
| 12月 |                                |  |                   |                          |
| 1月  |                                |  |                   |                          |
| 2月  |                                |  |                   |                          |
| 3月  | 委託契約準備・<br>75歳到達者(一<br>部)受診券発送 | 特定健診・特定保健指導の<br>当該年度受付終了                           |                   |                          |

## 5 特定保健指導の実施

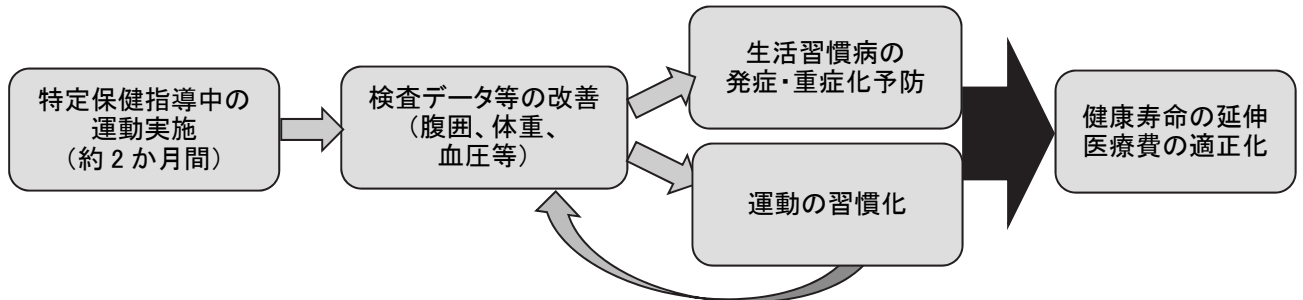
特定保健指導の実施についても、北九州市医師会に特定健診と併せて一括委託し実施します。

国の特定保健指導の運用の見直しにより、積極的支援において特定保健指導の成果を重視したアウトカム評価を基本とする評価方法を導入します（腹囲2cmかつ体重2kg減は180ポイントと設定すること）。腹囲2cmかつ体重2kg減が未達成の場合には、対象者の行動変容等のアウトカムを評価し、プロセス評価（支援の方法や回数）と合わせて評価する構造となります。プロセス評価については、支援A（積極的関与）、支援B（励まし）の区別を廃止し、介入1回ごとの評価とします。また、早期介入の重要性から、初回面接が健診当日から1週間以内の場合、評価の対象とします。

ICTを活用した特定保健指導については、仕事の都合等で特定保健指導実施会場への来場が困難な対象者等への実施に向けて検討をしていきます。

また、メタボリックシンドローム該当者及び肥満の割合が増えていることから、特定保健指導の対象者で、運動が可能な要件を満たす者のうち希望者に対して、市スポーツ施設で運動する機会をつくる取組を新たに実施します（図表58）。

〔 図表58 特定保健指導対象者の運動する機会をつくる取組の効果 〕



### (1) 対象者

特定保健指導のための階層化結果で積極的支援及び動機付け支援に該当した者とします（図表59）。

〔 図表59 階層化基準 〕

| 腹囲                       | 追加リスク  |     |     | ④喫煙歴     | 対象     |            |
|--------------------------|--------|-----|-----|----------|--------|------------|
|                          | ①血糖    | ②脂質 | ③血圧 |          | 40-64歳 | 65-74歳     |
| ≥85cm (男性)<br>≥90cm (女性) | 2つ以上該当 |     |     | あり<br>なし | 積極的支援  | 動機付け<br>支援 |
|                          | 1つ該当   |     |     |          |        |            |
| 上記以外で<br>BMI ≥25         | 3つ該当   |     |     | あり<br>なし | 積極的支援  | 動機付け<br>支援 |
|                          | 2つ該当   |     |     |          |        |            |
|                          | 1つ該当   |     |     |          |        |            |

※喫煙歴の斜線欄は、階層化の判定が喫煙の有無に関係ないことを意味します。

※服薬中の者は医療機関において継続的な医学管理の一環として行われることが適当であるため特定保健指導の対象としません。

【出典】標準的な健診・保健指導プログラム【令和6年度版】

[ 図表60 積極的支援の支援ポイント ]

|         | 支援形態                            | ポイント        |
|---------|---------------------------------|-------------|
| アウトカム評価 | 腹囲 2cm 以上かつ体重 2kg 以上減少          | 180         |
|         | 腹囲 1cm 以上かつ体重 1kg 以上減少          | 20          |
|         | 食習慣の改善                          | 20          |
|         | 運動習慣の改善                         | 20          |
|         | 喫煙習慣の改善                         | 30          |
|         | 休養習慣の改善                         | 20          |
|         | その他の生活習慣の改善                     | 20          |
| プロセス評価  | 健診当日の初回面接                       | 20          |
|         | 健診 1 週間以内の初回面接                  | 10          |
|         | 個別支援 (ICT の活用含む、1 回最低 10 分以上)   | 70 (1 回あたり) |
|         | グループ支援 (ICT の活用含む、1 回最低 40 分以上) | 70 (1 回あたり) |
|         | 電話支援 (1 回最低 5 分以上)              | 30 (1 回あたり) |
|         | 電子メール・チャット等 (1 往復)              | 30 (1 回あたり) |

## (2) 実施方法

### ア 動機付け支援

原則 1 回、3 か月以上の支援です。初回面接は 1 人 20 分以上の個別支援又は 1 グループおおむね 80 分のグループ支援 (1 グループおおむね 8 人以下) を実施します。ただし健診 1 週間以内に初回面接の一部を分割実施した場合、残りの分割部分については、専門職による電話等の支援を可能とします。

3 か月以上経過後に設定した個人の行動目標が達成されているか、身体状況や生活習慣の改善状況について、電話等により評価を行います。

### イ 積極的支援

3 か月以上の継続的な支援を実施します。支援方法、内容については動機付け支援と同様としますが、継続的に支援するものとし、身体状況や生活習慣の改善状況、支援内容についてポイント制とします (図表 60)。合計 180 ポイント以上となるよう支援が必要です。評価は、身体状況の改善を重視し、腹囲 2 cm かつ体重 2 kg 減で 180 ポイントですが、それに満たない場合は、生活習慣の改善状況や支援内容を合わせて評価します。継続的な支援方法は、面接や電話、e-mail 等対象者に合わせた方法とします。

## 6 個人情報保護

### (1) 基本的な考え方

特定健診・特定保健指導で得られる健康情報の取扱いについては、個人情報の保護に関する法律を踏まえた対応を行います。

### (2) 特定健診・特定保健指導の記録の管理・保存期間について

特定健診・特定保健指導の記録の管理は、特定健診等データ管理システムで行います。

## **7 結果の報告**

---

実績報告については、特定健診等データ管理システムへの登録後、システム内にて実績報告用データを作成し、国保連を通じ実績報告を行うものとします。報告のスケジュールの詳細については、毎年度の国保連の通知によるものとします。

## **8 特定健康診査等実施計画の公表・周知**

---

高確法第19条第3項（保険者は、特定健康診査等実施計画を定め、又はこれを変更したときは、遅延なく、これを公表しなければならない）に基づく計画は、北九州市ホームページ等への掲載により公表、周知します。