

内子町国民健康保険
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。 (本紙P.74～)
データヘルス計画の目的	
平均自立期間の延伸（開始時：男性80.4歳・女性84.7歳）※内子町含む二次医療圏	
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、介護保険事業（支援）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								
<table><tbody><tr><td>不健康な生活習慣</td><td>▶</td><td>生活習慣病予備群 メタボリックシンドローム</td><td>▶</td><td>生活習慣病</td><td>▶</td><td>生活習慣病重症化 死亡・介護</td></tr></tbody></table> <p>【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.15</p>		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
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		

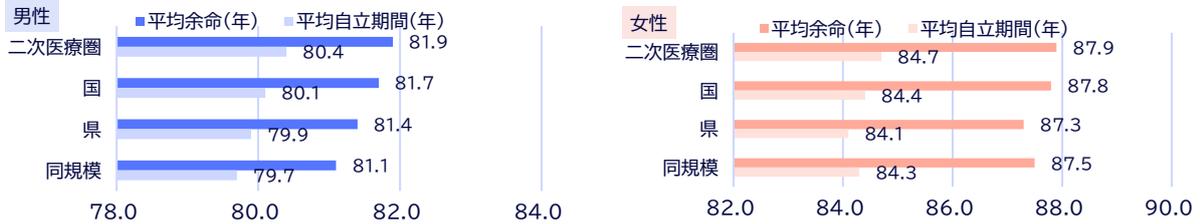
2 データ分析・健康課題の抽出

1. 死亡・介護・生活習慣病重症化

【平均余命・平均自立期間】

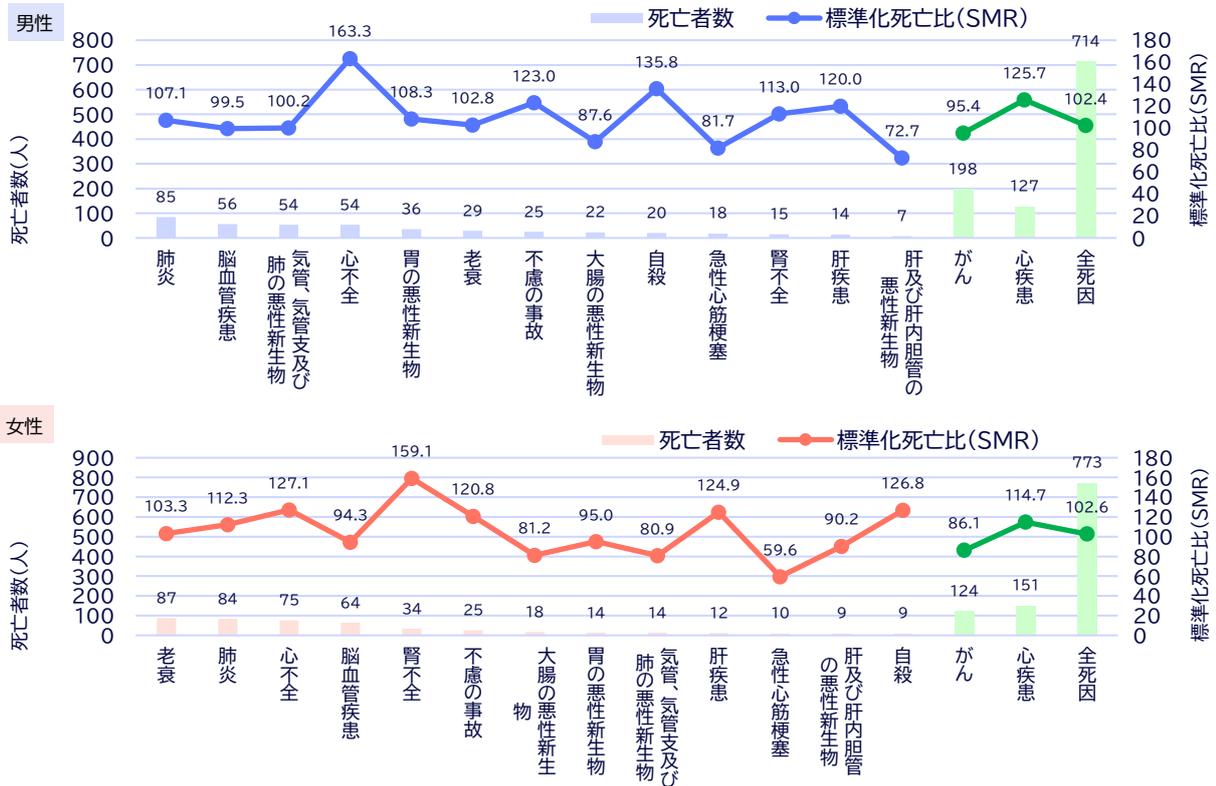
平均余命をみると、男性は81.9年で国より0.2年長く、女性は87.9年で、国より0.1年長い。
平均自立期間をみると、男性は80.4年で国より0.3年長く、女性は84.7年で国より0.3年長い。

平均余命・平均自立期間 ※本紙P. 5



【死亡】

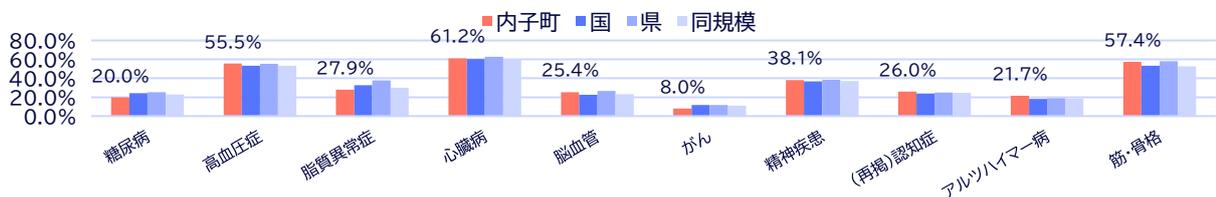
標準化死亡比(平成25年から平成29年)について、「心不全」163.3(男性)127.1(女性)、「腎不全」113.0(男性)159.1(女性)、「肝疾患」120.0(男性)124.9(女性)が高い(不慮の事故、自殺を除く)。 ※本誌P. 15~16



【介護】

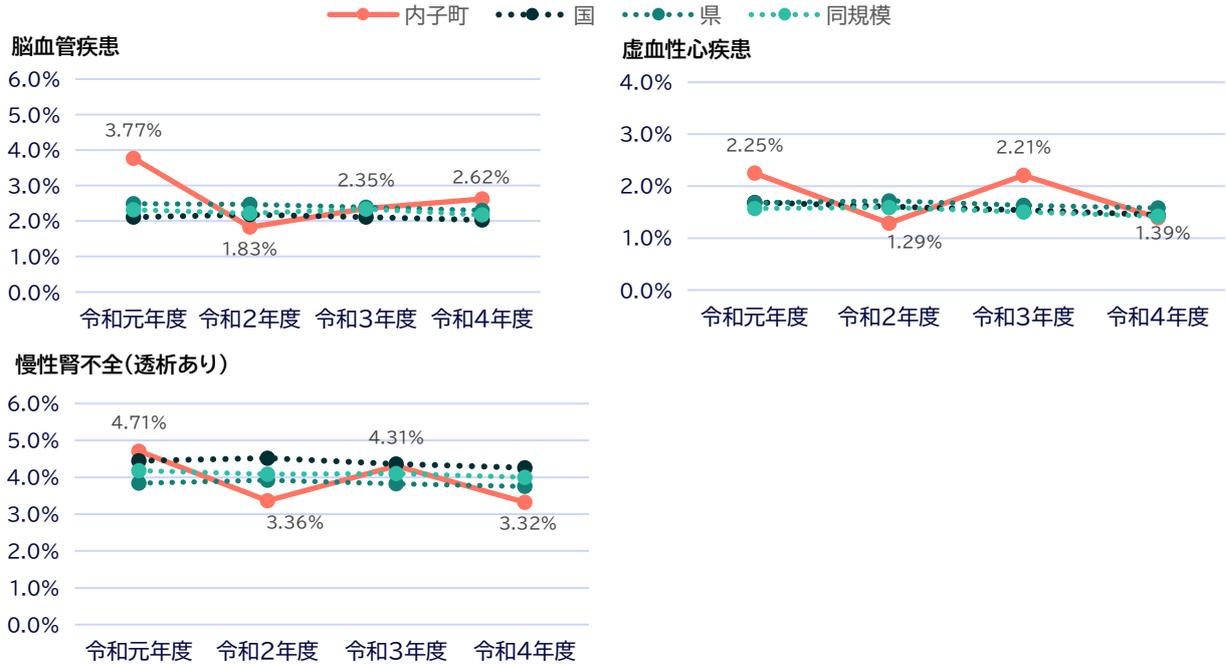
要介護・要支援認定者の有病割合をみると、同規模保険者と比較して「高血圧症」「心臓病」「脳血管疾患」「精神疾患」「認知症」「アルツハイマー病」「筋・骨格関連疾患」が高い。

要介護認定者の有病割合 ※本紙P. 18



【生活習慣病重症化】入院医療・外来

総医療費に占める割合について、「脳血管疾患」は国・県より高い傾向、「虚血性心疾患」「慢性腎不全（透析あり）」は国・県より低い傾向。 ※本誌P.28・29



生活習慣病焦点をあてた重篤な疾患の受診率（レセプト件数/千人あたり）を国と比較すると、「脳血管疾患」は国より高く、「虚血性心不全」「慢性腎不全（透析あり）」は国より低い。 ※本誌P.26



2. 生活習慣病

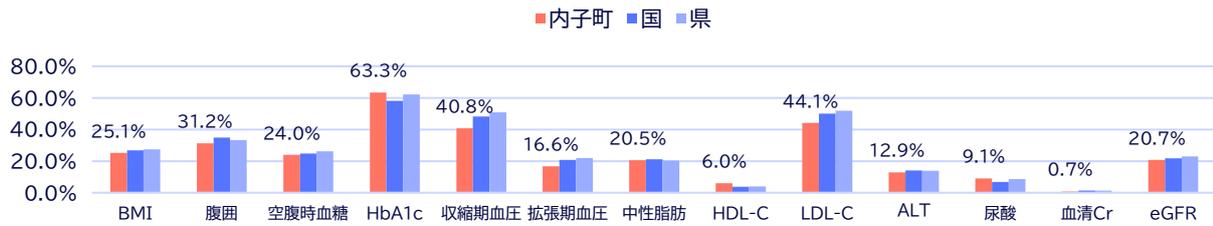
【生活習慣病】外来医療、健診受診者のうち、受診勧奨対象者

生活習慣病に焦点をあてた基礎疾患の外来医療費について、「糖尿病」の医療費が最も多く、次いで「腎不全」「高血圧症」となっている。 また受診率（レセプト件数/千人あたり）を国と比較すると、「糖尿病」「高血圧症」「脂質異常症」「慢性腎臓病（透析なし）」いずれも国と比べて高い。 ※本誌P.26

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	93,048,270	11.4%
腎不全	64,720,470	7.9%
高血圧症	63,122,960	7.7%
脂質異常症	30,021,980	3.7%



特定健診受診者における有所見者割合について、国や県と比較して「HbA1c」「HDL-C」「尿酸」が高い。 ※本誌P. 39

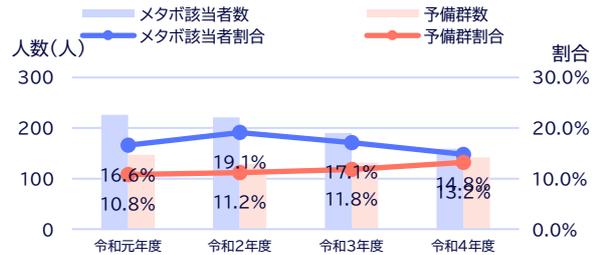


3. 生活習慣病予備群・メタボリックシンドローム

【生活習慣病予備群】メタボ該当者・メタボ予備群該当者

メタボ該当者は159人（14.8%）であり、国・県より低い。メタボ予備群該当者は142人（13.2%）であり、国・県より高い。令和元年度と比較して令和4年度は、メタボ該当者割合は1.8ポイント減少しており、メタボ予備群該当者割合は2.4ポイント増加している。 ※本誌P. 41・42

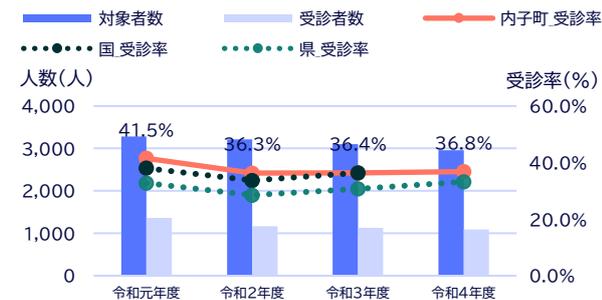
	内子町		国	県
	対象者数(人)	割合	割合	割合
メタボ該当者	159	14.8%	20.6%	19.3%
メタボ予備群該当者	142	13.2%	11.1%	11.0%



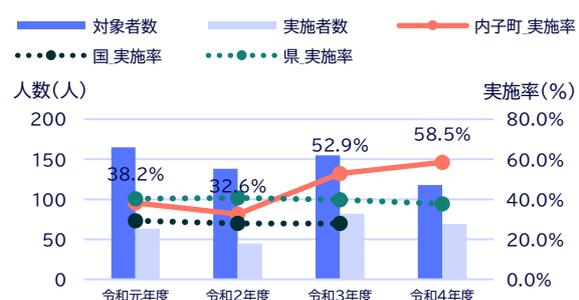
4. 不健康な生活習慣

【生活習慣】特定健診受診率・特定保健指導実施率

特定健診受診率は令和元年度から減少傾向であるが、県より高い。 ※本誌P. 36

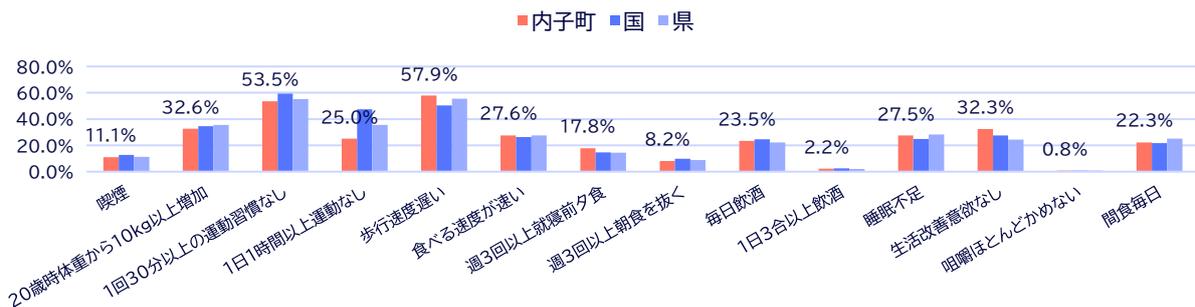


特定保健指導実施率は令和元年度から上昇している。 ※本誌P. 44



【生活習慣】質問票の回答割合

特定健診受診者の内、国や県と比較して「歩行速度遅い」「週3回以上就寝前夕食」「生活改善意欲なし」の回答割合が高い。 ※本誌P. 51



考察	健康課題	評価指標
<p>◀重症化予防 心不全・脳血管疾患・虚血性心疾患・腎不全といった生活習慣に関わりのある疾患は死因の上位に位置している。標準化死亡比をみると、特に心不全と腎不全は高い傾向であり、国と比較して死亡率が高い可能性がある。 医療の状況を見ると、虚血性心疾患、脳血管疾患、慢性腎不全（透析あり）の医療費は総医療費の約7%を占めており、脳梗塞の受診率（千人当たりレセプト件数）は国の1.9倍となっている。 以上のことから、重篤な生活習慣病の発生は対策すべき問題として大きいことが考えられる。 上述の重篤な疾患発症の原因となりうる基礎疾患の外来受診状況を見ると、糖尿病・高血圧症・脂質異常症の受診率は国より高い傾向であり、受診すべき者が適切に外来治療を受けている可能性がある一方で、健診受診者における受診勧奨対象者を検査項目別にみると、血糖では41%、血圧では54%、血中脂質では78%の者に服薬歴が確認されていない。この者たちを適切な外来受診につなげることによって、重篤な生活習慣病の発症を抑制する必要があると考えられる。</p>	<p>#1 重篤な疾患の発症を防ぐことを目的に、健診で受診勧奨判定値を超えた者に対して適切な医療機関の受診促進や保健指導の実施が必要</p>	<p>【中長期指標】 心疾患による死亡の割合の減少 脳血管疾患による死亡の割合の減少 脳血管疾患の総医療費に占める割合 虚血性心疾患の総医療費に占める割合 慢性腎臓病（透析あり）の総医療費に占める割合 新規透析導入者の割合の減少 糖尿病性腎症による新規透析者</p> <p>【短期指標】 健診受診者の高血糖者の割合（HbA1c6.5%以上） 健診受診者の高血圧者の割合（160/100以上） 健診受診者の脂質異常者の割合（LDL180mg/dl以上） 健診受診者のHbA1c8.0%以上の者の割合 糖尿病の未治療者を治療に結び付ける割合（受診勧奨実施率） 高血圧の未治療者を治療に結び付ける割合（受診勧奨実施率）</p>
<p>◀生活習慣病予防 特定保健指導を国・県の水準より多く実施できていることで、メタボ該当者の割合や受診勧奨対象者の割合は国・県と比較して低く、また経年で減少できている可能性が考えられる。 引き続き特定保健指導を実施し、また実施率をさらに向上させることで、メタボ該当者・予備群該当者や受診勧奨対象になる者、生活習慣病の罹患者の数を抑制できる可能性が考えられる。</p>	<p>#2 メタボ該当者・予備群該当者の悪化を防ぎ、減少させることを目的に、特定保健指導実施率の向上が必要</p>	<p>【短期指標】 メタボリックシンドローム・予備群の割合 特定保健指導実施率 保健指導対象者の減少率 特定保健指導による特定保健指導対象者の減少率</p>
<p>◀早期発見 特定健診受診率は国・県と比較して高い水準で推移している一方で、健診対象者の内、19%の人が健診未受診かつ生活習慣病の治療を受けていない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、依然として特定健診で捉えられていない可能性が考えられる。 これらの状況から、今後より多くの有病者や健康状態が不明の人を健診で捉え、必要に応じて保健指導や医療機関受診に繋げる必要があると考えられる。</p>	<p>#3 適切に特定保健指導や重症化予防事業につなぐことを目的に、特定健診受診率の向上が必要</p>	<p>【短期指標】 特定健診受診率 特定健診継続受診者の割合</p>
<p>◀健康づくり 特定健診受診者における有所見者の割合をみると、血糖、血圧、脂質、尿酸値で対象になる者が国より多いか同水準で存在しており、また質問票の回答割合をみると、喫煙、飲酒、運動習慣、食習慣の改善が必要と思われる者が国より多いか同水準で存在している。 これらの状況から、引き続き地域の健康づくり対策を行い、被保険者の生活習慣改善を促すことで、高血糖や高血圧、脂質異常の状態に至る者の数を抑制する必要があると考えられる。</p>	<p>#4 生活習慣病の発症・進行、重篤疾患の発症を防ぐことを目的に、被保険者における運動・食習慣の改善を促すような対策が必要</p>	<p>【短期指標】 質問票における1回30分以上の運動習慣なしの割合 質問票における週3回以上就寝前に夕食をとる者の割合 質問票における喫煙ありの割合</p>

考察	健康課題	評価指標
<p>◀介護予防・一体的実施 介護認定者における有病割合をみると、糖尿病等の生活習慣病基礎疾患や、心臓病等の重篤な疾患の有病割合は前期高齢者より後期高齢者で高い。また医療費の観点では、脳梗塞や狭心症、人工透析の医療費が総医療費に占める割合は、国保被保険者よりも後期高齢者で高い。 国保被保険者へ生活習慣病の重症化予防対策を行うことで、後期高齢者における生活習慣病発症の抑制につなげられる可能性が考えられる。</p>	#5 将来の重篤な疾患の予防のために国保世代への重症化予防が必要	※重症化予防に記載の指標と共通
<p>◀社会環境・体制整備 重複服薬者が26人、多剤服薬者が6人であり、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。 後発医薬品の使用促進により医療費を抑制できる可能性がある。</p>	#6 医療費適正化と健康増進の観点から、重複・多剤服薬者に対して服薬の適正化が必要 後発医薬品の使用割合を増加させることが必要	【短期指標】 重複服薬者の人数 多剤服薬者の人数 後発医薬品の使用割合
<p>◀その他（がん） 検診による早期発見で予防可能な悪性新生物は、死因の上位にある。 国が推奨する5がんの検診受診率をさらに向上させ、早期発見・早期治療につなげることで、死亡者数・死亡率を抑制できる可能性がある。</p>	#7 がん検診の受診率を向上させることが必要	【短期指標】 5がん検診の受診率

3 第2期計画の評価と第3期計画指標ならびに保健事業の整理

○「事業評価」A：うまくいっている B：まあうまくいっている C：あまりうまくいっていない D：まったくうまくいっていない E：わからない
○「指標評価」A：目標達成 B：目標達成はできていないが改善傾向 C：変わらない D：悪化傾向 E：評価困難

(1) 重症化予防

第2期計画における取組と評価				
重症化予防に関連するデータヘルス計画の目標	実績			評価
	H28	R1	R4	
脳血管疾患の総医療費に占める割合0.5%減少	2.5%	3.8%	2.6%	D
虚血性心疾患の総医療費に占める割合0.3%減少	2.3%	2.3%	1.4%	A
糖尿病性腎症による透析導入者の割合の減少3%	6.0%	4.7%	6.3%	D
健診受診者の高血圧者の割合減少0.5%（160/100以上）	5.7%	5.9%	4.9%	A
健診受診者の脂質異常者の割合減少0.5%（LDL140以上）	22.3%	22.1%	20.8%	A
健診受診者の糖尿病患者の割合減少0.5%（HbA1c6.5%以上）	5.5%	8.0%	6.5%	D
健診受診者のHbA1c8.0%以上の未治療者の割合減少	-	0.3%	0.4%	D
糖尿病の未治療者を治療に結びつける割合	50.0%	45.0%	54.0%	B
糖尿病の保健指導を実施した割合80%以上	100.0%	100.0%	100.0%	A

第3期計画における重症化予防に関連する健康課題
#1 重篤な疾患の発症を防ぐことを目的に、健診で受診勧奨判定値を超えた者に対し適切な医療機関の受診促進や保健指導の実施が必要、#5 将来の重篤な疾患の予防のために国保世代への重症化予防が必要
第3期計画における重症化予防に関連するデータヘルス計画の目標
【中長期指標】 心疾患による死亡の割合の減少 ・ 脳血管疾患による死亡の割合の減少 ・ 脳血管疾患の総医療費に占める割合 ・ 虚血性心疾患の総医療費に占める割合 ・ 慢性腎臓病（透析あり）の総医療費に占める割合 ・

新規透析導入者の割合の減少 ・ 糖尿病性腎症による新規透析者
【短期指標】 健診受診者の高血圧者の割合（160/100以上） ・ 健診受診者の脂質異常者の割合（LDL180mg/dl以上） ・ 健診受診者の高血糖者の割合（HbA1c6.5%以上） ・ 健診受診者のHbA1c8.0%以上の者の割合 ・ 糖尿病の未治療者を治療に結び付ける割合 ・ 高血圧の未治療者を治療に結び付ける割合 （受診勧奨実施率）



第3期計画における重症化予防に関連する保健事業		
保健事業の方向性		
生活習慣病重症化による合併症の発症・進展抑制を目指し、受診勧奨ならびに保健指導を行う。		
健康課題	継続/新規	個別事業名
#1、#5	継続	糖尿病性腎症重症化予防事業
	新規	高血圧重症化予防事業
	継続	受診勧奨判定値者（特定健診・若年健診受診者）への受診勧奨事業

(2) 生活習慣病予防

第2期計画における取組と評価				
生活習慣病予防に関するデータヘルス計画の目標	実績			評価
	H28	R1	R4	
特定保健指導実施率60%以上	48.8%	38.2%	58.5%	B
特定保健指導の対象者の減少率25%	13.7%	12.1%	16.9%	D
メタボリックシンドローム・予備群の割合減少25%	27.7%	27.5%	27.8%	D



第3期計画における生活習慣病予防に関連する健康課題	
#2	メタボ該当者・予備群該当者の悪化を防ぎ、減少させることを目的に、特定保健指導実施率の向上が必要
第3期計画における生活習慣病予防に関連するデータヘルス計画の目標	
【短期指標】 メタボリックシンドローム・予備群の割合 特定保健指導実施率 保健指導対象者の減少率 特定保健指導による特定保健指導対象者の減少率	



第3期計画における生活習慣病予防に関連する保健事業		
保健事業の方向性		
生活習慣病の発症リスクが高いメタボリックシンドローム・予備群の対象者に対して特定保健指導を実施する。		
健康課題	継続/新規	個別事業名
#2	継続	特定保健指導事業

(3) 早期発見

第2期計画における取組と評価				
早期発見に関するデータヘルス計画の目標	実績			評価
	H28	R1	R4	
特定健診受診率60%以上	32.4%	41.5%	36.8%	B



第3期計画における早期発見に関連する健康課題	
------------------------	--

#3 適切に特定保健指導や重症化予防事業につなぐことを目的に、特定健診受診率の向上が必要
第3期計画における早期発見に関連するデータヘルス計画の目標
【短期指標】 特定健診受診率 特定健診継続受診者の割合



第3期計画における早期発見に関連する保健事業		
保健事業の方向性		
特定健診受診率向上事業と特定健診受診後のフォローを継続実施		
健康課題	継続/新規	個別事業名
#3	継続	特定健診未受診者対策

(4) 健康づくり

第2期計画における取組と評価				
健康づくりに関連するデータヘルス計画の目標	実績			評価
	H28	R1	R4	
歯科検診（歯周病健診）の受診率向上	-	6.6%	2.6%	D
健康ポイントの取組みを行う実施者の割合40%以上	0.0%	0.9%	2.9%	B



第3期計画における健康づくりに関連する健康課題				
#4 生活習慣病の発症・進行、重篤疾患の発症を防ぐことを目的に、被保険者における運動・食習慣の改善を促すような対策が必要				
第3期計画における健康づくりに関連するデータヘルス計画の目標				
【短期指標】 質問票における1回30分以上の運動習慣なしの割合 質問票における週3回以上就寝前に夕食をとる者の割合 質問票における喫煙ありの割合				



第3期計画における健康づくりに関連する保健事業		
保健事業の方向性		
生活習慣病重症化による合併症の発症・進展抑制を目指し、受診勧奨ならびに保健指導を行う。		
健康課題	継続/新規	個別事業名
#4	継続	ポピュレーションアプローチ

(5) 社会環境・体制整備

第2期計画における取組と評価				
社会環境・体制整備に関するデータヘルス計画の目標	実績			評価
	H28	R1	R4	
後発医薬品の使用割合80%以上	64.4%	73.7%	78.3%	B



第3期計画における社会環境・体制整備に関連する健康課題				
#6 医療費適正化と健康増進の観点から、重複・多剤服薬者に対して服薬の適正化、後発医薬品の使用促進が必要				
第3期計画における社会環境・体制整備に関連するデータヘルス計画の目標				

【短期指標】 重複服薬者の人数 多剤服薬者の人数 後発医薬品の使用割合



第3期計画における社会環境・体制整備に関連する保健事業		
保健事業の方向性		
重複・多剤服薬者に対して服薬の適正化を行う。後発医薬品の使用促進を図る。		
健康課題	継続/新規	個別事業名
#6	新規	重複・多剤服薬者への服薬適正化
#6	継続	後発医薬品の使用割合

(6) その他（がん）

第2期計画における取組と評価				
その他（がん）に関連するデータヘルス計画の目標	実績			評価
	H28	R1	R4	
がん検診受診率 胃がん検診20%以上	10.2%	15.8%	14.4%	B
肺がん検診25%以上	8.4%	14.6%	10.5%	B
大腸がん検診30%以上	13.7%	12.5%	17.5%	B
子宮頸がん検診30%以上	19.0%	20.9%	22.2%	B
乳がん検診40%以上	32.6%	32.8%	31.2%	D
5つのがん検診の平均受診率	16.8%	19.3%	19.2%	A



第3期計画におけるその他（がん）に関連する健康課題	
#7 がん検診の受診率を向上させることが必要	
第3期計画におけるその他（がん）に関連するデータヘルス計画の目標	
【短期指標】 胃がん検診受診率（国保） 肺がん検診受診率（国保） 大腸がん検診受診率（国保） 子宮頸がん検診受診率（国保） 乳がん検診受診率（国保）	



第3期計画におけるその他（がん）に関連する保健事業		
保健事業の方向性		
生活習慣病重症化による合併症の発症・進展抑制を目指し、受診勧奨ならびに保健指導を行う。		
健康課題	継続/新規	個別事業名
#7	継続	がん検診受診勧奨事業