

# 石巻市国民健康保険「第3期保健事業実施計画（データヘルス計画）」の概要

計画期間：令和6年度から令和11年度

対象者：石巻市国民健康保険被保険者

計画の趣旨：「国民健康保険法に基づく保健事業の実施等に関する指針」に基づき、健康・医療情報を活用してPDCAサイクル※1に沿った生活習慣病対策をはじめとする保健事業を実施し、被保険者の健康寿命の延伸を図り、結果として医療費の適正化に資することを目的とします。

## 石巻市の健康課題

1. 特定健診受診率は44.4%と県平均の46.8%よりも低く、国が定める目標値（60%）に達していない。
2. 一人あたりの医療費が397,517円/月と人口が同規模の保険者と比較し4万円高く、平成30年度より2万円以上伸びている。
3. 特定健診受診者のメタボリックシンドローム該当者・予備群の割合が38.0%と、県平均35.4%と比べて高い
4. 心疾患は死因の第2位であり、総医療費に占める割合が増加している。
5. 脳血管疾患は死因の第3位であり、介護認定（40～64歳）の原因疾病の半数以上を占めている。
6. 人工透析患者のうち、糖尿病性腎症が58.3%と半数以上を占めている。

国保データベースシステムおよび特定健康診査、特定保健指導法定報告（令和4年度）

## 令和11年度までの目標

<中長期的な目標> 虚血性心疾患、脳血管疾患、糖尿病性腎症による人工透析の医療費の伸びの抑制

評価指標	初期値 R6年度	中間評価 R8年度	最終評価 R11年度
虚血性心疾患患者の被保険者に占める割合	3.58%	3.47%	3.37%
脳血管疾患患者の被保険者に占める割合	3.19%	3.09%	3.00%
人工透析導入者の被保険者に占める割合	0.56%	0.54%	0.53%
人工透析導入者のうち、糖尿病性腎症の割合	58.29%	56.54%	54.79%

<短期的な目標> 虚血性心疾患、脳血管疾患、糖尿病性腎症の共通リスクとなる  
メタボリックシンドローム、高血圧、糖尿病、脂質異常症の該当者の減少

評価指標	初期値 R6年度	中間評価 R8年度	最終評価 R11年度
メタボリックシンドローム該当者・予備群の割合	38.0%	36.9%	35.7%
健診受診者の高血圧者の割合（160/100 mm Hg 以上）	5.22%	5.06%	4.91%
健診受診者の血糖異常者の割合 （HbA1c6.5%以上未治療者及びHbA1c7.0%以上）	10.30%	9.99%	9.68%
健診受診者のHbA1c※28.0%以上の者の割合	1.63%	1.58%	1.53%
健診受診者の脂質異常者の割合（LDL※3160mg/dl 以上）	9.00%	8.73%	8.46%

## 石巻市の取組

### 1 特定健康診査受診率及び特定保健指導実施率向上対策

- ① 特定健康診査の自己負担額無料化を継続
- ② 未受診者対策事業：特定健康診査未受診者に対し、受診勧奨の通知を送付
- ③ 健康ポイント事業：特定健康診査及び各種がん検診を受けた方等に対し、抽選で景品を送付
- ④ 健診環境の整備：土曜夜間健診、総合健（検）診、ICT※4を活用した保健指導の実施等
- ⑤ 特定健康診査結果受領：国保加入者が、職場健診等の結果を市へ情報提供することで、特定健康診査を受診したこととみなす。

### 2 重症化予防の取組 (1)虚血性心疾患、脳血管疾患、慢性腎臓病（CKD）の重症化予防 (2)糖尿病性腎症重症化予防

- ① 生活習慣病重症化予防事業：保健師・栄養士による個別的な保健指導（訪問、面接、電話、通知）
- ② 医療機関と地域保健の連携：医療機関との連携による、受診勧奨及び効果的な保健指導の実施
- ③ 慢性腎臓病予防事業：腎機能低下者でかかりつけ医がいない方に対し、腎専門医を紹介
- ④ 糖尿病治療中断者への受診勧奨：対象者へ、医療機関及び健診受診勧奨通知を送付

※1：P（計画）→D（実施）→C（評価）→A（改善）を繰り返すことにより、業務の改善や効率化を図る手法

※2：ブドウ糖と血液中のヘモグロビンが結びついたもので、過去1～2か月の平均的な血糖の状態を示す検査に使用される。

※3：肝臓で作られたコレステロールを全身へ運ぶ役割を担っており、増えすぎると動脈硬化を起こして心筋梗塞や脳梗塞を発生させる。悪玉コレステロール。

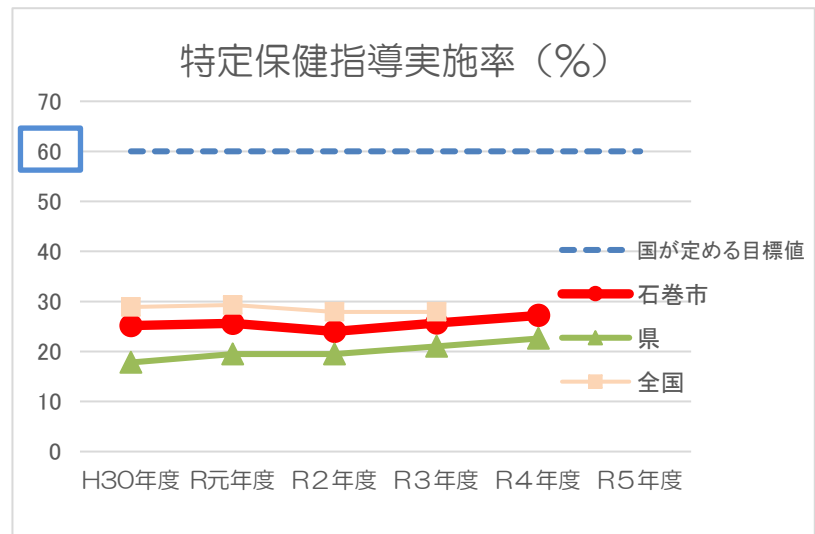
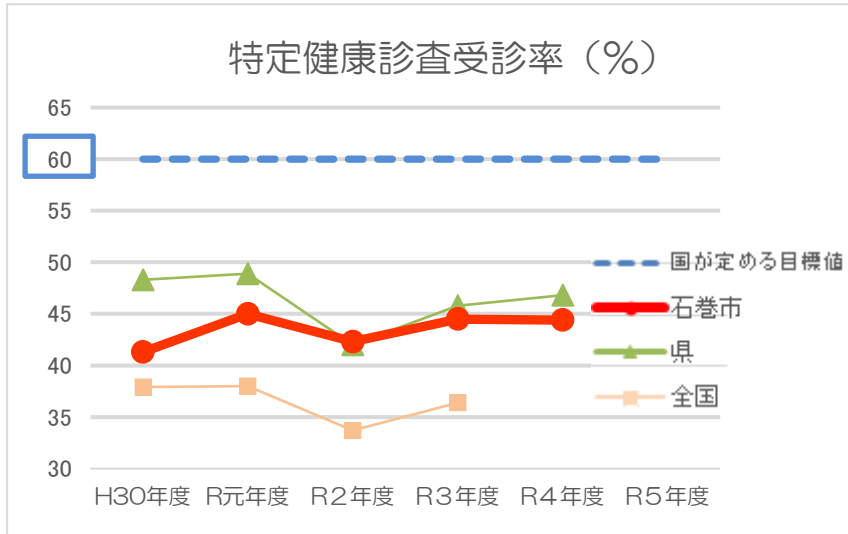
※4：Information and Communications Technology の略語であり、情報処理、通信に関する総称

# 石巻市国民健康保険「第4期特定健康診査等実施計画」の概要

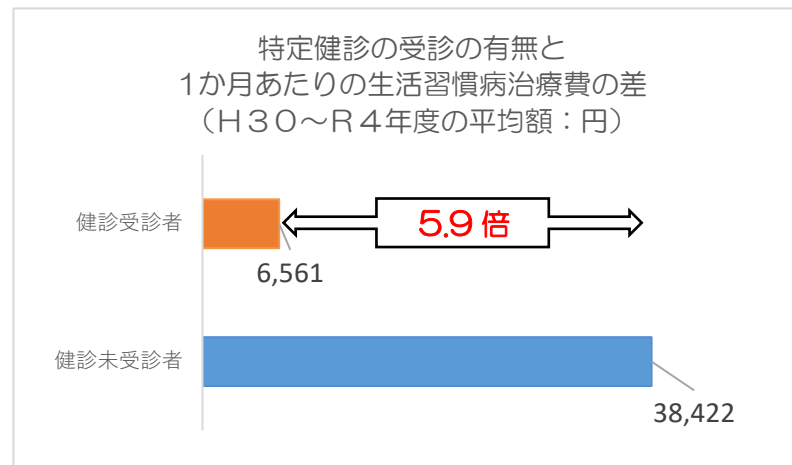
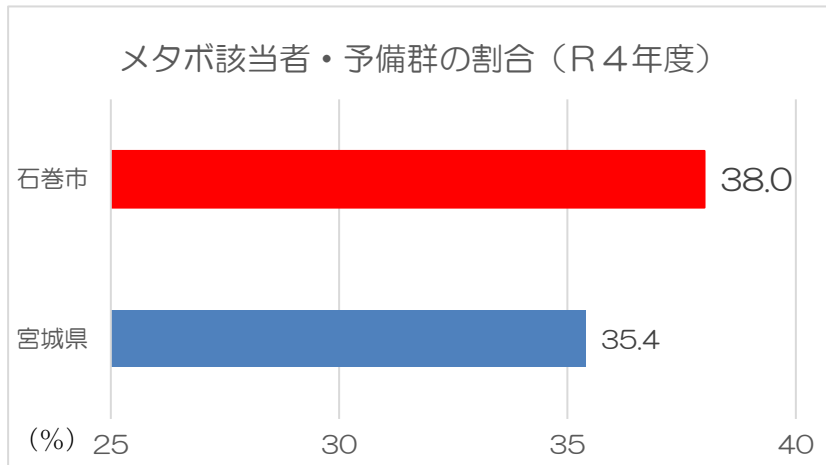
計画期間：令和6年度から令和11年度

対象者：40～74歳の石巻市国民健康保険被保険者

計画の趣旨：「高齢者の医療の確保に関する法律」に基づき、メタボリックシンドロームに着目した特定健康診査及び特定保健指導の実施方法や目標等、基本的な事項を定めます。



**特定健康診査**は、生活習慣病の発症及び重症化予防を目的として40～74歳の国保加入者を対象に実施しています。身体測定、血圧測定、肝機能検査、血中脂質検査、血糖検査、尿検査、眼底検査、心電図検査等が**無料**で受けられます。  
**特定保健指導**は、健診の結果からメタボリックシンドロームに着目し、その要因となっている生活習慣を改善するために医師、保健師、管理栄養士等が保健指導を行います。



メタボ該当者・予備群の割合  
 宮城県は全国**2**位 石巻市は県内**13**位  
(R3年度法定報告) (R4年度法定報告(速報値))

特定健康診査を受けている人と受けていない人では生活習慣病の治療費(月額)に**5.9倍**の差が出ています。  
 毎年受けていると、重症化する前に疾病が発見、治療が開始され、結果的に医療費が**安**くなります。

## 特定健康診査・特定保健指導の目標値

	現状 (R4)	R6年度	R7年度	R8年度	R9年度	R10年度	R11年度
特定健康診査受診率	44.4%	50.0%	55.0%	60.0%	60.5%	61.0%	61.5%
特定保健指導実施率	27.2%	40.0%	50.0%	60.0%	60.5%	61.0%	61.5%

※ 年に1回、健診を受けて、からだの状態を確認しましょう。  
 みなさんの**健康維持**が**医療費の負担軽減**にもつながります。