

特定健診を受けるには？

「集団健診」と「個別健診」から選ぶことができます。

集団健診

5月下旬から6月上旬の指定日に、「愛知川保健センター」「秦荘保健センター」で実施します。

個別健診

受診者が特定健康診査実施医療機関に直接問い合わせ、個別に実施します。

国民健康保険特定健診・特定保健指導の実施スケジュール

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
健診の周知		→										
健診受診券の発送		➤										
受診勧奨の通知					➤					➤		
集団健診の実施		➡										
個別健診の実施		→										
特定保健指導の案内・実施			→									

概要版

第3期
愛荘町国民健康保険
特定健康診査等実施計画

計画の公表・評価・見直し

特定健診・特定保健指導のあり方とその目的・内容・効果や、本計画については、町広報誌およびホームページ等で公表し、周知を図ります。

国民健康保険運営協議会において毎年進捗状況の報告を行うとともに、中間年度となる平成32年度(2020年度)には、国・県が行う見直しにあわせた検討も行います。

第3期 愛荘町国民健康保険特定健康診査等実施計画【概要版】

平成30年(2018年)3月発行

愛荘町 住民課 TEL 0749-42-7692 FAX 0749-42-7117 e-mail: jumin@town.aisho.lg.jp
健康推進課 TEL 0749-42-4887 FAX 0749-42-7687 e-mail: ehoken@town.aisho.lg.jp
〒529-1380 滋賀県愛知郡愛荘町愛知川72番地



愛荘町イメージキャラクター
あしょうさん

愛荘町
国民健康保険

「特定健康診査（特定健診）」「特定保健指導」とは？

「特定健診（特定健康診査）」とは？

「メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）」に着目し、保険者が40歳以上74歳以下のすべての方を対象に行う健診です。日本人の主たる死亡原因のひとつである生活習慣病の予防のために実施しています。

愛荘町の国民健康保険被保険者（加入者）の1人あたり医療費は年々増加しており、特に40~44歳を境に、生活習慣病による費用負担の割合が大きく増える傾向にあります。生活習慣病の早期発見のため、そして医療費負担の適正化のためにも、継続的に特定健診を受診することがきわめて重要です。

特定健診の検査項目

- 質問票（服薬歴、喫煙歴等）
- 身体計測（身長・体重・腹囲・BMI※）
- 理学的検査（身体診察）
- 血圧測定
- 血液検査
 - 脂質検査（中性脂肪・HDLコレステロール・LDLコレステロール）
 - 血糖検査（空腹時血糖またはHbA1c、やむを得ない場合は随時血糖）
 - 肝機能検査（GOT・GPT・γ-GTP）
 - 血清クレアチニン検査
 - 尿酸
- 検尿（尿糖、尿蛋白、尿潜血）
- 推算糸球体ろ過量（e-GFR）
- 貧血検査★
- 12誘導心電図★
- 眼底検査★

※ BMI = 体重(kg) ÷ 身長(m) ÷ 身長(m)
★の検査項目については診断結果・受診方法によって対象者が異なります

「特定保健指導」とは？

特定健康診査の結果、生活習慣病の発症リスクが高いと判定された方を対象に、専門家（保健師や管理栄養士など）が生活習慣を見直すサポートをします。発症リスクの程度に応じて「動機付け支援」「積極的支援」の二種類の支援を行います。

特定保健指導の判定基準

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

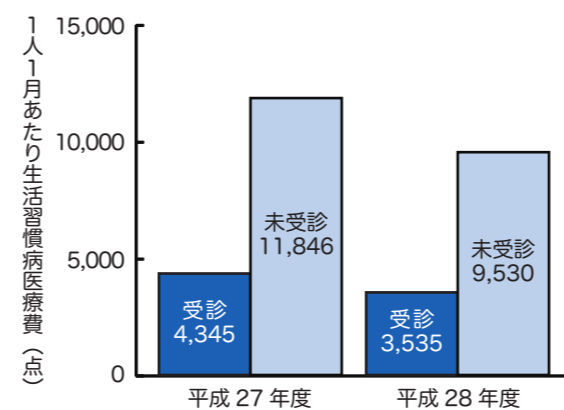
- ① 空腹時血糖（やむを得ない場合は随時血糖）100mg/dl以上 または HbA1c5.6%以上
- ② 中性脂肪 150mg/dl以上 または HDLコレステロール 40mg/dl未満
- ③ 収縮期血圧 130mmHg以上 または 拡張期血圧 85mmHg以上
- ④ 質問票より（①から③のリスクが1つ以上の場合のみカウント）

動機付け支援
保健師や管理栄養士と一緒に行動計画を作り、生活習慣を改善するための取り組みの動機付けの支援を行います。行動計画を作ってから3か月後に、計画の実績に関する評価を行います。

積極的支援
保健師や管理栄養士と一緒に行動計画を作り、生活習慣を改善するための取り組みの積極的な働きかけを3か月以上継続して行い、実績評価を行います。

特定健診・特定保健指導の効果

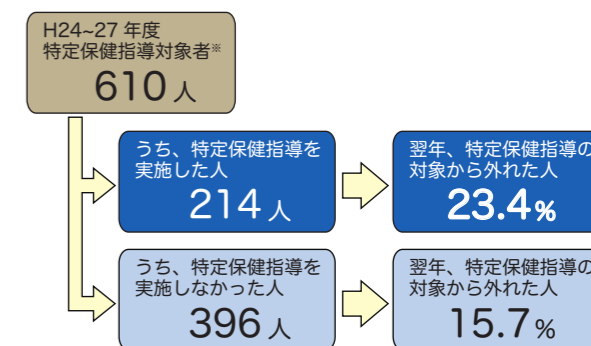
特定健診を受診すると…



資料：愛荘町 KDB 帳票 No.46 医療費分析（健診有無別）

特定健診を受診している人の生活習慣病にかかる医療費は、受診していない人を大きく下回っています。

特定保健指導を実施すると…



※ 2年以上継続して特定健診を受診した人のみ
資料：愛荘町 法定報告

特定保健指導を実施することによって、翌年の特定健診の検査項目が改善され、特定保健指導が不要になる人の割合が高くなっています。

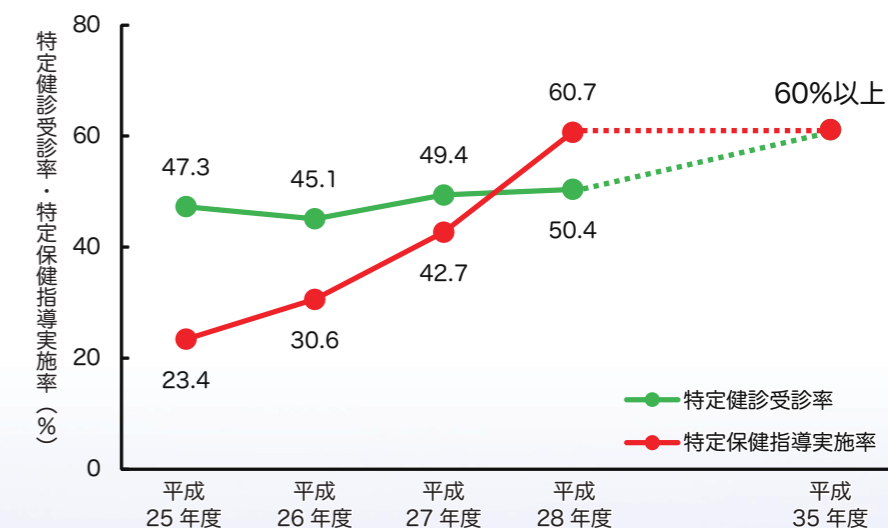
愛荘町の取り組み

国民健康保険による愛荘町の特定健診の受診率は50%前後を推移し、特定保健指導の実施率はここ数年で大きな伸びを見せています。

愛荘町では、平成30年度から35年度を計画期間とする「第3期愛荘町特定健康診査等実施計画」を策定しました。この計画では、平成35年度（2023年度）の国民健康保険における特定健診受診率、特定保健指導実施率の目標値を60%以上とし、

- ① 特定健康診査の推進
- ② 特定保健指導の推進

を基本方針とし、今後も受診率・実施率の向上に取り組み、生活習慣病有病者およびその予備群の減少と健康の保持増進を図るため、効果的な特定健康診査・特定保健指導の実施を進めていきます。



資料：愛荘町 法定報告（平成25~28年度の実績値）