

# 伊賀市国民健康保険 第二期データヘルス計画 令和元年度実績報告 および 今後の方向性について

## 目次

(1) 特定健診事業・特定保健指導事業	
1) 特定健診事業	2
2) 特定保健指導事業	3
(2) 生活習慣病予防	
1) がん検診	5
2) 歯周疾患（病）検診	6
3) 健康マイレージ事業	6
(3) 糖尿病性腎症重症化予防	7
(4) 医療費適正化対策	
1) 重複・頻回受診指導事業	9
2) 後発医薬品利用促進事業	10
3) 医療費通知事業	10
(5) 地域包括ケアに係る取組	11

令和2年12月末日発行

【問い合わせ先】

伊賀市役所 保険年金課 電話 0595-22-9659  
健康推進課 電話 0595-22-9653

# (1) 特定健診事業・特定保健指導事業

## 1) 特定健診事業

**目的** 高齢者の医療の確保に関する法律に基づき健診を行うことで、メタボリックシンドロームに着目した生活習慣病を予防する。

**対象者** 40～74歳の国保加入者

**周知方法** 個人通知、広報・ホームページに掲載、ケーブルテレビ行政チャンネルの特集で放映

**実施方法** 個別健診：7～11月まで、医療機関にて実施  
集団健診：集団がん検診の実施日に、同じ会場で特定健診を6回実施

### 工夫点

受診勧奨	<ul style="list-style-type: none"><li>・対象者全員に受診券を送付し、受診勧奨を行った。</li><li>・保険者証の更新時に同封しているちらしに、特定健診の受診勧奨について記載している。</li><li>・国保連が行う共同事業としての「特定健診受診勧奨コールセンター」を活用しオペレーターによる電話受診勧奨を実施した。</li><li>・実施年度において新規に受診する40歳と、過去2年間に於いて特定健診未受診かつ医療機関を受診していない者に対し、文書による受診勧奨を行った。</li></ul>
内容	<ul style="list-style-type: none"><li>・集団健診として、特定健診とがん検診を同時実施した。</li><li>・脳ドックに特定健診の項目を追加し、脳ドックを受けるだけで特定健診も受診できるようにした。</li><li>・職場等で健診を受診した人に、健診結果を持参してもらうように広報で周知し、持参した人にはお薬手帳カバーをプレゼントした。</li><li>・健診結果について、経年表を用いて検査数値、基準、異常の有無、所見について説明している。</li></ul>

**連携**

- ・かかりつけ医に、特定健診の受診勧奨の協力を依頼した。
- ・商工会議所及び商工会等に受診啓発として、ポスター掲示を依頼した。

**目標値** 特定健診受診率・・・短期目標値：前年度比5%増 中・長期目標値：60%

### 実績

	平成27年度	平成28年度	平成29年度	平成30年度	令和元年度
対象者数	15,908人	15,309人	14,870人	14,258人	13,806人
受診者数	5,263人	5,262人	5,221人	5,297人	5,602人
受診率	33.1%	34.4%	35.1%	37.2%	40.6%

### 評価

- ・三重県の平均受診率（平成30年度42.4%）に比べて、伊賀市の受診率は低い。受診率を上げていく必要がある。
- ・三重県市町国保医療費分析事業の分析結果報告において、「40～54歳は受診率が低いが、医療機関を受診している割合が高いため、かかりつけ医など医療機関を通じた働きかけが特定健診受診率向上に寄与すると考えられる」と指摘されている。医療機関へさらなる受診勧奨の協力をお願いしていく。
- ・集団健診において、ゆめぽりすセンターの受診者が多く断った人もいた。若い人は土日に実施する集団健診の方が参加しやすいのかもしれない。

## 令和2年度の取組

- ・受診しやすくするために引き続き個人負担金を無料で実施する。
- ・集団健診では、がん検診とセットで受診できるメリットを周知し、申し込み先を健康推進課に統一することで、集団健診を受診しやすい環境をつくる。

## 令和3年度以降の課題

- ・疾病リスクと検査値の持つ意味について、経年表やグラフ等を用いて視覚的にわかりやすく説明することと受診勧奨をすることが求められている。

## 2) 特定保健指導事業

**目的** メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）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、対象者が自らの生活習慣における課題を認識して行動変容と自己管理を行うとともに、健康的な生活を維持することを通じて、糖尿病等の生活習慣病を予防する。

**対象者** 特定健診を受診した人のうち、積極的支援または動機付支援と判定された人  
(厚生労働省の基準に基づく)

**周知方法** 対象者への個別通知、ケーブルテレビ行政チャンネルで特定健診と同時啓発

**内容** 個別面談：栄養士による生活習慣や食事内容の聞き取りと助言  
 集団教室：健康測定および運動講師・栄養士・歯科衛生士による講義  
 ※積極的支援の人に、個別面談3回と集団教室1回を実施する。  
 (3月実施予定の集団教室はコロナにより中止となった)  
 ※積極的支援の人には、栄養バランス診断と活動量計のプレゼントも行う。

### 工夫点

利用勧奨	・案内ちらしの文面を魅力ある内容にする工夫をしている。 ・文書通知で申し込みがなかった人に、栄養士が電話で勧奨している。また、コールセンター委託による利用勧奨も実施している。
内容	・興味を持ってもらえるように、集団教室時に健康測定も実施している。 ・直営実施のため、臨機応変に内容を変更して対応している。

### 目標値

		短期目標値	中・長期目標値
特定保健指導利用率		前年度比9%増	60%
メタボリックシンドローム該当者	男性	前年度比2%減	20%
	女性	前年度比1%減	6%

### 実績

		平成27年度	平成28年度	平成29年度	平成30年度	令和元年度
保健指導対象者数		542人	488人	502人	391人	382人
利用者数 (終了者数)	積極的支援	3人	2人	3人(1人)	4人(4人)	5人(5人)
	動機付支援	19人	23人	35人(33人)	43人(41人)	43人(45人)
特定保健指導終了率		4.1%	5.1%	9.0%	8.7%	13.1%
メタボリックシンドローム該当者	男性	31.8%	31.7%	33.5%	32.7%	33.5%
	女性	10.8%	12.2%	12.6%	11.6%	12.6%

## 評価

ストラクチャー (構造)	<ul style="list-style-type: none"><li>・平成 30 年度から直営で実施しており、保険年金課で雇用の栄養士 1 名と、健康推進課で雇用の栄養士 2 名で年間を通して面談対応をしている。面談日程等の変更も栄養士の業務にあわせて臨機応変に対応できるため、スムーズに実施できている。</li><li>・国保連合会主催の研修や特定保健指導に関する民間主催の研修に参加している。</li><li>・実施内容については、保健師と栄養士が相談して決めている。</li><li>・現在の利用人数であれば、従事するスタッフで事業を実施できているが、利用人数が増えてきた場合は、スタッフの増員も考えていく必要がある。</li><li>・年度末に新型コロナウイルスの影響で教室がすべて中止となり、対面による面談ができない対象者がいた。今後、オンライン等による面談対応ができるように体制を整えるなどの検討が必要である。</li></ul>
プロセス (過程)	<ul style="list-style-type: none"><li>・面談において、生活習慣の改善に納得しにくい人もいる。現在の健康状態など、自分の状態を具体的にイメージして、自分から改善しようという気持ちになってもらえるような説明を工夫していく必要がある。</li><li>・コロナの影響で、年度末の教室が中止となり、参加者の意欲を維持することが困難であった。</li></ul>
アウトプット (事業実施量)	<ul style="list-style-type: none"><li>・保健指導利用率が上昇したが、短期・中長期目標値には至っておらず、今後も利用率を上げていく必要がある。</li><li>・若い人ほど利用率が低い、積極的支援となる人は健診結果がかなり悪い人がいるため、健康無関心層へのアプローチについては課題である。</li><li>・オンライン面談などを導入することで、働く世代にも参加しやすい環境を整えていく必要がある。</li></ul>
アウトカム (結果)	<ul style="list-style-type: none"><li>・メタボリックシンドローム該当者の割合は、毎年ほぼ同じである。 <b>保険者努力支援制度の評価も 0 点である。令和 2 年度以降、実施率が 15%未満の場合はマイナス評価になることから、実施率向上が求められる。</b></li></ul>

### 令和 2 年度の取組

- ・健診結果をわかりやすく伝える工夫をする。
- ・SAT システム（食事診断システム）を事業に活用し、短時間でも目に見える形で食事の改善点をアドバイスできるように工夫する。

### 令和 3 年度以降の課題

- ・保険者努力支援制度において、10%未満であれば 25 点減点、10~15%未満は 10 点減点となるため、減点とならないように利用率を上げていく必要がある。
- ・令和 3 年 1 月以降に本格実施となる生活支援課の保健指導と合わせて、人員配置について考えていく必要がある。
- ・三重県市町国保医療費分析事業の分析結果報告において、「特定健診受診者のうち 39.8%が肥満リスク保有者である。肥満リスク保有者のうち、脂質と血圧に関するリスクを保有しているパターン割合が高くなっており、一人当たりの医療費の割合も比較的高くなっている。保健指導や啓発活動においても脂質、血圧に着目したメニューが効果的であると考えられる」と指摘されている。

## (2) 生活習慣病予防

### 1) がん検診

**目的** がんを早期に発見し、適切な治療を行うことでがんによる死亡率を減少させ、市民の健康寿命の延伸を図る。

**対象者** 集団検診：20歳以上の住民(乳がんは30歳以上)  
個別検診：40歳以上の住民(子宮がんは20歳以上)

**周知方法** 広報・ホームページに掲載、ケーブルテレビ行政チャンネルの特集で放映

**実施方法** 個別検診：7月～翌年2月まで、医療機関にて実施  
集団検診：各地区会場にて、検診バスで実施

**工夫点**

- ・働いている人が受診しやすいように、土日にも検診を実施している。
- ・育児中の方が受けやすいように託児ありの検診日を設け、子育て支援センターでちらしを配布するなどの周知を行った。

**目標値** 5つのがん検診の平均受診率・・・短期目標値：前年度比1.6%増 中・長期目標値：13.3%

#### 実績

	平成28年度	平成29年度	平成30年度	令和元年度	令和元年度 国保受診率
5つのがん検診の平均受診率	8.61%	8.48%	8.20%	8.64%	12.84%
胃がん受診率	4.87%	5.19%	4.56%	6.17%	12.40%
大腸がん受診率	4.48%	4.51%	4.27%	4.05%	9.98%
子宮がん受診率	13.59%	13.28%	13.36%	13.49%	10.50%
乳がん受診率	14.46%	14.09%	14.27%	15.13%	18.09%
肺がん受診率	5.63%	5.31%	4.52%	4.36%	13.25%

#### 評価

- ・受診率がかなり低い。(全国の半数の自治体が15.03%以上である)  
受診率を上げるために、若い世代への周知をさらに実施していく。
- ・全体の受診率を国保加入者のみの受診率と比較すると、国保加入者の受診率は高い検診が多いが目標値には到達していない。

#### 令和3年度以降の課題

- ・国保加入者のがん検診の自己負担額を下げるなども考えていく。
- ・受けたい人だけががん検診を申し込むのではなく、特定健診とセット健診で割安で受けられる日を設けるなどを考える。
- ・ネット申込などを導入し、予約を取りやすい環境を作ることで、若い世代の受診率向上にも努めていく。

## 2) 歯周疾患（病）検診

**目的** 歯周疾患の早期発見および口腔保健意識の向上を図る。

**対象者** 40・50・60・70歳の住民（75歳、80歳については後期高齢で実施）

**周知方法** 対象者に個人通知、広報・ホームページに掲載

**実施方法** 4月～翌年2月まで、歯科医療機関にて実施

**工夫点**

- ・ 無料受診券となるはがきを個人通知し、受診勧奨を行った。
- ・ 出前講座などの各種保健事業、ケーブルTVで周知を行った。

**連携** 歯科医師会を通じ、歯科医も受診勧奨に協力してくれている。

**目標値** 歯周疾患受診率・・・短期目標値：前年度比0.5%増 中・長期目標値：13%

### 実績

	平成26年度	平成27年度	平成28年度	平成29年度	平成30年度	令和元年度
対象者数	4,752人	4,271人	4,406人	5,145人	5,291人	4,788人
受診者数	502人	369人	451人	572人	669人	620人
受診率	10.6%	8.6%	10.2%	11.1%	12.6%	12.9%

### 評価

・ 年々受診率が向上している。長期目標の13%まで、あと少しである。さらなる受診勧奨を行っていく。

### 令和3年度以降の課題

- ・ 保険者努力支援制度において、実施の有無だけでなく、受診率に係る評価が追加された。全国平均を意識して、受診率を向上させていく必要がある。
- ・ 20歳以上の市民が受診可能な、成人歯科健診（検診料500円）の周知を強化し、定期的に歯科健診を受診する習慣をつけられるよう働きかけることで、歯周疾患検診受診につなげていきたい。

## 3) 健康マイレージ事業

**目的** 市民が自らの健康づくりを行うことで、健康の保持増進を図り、健康寿命を延伸する。

**対象者** 伊賀市在住・在勤の18歳以上の人

**周知方法** 広報・ホームページ・ICTチャンネルガイド・市民館だよりに掲載、ケーブルテレビ行政チャンネルの特集で放映、LINE公式アカウントで情報発信

**内容** 健康づくりに取り組んで20ポイント貯めて応募すると、健康グッズなどの賞品が抽選で当たる。

## 工夫点

- ・がん検診など各種保健事業でパンフレットを配布するほか、市内協力店舗や医療機関、歯科医療機関、運動施設や事業所などへパンフレット設置を依頼し、周知に力を入れた。
- ・LINE 公式アカウントによる健康情報の発信を行うとともに、ショッピングカードを利用してポイントを貯められるようにした。また、ホームページに応募入力フォームを作成し、応募しやすい環境を整えた。

## 連携

- ・民間企業とコラボヘルスとして、健康教室や健康測定会などを実施した。
- ・三重県との共同事業として、三重とこわか健康応援カードの特典協力店や協力事業所を募っている。伊賀保健所と連携して企業や協力店舗などを訪問し、健康マイレージの啓発を行うとともに、事業所全体で健康マイレージに取り組んでもらうように働きかけた。

## 目標値

応募者数・・・短期目標値：毎年 100 人増 中・長期目標値：500 人

## 実績

平成 28 年度から実施

	平成 28 年度	平成 29 年度	平成 30 年度	令和元年度
応募者数	71 人	184 人	350 人	361 人

## 評価

- ・応募者数は前年度より 100 人増加の目標には届かなかったが、毎年増加している。健康マイレージの周知拡大にともない、LINE のお友だち登録も少しずつ増加している。
- ・LINE ショッピングカード機能を利用してポイントを貯め、応募入力フォームから応募した人は、応募者のうち 42%であった。特に 20～59 歳の人々の利用割合が高く、働く世代の人が取り組みやすい仕組みとなっている。今後も魅力ある健康情報の発信などをしていく必要がある。

## 令和 2 年度の取組

- ・市内の協力店舗や事業所、医療機関、歯科医療機関、健康づくり出前講座登録講師などにもパンフレットを配布してもらうよう依頼する。
- ・お友だち登録を増やすために周知に力をいれていくとともに、動画なども活用し魅力ある情報発信を行う。
- ・応募時にアンケート調査を行い、この事業が健康づくりに取り組むきっかけづくりになっているか、また参加者の健康状態に改善があったかを検証する。

## 令和 3 年度以降の課題

- ・保険者努力支援制度のポイントを獲得するためには、健康指標（健診の検査値、体重など）が改善したかどうかを把握できるようにする必要がある。また、事業の参加者が自身の健康データ（体重・血圧・食事などの記録）を把握できる仕組みとなっていることも求められている。

## (3) 糖尿病性腎症重症化予防

### 目的

糖尿病性腎症による腎機能悪化防止、透析導入率の減少を図る。

### 対象者

国保加入者で特定健診を受けた人のうち、①及び②に該当する人

①健診結果が、空腹時血糖値 126mg/dl 以上 または 随時血糖値 160mg/dl 以上 または HbA1c6.5 以上

②レセプトにおいて、健診受診日を含めた過去 6 か月間に糖尿病の治療が確認されなかった人

(未受療者)





	<p>勸奨は控えざるを得なかった。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・保健指導利用者が1名であり、利用率は1%台であった。保健指導を魅力ある内容にするなどの工夫をし、利用率を上げていく必要がある。</li> </ul>
アウトカム (結果)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・新型コロナウイルス感染症の拡大により、積極的な受診勧奨を行うことが困難な状況になり、受診つながった人を把握することができなかった。しかし、糖尿病以外で定期的に受診しているが、糖尿の治療をしていない人も多数いるため、医師会と協議して受診につなげていく必要がある。</li> <li>・保健指導を実施した1人は、新型コロナウイルス感染症の拡大により教室が中止となり、また個人の都合により最終の結果を確認することが困難になった。しかし、保健指導の中で生活改善に向けての意志は示していたことから、教室参加により保健指導を実施することは効果があると言える。</li> </ul>

## 令和2年度の取組

- ・受診勧奨や保健指導を行うにあたり、かかりつけ医との連携は重要である。医師会を通じて、かかりつけ医との連携の在り方を模索していく。

## 令和3年度以降の課題

- ・オンライン等により保健指導が実施できる環境を整えていく。
- ・三重県市町国保医療費分析事業の分析結果報告において、「慢性腎臓病（透析有）の罹患者が多く、糖尿病の罹患者も多くなっている。血糖リスクを保有している割合も高いことから、罹患者に対する継続受診の勧奨や有所見者に対する保健指導、医療機関の受診勧奨が必要」と指摘されている。

## （4）医療費適正化対策

### 1）重複・頻回受診指導事業

<b>目的</b>	重複・頻回受診の改善に努め、医療費適正化を推進する。
<b>対象者</b>	①同効能の薬を2医療機関以上で投与 ②1医療機関に1か月20日以上通院している人 ①②に該当する人を高額医療費支給台帳と重複多受診者一覧表などから抽出する。
<b>周知方法</b>	個別通知
<b>内容</b>	重複・頻回受診者に対して電話または訪問により、医療機関へのかかり方、服薬管理等について指導を行う。
<b>連携</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ケアマネやヘルパーなどの専門職が行った助言内容などを「お薬手帳」に記載し、在宅患者の薬の管理の仕組みづくりを行っている。</li> <li>・調剤薬局などで市オリジナルのお薬手帳カバーの配布を行い、お薬手帳の一冊化に向け啓発を行っている。</li> </ul>
<b>目標値</b>	お薬手帳カバー配布数・・・中・長期目標値：26,000冊

<b>実績</b>		平成28年度	平成29年度	平成30年度
カバー配布数			6,000冊	18,000冊

## 評価

- ・保険者努力支援制度において、実施前後に評価することが求められている。  
保健師による指導の結果6か月後にレセプトで状況が改善されているか調査し、改善されていない人には再度指導を行うなどしていく必要がある。
- ・現在は医療費の適正化の指標としての目標値としてお薬手帳カバー配布数を掲げているが、令和3年度から目標値の指標を「重複・頻回受診の指導件数」に変更し、保健師による電話または訪問により対象者の行動が変容したか等を判断基準とし、今後の医療費の適正化を図りたい。

《参考》

	平成 29 年度	平成 30 年度	令和元年度
重複・頻回受診の指導件数	14 件/14 件中	13 件/14 件中	15 件/15 件中

## 2) 後発医薬品利用促進事業

### 目的

後発医薬品を普及することにより、被保険者の負担軽減や医療費の適正化を図る。

### 内容

- ・国保加入時に、後発医薬品の品質や使用促進の意義等を記載しているパンフレットを交付した。
- ・20歳以上の被保険者に、主に高血圧や糖尿病等の生活習慣病や慢性疾患に関する医薬品を対象とした後発医薬品利用差額を通知した。
- ・差額通知書に削減できる自己負担額等を記載している。

### 工夫点

- ・レセプト情報から類型化し、年齢別での切替割合、通知人数や効果額を把握している。
- ・国保連合会の資料で、ジェネリック仕様の効果額、使用率、年齢別の切替割合を確認している。

### 目標値

後発医薬品の利用率・・・短期目標値：前年度比2%増 中・長期目標値：60%

### 実績

	平成 28 年度	平成 29 年度	平成 30 年度
後発医薬品の利用率	44.8%	43.2%	48.1%

### 評価

- ・保険者努力支援制度において、使用割合の配点が強化されている。  
全国平均を意識し、使用割合を向上させていく必要がある。

## 3) 医療費通知事業

### 目的

健康や医療に対する認識を深める。

### 対象者

国保加入者

### 内容

- ・全医療受診者に柔道整復を含む年間診療分について、受診年月、受診者名、医療機関名、入院・通院の別、入院等日数、医療費の額、自己負担額を通知している。
- ・1~4月分を6月、5~8月分を10月、9~12月分を2月に送付している。

### 工夫点

- ・確定申告に間に合うように送付している。

**目標値** 一人当たり受診件数・・・短期目標値：前年度比0.5%減 中・長期目標値：15件

**実績**

	平成28年度	平成29年度	平成30年度
一人当たり受診件数	18件	19件	19件

**評価**

- ・令和2年度から医療費通知を1月から11月受診分を2月、12月受診分を3月の年2回に変更し、適切に通知ができています。
- ・通知文書の中で、ジェネリック医薬品の推奨や、健康や医療に対する認識を深める啓発文を掲載し周知をしています。

## (5) 地域包括ケアに係る取組

※地域包括ケアとは、高齢者が要介護状態になっても住みなれた地域で、自分らしく生活を最期まで送れるように、地域がサポートし合う社会システムのこと。

**目的** 地域包括ケアシステム構築に向けた他職種連携のしくみづくりに取り組み、当市の地域医療を推進する。

**内容** 2025年問題を見据えた今後の医療・介護の需要等の分析を進めるとともに、専門職による保健・医療・福祉分野の連携検討会や個別事例検討会を開催する。

### 保険年金課としての取組

①KDB等を活用してハイリスク群・予備軍等のターゲット層を抽出

ヘルスサポートシステムを利用して、生活習慣病や要介護のハイリスク層の抽出やデータ分析などを行い、健康づくり担当課や地域包括支援センターと情報共有を行う。

②抽出したターゲット層に対する国保部局としての支援

健康づくりや介護予防教室などを行うにあたり、レセプト確認やデータ分析などを行い、効果的な事業ができるように支援する。また、市民に対して健康づくりや介護予防の啓発を行う。

③国保・後期高齢・介護保険との一体的な事業実施

ケアマネやヘルパーなどの専門職が行った助言内容などを「お薬手帳」に記載し、在宅患者の薬の管理の仕組みづくりを行っている。また、お薬手帳の一冊化を推進している。