

当別町国民健康保険

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）

当別町データヘルス計画の目的	
食べ過ぎや喫煙、家族歴等の自分の生活習慣リスクを理解し、発症及び重症化を予防できる	

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

データヘルス計画とは	特定健康診査等実施計画とは
「日本再興戦略」において、全ての健康保険組合及び市町村国保に対し、レセプト等のデータ分析、それに基づく加入者の健康保持増進のための事業計画の作成・公表、事業実施、評価等が求められた。それに従い、PDCAサイクルに沿った効果的・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1期6年間として策定する。	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。従って、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。
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、北海道健康増進計画やとうべつ健康プラン21、北海道医療費適正化計画、介護保険事業計画等と調和のとれたものとする。	
関係者連携	
本計画は、国保部局である住民課と保健衛生部局である保健福祉課が主体となり策定するが、健康増進や一体的実施の観点から介護保険部局等とも十分連携しながら本計画を推進する。	
評価時期	評価方法
評価指標は計画の策定段階で設定する。設定した評価指標に基づき、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・中間評価を実施する。	評価は、KDB等を活用して行う。また、計画に盛り込んだ個別の保健事業の実施状況等については、毎年度評価を行った上で、必要に応じて翌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

計画書の構成
<p>計画策定に際して、まず当別町の健康課題を整理する。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、特に生活習慣病（※）を中心とした、当別町の保健事業によって予防可能な疾患に着目しながら分析を行う。</p> <p>続いて、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。</p>
※生活習慣病の進行イメージ
<p>生活習慣病の重症化による生活機能の低下は、ある時突然発生するのではなく、自覚症状がないまま徐々に進行していく。そのため、保健指導等の保健事業を通じて、各段階で適切な介入をすることで、病気の進行を食い止めることが重要である。</p>
<pre> graph LR A[健康] --> B[不健康な生活習慣] B --> C[生活習慣病予備群 (メタボリック シンドローム)] C --> D[生活習慣病 (基礎疾患)] D --> E[重症化した 生活習慣病] E --> F[介護・死亡] </pre>
【出典】厚生労働省 新たな健診・保健指導と生活習慣病対策

2 健康課題の整理

1. 死亡・介護・重症化した生活習慣病

【死亡】生活習慣病における重篤な疾患の死亡者数・死亡割合・標準化死亡比（SMR）

当別町の死因のうち、第1位は「悪性新生物」で全死亡者の24.3%を占めている。予防可能な主な疾患の標準化死亡比(SMR)を見ると、「虚血性心疾患」が73.3、「脳血管疾患」が90.0、「腎不全」が95.6であるが、いずれも死亡者数の多い死因の上位に位置している。

<疾病別死因割合>

<標準化死亡比（SMR）>

死因	標準化死亡比（SMR）	
	当別町	国
虚血性心疾患	73.3	100
脳血管疾患	90.0	100
腎不全	95.6	100

【介護】介護認定者の有病状況

要介護認定者における生活習慣病の有病割合が高く、特に「心臓病」「筋・骨格関連疾患」の有病割合が高くなっている。

<要介護認定者の有病割合>

疾病名	要介護・要支援認定者（1・2号被保険者）		国	道	同規模
	該当者数（人）	割合			
糖尿病	252	23.3%	24.3%	24.6%	22.8%
高血圧症	522	47.5%	53.3%	50.0%	53.3%
脂質異常症	331	29.9%	32.6%	31.1%	30.0%
心臓病	587	53.8%	60.3%	55.3%	60.3%
脳血管疾患	225	21.6%	22.6%	20.6%	23.1%
がん	119	11.4%	11.8%	12.3%	11.0%
精神疾患	352	33.0%	36.8%	35.0%	36.9%
うち 認知症	201	18.8%	24.0%	21.6%	24.6%
アルツハイマー病	123	12.3%	18.1%	15.9%	18.6%
筋・骨格関連疾患	528	48.2%	53.4%	50.0%	52.7%

【医療】生活習慣病医療費と重症化した生活習慣病の患者数

生活習慣病医療費の割合は、平成30年度と比較して減少している。疾病別に見た場合、「慢性腎臓病（透析あり）」「狭心症」「脳梗塞」の割合が減少している。また、「狭心症」の割合は国や道と比較すると高く、「脳出血」「慢性腎臓病（透析あり）」の割合は、道より高い。

<生活習慣病医療費の平成30年度比較>

疾病名	当別町				国	道	同規模	
	平成30年度		令和4年度					
	医療費（円）	割合	医療費（円）	割合				
生活習慣病医療費	297,217,570	19.1%	251,940,980	18.7%	18.7%	16.4%	19.2%	
基礎疾患	糖尿病	80,794,400	10.6%	81,188,680	11.1%	10.7%	10.1%	11.5%
	高血圧症	44,793,850		39,555,880				
	脂質異常症	35,683,550		27,629,650				
	高尿酸血症	3,104,030		838,380				
重症化した生活習慣病	動脈硬化症	1,921,570	0.1%	575,660	0.0%	0.1%	0.1%	0.1%
	脳出血	117,450	0.0%	9,535,920	0.7%	0.7%	0.6%	0.7%
	脳梗塞	23,620,170	1.5%	14,303,320	1.1%	1.4%	1.5%	1.5%
	狭心症	34,196,860	2.2%	23,924,640	1.8%	1.1%	1.4%	1.1%
	心筋梗塞	3,690,390	0.2%	3,522,320	0.3%	0.3%	0.3%	0.3%
	慢性腎臓病（透析あり）	69,295,300	4.5%	50,866,530	3.8%	4.4%	2.3%	4.0%
総額	1,552,386,150		1,346,177,680					

2. 生活習慣病基礎疾患・メタボリックシンドローム（生活習慣病予備群）

基礎疾患と重篤な疾患の重なり																																																																														
<p>「虚血性心疾患」「脳血管疾患」「慢性腎臓病」をはじめとした重症化した生活習慣病に至る者の多くは、「高血圧症」「糖尿病」「脂質異常症」といった複数の基礎疾患を有した状態で発症する。重症化した疾患を予防するためには、特定健診を通じて、疾患が重症化する前に早期発見・早期治療をすることが重要である。</p>																																																																														
【健診】特定健診受診率・特定保健指導実施率	【健診】有所見者の状況																																																																													
<p>「高血圧症」「糖尿病」「脂質異常症」といった生活習慣病は、自覚症状がほとんどないため、定期的な健診受診による自身の健康状態の把握や、生活習慣改善のきっかけづくりが大切である。</p> <p><特定健診受診率> 特定健診は生活習慣病の早期発見を主な目的として行われており、令和4年度の特定健診受診率は54.7%であり、平成30年度と比較して4.1ポイント上昇している。</p> <p><特定保健指導実施率> 特定保健指導とは、「特定健康診査の結果に基づき、主にメタボリックシンドロームの予防や解消を目的に行われる健康支援」（厚生労働省より引用）である。</p> <p>令和4年度の特定保健指導実施率は64.4%であり、継続して国や道より高い。</p>	<p>有所見者とは、健診結果における医師の診断が「要精密検査」または「要治療等」の者を指す。</p> <p>令和4年度の特定健診受診者における有所見者の割合を国・道と比較すると、「BMI」「空腹時血糖」「HbA1c」「HDL-C」「ALT」「尿酸」の有所見率が高い。</p> <p><特定健診受診者における有所見者の割合></p>																																																																													
【健診】メタボリックシンドロームの状況	【健診】受診勧奨対象者の状況																																																																													
<p>有所見者の中でも、メタボリックシンドロームとは、「内臓肥満に高血圧・高血糖・脂質代謝異常が組み合わさることにより、心臓病や脳卒中などになりやすい病態」（厚生労働省より引用）を指し、生活習慣病の前段階と呼ぶべき状態である。</p> <p>令和4年度の特定健診受診者におけるメタボ該当者の割合は20.4%、メタボ予備群該当者の割合は10.7%であり、平成30年度と比較するとどちらも微増している。</p> <p><メタボ該当者・メタボ予備群該当者の推移></p>	<p>受診勧奨対象者とは、有所見者のうち検査値が厚生労働省の定める基準を超える者を指す。</p> <p>平成30年度と比較すると、特定健診受診者のうちHbA1c7.0%以上の者、Ⅱ度高血圧以上の者の割合は増加しており、LDL-C160mg/dl以上の者の割合は減少している。</p> <p><受診勧奨対象者（血糖・血圧・脂質）の推移></p> <table border="1"> <thead> <tr> <th rowspan="2"></th> <th colspan="2">平成30年度</th> <th colspan="2">令和4年度</th> </tr> <tr> <th>人数(人)</th> <th>割合</th> <th>人数(人)</th> <th>割合</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>特定健診受診者数</td> <td>1,515</td> <td>-</td> <td>1,405</td> <td>-</td> </tr> <tr> <td rowspan="4">血糖 (HbA1c)</td> <td>6.5以上7.0%未満</td> <td>78</td> <td>5.1%</td> <td>85</td> <td>6.0%</td> </tr> <tr> <td>7.0以上8.0%未満</td> <td>56</td> <td>3.7%</td> <td>52</td> <td>3.8%</td> </tr> <tr> <td>8.0%以上</td> <td>31</td> <td>2.0%</td> <td>30</td> <td>2.2%</td> </tr> <tr> <td>合計</td> <td>165</td> <td>10.9%</td> <td>167</td> <td>11.9%</td> </tr> <tr> <td rowspan="4">血圧</td> <td>I度高血圧</td> <td>297</td> <td>19.6%</td> <td>255</td> <td>18.1%</td> </tr> <tr> <td>Ⅱ度高血圧</td> <td>47</td> <td>3.1%</td> <td>64</td> <td>4.6%</td> </tr> <tr> <td>Ⅲ度高血圧</td> <td>9</td> <td>0.6%</td> <td>13</td> <td>0.9%</td> </tr> <tr> <td>合計</td> <td>353</td> <td>23.3%</td> <td>332</td> <td>23.6%</td> </tr> <tr> <td rowspan="4">脂質 (LDL-C)</td> <td>140~160mg/dl</td> <td>246</td> <td>16.2%</td> <td>200</td> <td>14.2%</td> </tr> <tr> <td>160~180mg/dl</td> <td>106</td> <td>7.0%</td> <td>95</td> <td>6.8%</td> </tr> <tr> <td>180mg/dl以上</td> <td>62</td> <td>4.1%</td> <td>50</td> <td>3.6%</td> </tr> <tr> <td>合計</td> <td>414</td> <td>27.3%</td> <td>345</td> <td>24.6%</td> </tr> </tbody> </table>		平成30年度		令和4年度		人数(人)	割合	人数(人)	割合	特定健診受診者数	1,515	-	1,405	-	血糖 (HbA1c)	6.5以上7.0%未満	78	5.1%	85	6.0%	7.0以上8.0%未満	56	3.7%	52	3.8%	8.0%以上	31	2.0%	30	2.2%	合計	165	10.9%	167	11.9%	血圧	I度高血圧	297	19.6%	255	18.1%	Ⅱ度高血圧	47	3.1%	64	4.6%	Ⅲ度高血圧	9	0.6%	13	0.9%	合計	353	23.3%	332	23.6%	脂質 (LDL-C)	140~160mg/dl	246	16.2%	200	14.2%	160~180mg/dl	106	7.0%	95	6.8%	180mg/dl以上	62	4.1%	50	3.6%	合計	414	27.3%	345	24.6%
	平成30年度		令和4年度																																																																											
	人数(人)	割合	人数(人)	割合																																																																										
特定健診受診者数	1,515	-	1,405	-																																																																										
血糖 (HbA1c)	6.5以上7.0%未満	78	5.1%	85	6.0%																																																																									
	7.0以上8.0%未満	56	3.7%	52	3.8%																																																																									
	8.0%以上	31	2.0%	30	2.2%																																																																									
	合計	165	10.9%	167	11.9%																																																																									
血圧	I度高血圧	297	19.6%	255	18.1%																																																																									
	Ⅱ度高血圧	47	3.1%	64	4.6%																																																																									
	Ⅲ度高血圧	9	0.6%	13	0.9%																																																																									
	合計	353	23.3%	332	23.6%																																																																									
脂質 (LDL-C)	140~160mg/dl	246	16.2%	200	14.2%																																																																									
	160~180mg/dl	106	7.0%	95	6.8%																																																																									
	180mg/dl以上	62	4.1%	50	3.6%																																																																									
	合計	414	27.3%	345	24.6%																																																																									

3. 当別町で暮らす人の生活習慣

【健診】生活習慣の状況
<p>特定健診受診者の質問票の回答状況から、当別町における生活習慣の傾向が把握できる。</p> <p>令和4年度の状況を見ると、国や道と比較して、「喫煙」「1回30分以上の運動習慣なし」「1日1時間以上運動なし」「歩行速度遅い」「生活改善意欲なし」「間食毎日」の回答割合が高い。</p>

4. 健康課題のまとめ

当別町で暮らす人の健康に関する現状についてまとめ、第3期計画にて目指すべき保健事業の方向性を示す。

健康課題	保健事業の方向性
<p>◆重症化予防（がん以外）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・糖尿病治療者のうち合併症を発生している者が増加している。 ・健診結果で受診が必要と判断された者のうち、一定数の未治療者や、治療中のコントロール不良者があり、虚血性心疾患や脳血管疾患につながっている可能性がある。 	<p>第2期計画期間においては、予防に重きをおいた糖尿病性腎症重症化予防事業を展開した結果、新規人工透析導入者数は減少しているが、人工透析導入者のうち糖尿病性腎症の占める割合や、網膜症や神経障害といった合併症有病者割合は増加している。</p> <p>第3期計画においては、予防プラス重症化を防ぐ視点も置きながら、引き続き医療機関と連携を図り、より効果的な保健指導を目指し取り組んでいく。</p>
<p>◆重症化予防（がん）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・国と比べて標準化死亡比(SMR)が最も高い死因は、「子宮がん」(138.1)、次いで「肺がん」(122.1)となっていた。 ・「たばこを吸っている」人の割合が高く、肺がん等のリスクが高い。 	<p>国と比べて特に「子宮がん」と「肺がん」の標準化死亡比(SMR)が高いことから、がん検診の更なる受診推進が必要である。また、喫煙率が高く、肺がん予防としても禁煙対策が必要である。</p> <p>第3期計画では、がん検診の受診推進と併せ、新たに禁煙保健指導を実施しながら肺がんのリスクを減らしていく。</p>
<p>◆生活習慣病発症予防・保健指導</p> <ul style="list-style-type: none"> ・「BMI」、「空腹時血糖」、「HbA1c」、「ALT」の標準化比は、国と比較すると依然高い状態にある。 ・メタボ該当者の割合は、国より低い道より高い。 	<p>特定保健指導実施率は継続して60%を維持し、目標も達成しているが、LDL-C高値者の割合の減少や、HbA1cの正常値割合の増加につながっていない。</p> <p>第3期計画においては、引き続き保健指導実施率を高め、個別支援の中身も充実させながら数値改善につなげる。</p>
<p>◆早期発見・特定健診</p> <ul style="list-style-type: none"> ・特定健診受診率は50%以上を維持しているが、目標の60%には達していない。 	<p>特定健診受診率は、コロナ禍の中で50%を下回った年もあったが、上昇傾向にある。</p> <p>被保険者自身が自分の生活習慣リスクを理解し、発症予防及び重症化予防につなげるため、受診率60%以上を目指す。</p>
<p>◆健康づくり・社会環境体制整備</p> <ul style="list-style-type: none"> ・肥満者の割合は、男性全般や40～64歳女性に関しては改善が見られるものの、65～74歳女性では増加しており、男女ともに国や道と比較し依然高い。 	<p>肥満者の割合が、男女ともに国や道と比較し依然高く、特定健診受診者の問診票では、国や道と比較して「1回30分以上の運動習慣なし」「1日1時間以上運動なし」「歩行速度遅い」「毎日間食」の回答割合が高いことから、引き続き肥満を中心とした生活習慣病予防対策が必要である。</p> <p>第3期計画においては、被保険者自身が自己管理できる力を身に付けることができるよう、生活習慣の改善に向けた取り組みを強化していく。</p>

3	データヘルス計画の目標と個別保健事業
---	---------------------------

健康課題を解決することで短期的、中・長期的に達成されると期待されるデータヘルス計画の目標と、それらを達成するための代表的な個別保健事業について記載する。

1. データヘルス計画の目標

記載事項	評価指標	開始時	目標値	
目標	最終目標	平均自立期間 男性（年）	81.5年	81.5年以上
		平均自立期間 女性（年）	85.6年	85.6年以上
		総医療費に占める脳血管疾患の入院医療費の割合	3.5%	3.5%未満
		総医療費に占める虚血性心疾患の入院医療費の割合	5.1%	5.1%未満
		総医療費に占める慢性腎不全（透析あり）の医療費の割合	3.8%	3.8%未満
	中・長期目標 (3～6年後)	患者千人当たり脳血管疾患（脳梗塞）の新規患者数	52人	52人未満
		患者千人当たり虚血性心疾患（狭心症）の新規患者数	123人	123人未満
		新規人工透析導入者数	4人	4人未満
		糖尿病性腎症有病者の割合	5.5%	5.5%未満
		糖尿病性網膜症有病者の割合	8.1%	8.1%未満
		糖尿病性神経障害有病者の割合	4.8%	4.8%未満
		子宮がんのSMR	138.1	100以下
		肺がんのSMR	122.1	100以下
	短期目標 *代表的なもの (道指標と同様の 項目を抜粋)	HbA1c6.5%以上者の割合	11.9%	11.9%未満
		HbA1c7.0%以上者の割合	5.8%	5.8%未満
		HbA1c8.0%以上者の割合	2.1%	2.1%未満
		Ⅱ度高血圧以上者の割合	5.5%	5.5%未満
		LDL-C160mg/dl以上者の割合（男性）	10.3%	10.3%未満
		LDL-C160mg/dl以上者の割合（女性）	10.4%	10.4%未満
		特定健康診査受診率	54.7%	60.0%以上
メタボ該当者の割合（男性）		29.2%	29.2%未満	
メタボ該当者の割合（女性）		12.9%	12.9%未満	
メタボ予備群該当者の割合（男性）		16.0%	16.0%未満	
メタボ予備群該当者の割合（女性）		6.2%	6.2%未満	
特定保健指導実施率		64.4%	66.7%以上	
法定報告帳票による特定保健指導対象者の減少率	25.2%	25.2%以上		

2. 代表的な個別保健事業

◀重症化予防（がん以外）

個別保健事業名	新規/継続	事業アウトカム指標
糖尿病性腎症重症化予防事業	継続	事業参加者のHbA1c改善率
糖尿病性腎症以外の重症化予防事業	継続	治療中のⅡ度高血圧以上者の割合 治療中のLDL-C160mg/dl以上者の割合
受診勧奨判定値を超えている者への対応	継続	未治療のⅡ度高血圧以上者の割合 未治療のLDL-C160mg/dl以上者の割合

◀重症化予防（がん）

個別保健事業名	新規/継続	事業アウトカム指標
がん検診推進事業（子宮頸がん検診・肺がん検診）	継続	子宮がんの標準化死亡率（SMR） 肺がんの標準化死亡率（SMR）
禁煙保健指導	新規	保健指導実施者の喫煙率

◀生活習慣病発症予防・保健指導

個別保健事業名	新規/継続	事業アウトカム指標
特定保健指導	継続	特定保健指導対象者の減少率

◀早期発見・特定健診

個別保健事業名	新規/継続	事業アウトカム指標
特定健康診査	継続	メタボ該当者の割合 健康状態不明者の割合
特定健康診査未受診者対策	継続	メタボ該当者の割合
継続受診促進事業	継続	メタボ該当者の割合

◀健康づくり・社会環境体制整備

個別保健事業名	新規/継続	事業アウトカム指標
測って100日チャレンジ事業	継続	参加者のBMI改善率