

# つがる市国民健康保険第三期データヘルス計画・ 第四期特定健康診査等実施計画

## 計画全体の目的

### データヘルス計画

レセプトデータ、特定健康診査の結果等のデータ分析に基づく、効果的・効率的な保健事業の実施内容等を定めた計画

R4

R11

<b>1 生活習慣病の早期発見・早期治療による重症化予防</b> レセプトデータ、健康診査データ等から生活習慣病の重症化リスクを有する被保険者を特定し、適切な受療や生活習慣の改善等の行動変容を促すことで、重症化を予防する。	特定健康診査実施率	46.2%	60.0%
	特定保健指導実施率	31.0%	60.0%
	特定保健指導による特定保健指導対象者の減少率	17.6%	25.0%
	受診勧奨者の医療機関受診率	53.7%	70.0%
	血圧が①収縮期血圧130mmHg以上または②拡張期血圧85mmHg以上	54.8%	53.5%
	HbA1c 6.5以上の者の割合	7.2%	6.9%
	糖尿病性腎症による人工透析新規患者数（国保加入者）	0人	0人
<b>2 医療費適正化と適正受診・適正服薬</b> 後発医薬品の普及啓発、多剤通知、保健指導等により、医療費の適正化を図る	後発医薬品使用割合	80.7%	83.0%
<b>3 健康寿命延伸と高齢者支援の充実</b> 医療・介護との連携を進め、フレイル予防、介護予防を行う。地域で一体となって高齢者の医療・介護・暮らしを支援する体制づくりに努める。	体調不良と判断され、医療機関や介護サービス等につながった者の割合	80.0%	100.0%
	後期高齢者の質問票で、運動・転倒リスクありの割合	72.5%	50.0%
<b>4 被保険者の健康意識の向上</b> 被保険者一人一人が自らの健康状態を把握し、より良い生活習慣の継続につながるような機会・情報の提供、健康づくりサポートを行う。	元気健康ポイント事業参加者数	4,659人	5,000人

### 特定健康診査等実施計画

保健事業の中核をなす特定健康診査・特定保健指導の実施方法等を定めた計画

<b>1 特定健康診査受診率の向上</b> 令和4年度 45.9% ➡ 令和11年度 60.0%
<b>2 特定保健指導実施率の向上</b> 令和4年度 29.2% ➡ 令和11年度 60.0%
<b>3 特定保健指導対象者の減少率の向上</b> 令和4年度 17.6% ➡ 令和11年度 25.0%

## 課題解決のための保健事業

生活習慣病	内容	目的
特定健康診査事業	40歳以上の被保険者を対象に集団健診(がん検診と同時実施)と個別健診を実施	・健康意識の向上 ・生活習慣病を早期発見
特定保健指導事業	健診結果で対象となった方に保健指導(動機づけ支援、積極的支援)を実施	・生活習慣や健康状態の改善 ・生活習慣病の発症・重症化の予防
糖尿病性腎症重症化予防事業	40歳以上の被保険者で、Ⅱ型糖尿病治療中且つ、腎機能の低下がみられる人工透析導入前段階の対象者(概ね、腎症2期・3期)に指導を実施	・糖尿病および腎症の重症化を予防
糖尿病改善教室	40歳以上の被保険者で、当年度の健診において糖尿病検査値HbA1c 6.0以上の対象者に講話や実技指導を実施	・糖尿病の予防・改善 ・参加者の生活習慣改善支援
要医療者受診勧奨事業	健診結果より要医療重点判定となった対象者、生活習慣病の治療を中断している対象者に、通知、電話、訪問を実施	・生活習慣病の有病率の低下、重症化予防
フレッシュ健診(早期介入保健指導事業)	30歳代の被保険者に、健診案内通知の送付及び申込書の発送と、ホームページ等での周知を実施。総合健診、又は限定日にて受診。結果説明会にて健診結果を説明し、保健指導を実施	・若年層からの生活習慣病の早期発見と予防 ・健診受診の習慣化
運動教室	運動指導員を講師に、スタミナ、筋力アップを目指した運動強度の強めな教室を年10回実施	・運動の動機づけ ・運動の楽しさや爽快感の体験 ・肥満予防のための運動の実践、継続
がん検診受診率向上事業	特定健康診査と同時にがん検診を無料で実施	・がんの早期発見、早期受診
歯周病検診	当該年度に20歳、30歳、40歳、50歳、60歳、70歳に達する市民を対象に個別通知を送付し、市内歯科医院にて歯科検診を実施	・歯科(歯周含む)関連疾患の予防 ・生活の質の向上

### 医療費・受診行動

後発医薬品使用促進事業	差額通知、普及啓発等の取組を実施	・医療費適正化の推進 ・後発医薬品の利用促進
適正受診・適正服薬促進事業	重複受診、頻回受診、重複・多剤服薬者に対して、通知や健康相談、指導を実施	・不適正な受診・服薬の減少

### 介護・高齢者支援

高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施	ハイリスクアプローチ	過去1年間、健診及び医療機関未受診かつ介護保険サービス未利用であり、関係機関(社会福祉協議会、地域包括支援センター等)でも未把握の対象者に、医療専門職が家庭訪問を実施	・生活習慣病や要介護状態の重症化の予防 ・自立期間の延伸 ・介護保険サービス利用の促進
	ポピュレーションアプローチ	通いの場にて作業療法士と公認心理師を講師に招き、主に運動や認知症予防等のフレイル予防教室を実施するほか、地区の温泉利用者を対象に保健師が健康相談・健康教育を実施	

### 被保険者の健康意識

元気・健康ポイント事業	市指定保健事業への参加等によりポイントを付与、商工会の商品券(500円分)を交付、さらに抽選対象事業に参加された中で抽選を実施、当選者80人に、商品券(3,000円分)をプレゼント	・健康行動の改善や習慣化の促進
-------------	--	-----------------

# 令和4年度のデータで見るつがる市の健康課題

## 医療費の分析

◆ 大分類別の医療費が上位5位の疾患の構成は県や国と同様だが、「新生物<腫瘍>」「筋骨格系及び結合組織の疾患」「内分泌、栄養及び代謝疾患」の構成比が県、国と比較すると高い

大分類別疾患	つがる市			県		国	
	医療費(円)	構成比(%)	順位	構成比(%)	順位	構成比(%)	順位
II. 新生物<腫瘍>	606,043,880	21.60%	1	20.00%	1	16.90%	1
IX. 循環器系の疾患	374,930,760	13.40%	2	14.80%	2	13.60%	2
XIII. 筋骨格系及び結合組織の疾患	314,213,510	11.20%	3	8.70%	4	8.80%	4
IV. 内分泌、栄養及び代謝疾患	309,490,400	11.00%	4	10.20%	3	9.00%	3
XIV. 尿路器系の疾患	169,414,160	6.00%	5	6.90%	5	8.00%	5

→ 構成比の高い3つの大分類を、更に中分類で確認したときの医療費上位3疾病

- 新生物<腫瘍>
- 筋骨格系及び結合組織の疾患
- 内分泌、栄養及び代謝疾患

中分類疾病分類	医療費(円)	中分類疾病分類	医療費(円)	中分類疾病分類	医療費(円)
その他の悪性新生物<腫瘍>※1	224,999,041	関節症	72,740,834	糖尿病	159,727,233
気管、気管支及び肺の悪性新生物<腫瘍>	114,260,067	その他の筋骨格系及び結合組織の疾患※2	53,145,784	脂質異常症	66,752,218
乳房の悪性新生物<腫瘍>	55,483,516	骨の密度及び構造の障害	50,141,107	その他の内分泌、栄養及び代謝疾患※3	54,566,172

※1 主に前立腺癌  
※2 主に筋肉痛  
※3 主に脱水症

## 特定健康診査健診・特定保健指導

◆ 国や県と比較し、以下の項目の有所見者割合が高い

区分	BMI	腹囲	中性脂肪	ALT	尿酸	LDL
つがる市	33.80%	38.50%	19.70%	19.90%	8.40%	50.10%
県	31.30%	34.30%	18.30%	17.30%	4.90%	49.40%
国	26.80%	34.90%	21.20%	14.00%	6.70%	50.00%

◆ 国や県と比較し、メタボリックシンドローム予備群、該当者共に割合が高い

区分	予備群	該当者
つがる市	13.3%	21.6%
県	10.8%	20.7%
国	11.1%	20.6%

◆ 生活習慣病医療費は健診受診者に対し未受診者が約27,000円高い

受診有無	生活習慣病一人当たり医療費(円)
健診受診者	71,671
健診未受診者	99,329

## 健診質問項目回答

- ◆ 以下6項目で県、国よりも割合が高い
- ◆ 若年層で高い…喫煙・運動習慣無し・毎日飲酒・生活習慣改善意欲なし
- ◆ 高齢層で高い…運動習慣無し・1日飲酒量3合以上・生活習慣改善意欲無し・

噛みにくい

分類	質問項目	全体			40歳～64歳			65歳～74歳		
		つがる市	県	国	つがる市	県	国	つがる市	県	国
喫煙	喫煙	17.10%	14.80%	12.70%	27.10%	24.30%	18.90%	11.10%	10.70%	10.20%
運動	1回30分以上の運動習慣なし	74.10%	65.40%	59.20%	76.80%	71.40%	68.70%	72.50%	62.80%	55.30%
飲酒	毎日飲酒	29.10%	26.60%	24.60%	34.00%	30.30%	24.30%	26.20%	25.00%	24.70%
	1日飲酒量(3合以上)	10.80%	7.00%	2.50%	15.00%	10.60%	4.80%	8.40%	5.40%	1.50%
生活習慣改善意欲	改善意欲なし	52.30%	40.30%	27.60%	48.50%	37.40%	23.20%	54.50%	41.60%	29.40%
咀嚼	咀嚼 かみにくい	25.40%	23.50%	20.20%	18.40%	17.80%	15.50%	29.50%	25.90%	22.20%

※咀嚼…食べ物を細くなるまでよく噛むこと

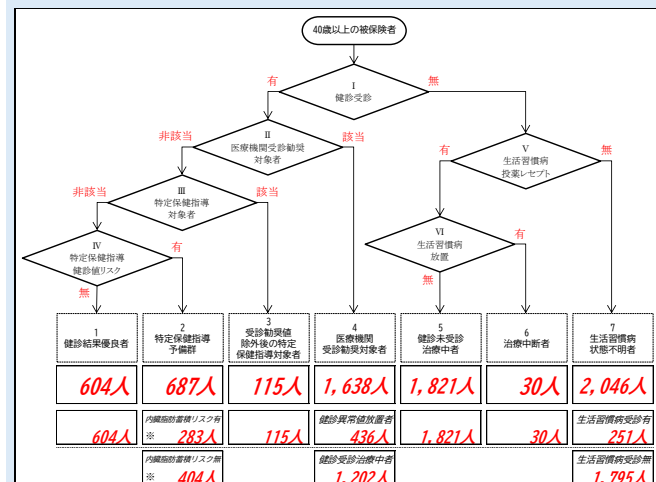
## 介護

◆ 国や県と比較し、認定率、給付費共に高い

区分	つがる市	県	国
認定率	19.90%	18.50%	19.40%
給付費	96,224	72,200	59,662

## 健診異常値放置

◆ 健診異常値放置者は436人おり、除外判定した後の324人が勧奨対象者となる



## 人工透析

◆ 人工透析一人当たり医療費は年間で約485万円となっている (円)

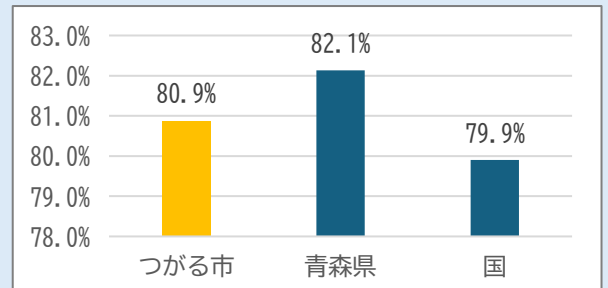
透析患者全体	101,774,980
患者一人当たり医療費(年)	4,846,428
患者一人当たり医療費(月)	403,869

## 受診行動適正化

- ◆ 重複受診者 44人
- ◆ 頻回受診者 50人
- ◆ 重複服薬者 166人

指導対象者  
**76人**

## 後発医薬品使用割合



※令和4年9月診療分