

三木町国民健康保険
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）

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

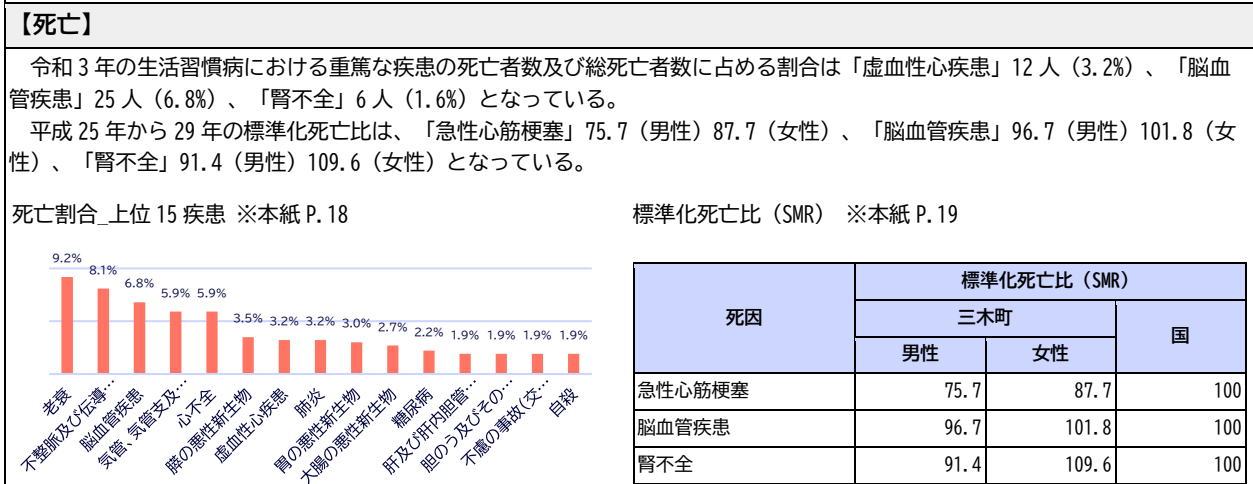
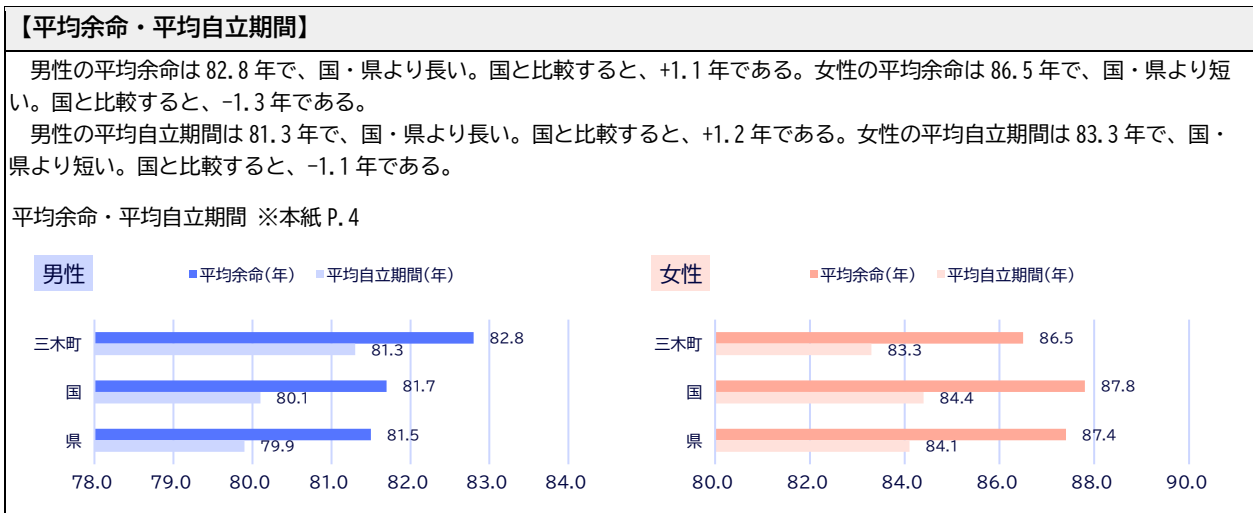
データヘルス計画	特定健康診査等実施計画
「日本再興戦略」において、「全ての健康保険組合に対し、レセプト等のデータの分析、それに基づく加入者の健康保持増進のための事業計画として「データヘルス計画」の作成・公表、事業実施、評価等の取組を求める」ことが掲げられた。これを踏まえ、PDCA サイクルに沿った効果的かつ効率的な保健事業の実施を図るための保健事業の実施計画（データヘルス計画）を策定する。	平成 20 年度より「高齢者の医療の確保に関する法律」（昭和 57 年法律第 80 号）に基づき、特定健康診査・特定保健指導の実施が義務付けられた。同法律に基づき作成された特定健康診査等基本方針に基づき、実施計画を策定する。
データヘルス計画の目的	
健康寿命の延伸と生活の質（QOL）の向上及び医療費の適正化を図る	
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、健康増進計画や医療費適正化計画、介護保険事業（支援）計画、高齢者保健事業の実施計画及び国民健康保険運営方針と調和のとれたものとする。	
関係者連携	
国保担当が中心となって、関係部局や関係機関の協力を得て、保険者の健康課題を分析し、計画を策定する。また、後期高齢者医療担当や介護保険担当、生活保護（福祉事務所）担当と連携してそれぞれの健康課題を共有するとともに、後期高齢者や生活保護受給者の健康課題も踏まえて保健事業を展開する。	
計画の評価	個別事業の評価
設定した計画の評価指標に基づき、KDB システム等を活用し、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及び中間評価を実施する。	設定した保健事業ごとの評価指標に基づき、KDB システム等を活用し、毎年度、評価を実施し、必要に応じて次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

基本構成			
計画策定に際しては、まず、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、地域における健康課題を抽出する。健康課題の整理に際しては、以下の生活習慣病の進行イメージに沿って、特に保健事業における介入により予防可能な疾患に着目する。 次に、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。			
生活習慣病の進行イメージ			
不健康な生活習慣	生活習慣病予備群 メタボリックシンドローム	生活習慣病	生活習慣病重症化 死亡・介護
【出典】厚生労働省 新たな健診・保健指導と生活習慣病対策 ※本紙 P. 17			

2 健康課題の抽出～目的・目標の設定

1. 死亡・介護・生活習慣病重症化（入院医療・外来（透析））



【介護】

要介護認定者の有病割合をみると、「心臓病」は 68.6%、「脳血管疾患」は 30.2%となっている。

要介護認定者の有病割合 ※本紙 P. 22

疾病名	要介護・要支援認定者（1・2号被保険者）		国	県	同規模
	該当者数（人）	割合			
糖尿病	587	30.5%	24.3%	26.5%	24.5%
高血圧症	1,085	57.8%	53.3%	56.6%	52.9%
脂質異常症	647	35.5%	32.6%	34.1%	31.5%
心臓病	1,280	68.6%	60.3%	65.0%	59.8%
脳血管疾患	550	30.2%	22.6%	23.7%	22.9%
がん	273	15.2%	11.8%	12.3%	11.1%
精神疾患	775	42.4%	36.8%	41.3%	36.4%
うち_認知症	485	27.0%	24.0%	27.7%	24.0%
アルツハイマー病	417	23.5%	18.1%	23.1%	18.1%
筋・骨格関連疾患	1,138	60.9%	53.4%	59.0%	52.5%

【生活習慣病重症化】入院医療・外来（透析）

「虚血性心疾患」及び「脳血管疾患」を含む「循環器系の疾患」の入院医療費は入院医療費全体の13.5%を占めており、「腎不全」の外来医療費は、外来医療費全体の9.1%を占めている。生活習慣病における重篤な疾患のうち「虚血性心疾患」及び「脳血管疾患」の入院受診率は虚血性心疾患が国より高く、「慢性腎臓病（透析あり）」の受診率は国より高い。

疾病分類（大分類）別_入院医療費_循環器系の疾患 ※本紙 P.25

疾病分類（中分類）別_外来医療費_腎不全 ※本紙 P.29

疾病分類（大分類）	医療費（円）	入院医療費に占める割合	疾病分類（中分類）	医療費（円）	外来医療費に占める割合
循環器系の疾患	124,448,280	13.5%	腎不全	126,957,020	9.1%

受診率（被保険者千人当たりレセプト件数）_生活習慣病における重篤な疾患 ※本紙 P.32

重篤な疾患	三木町	国	国との比
虚血性心疾患	5.1	4.7	1.08
脳血管疾患	8.0	10.2	0.78
慢性腎臓病（透析あり）	40.4	30.3	1.33



2. 生活習慣病

【生活習慣病】外来医療、健診受診者のうち、受診勧奨対象者

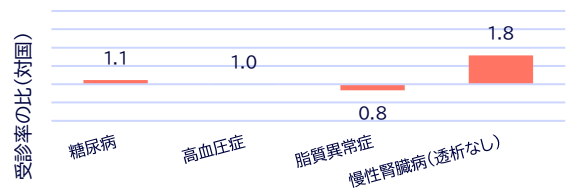
生活習慣病基礎疾患の外来医療費に占める割合は「糖尿病」が8.8%、「高血圧症」が4.3%、「脂質異常症」が2.8%となっている。基礎疾患及び「慢性腎臓病（透析なし）」の外来受診率は、「脂質異常症」が国より低い。

疾病分類（中分類）別_外来医療費_基礎疾患（男女合計） ※本紙 P.29

疾病分類（中分類）	医療費（円）	外来医療費に占める割合
糖尿病	124,033,930	8.8%
高血圧症	60,770,800	4.3%
脂質異常症	39,308,200	2.8%

受診率（被保険者千人当たりレセプト件数）_基礎疾患 ※本紙 P.32

基礎疾患及び慢性腎臓病（透析なし）	三木町	国	国との比
糖尿病	724.5	651.2	1.11
高血圧症	868.2	868.1	1.00
脂質異常症	478.4	570.5	0.84
慢性腎臓病（透析なし）	25.8	14.4	1.79

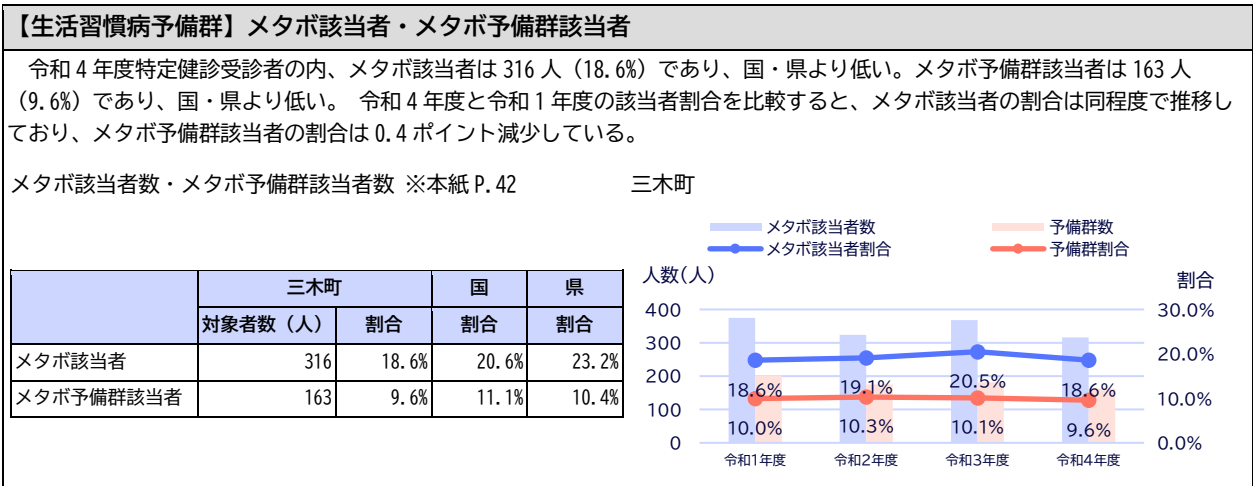


受診勧奨対象者のうち服薬が確認されていない人の割合は、血糖ではHbA1cが6.5%以上であった人の23.3%、血圧ではⅠ度高血圧以上であった人の50.7%、脂質ではLDL-C140mg/dL以上であった人の76.7%、腎機能ではeGFR45ml/分/1.73m²未満であった人の16.1%である。

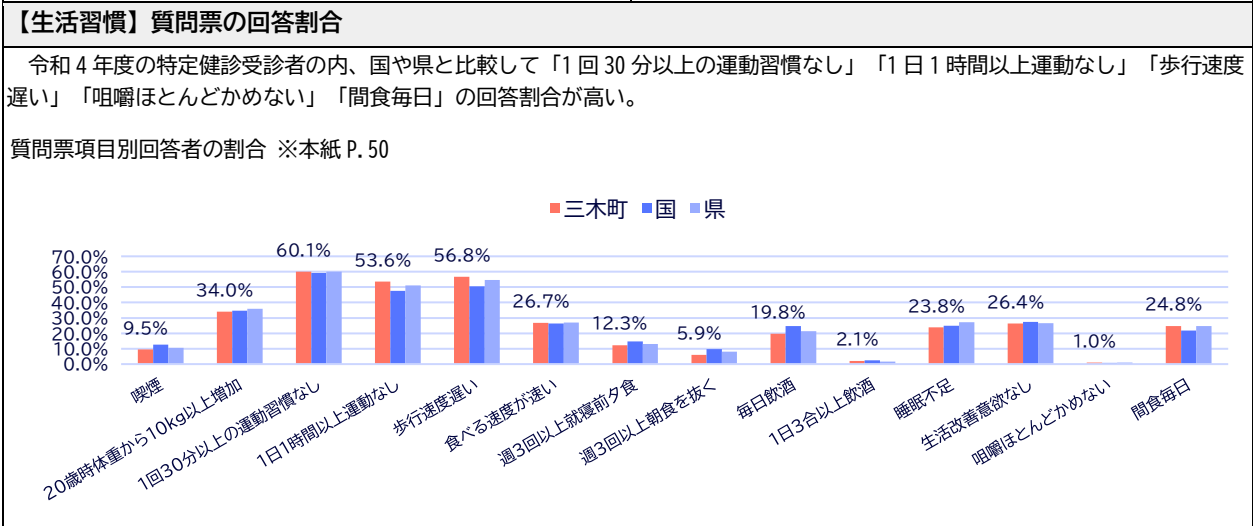
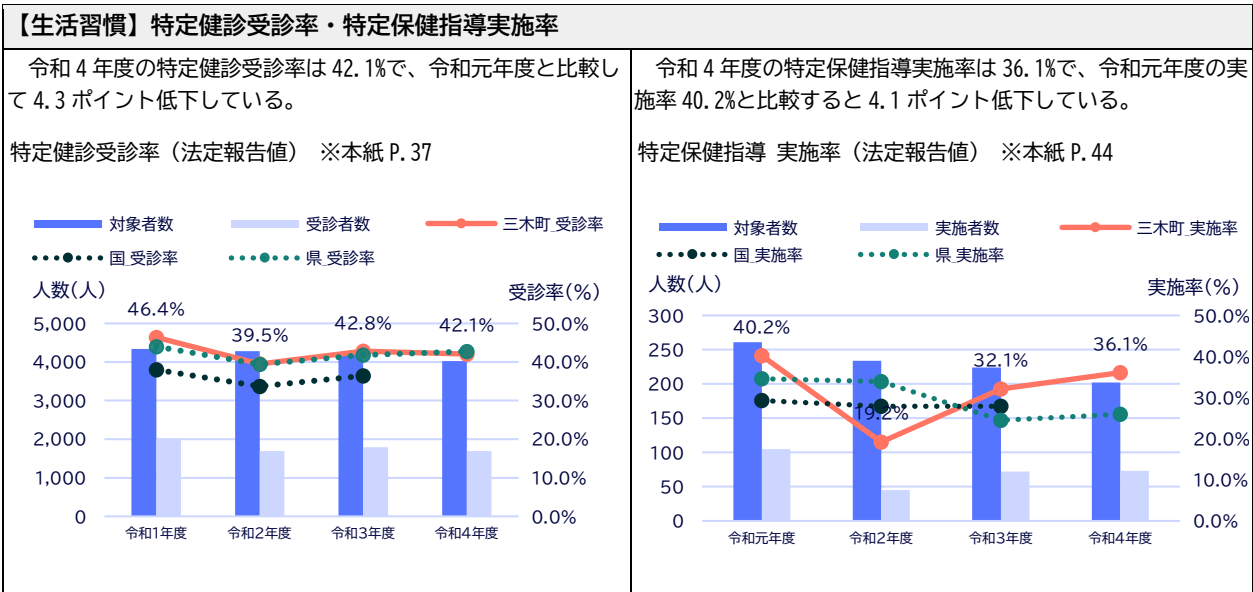
特定健診受診者における受診勧奨対象者（血糖・血圧・脂質・腎機能）の服薬状況 ※本紙 P.49

血糖（HbA1c）	該当者数（人）	服薬なし（人）	服薬なし_割合	血圧	該当者数（人）	服薬なし（人）	服薬なし_割合
6.5%以上 7.0%未満	56	22	39.3%	Ⅰ度高血圧	334	175	52.4%
7.0%以上 8.0%未満	43	4	9.3%	Ⅱ度高血圧	65	29	44.6%
8.0%以上	17	1	5.9%	Ⅲ度高血圧	9	3	33.3%
合計	116	27	23.3%	合計	408	207	50.7%
脂質（LDL-C）	該当者数（人）	服薬なし（人）	服薬なし_割合	腎機能（eGFR）	該当者数（人）	服薬なし（人）	服薬なし_割合
140mg/dL 以上	279	223	79.9%	30ml/分/1.73m ² 以上	27	5	18.5%
160mg/dL 未満				45ml/分/1.73m ² 未満			
160mg/dL 以上	113	82	72.6%	15ml/分/1.73m ² 以上	2	0	0.0%
180mg/dL 未満				30ml/分/1.73m ² 未満			
180mg/dL 以上	42	28	66.7%	15ml/分/1.73m ² 未満	2	0	0.0%
合計	434	333	76.7%	合計	31	5	16.1%

3. 生活習慣病予備群・メタボリックシンドローム



4. 不健康な生活習慣



5. 健康課題の整理

考察	健康課題
◀重症化予防 保健事業により予防可能な重篤疾患をみると、三木町では女性の腎不全の SMR は国と比べて高い。慢性腎臓病の外來受診率は国と比べて高いことから、同疾患は、国と比べて多く発生していると考えられる。脳血管疾患による SMR は国と比べて同等かやや低い状況にあるが、脳血管疾患の入院受診率は国と比べて低い水準にあるため、同疾患は国と同程度発生しているものの、適切な入院、治療につながらずに死亡に至っている可能性が考えられる。 外來治療の状況と合わせて見ると、脳血管疾患・腎不全の原因となる動脈硬化を促進する糖尿病・高血圧の外來受診率が国と比べて同等かやや高い一方で、脂質異常症の外來受診率が国と比べて低い。また、特定健診受診者においては、血糖・血圧・脂質に関して受診勧奨判定値を上回っていて該当疾患に関する服薬が出ていないものが血糖（HbA1c7.0%以上）では約 1 割、血圧（Ⅱ度高血圧以上）では約 4 割、血中脂質（LDL-C160mg/dL 以上）では約 7 割存在している。これからの事実から、基礎疾患の有病者が外來治療に適切につながっていない結果、生活習慣病が重症化し、脳血管疾患、糖尿病、および慢性腎臓病の発症につながっている可能性が考えられる。	#1 重篤な疾患の発症を防ぐことを目的に、健診を受診し受診勧奨判定値を超えたものに対して適切な医療機関の受診を促進することが必要。
◀発症予防 特定健診受診率、特定保健指導実施率は国と比べて高い。特定保健指導の実施率を維持しさらに高めることで、メタボリックシンドローム該当者・予備群該当者を減少させられ、生活習慣病への移行を抑止できる可能性が考えられる。	#2 メタボリックシンドローム該当者・予備群該当者を減少させることを目的に、特定保健指導の実施率を向上することが必要。 また、生活習慣病予防につながる口腔ケアを促進するため、歯科受診および保健指導率の向上が必要。
◀一次予防 特定健診受診率が国と比べて高く、経年でみると横ばいとなっている。 一方、特定健診未受診者の内、約 2 割が生活習慣病の治療を受けておらず、健康状態が不明の状況にあるから、本来医療機関受診勧奨や特定保健指導による介入が必要な人が特定健診で捉えられていない可能性が考えられる。	#3 今以上に適切に特定保健指導や重症化予防事業につなぐことを目的に、特定健診の受診率を向上することが必要。
◀健康づくり 特定健診受診者における質問票の回答割合を見ると、「3 食以外間食 毎日」の割合が国と比べて多いことから、このような生活習慣が継続した結果、高血糖や高血圧、脂質異常の状態に至り、動脈硬化が進行した結果、最終的に脳血管疾患や慢性腎臓病の発症に至る者が多い可能性が考えられる。	#4 生活習慣病の進行、重篤疾患の発症を防ぐことを目的に、被保険者における食習慣、運動習慣の改善が必要。
◀一体的実施 介護認定者における有病割合を見ると、心臓病や脳血管疾患といった重篤な疾患においても、また、糖尿病・高血圧症・脂質異常症といった基礎疾患においても、有病割合は前期高齢者に比べ後期高齢者の方が多い。また、医療費の観点では、脳梗塞や慢性腎臓病の医療費が総医療費に占める割合は、前期高齢者よりも後期高齢者の方が多い。これらの事実から、国保被保険者への生活習慣病の重症化予防が、後期高齢者における重篤疾患発症の予防につながる可能性が考えられる。	#5 将来の重篤な疾患の予防のために国保世代への重症化予防が必要。
◀服薬適正・医療費適正化 重複服薬者が 52 人、多剤服薬者が 25 人と、医療費適正化・健康増進の観点で服薬を適正化すべきと考える人が一定数存在する可能性がある。令和 4 年 9 月時点の後発医薬品の使用割合は 80.3%で、県の 77.4%と比較して 2.9 ポイント高い。	#6 重複・多剤服薬者に対して服薬の適正化が必要。また、後発医薬品の使用割合を維持する必要がある。

6. データヘルス計画の目標と個別保健事業

◀重症化予防

記載事項		主な項目	開始時	目標値
目標		糖尿病未治療者・治療中断者の減	43.8%	100%
		CKD 受診勧奨対象者の未受診者の減	94.7%	100%
		高血圧受診勧奨レベル者の減	76.7%	保健指導実施率 100%
記載事項	健康課題	主な保健事業名	新規/継続	事業アウトカム指標
個別保健事業	#1	糖尿病重症化予防事業	継続	糖尿病介入者の改善状況 HbA1c
	#1	CKD 予防事業	継続	CKD 介入者の改善状況 CKD ステージ
	#1	高血圧予防事業	継続	受診勧奨レベル者の割合

◀発症予防

記載事項		主な項目	開始時	目標値
目標		特定保健指導実施率 60%	36.1%	100%
		メタボリックシンドローム該当者の減少率 30%	19.6%	30%
		受診勧奨による歯科受診の増	54.5%	80%
記載事項	健康課題	主な保健事業名	新規/継続	事業アウトカム指標
個別保健事業	#2	特定保健指導	継続	特定保健指導による特定保健指導対象者の減少率
	#2	歯科保健事業	継続	噛みにくいと回答した者の割合

◀一次予防

記載事項		主な項目	開始時	目標値
目標		特定健診受診率 60%	42.1%	60.0%
記載事項	健康課題	主な保健事業名	新規/継続	事業アウトカム指標
個別保健事業	#3	特定健診受診率向上事業	継続	特定健診受診率

◀健康づくり

記載事項		主な項目	開始時	目標値
目標		望ましい食生活・運動習慣・口腔ケアの実施	17.8%	朝昼夕の3食以外に間食や甘い者を毎日摂取と回答した割合 12.0%
記載事項	健康課題	主な保健事業名	新規/継続	事業アウトカム指標
個別保健事業	#4	地域の健康教育	継続	朝昼夕の3食以外に間食や甘い者を毎日摂取と回答した割合
	#4	健康づくり講演会	継続	アンケートによる理解度

←一体的実施

記載事項		主な項目	開始時	目標値
目標		糖尿病性腎症に至るような重症化を予防する 自身の身体状態を把握し、身体的フレイルを予防する	0%	前年度減
			125 人	前年度増か維持
			－	前年度維持
記載事項	健康課題	主な保健事業名	新規/継続	事業アウトカム指標
個別保健事業	#5	糖尿病性腎症重症化予防（ハイリスクアプローチ）	継続	対象者のうち新規透析導入割合
	#5	フレイル状態の把握（ポピュレーションアプローチ）	継続	通いの場等における健康教育への参加者数
	#5	CKD 予防事業	新規	CKD 介入者の改善状況 CKD ステージ

◀服薬適正・医療費適正化

記載事項		主な項目	開始時	目標値
目標		重複・多剤投与者の減	81 人	69 人
			31 人	19 人
		後発医薬品の使用増	－	国の標準指標に準ずる （策定段階で指標が不明なため）
記載事項	健康課題	主な保健事業名	新規/継続	事業アウトカム指標
個別保健事業	#6	重複頻回受診対策	継続	重複投与者の減（対1万人） 多剤投与者の減（対1万人）
	#6	ジェネリック医薬品の使用促進	継続	国の標準指標に準ずる （策定段階で指標が不明なため）