

秩父別町国民健康保険

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

令和6年度（2024年）～令和11年度（2029年）

秩父別町データヘルス計画の目的

一病息災！！良好なコントロール

健診や栄養・健康情報を活用し自分の健康状態にあったよりよい生活習慣を取り入れ、必要に応じて適切な医療受診にて重症化せず元気に過ごせる。

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、評価等が市町村に求められた。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期を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。したがって、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秩父別町健康増進計画、北海道医療費適正化計画、介護保険事業計画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関係部局とも十分連携しながら本計画を策定する。また、保健部局、保健所との連携により、地域特性を活かしながら、医療・介護・予防を包括的に確保する。	
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
計画策定に際して、まず秩父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、秩父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。 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。

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）

秩父別町の死因のうち、死因第1位は「悪性新生物」で全死亡者の40.0%を占めている。死亡数が少ないために単年度では一概に判断は困難だが、予防可能な主な疾患の令和3年の死亡者数に占める割合は、「虚血性心疾患」が156.0、「脳血管疾患」が90.1、「腎不全」が177.9である。

<疾病別死因割合>

40.0%

11.1%

6.7%

6.7%

6.7%

4.4%

2.2%

2.2%

2.2%

悪性新生物
脳血管疾患
高血圧症
心疾患（脳血管性除く）
老衰
肺炎
大動脈瘤及び解離
慢性閉塞性肺疾患
交通事故

<標準化死亡比（SMR）>

死因	標準化死亡比（SMR）	
	秩父別町	国
虚血性心疾患	156.0	100
脳血管疾患	90.1	100
腎不全	177.9	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、とくに「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	49	27.7%	24.3%	24.6%	21.6%
高血圧症	84	51.2%	53.3%	50.0%	54.3%
脂質異常症	58	36.0%	32.6%	31.1%	29.6%
心臓病	92	55.9%	60.3%	55.3%	60.8%
脳血管疾患	26	15.7%	22.6%	20.6%	22.1%
がん	9	5.8%	11.8%	12.3%	10.3%
精神疾患	64	40.3%	36.8%	35.0%	37.4%
うち_認知症	48	29.5%	24.0%	21.6%	24.8%
アルツハイマー病	35	23.2%	18.1%	15.9%	18.6%
筋・骨格関連疾患	87	51.5%	53.4%	50.0%	54.6%

【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、「脂質異常症」「糖尿病」の医療費が減少している。また、令和4年度時点で総医療費に占める疾病別の割合を国と比較すると「基礎疾患」の割合が高い。道と比較すると「基礎疾患」の割合が高い。

<生活習慣病医療費の平成30年度比較>

疾病名		秩父別町				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	割合	割合	割合
生活習慣病医療費		55,538,630	24.4%	48,487,870	21.5%	21.5%	16.4%	18.4%
基礎疾患	糖尿病	18,605,230	8.2%	16,599,540	7.4%	7.4%	5.3%	6.0%
	高血圧症	10,511,870	4.6%	10,363,220	4.6%	4.6%	3.0%	3.5%
	脂質異常症	13,675,410	6.0%	9,129,660	4.1%	4.1%	1.7%	1.8%
	高尿酸血症	83,830	0.0%	126,690	0.1%	0.1%	0.0%	0.1%
重症化した生活習慣病	動脈硬化症	0	0.0%	14,560	0.0%	0.0%	0.1%	0.1%
	脳出血	2,416,700	1.1%	2,877,810	1.3%	1.3%	0.6%	0.7%
	脳梗塞	1,311,110	0.6%	186,810	0.1%	0.1%	1.5%	1.4%
	狭心症	1,987,550	0.9%	4,049,460	1.8%	1.8%	1.4%	1.1%
	心筋梗塞	138,820	0.1%	0	0.0%	0.0%	0.3%	0.3%
	慢性腎臓病（透析あり）	6,808,110	3.0%	5,140,120	2.3%	2.3%	2.3%	3.3%
総額		227,870,170		225,374,570				

2

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)

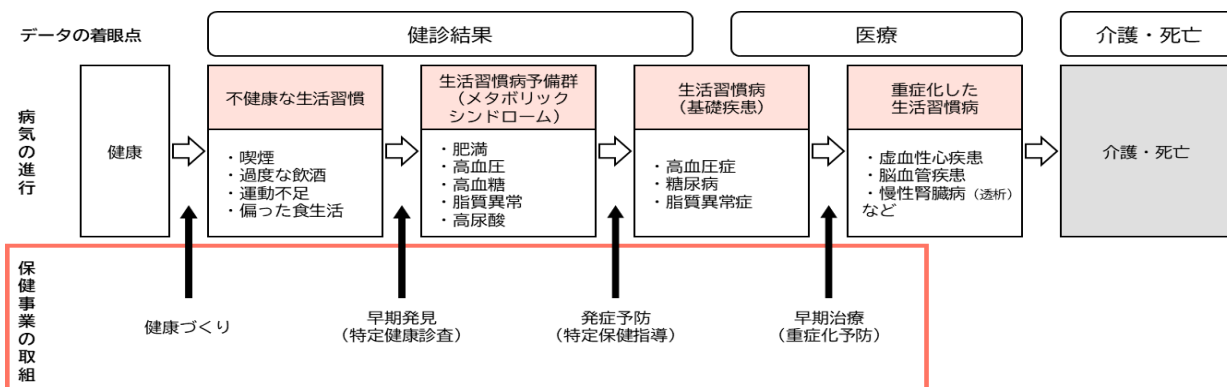
基礎疾患と重篤な疾患の重なり	
「虚血性心疾患」「脳血管疾患」「慢性腎臓病」をはじめとした重症化した生活習慣病に至る者の多くは「高血圧症」「糖尿病」「脂質異常症」といった複数の基礎疾患を有した状態で発症する。重症化した疾患を予防するためには、特定健診を通じて疾患が重症化する前に早期発見・早期治療をすることが重要である。	
【健診】特定健診受診率・特定保健指導実施率 「高血圧症」「糖尿病」「脂質異常症」といった生活習慣病は、自覚症状がほとんどないため、定期的な健診受診による自身の健康状態の把握や、生活習慣改善のきっかけづくりが大切である。 <特定健診受診率> 特定健診は生活習慣病の早期発見を主な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46.7%であり、平成30年度と比較して4.7ポイント低下している。 <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。 令和4年度の特定保健指導の対象者は14人で、このうち、特定保健指導実施率は71.4%である。	【健診】有所見者の状況 有所見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。 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」「腹囲」「空腹時血糖」「拡張期血圧」「LDL-C」「ALT」の有所見率が高い。 <特定健診受診者における有所見者の割合>
【健診】メタボリックシンドロームの状況 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」を指し（厚生労働省より引用）、生活習慣病の前段階と呼ぶべき状態である。 令和4年度の特定健診受診者におけるメタボ該当者は35人（17.3%）であり、平成30年度と比較して増加している。 <メタボ該当者・メタボ予備群該当者の推移>	【健診】受診勧奨対象者の状況 HbA1c7.0%以上の人は11人で、平成30年度と比較すると割合は増加している。 Ⅱ度高血圧以上の人は13人で、平成30年度と比較すると割合は増加している。 LDLコレステロール160mg/dl以上の人は16人で、平成30年度と比較すると割合は増加している。 <受診勧奨対象者の推移>

3. 秩父別町で暮らす人の生活習慣

【健診】生活習慣の状況
特定健診受診者の質問票の回答状況から、秩父別町における喫煙や運動習慣、食事、睡眠などの生活習慣における傾向が把握できる。 令和4年度の特定健診受診者の質問票から生活習慣の状況をみると、「喫煙」「20歳時体重から10kg以上増加」「1回30分以上の運動習慣なし」「歩行速度遅い」「生活改善意欲なし」の回答割合が高い。

4. 健康課題まとめ

秩父別町が、いつまでも自分らしく元気に生活するためには、取組のポイントに応じた健康課題の整理と健康課題を解決するための保健事業の立案を行い、疾病の段階が進まないように取り組むことが重要である（下図）。



考察	健康課題
死亡や介護、入院の要因として「虚血性心疾患」や「脳血管疾患」が把握され、これらは予防可能な疾患であることから、中長期的に減らしていきたい疾患である。これらの疾患を減らしていくためには、特定健診を受けて要精密検査となった方の要精密検査受診率が高まり、医療が必要と判断された場合は早期治療につながる事が重要である。 秩父別町では、「血圧」「脂質」で要精密検査になる方が毎年いて、さらに重複して「血糖」のコントロール不良疑いの方が出てきていることから重症化予防に取り組む必要があると推測される。	重症化予防 #1 「虚血性心疾患」「脳血管疾患」が医療費、平均自立期間に影響している。 #2 生活習慣病の内服治療歴があるもののコントロール不良者がいる。 (血圧、脂質、血糖等の重複治療者)
SMRでは肺がん以外は100を下回っているものの、本町の死因に起因する疾患で「肺がん」「胃がん」「大腸がん」が10位以内で、医療費においてもがんの占める割合が高い。早期発見のためのがん検診受診率は女性のがんの乳がん、子宮がんを含め5つのがんともに国・道より大きく高いが、早期発見・早期治療のために引き続き受診率向上に取り組む必要がある。	がん #3 がん医療費が高い。 (検診で可能ながんの早期発見)
保健指導実施率は国・道よりも高く、保健指導該当者割合も微減しているが経年継続して指導対象となる方が多い。また、生活習慣病の発症や重症化リスクが高い「高血糖」「高血圧」「脂質異常該当者」の3つが重複して該当する方が一定数(令和4年度で12人)あり、主体的な取り組みにつながるような生活習慣病発症予防のアプローチが必要である。	生活習慣病発症予防・保健指導 #4 「高血糖」「高血圧」「脂質異常該当者」の3リスク該当者が微増している。
特定健診受診率は、国・道よりも高いものの、平成28年をピークに微減している。また、健康状態不明者(健診なし治療なし)の方が一定数(令和4年度で65人)存在する。健康状態不明者の実態を把握し、さらなる特定健診の受診率の向上が必要である。	早期発見・特定健診 #5 特定健診受診率の回復・向上
特定健診受診者の質問票回答状況から、男性は「喫煙」「食べる速度が速い」が高く、また男女ともに「20歳から10kg以上の体重増加」「歩行速度が遅い」が高く、ほとんどの方は車移動が主で運動不足が多い傾向が伺える。 生活習慣病の予防とさらには将来的なフレイル予防のためにも、望ましい食習慣・運動習慣の取り組みが必要である。	健康づくり・社会環境体制整備 #6 男性は喫煙者が多い。 #7 運動不足傾向から体重増加や歩行速度に影響している方が多い。
後期高齢者の入院や介護の要因として「脳血管疾患」や「虚血性心疾患」が把握され、医療費の構成割合も高い。また、「筋・骨格関連疾患」の医療費占める割合も高い。 これらは予防可能な疾患であることから国保世代から有償化予防、生活習慣病予防、合わせてフレイル予防にも取り組んでいく必要がある。	高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施 #8 後期世代での「脳血管疾患」「虚血性心疾患」の発症が多い #9 後期世代での「筋・骨格疾患」の発症が多い
高齢化が進展し一人当たりの医療費の高騰が今後も懸念されるため、予防可能な疾患の入院医療費の減少や、重複処方対象者への支援等の医療費適正化に資する取り組みにより、国保医療制度を維持していく必要がある。	医療費適正化 #10 高齢化に伴う医療費の高騰が予測されるため、医療費適正化に資する取り組みが必要

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計画について記載する。

1. データヘルス計画の目標

※道の評価指標に準じて設定

記載事項		評価指標	開始時	目標値基準 (開始時から)	参照値 (道数値)
目標	最上位目標	平均自立期間（要介護2以上）【延伸】	男性：81.0 女性：89.6	維持	男性：79.6 女性：84.2
		総医療費に占める脳血管疾患の入院医療費の割合【抑制】	2.4%	維持	7.4%
		総医療費に占める虚血性心疾患の入院医療費の割合【抑制】	5.4%	維持	6.0%
		総医療費に占める慢性腎不全（透析あり）の医療費の割合【抑制】	2.7%	維持	3.5%
	中・長期目標 (3～6年後)	新規脳血管疾患患者数【抑制】	6人	減少	8,638人
		新規虚血性心疾患患者数【抑制】	7人	減少	9,215人
		新規人工透析導入者数【抑制】	1人	減少	365人
	短期目標 *代表的なもの (各年)	HbA1c6.5%以上の割合【減少】	8.4%	維持	9.4%
		Ⅱ度高血圧（拡張期160・収縮期100）以上の割合【減少】	6.4%	維持	7.0%
		LDLコレステロール140mg/dl以上の割合【減少】	24.8%	維持	26.3%
		糖尿病重症化予防対象者のうち、未治療者の医療機関受診率【増加】	0.0%	道基準	38.5%
		高血圧重症化予防対象者のうち、未治療者の医療機関受診率【増加】	26.3%	維持	16.7%
		脂質異常症重症化予防対象者のうち、未治療者の医療機関受診率【増加】	20.0%	維持	15.2%
		メタボ該当者割合【減少】	17.3%	減少	20.3%
		メタボ予備群割合【減少】	12.4%	減少	11.0%
		特定保健指導実施率【維持】	71.4%	維持	36.0%
		特定保健指導対象者数【減少】	14人	減少	23,852人
		特定健康診査実施率【回復】	46.7%	増加	29.7%
		喫煙率【減少】	男性：38.2% 女性：8.8%	道基準	男性：24.6% 女性：9.6%
		1日飲酒量が多い者の割合【減少】	2.8%	減少	3.2%
		運動習慣のない者の割合【減少】	66.0%	道基準	62.2%

2. 重点的な個別保健事業計画

◀重症化予防

健康課題	個別保健事業名	新規/継続	事業アウトカム
#1, #2	糖尿病性腎症重症化予防事業	継続	HbA1c改善平均値
#1, #2	住民健診時個別ベンチ相談	継続	相談実施率（相談数/対象者数）
#1, #2	治療中断者重症化予防事業	新規	健診受診率

◀生活習慣病発症予防・保健指導

健康課題	個別保健事業名	新規/継続	事業アウトカム
#4, #6, #7	特定保健指導事業	継続	特定保健指導実施率
#4, #6, #7	健診結果振り返り事業	継続（一部新規）	アプローチ実施率

◀早期発見・特定健診

健康課題	個別保健事業名	新規/継続	事業アウトカム
#5	特定健康診査	継続	特定健診受診率
#5	未受診者対策事業	継続（事業方法は新規内容）	受診勧奨通知率

※健康課題#3, #8, #9は、健康増進計画で計画する。

3. その他の個別保健事業計画一覧

個別保健事業名	新規/継続	事業アウトカム
住民健診栄養健康教育	継続	リーフレット持ち帰り率 80% (リーフレット持ち帰り数/住民健診受診者総数)
生活改善事業健康料理教室	継続	実施後アンケート回収率 100%
栄養健康情報発信	継続	—
健康ポイント事業	継続	—
ストレスチェック事業	継続	良判定率(心配なし判定) 70%
わかば検診(若年健診)	継続	受診率20%
人間ドック	継続	特定健診受診率
脳の検診	継続	要精検受診率 100%
脳ドック・肺ドック	継続	要精検受診率 100%
健康レポート事業	新規	特定健診受診率 令和11年度 60%
治療中断者重症化予防事業	新規	健診受診率(特定健診受診数/受診勧奨数)
重複・多剤服薬適正化勧奨事業	検討	指導率(指導数/対象数)