

根室市

第3期 国民健康保険データヘルス計画
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）

令和6年4月
北海道根室市

目次

第1章 基本的事項.....	1
1 計画の背景・趣旨.....	1
2 計画の位置づけ.....	2
3 計画期間.....	3
4 実施体制・関係者連携.....	3
5 標準化の推進.....	4
第2章 前期計画等に係る考察.....	6
1 健康課題・目的・目標の再確認.....	6
2 評価指標による目標評価と要因の整理.....	7
(1) 中・長期目標の振り返り.....	7
(2) 中・長期目標を達成させるための短期的な目標.....	8
(3) 第2期データヘルス計画の総合評価.....	9
第3章 根室市の健康・医療情報等の分析に基づく健康課題の抽出.....	10
1 基本情報.....	10
(1) 人口の変化及び高齢化率と経年推移.....	10
(2) 男女別の平均余命及び平均自立期間と経年推移.....	11
2 死亡の状況.....	12
(1) 死因別死亡者数.....	12
(2) 死因別の標準化死亡比（SMR）.....	13
(3) （参考）5がん（胃がん・肺がん・大腸がん・子宮頸がん・乳がん）検診の受診率.....	14
3 介護の状況.....	15
(1) 一件当たり介護給付費.....	15
(2) 要介護（要支援）認定者数・割合.....	15
(3) 要介護・要支援認定者の有病状況.....	16
4 国保加入者の医療の状況.....	17
(1) 国保被保険者構成.....	17
(2) 総医療費及び一人当たり医療費.....	18
(3) 一人当たり医療費と医療費の3要素.....	19
(4) 疾病別医療費の構成.....	20
(5) その他.....	24
5 国保加入者の生活習慣病の状況.....	25
(1) 生活習慣病医療費.....	26
(2) 基礎疾患の有病状況.....	27
(3) 重症化した生活習慣病と基礎疾患の重なり.....	27
(4) 人工透析患者数.....	28
6 特定健診・特定保健指導・生活習慣の状況.....	29
(1) 特定健診受診率.....	30
(2) 健康状態不明者（健診なし治療なし）.....	31
(3) 有所見者の状況.....	32
(4) メタボリックシンドローム.....	34
(5) 特定保健指導実施率.....	37
(6) 受診勧奨対象者.....	38
(7) 生活習慣病の発症・重症化リスクが高い受診勧奨対象者の治療状況.....	41

(8) 質問票の回答.....	42
7 高齢者の保健事業と介護予防の一体的な実施に係る状況	43
(1) 後期高齢者医療制度の被保険者構成.....	44
(2) 年代別の要介護（要支援）認定者の有病状況.....	44
(3) 後期高齢者医療制度の医療費.....	45
(4) 後期高齢者健診.....	46
(5) 地域包括ケアに係る取組及びその他の留意事項.....	47
8 健康課題の整理	48
(1) 現状のまとめ.....	48
(2) 生活習慣病に関する健康課題の整理.....	49
(3) 高齢者の特性を踏まえた健康課題の整理.....	50
(4) 医療費適正化に係る課題の整理.....	50
第4章 データヘルス計画の目的・目標.....	51
第5章 目的・目標を達成するための保健事業.....	53
1 保健事業の整理	53
(1) 重症化予防.....	53
(2) 生活習慣病発症予防・保健指導.....	56
(3) 早期発見・特定健診.....	59
(4) 健康づくり・社会環境体制整備.....	60
(5) 高齢者の保健事業と介護予防の一体的な実施.....	61
2 個別保健事業計画・評価指標の整理	62
第6章 データヘルス計画の全体像の整理.....	63
第7章 計画の評価・見直し.....	64
1 評価の時期	64
(1) 個別事業計画の評価・見直し.....	64
(2) データヘルス計画の評価・見直し.....	64
2 評価方法・体制	64
第8章 計画の公表・周知.....	64
第9章 個人情報の取扱い.....	64
第10章 第4期 特定健康診査等実施計画.....	65
1 計画の背景・趣旨	65
(1) 背景・趣旨.....	65
(2) 特定健診・特定保健指導を巡る国の動向.....	66
(3) 計画期間.....	66
2 第3期計画における目標達成状況	67
(1) 全国の状況.....	67
(2) 根室市の状況.....	68
(3) 国の示す目標.....	73
(4) 根室市の目標.....	73
3 特定健診・特定保健指導の実施方法	74
(1) 特定健診.....	74
(2) 特定保健指導.....	76

4 特定健診受診率・特定保健指導実施率向上に向けた主な取組	77
(1) 特定健診	77
(2) 特定保健指導	77
5 その他.....	78
(1) 計画の公表・周知	78
(2) 個人情報の保護	78
(3) 実施計画の評価・見直し	78
参考資料 用語集.....	79

第1章 基本的事項

1 計画の背景・趣旨

平成 25 年 6 月に閣議決定された「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とともに、市町村国保が同様の取組を行うことを推進する。」ことが示された。これを踏まえ、平成 26 年 3 月に「国民健康保険法に基づく保健事業の実施等に関する指針」において、保険者は「健康・医療情報を活用して 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）を策定したうえで、保健事業の実施・評価・改善等を行う」ものとされた。

その後、平成 30 年 4 月から都道府県が財政運営の責任主体として共同保険者となり、また、令和 2 年 7 月に閣議決定された「経済財政運営と改革の基本方針 2020（骨太方針 2020）」において、「保険者のデータヘルス計画の標準化等の取組の推進」が掲げられ、令和 4 年 12 月に経済財政諮問会議における「新経済・財政再生計画改革工程表 2022」において、「保険者が策定するデータヘルス計画の手引きの改訂等を行うとともに、当該計画の標準化の進展にあたり、保険者共通の評価指標やアウトカムベースでの適切な KPI の設定を推進する。」と示された。

こうした背景を踏まえ、根室市では、被保険者の健康課題を的確に捉え、課題に応じた保健事業を実施することにより、健康の保持増進、生活の質（QOL）の維持及び向上を図り、結果として医療費の適正化にも資することを目的とし、データヘルス計画を策定し保健事業の実施、評価、改善等を行うこととする。

2 計画の位置づけ

データヘルス計画とは、「被保険者の健康の保持増進に資することを目的として、保険者が効果的・効率的な保健事業の実施を図るため、特定健康診査・特定保健指導の結果、レセプトデータ等の健康・医療情報を活用して、PDCA サイクルに沿って運用するもの」とデータヘルス計画策定の手引きにおいて定義されている。（以下、特定健康診査を「特定健診」という。）

また、同手引きにおいて、「計画は、健康増進法（平成 14 年法律第 103 号）に基づく基本方針を踏まえるとともに、都道府県健康増進計画、都道府県医療費適正化計画、介護保険事業（支援）計画、後期高齢者保健事業の実施計画（以下、「後期高齢者データヘルス計画」という。）、国民健康保険運営方針、特定健康診査等実施計画と調和のとれたものとする」ことが求められており、その際に、「他計画の計画期間、目的、目標を把握し、データヘルス計画との関連事項・関連目標を確認するプロセスが重要」とされている。

根室市においても、他の計画における関連事項・関連目標を踏まえ、データヘルス計画において推進、強化する取組等について検討していく。

年度	H30	R1	R2	R3	R4	R5	R6	R7	R8	R9	R10	R11
	2018	2019	2020	2021	2022	2023	2024	2025	2026	2027	2028	2029
根室市 国保	第 2 期データヘルス計画						第 3 期データヘルス計画					
	第 3 期特定健康診査等実施計画						第 4 期特定健康診査等実施計画					
根室市	第 2 次 健康増進計画							第 3 次 健康増進計画				
	第 7 期 介護保険事業計画			第 8 期 介護保険事業計画			第 9 期 介護保険事業計画					
道	道健康増進計画（第 2 次）						道健康増進計画（第 3 次）					
	道医療費適正化計画（第 3 期）						道医療費適正化計画（第 4 期）					
	道国民健康保険運営方針			道国民健康保険運営方針			道国民健康保険運営方針					
後期	第 2 期データヘルス計画						第 3 期データヘルス計画					

3 計画期間

本計画の期間は、令和6年度（2024年）から令和11年度（2029年）までの6年間である。

4 実施体制・関係者連携

根室市では、被保険者の健康の保持増進を図り、病気の予防や早期回復を図るために、国保部局が中心となって、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。計画策定後は、計画に基づき効果的・効率的な保健事業を実施して、個別の保健事業の評価や計画の評価をし、必要に応じて計画の見直しや次期計画に反映させる。また、必要時には健康推進部局や後期高齢者医療部局、介護保険部局、生活保護（福祉事務所等）部局と連携してそれぞれの健康課題を共有するとともに、後期高齢者医療制度等の健康課題も踏まえて保健事業を展開する。

計画の策定等に当たっては、共同保険者である都道府県のほか、国民健康保険団体連合会（以下、「国保連」という。）や国保連に設置される保健事業支援・評価委員会、地域の医師会、歯科医師会、薬剤師会、看護協会、栄養士会等の保健医療関係者等、保険者協議会、後期高齢者医療広域連合、健康保険組合等の他の医療保険者、地域の医療機関や大学等の社会資源等と連携、協力する。

本計画は、被保険者の健康の保持増進が最終的な目的であり、その実効性を高める上では、被保険者自身が状況を理解して主体的・積極的に取り組むことが重要である。

5 標準化の推進

データヘルス計画が都道府県レベルで標準化されることにより、共通の評価指標による域内保険者の経年的なモニタリングができるようになるほか、地域の健康状況や健康課題の分析方法、計画策定、評価等の一連の流れを共通化することで、これらの業務負担が軽減されることが期待されている。根室市では、北海道等の方針を踏まえ、データヘルス計画を運用することとする。

図表 1-5-1-1：北海道のデータヘルス計画標準化に係る共通評価指標

目的	
道民が健康で豊かに過ごすことができる	

最上位目標		評価指標	目標
アウトカム	健康寿命の延伸	平均自立期間	延伸
	医療費の構造変化	総医療費に占める脳血管疾患の入院医療費の割合	抑制
		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
		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
中・長期目標		評価指標	目標
アウトカム	生活習慣病重症化予防	新規脳血管疾患患者数	抑制
		新規虚血性心疾患患者数	抑制
		新規人工透析導入者数	抑制
短期目標		評価指標	目標
アウトカム	健康づくり	メタボリックシンドローム該当者の割合	減少
		メタボリックシンドローム予備群該当者の割合	減少
		喫煙率	減少
		1日飲酒量が多い者の割合	減少
		運動習慣のない者の割合	減少
	特定保健指導	特定保健指導による特定保健指導対象者の減少率	増加
	生活習慣病重症化予防	HbA1c8.0%以上の割合	減少
		HbA1c7.0%以上の割合	減少
		HbA1c6.5%以上の割合	減少
		Ⅲ度高血圧（収縮期 180mmHg・拡張期 110mmHg）以上の割合	減少
		Ⅱ度高血圧（収縮期 160mmHg・拡張期 100mmHg）以上の割合	減少
		Ⅰ度高血圧（収縮期 140mmHg・拡張期 90mmHg）以上の割合	減少
		LDL コレステロール 180mg/dl 以上の割合	減少
		LDL コレステロール 160mg/dl 以上の割合	減少
LDL コレステロール 140mg/dl 以上の割合	減少		
アウトプット	特定健診	特定健康診査実施率	向上
	特定保健指導	特定保健指導実施率	向上
	生活習慣病重症化予防	糖尿病重症化予防対象者（市町村別）のうち、未治療者の医療機関受診率	増加
		高血圧症重症化予防対象者（市町村別）のうち、未治療者の医療機関受診率	増加
脂質異常症重症化予防対象者（市町村別）のうち、未治療者の医療機関受診率		増加	

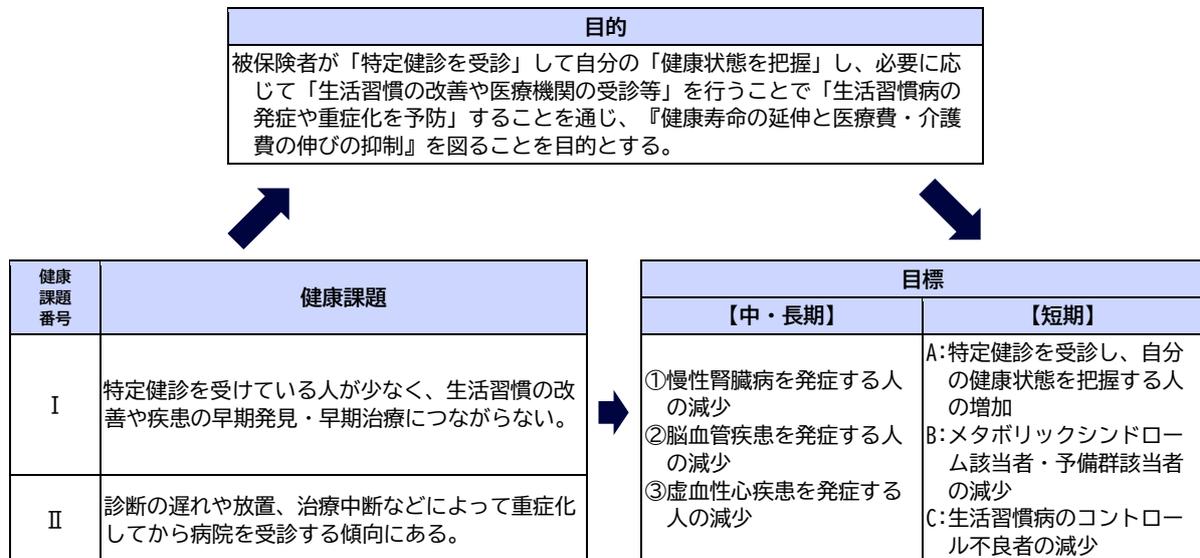
図表 1-5-1-2：北海道の健康課題

健康・医療情報分析からの考察	健康課題
<p>(死亡・介護)</p> <ul style="list-style-type: none"> ○平均自立期間が国と比較して男女とも短い。 ○高齢化率が国と比較して高く、高齢化のスピードも速い。 ○死因別死亡数では、悪性新生物や心疾患が国と比較して多く、標準化死亡比（SMR）では、悪性新生物や腎不全が国と比較して高い。 ○死因割合では、悪性新生物、心不全、腎不全等が国と比較して高い。 ○1件当たり介護給付費が、国と比較して高い。 ○1号被保険者に係る認定率が、国と比較して高い。 ○要介護認定者の有病状況では、糖尿病とがんの割合が高い。 ○要介護認定者の半数以上が高血圧症を有している。 	<p>(健康寿命・医療費の構造変化)</p> <ul style="list-style-type: none"> ○平均自立期間が短い。 ○国保・後期ともに1人当たり医療費及び1人当たり年齢調整後医療費が高い。 ○国保・後期ともに外来受診率が低く入院受診率が高い。 ○国保・後期ともに外来費用の割合が低く、入院費用の割合が高い。
<p>(医療)</p> <ul style="list-style-type: none"> ○1人当たり医療費（実数及び年齢調整後）は、国保・後期ともに国と比較して高い。 ○地域差指数は、国保・後期ともに国と比較して外来が低く、入院が高い。 ○医療機関受診率は、国保・後期ともに国と比較して外来受診率が低く、入院受診率が高い。 ○外来・入院費用の割合は、国保・後期ともに国と比較して外来費用の割合が低く、入院費用の割合が高い。 ○入院医療費では、国保・後期ともに生活習慣病重症化疾患である脳梗塞、狭心症に係る医療費の割合が高い。 ○外来医療費では、生活習慣病基礎疾患（糖尿病・高血圧症・脂質異常症）に係る医療費の割合が国保で高く、後期になると重症化疾患である慢性腎臓病（透析有り）に係る医療費の割合が高い。 ○国保及び後期（65～74歳）の新規人工透析導入者の割合が国と比較して高い。 ○国保・後期ともに新規人工透析導入者のうち、糖尿病患者の割合が国と比較して高い。 	<p>(重症化予防)</p> <ul style="list-style-type: none"> ○HbA1c、収縮期血圧、拡張期血圧、LDL-Cは、値が悪く（重度に）なるにしたがって順位が悪化し、重症化予防対象者が多い。 ○糖尿病、高血圧症、脂質異常症が重症化し、腎不全や心不全に繋がっている。 ○糖尿病に起因する新規人工透析導入者数が多い。
<p>(特定健診・特定保健指導)</p> <ul style="list-style-type: none"> ○特定健診受診率が低く、保健指導が必要な人を十分に把握できていない。 ○特定保健指導実施率が国の目標値に至っておらず、更なる実施率向上が必要。 ○メタボ該当者が多い。 ○有所見者の割合をみると、HbA1c、収縮期血圧、拡張期血圧、LDL-Cは、値が悪く（重度に）なるにしたがって国と比較して高くなり、重症化予防対象者が多いことから、更なる生活習慣病未治療者・中断者対策が必要。 ○喫煙率が男女ともに国と比較して高い。 ○飲酒（1日飲酒量3合以上）に該当する者の割合が男女ともに国と比較して高い。 ○運動習慣（1回30分以上）のない者の割合が男女ともに国と比較して高い。 	<p>(健康づくり)</p> <ul style="list-style-type: none"> ○メタボ該当者が多い。 ○喫煙率が高い。 ○1日飲酒量が多い者の割合が高い。 ○運動習慣のない者の割合が高い。

第2章 前期計画等に係る考察

1 健康課題・目的・目標の再確認

ここでは、第2期データヘルス計画に記載している健康課題、目的、目標について、それぞれのつながりを整理しながら記載する。



2 評価指標による目標評価と要因の整理

ここでは、第2期データヘルス計画における中・長期目標について、評価指標に係る実績値により達成状況を評価し、第2期データヘルス計画に基づき実施してきた保健事業が課題解決、目標達成にどう寄与したか振り返り、最終評価として目標達成状況や残された課題等について整理を行う。

実績値の評価（ベースラインとの比較）
A：改善している B：変わらない C：悪化している D：評価困難

(1) 中・長期目標の振り返り

健康課題番号	中・長期目標				評価指標			評価
Ⅱ	慢性腎臓病を発症する人の減少				人工透析患者の占める割合 【人工透析患者数/被保険者数】			B
	目標値	ベースライン	平成29年度	平成30年度	令和1年度	令和2年度	令和3年度	令和4年度
	0.0%	0.2%	0.3%	0.2%	0.3%	0.2%	0.2%	0.3%

健康課題番号	中・長期目標				評価指標			評価
Ⅱ	慢性腎臓病を発症する人の減少				新規人工透析導入者数			A
	目標値	ベースライン	平成29年度	平成30年度	令和1年度	令和2年度	令和3年度	令和4年度
	0人	7人	7人	5人	5人	3人	4人	1人

健康課題番号	中・長期目標				評価指標			評価
Ⅱ	脳血管疾患を発症する人の減少				脳血管疾患患者の占める割合 【脳血管疾患数/被保険者数】			B
	目標値	ベースライン	平成29年度	平成30年度	令和1年度	令和2年度	令和3年度	令和4年度
	2.0%	5.6%	5.6%	5.5%	5.5%	4.6%	5.1%	5.4%

健康課題番号	中・長期目標				評価指標			評価
Ⅱ	虚血性心疾患を発症する人の減少				虚血性心疾患患者の占める割合 【虚血性心疾患患者数/被保険者数】			A
	目標値	ベースライン	平成29年度	平成30年度	令和1年度	令和2年度	令和3年度	令和4年度
	1.5%	5.7%	5.7%	4.2%	4.4%	3.9%	4.4%	4.5%

(2) 中・長期目標を達成させるための短期的な目標

健康課題番号	短期目標	評価指標	評価					
I・II	特定健診を受診し、自分の健康状態を把握する人の増加	特定健診受診率（法定報告値）	D					
	目標達成に向けて実施した取り組み	評価理由						
II	特定健診受診率向上対策事業	受診率は低下傾向にあるが、令和2年度および3年度は新型コロナウイルス感染拡大の影響により集団特定健診の中止や受診控えがみられたことから、D評価とした。						
短期目標番号	目標値	ベースライン	平成29年度	平成30年度	令和1年度	令和2年度	令和3年度	令和4年度
	60.0%	17.8%	16.6%	16.9%	17.0%	14.3%	14.3%	16.1%
A	目標達成における推進要因				目標達成における阻害要因			
	みなし受診制度の活用				新型コロナウイルスの感染拡大による特定健診の受診控え			
健康課題番号	短期目標	評価指標	評価					
I・II	メタボリックシンドローム該当者・予備群該当者の減少	メタボリックシンドローム該当者・予備群該当者	A					
	目標達成に向けて実施した取り組み	評価理由						
II	特定保健指導受診勧奨判定値者への受診勧奨	令和4年度においてメタボリックシンドローム該当者・予備群該当者ともに目標値を達成しており、国・北海道と比較して低い割合であることから、A評価とした。						
短期目標番号	メタボリックシンドローム該当者の割合							
	目標値	ベースライン	平成29年度	平成30年度	令和1年度	令和2年度	令和3年度	令和4年度
B	19.0%	19.3%	19.4%	19.5%	20.7%	19.4%	16.6%	18.3%
	メタボリックシンドローム予備群該当者の割合							
	目標値	ベースライン	平成29年度	平成30年度	令和1年度	令和2年度	令和3年度	令和4年度
	11.1%	10.1%	11.1%	10.8%	12.4%	12.2%	13.9%	10.0%
B	目標達成における推進要因				目標達成における阻害要因			
	特定保健指導・受診勧奨判定値者への受診勧奨				新型コロナウイルスの感染拡大による特定健診の受診控え			
健康課題番号	短期目標	評価指標	評価					
I・II	生活習慣病のコントロール不良者の減少	特定健診受診者のうち、 ・HbA1cが7.0%以上の者の割合 ・Ⅱ度高血圧以上の者の割合 ・LDL コレステロール 180mg/dl 以上または中性脂肪 300mg/dl 以上（食後を除く）者の割合	A					
	目標達成に向けて実施した取り組み	評価理由						
II	特定保健指導受診勧奨判定値者への受診勧奨	いずれの評価指標もベースラインと比較して減少傾向にあり、目標値を達成しているため						
短期目標番号	特定健診受診者のうち、HbA1cが7.0%以上の者の割合							
	目標値	ベースライン	平成29年度	平成30年度	令和1年度	令和2年度	令和3年度	令和4年度
C	5.4%	5.4%	5.7%	5.0%	5.0%	5.1%	4.2%	4.7%
	特定健診受診者のうち、Ⅱ度高血圧以上の者の割合							
	目標値	ベースライン	平成29年度	平成30年度	令和1年度	令和2年度	令和3年度	令和4年度
	9.4%	9.4%	8.4%	7.4%	6.1%	7.8%	10.1%	6.8%
C	特定健診受診者のうち、LDL コレステロール 180mg/dl 以上または中性脂肪 300mg/dl 以上（食後を除く）者の割合							
	目標値	ベースライン	平成29年度	平成30年度	令和1年度	令和2年度	令和3年度	令和4年度
C	4.3%	4.3%	4.6%	5.6%	4.3%	5.6%	3.9%	4.6%
	目標達成における推進要因				目標達成における阻害要因			
C	特定保健指導・受診勧奨判定値者への受診勧奨				新型コロナウイルスの感染拡大による特定健診の受診控え			

(3) 第2期データヘルス計画の総合評価

<p>第2期計画の総合評価</p>	<p>第2期計画では、被保険者が「特定健診を受診して自分の健康状態を把握」し、必要に応じて「生活習慣の改善や医療機関の受診等」を行うことで、健康寿命の延伸と医療費・介護費の伸びの抑制を図ることを目的とした。自分の健康状態を把握するための短期目標である特定健診受診率は評価困難となった一方、生活習慣の改善や医療機関の受診等を推進することで達成される、中長期目標で掲げた生活習慣病を発症させる人の減少および短期目標で掲げた生活習慣病のコントロール不良者の減少は概ね目標値を達成した。</p> <p>第2期計画の途中に新型コロナウイルスの感染拡大による影響により、集団特定健診の中止や受診控え、各保健事業の実施方法の変更等が生じ、最大限の事業展開は難しい状況であったが、掲げた目標は概ね達成できたといえる。</p>
<p>残された課題 (第3期計画の継続課題)</p>	<p>第2期計画による取組により、新規人工透析導入者数や被保険者に占める虚血性心疾患患者の割合等の指標において改善傾向がみられる一方、依然として慢性腎臓病が要因となる腎不全による死亡が国や北海道と比較し非常に高いことや、特定健診の受診率が低迷していることが主要な継続課題と考えられる。また、これまでの保健事業を通じて改善傾向や目標が達成された評価指標においても、さらなる改善のために継続的な取組が必要であると考えられる。</p>
<p>第3期計画の重点課題と重点事業</p>	<p>「根室市民が健康で豊かに過ごすことができる」ことを達成したい姿として掲げ、それを達成するために生活習慣の改善や生活習慣病の発症・重症化予防、入院・介護・医療費等までの各ステップにおいて目標と評価指標を設定し、保健事業を検討する。具体的には、不良な生活習慣の改善や特定健診の受診勧奨、対象者への定期的かつ継続的な医療機関の受診勧奨や保健指導の実施、生活習慣病の重症化予防等の保健事業を展開する。</p> <p>また、国民健康保険と後期高齢者医療制度の運営主体が異なることから保健事業の接続性がなく、後期高齢者医療制度被保険者を対象にした保健事業が限られていることが課題として挙げられている。一方で、高齢者におけるフレイル予防や介護予防、ソーシャルサポートの重要性や意識が高まっており、後期高齢者医療制度を対象とした保健事業の展開が求められている。このことから、高齢者の介護予防とその他の保健事業を一体的に実施し、市民一人ひとりが自立して健康に過ごすことができる平均自立期間を延伸させることにより、「根室市民が健康で豊かに過ごすことができる」姿をめざす。</p>

第3章 根室市の健康・医療情報等の分析に基づく健康課題の抽出

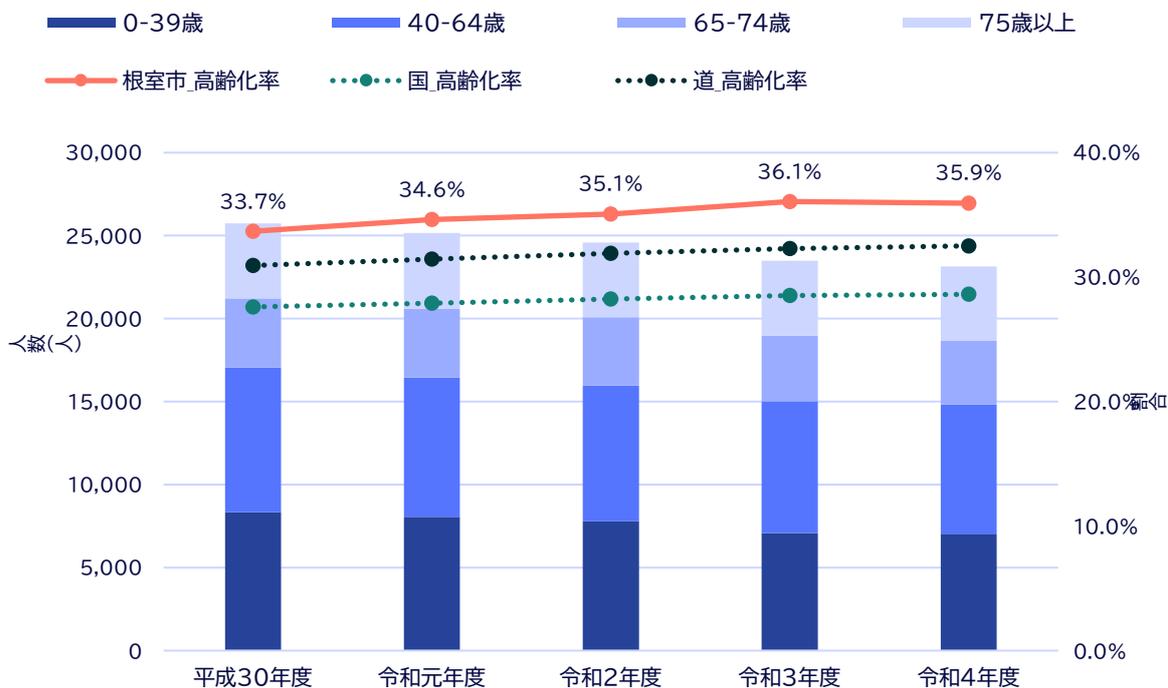
1 基本情報

(1) 人口の変化及び高齢化率と経年推移

令和4年度の人口は23,140人で、平成30年度以降2,595人減少している。

令和4年度の65歳以上人口の占める割合（高齢化率）は35.9%で、平成30年度と比較して、2.2ポイント上昇している。国や道と比較すると、高齢化率は高い。

図表 3-1-1-1：人口の変化と高齢化率



	平成30年度		令和元年度		令和2年度		令和3年度		令和4年度	
	人数(人)	割合								
0-39歳	8,356	32.5%	8,063	32.0%	7,789	31.7%	7,080	30.1%	7,039	30.4%
40-64歳	8,711	33.8%	8,386	33.3%	8,184	33.3%	7,938	33.8%	7,783	33.6%
65-74歳	4,144	16.1%	4,147	16.5%	4,102	16.7%	3,958	16.8%	3,833	16.6%
75歳以上	4,524	17.6%	4,568	18.2%	4,519	18.4%	4,517	19.2%	4,485	19.4%
合計	25,735	-	25,164	-	24,594	-	23,493	-	23,140	-
根室市_高齢化率	33.7%		34.6%		35.1%		36.1%		35.9%	
国_高齢化率	27.6%		27.9%		28.2%		28.5%		28.6%	
道_高齢化率	30.9%		31.4%		31.9%		32.3%		32.5%	

※根室市に係る数値は、各年度の3月末時点の人口を使用し、国及び県に係る数値は、総務省が公表している住民基本台帳を参照しているため各年度の1月1日の人口を使用している（住民基本台帳を用いた分析においては以下同様）

【出典】住民基本台帳_平成30年度から令和4年度

ポイント

- ・ 高齢化率を国や道と比較すると、高い。

(2) 男女別の平均余命及び平均自立期間と経年推移

平均余命は、男性は79.6年、女性は86.4年で、国・道より短い。

平均自立期間は、男性の平均自立期間は78.5年、女性の平均自立期間は83.7年で、平均余命同様いずれも国・道より短い。

介護などで日常生活に制限のある期間（平均余命と平均自立期間の差）は、男性は1.1年で、平成30年度以降縮小している。女性は2.7年で拡大している。

※平均余命：ある年齢の人々が、その後何年生きられるかの期待値であり、下表では0歳での平均余命を示している
 ※平均自立期間：0歳の人が必要介護2の状態になるまでの期間

図表 3-1-2-1：平均余命・平均自立期間



	男性			女性		
	平均余命(年)	平均自立期間(年)	差(年)	平均余命(年)	平均自立期間(年)	差(年)
根室市	79.6	78.5	1.1	86.4	83.7	2.7
国	81.7	80.1	1.6	87.8	84.4	3.4
道	81.0	79.6	1.4	87.3	84.2	3.1
同規模	81.2	79.7	1.5	87.5	84.3	3.2

※表内の「同規模」とは、人口規模が同程度の市町村を指す

【出典】KDB 帳票 S21_001-地域の全体像の把握 令和4年度 累計

図表 3-1-2-2：平均余命と平均自立期間の推移

	男性			女性		
	平均余命(年)	平均自立期間(年)	差(年)	平均余命(年)	平均自立期間(年)	差(年)
平成30年度	79.8	78.6	1.2	85.7	83.3	2.4
令和元年度	79.1	78.1	1.0	85.1	82.7	2.4
令和2年度	79.2	78.1	1.1	85.4	82.7	2.7
令和3年度	79.5	78.4	1.1	85.6	82.9	2.7
令和4年度	79.6	78.5	1.1	86.4	83.7	2.7

【出典】KDB 帳票 S21_001-地域の全体像の把握 平成30年度から令和4年度 累計

ポイント

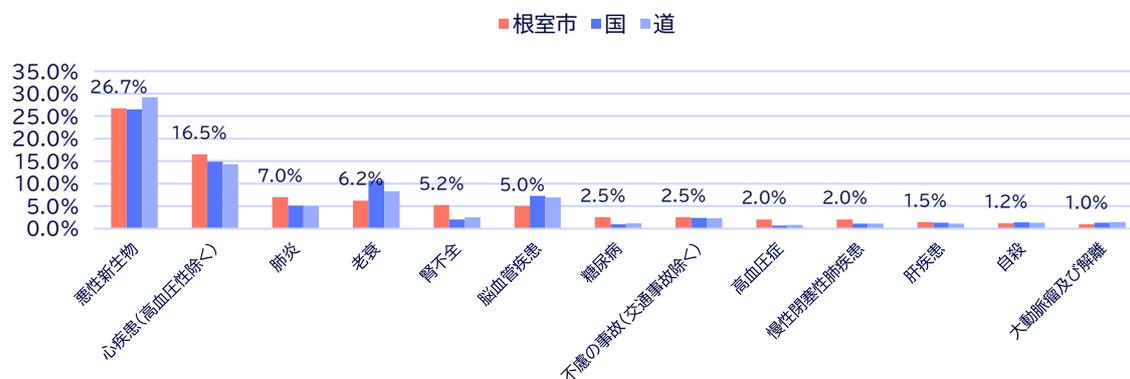
- ・平均余命は、男性、女性ともに国・道より短い。
- ・平均自立期間も同様、男性、女性ともに国・道より短い。

2 死亡の状況

(1) 死因別死亡者数

令和3年の人口動態調査から、死因第1位は「悪性新生物」で全死亡者の26.7%を占めている。保健事業により予防可能な重篤な疾患である「心疾患（高血圧性除く）」は第2位（16.5%）、「脳血管疾患」は第6位（5.0%）、「腎不全」は第5位（5.2%）であり、いずれも死因別死亡者数の上位に位置している。

図表 3-2-1-1：死因別の死亡者数・割合



順位	死因	根室市		国	道
		死亡者数(人)	割合		
1位	悪性新生物	107	26.7%	26.5%	29.2%
2位	心疾患(高血圧性除く)	66	16.5%	14.9%	14.3%
3位	肺炎	28	7.0%	5.1%	5.0%
4位	老衰	25	6.2%	10.6%	8.3%
5位	腎不全	21	5.2%	2.0%	2.5%
6位	脳血管疾患	20	5.0%	7.3%	6.9%
7位	糖尿病	10	2.5%	1.0%	1.2%
7位	不慮の事故(交通事故除く)	10	2.5%	2.4%	2.3%
9位	高血圧症	8	2.0%	0.7%	0.8%
19位	慢性閉塞性肺疾患	8	2.0%	1.1%	1.1%
11位	肝疾患	6	1.5%	1.3%	1.1%
12位	自殺	5	1.2%	1.4%	1.3%
13位	大動脈瘤及び解離	4	1.0%	1.3%	1.5%
-	その他	83	20.7%	24.4%	24.6%
-	死亡総数	401	-	-	-

【出典】厚生労働省 人口動態調査 令和3年

ポイント

- 平均余命に影響している死因のうち、予防可能な主な疾患については、「心疾患（高血圧性除く）」が16.5%、「脳血管疾患」が5.0%、「腎不全」が5.2%であり、いずれも死因別死亡者数の上位に位置している。

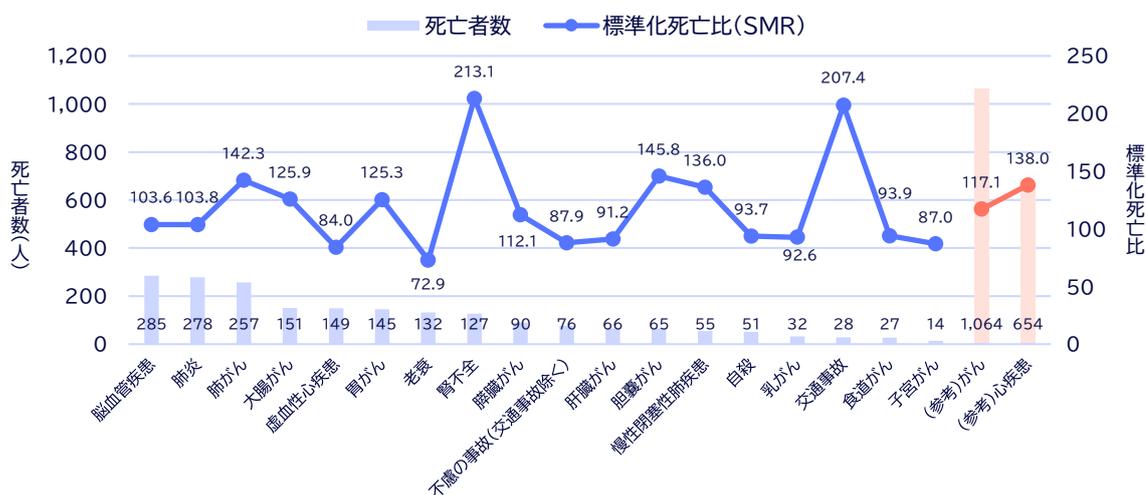
(2) 死因別の標準化死亡率 (SMR)

平成 22 年から令和元年までの累積死因別死亡者数をみると、死亡者数の最も多い死因は「脳血管疾患」であり、国と比べて標準化死亡率 (SMR) が最も高い死因は「腎不全」(213.1) である。

保健事業により予防可能な疾患に焦点をあてて SMR をみると、「虚血性心疾患」は 84.0、「脳血管疾患」は 103.6、「腎不全」は 213.1 となっている。

※標準化死亡率 (SMR) : 国の平均を 100 としており、標準化死亡率が 100 以上の場合は国の平均より死亡率が高いと判断され、100 以下の場合は死亡率が低いと判断される

図表 3-2-2-1 : 平成 22 年から令和元年までの死因別の死亡者数と SMR



順位	死因	死亡者数 (人)	標準化死亡率 (SMR)		
			根室市	道	国
1位	脳血管疾患	285	103.6	92.0	100
2位	肺炎	278	103.8	97.2	
3位	肺がん	257	142.3	119.7	
4位	大腸がん	151	125.9	108.7	
5位	虚血性心疾患	149	84.0	82.4	
6位	胃がん	145	125.3	97.2	
7位	老衰	132	72.9	72.6	
8位	腎不全	127	213.1	128.3	
9位	膵臓がん	90	112.1	124.6	
10位	不慮の事故(交通事故除く)	76	87.9	84.3	
11位	肝臓がん	66	91.2	94.0	100
12位	胆嚢がん	65	145.8	113.0	
13位	慢性閉塞性肺疾患	55	136.0	92.0	
14位	自殺	51	93.7	103.8	
15位	乳がん	32	92.6	109.5	
16位	交通事故	28	207.4	94.0	
17位	食道がん	27	93.9	107.5	
18位	子宮がん	14	87.0	101.5	
参考	がん	1,064	117.1	109.2	
参考	心疾患	654	138.0	100.0	

※「(参考) がん」は、表内の「がん」を含む ICD-10 死因簡単分類における「悪性新生物」による死亡者数の合計
 ※「(参考) 心疾患」は、表内の「虚血性心疾患」を含む ICD-10 死因簡単分類における「心疾患」による死亡者数の合計
 【出典】公益財団法人北海道健康づくり財団統計データ 平成 22 年から令和元年

ポイント

- ・ 予防可能な主な疾患について国との標準化死亡率をみると、「虚血性心疾患」が 84.0、「脳血管疾患」が 103.6、「腎不全」が 213.1 となっている。

(3) (参考) 5がん(胃がん・肺がん・大腸がん・子宮頸がん・乳がん) 検診の受診率

国保被保険者における5がんの検診平均受診率は8.6%で、国・道より低い。

図表 3-2-3-1：がん検診の受診状況

	胃がん	肺がん	大腸がん	子宮頸がん	乳がん	5がん平均
根室市	7.4%	6.1%	6.8%	14.1%	8.6%	8.6%
国	12.1%	15.2%	16.0%	16.2%	18.2%	15.5%
道	10.6%	10.9%	11.7%	14.5%	14.6%	12.5%

【出典】厚生労働省 地域保健・健康増進事業報告_令和3年度

3 介護の状況

(1) 一件当たり介護給付費

居宅サービスの給付費が国より多くなっている。

図表 3-3-1-1：介護レセプト一件当たりの介護給付費

	根室市	国	道	同規模
計_一件当たり給付費（円）	61,880	59,662	60,965	70,503
（居宅）一件当たり給付費（円）	41,548	41,272	42,034	43,936
（施設）一件当たり給付費（円）	278,656	296,364	296,260	291,914

【出典】KDB 帳票 S25_004-医療・介護の突合の経年比較 令和4年度 年次

(2) 要介護（要支援）認定者数・割合

第1号被保険者（65歳以上）における要介護認定率は21.9%で、国・道より高い。

図表 3-3-2-1：令和4年度における要介護（要支援）認定区分別の認定者数・割合

	被保険者数 （人）	要支援 1-2		要介護 1-2		要介護 3-5		根室市	国	道
		認定者数（人）	認定率	認定者数（人）	認定率	認定者数（人）	認定率	認定率	認定率	認定率
1号										
65-74歳	3,833	82	2.1%	58	1.5%	53	1.4%	5.0%	-	-
75歳以上	4,485	649	14.5%	510	11.4%	468	10.4%	36.3%	-	-
計	8,318	731	8.8%	568	6.8%	521	6.3%	21.9%	18.7%	20.8%
2号										
40-64歳	7,783	12	0.2%	23	0.3%	5	0.1%	0.5%	0.4%	0.4%
総計	16,101	743	4.6%	591	3.7%	526	3.3%	-	-	-

【出典】住民基本台帳 令和4年度

KDB 帳票 S21_001-地域の全体像の把握 令和4年度 累計

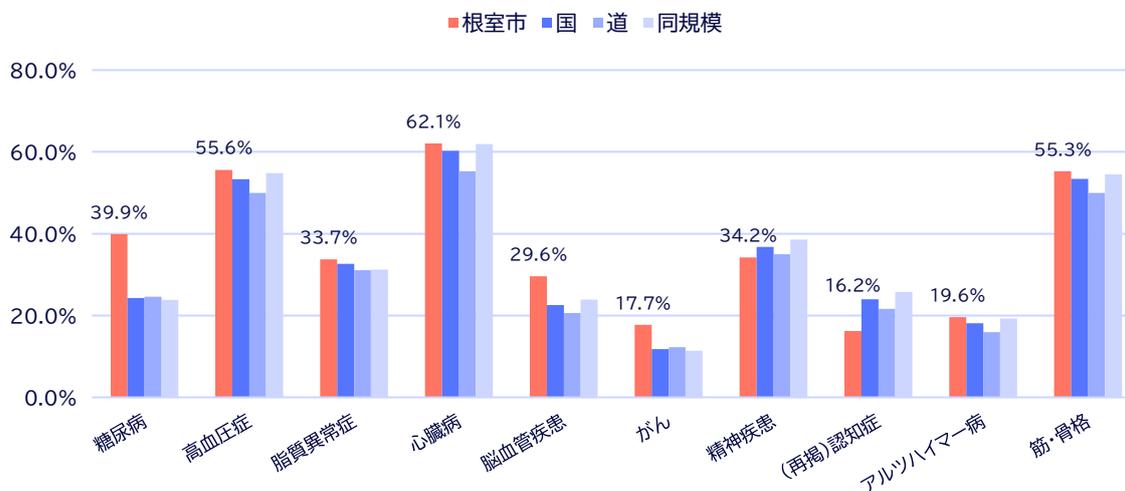
KDB 帳票 S24_001-要介護（支援）者認定状況 令和4年度 累計

(3) 要介護・要支援認定者の有病状況

要介護または要支援の認定を受けた人のうち、特に予防すべき重篤な疾患の有病状況は「心臓病」は62.1%、「脳血管疾患」は29.6%となっている。

また、重篤な疾患に発展する可能性のある基礎疾患の有病状況をみると、「糖尿病」は39.9%、「高血圧症」は55.6%、「脂質異常症」は33.7%となっており、要介護者・要支援認定者の多くが予防可能な生活習慣病に関する疾患を有している。

図表 3-3-3-1：要介護・要支援認定者の有病状況



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	748	39.9%	24.3%	24.6%	23.8%
高血圧症	1,031	55.6%	53.3%	50.0%	54.8%
脂質異常症	642	33.7%	32.6%	31.1%	31.2%
心臓病	1,163	62.1%	60.3%	55.3%	61.9%
脳血管疾患	550	29.6%	22.6%	20.6%	23.9%
がん	333	17.7%	11.8%	12.3%	11.4%
精神疾患	630	34.2%	36.8%	35.0%	38.6%
うち_認知症	297	16.2%	24.0%	21.6%	25.8%
アルツハイマー病	367	19.6%	18.1%	15.9%	19.3%
筋・骨格関連疾患	1,028	55.3%	53.4%	50.0%	54.5%

【出典】 KDB 帳票 S21_001-地域の全体像の把握 令和4年度 累計

ポイント

- ・ 平均自立期間に影響している介護の状況において、要介護（要支援）認定者は「心臓病」「高血圧症」の有病割合が高く、また、その多くが予防可能な生活習慣病に関する疾患を有している。

4 国保加入者の医療の状況

(1) 国保被保険者構成

令和4年度における国保加入者数は6,257人で、平成30年度の人数と比較して1,301人減少している。国保加入率は27.0%で、国・道より高い。

65歳以上の被保険者の割合は39.8%で、平成30年度と比較して4.3ポイント増加している。

図表 3-4-1-1：被保険者構成

	平成30年度		令和元年度		令和2年度		令和3年度		令和4年度	
	人数(人)	割合								
0-39歳	2,104	27.8%	1,965	27.1%	1,847	26.2%	1,720	25.9%	1,563	25.0%
40-64歳	2,770	36.6%	2,596	35.8%	2,527	35.9%	2,364	35.6%	2,202	35.2%
65-74歳	2,684	35.5%	2,688	37.1%	2,668	37.9%	2,559	38.5%	2,492	39.8%
国保加入者数	7,558	100.0%	7,249	100.0%	7,042	100.0%	6,643	100.0%	6,257	100.0%
根室市_総人口(人)	25,735		25,164		24,594		23,493		23,140	
根室市_国保加入率	29.4%		28.8%		28.6%		28.3%		27.0%	
国_国保加入率	22.0%		21.3%		21.0%		20.5%		19.7%	
道_国保加入率	21.9%		21.4%		21.1%		20.6%		20.0%	

※加入率は、KDB 帳票における年度毎の国保加入者数を住民基本台帳における年毎の人口で除して算出している

【出典】住民基本台帳 平成30年度から令和4年度

KDB 帳票 S21_006-被保険者構成 平成30年から令和4年 年次

ポイント

- ・国保加入者数は年々減少しているが、前期高齢者の割合が高く高齢化は進行している。

(2) 総医療費及び一人当たり医療費

令和4年度の総医療費は約22億4,300万円、平成30年度と比較して9.8%減少している。

令和4年度の一人当たり医療費は29,020円で、平成30年度と比較して10.9%増加している。一人当たり医療費は国・道より少ない。

※一人当たり医療費：総医療費を国保加入者数で除したもので集団比較や経年比較に用いられる

図表 3-4-2-1：総医療費・一人当たりの医療費



		平成30年度	令和元年度	令和2年度	令和3年度	令和4年度	割合	平成30年度からの変化率 (%)
		医療費 (円)						
医療費 (円)	総額	2,487,480,520	2,530,342,740	2,307,980,820	2,348,821,860	2,243,489,710	-	-9.8
	入院	1,158,970,600	1,139,574,640	1,041,123,390	1,082,775,570	1,030,554,580	45.9%	-11.1
	外来	1,328,509,920	1,390,768,100	1,266,857,430	1,266,046,290	1,212,935,130	54.1%	-8.7
一人当たり医療費 (円)	根室市	26,170	28,740	27,050	28,700	29,020	-	10.9
	国	26,560	27,470	26,960	28,470	29,050	-	9.4
	道	29,530	30,480	29,750	30,920	31,490	-	6.6
	同規模	29,350	30,310	29,960	31,260	31,920	-	8.8

※一人当たり医療費は、月平均を算出

【出典】 KDB 帳票 S21_001-地域の全体像の把握 平成30年度から令和4年度 累計

参考：医療サービスの状況

図表 3-4-2-2：医療サービスの状況

(千人当たり)	根室市	国	道	同規模
病院数	0.5	0.3	0.5	0.4
診療所数	1.1	4.0	3.2	3.4
病床数	54.3	59.4	87.8	65.8
医師数	5.1	13.4	13.1	9.4

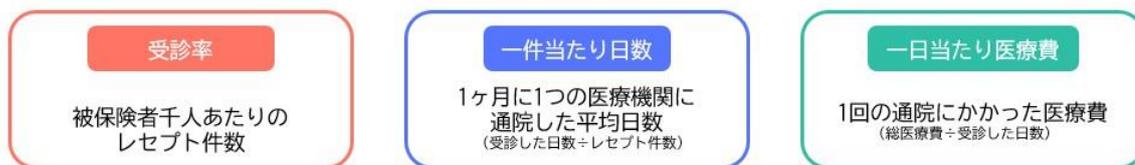
【出典】 KDB 帳票 S21_001-地域の全体像の把握 令和4年度 累計

ポイント

- ・令和4年度の一人当たり医療費は29,020円で、対平成30年度比で10.9%増加している。
- ・一人当たり医療費を国や道と比較すると国・道より少ない。

(3) 一人当たり医療費と医療費の3要素

一人当たり医療費の3要素



一人当たり医療費は、「受診率」「一件当たり日数」「一日当たり医療費」の3要素に分解される。令和4年度の一人当たり医療費を、入院と外来のそれぞれで3要素に分解して比較すると、入院の受診率は外来と比較すると件数が少ない。その一方で、一日当たり医療費は外来と比較すると多くなっている。

また、入院の一人当たり医療費は13,330円で、国と比較すると1,680円多い。これは受診率が国の値を上回っているためである。

外来の一人当たり医療費は15,690円で、国と比較すると1,710円少ない。これは受診率、一件当たり日数が国の値を下回っているためである。

図表 3-4-3-1：入院外来別医療費の3要素

入院	根室市	国	道	同規模
一人当たり医療費 (円)	13,330	11,650	13,820	13,820
受診率 (件/千人)	22.7	18.8	22.0	23.6
一件当たり日数 (日)	15.4	16.0	15.8	17.1
一日当たり医療費 (円)	38,150	38,730	39,850	34,310

外来	根室市	国	道	同規模
一人当たり医療費 (円)	15,690	17,400	17,670	18,100
受診率 (件/千人)	522.7	709.6	663.0	728.3
一件当たり日数 (日)	1.4	1.5	1.4	1.5
一日当たり医療費 (円)	21,070	16,500	19,230	16,990

【出典】KDB 帳票 S21_001-地域の全体像の把握 令和4年度 累計

ポイント

- ・入院の受診率及び一日当たり医療費を外来と比較すると、入院の受診率の方が外来より件数が少ないにもかかわらず、一日当たり医療費が多くなっている。
- ・入院の一人当たり医療費は国より多い。これは受診率が国の値を上回っているためである。
- ・外来の一人当たり医療費は国より少ない。これは受診率、一件当たり日数が国の値を下回っているためである。

(4) 疾病別医療費の構成

① 疾病分類（大分類）別医療費

続いて、総医療費に占める割合が高い疾病分類（大分類）の構成をみる。

総医療費に占める構成が最も高い疾病は「新生物」で、年間医療費は約4億2,600万円(19.0%)となっており、次いで高いのは「循環器系の疾患」で約3億6,400万円(16.3%)である。

これら2疾病で総医療費の35.3%を占めている。

特に、保健事業により予防可能である疾患を多く含む「循環器系の疾患」は受診率及びレセプト一件当たり医療費が、いずれも他の疾病よりも比較的多い傾向にあり、医療費が高額な原因となっている。

図表 3-4-4-1：疾病分類（大分類）別_医療費（男女合計）

順位	疾病分類（大分類）	医療費（円）	一人当たり	割合	受診率	レセプト 一件当たり 医療費（円）
			医療費（円）			
1位	新生物	425,795,810	66,107	19.0%	322.3	205,104
2位	循環器系の疾患	364,349,860	56,567	16.3%	1197.5	47,238
3位	筋骨格系及び結合組織の疾患	225,637,970	35,032	10.1%	704.5	49,722
4位	精神及び行動の障害	160,033,410	24,846	7.2%	379.1	65,534
5位	内分泌、栄養及び代謝疾患	156,871,010	24,355	7.0%	868.7	28,038
6位	尿路性器系の疾患	144,041,680	22,363	6.4%	245.3	91,166
7位	消化器系の疾患	134,745,080	20,920	6.0%	601.9	34,755
8位	呼吸器系の疾患	128,177,180	19,900	5.7%	446.2	44,599
9位	神経系の疾患	127,667,870	19,821	5.7%	401.5	49,369
10位	損傷、中毒及びその他の外因の影響	76,260,310	11,840	3.4%	125.0	94,733
11位	眼及び付属器の疾患	72,946,690	11,325	3.3%	381.9	29,653
12位	感染症及び寄生虫症	47,259,780	7,337	2.1%	168.6	43,517
13位	血液及び造血器の疾患並びに免疫機構の障害	37,262,070	5,785	1.7%	29.0	199,262
14位	皮膚及び皮下組織の疾患	36,734,940	5,703	1.6%	347.0	16,436
15位	症状、徴候及び異常臨床検査所見で他に分類されないもの	36,531,350	5,672	1.6%	139.7	40,590
16位	周産期に発生した病態	12,553,100	1,949	0.6%	2.2	896,650
17位	先天奇形、変形及び染色体異常	11,648,050	1,808	0.5%	9.6	187,872
18位	耳及び乳様突起の疾患	4,093,130	635	0.2%	44.4	14,312
19位	妊娠、分娩及び産じょく	3,853,750	598	0.2%	12.1	49,407
-	その他	31,691,950	4,920	1.4%	117.4	41,921
-	総計	2,238,154,990	-	-	-	-

※エラー！スイッチの指定が正しくありません。の医療費「総額」と値が異なるのは、エラー！スイッチの指定が正しくありません。においては年齢に関係なく、国保のレセプトを集計しているのに対し、本表では被保険者の生年月日から算出した年齢によって集計対象のレセプトを絞り込んでいるためである

※KDBシステムにて設定されている疾病分類（大分類）区分のうち、特殊目的用コード、傷病及び死亡の外因、健康状態に影響を及ぼす要因及び保健サービスの利用、その他（上記以外のもの）を「その他」にまとめている

【出典】KDB 帳票 S23_003-疾病別医療費分析（大分類） 令和4年度 累計

ポイント

- ・大分類で見た場合、医療費に占める割合が高い疾病は「新生物」と「循環器系の疾患」である。
- ・「循環器系の疾患」は保健事業により予防可能な疾患を多く含んでおり、対策が必要である。

② 疾病分類（中分類）別 入院医療費

入院医療費を疾病分類（中分類）別にみると、「その他の悪性新生物」の医療費が最も多く約1億1,300万円で、11.0%を占めている。

また、予防可能な疾患で入院医療費が高額なものは、「虚血性心疾患」「脳梗塞」「脳内出血」である。

図表 3-4-4-2：疾病分類（中分類）別_入院医療費_上位 20 疾病（男女合計）

順位	疾病分類（中分類）	医療費（円）	医療費分析			
			一人当たり医療費（円）	割合	受診率	レセプト一件当たり医療費（円）
1位	その他の悪性新生物	113,065,210	17,554	11.0%	23.6	743,850
2位	その他の心疾患	65,526,900	10,173	6.4%	12.0	850,999
3位	統合失調症、統合失調症型障害及び妄想性障害	58,416,840	9,070	5.7%	26.5	341,619
4位	関節症	49,420,390	7,673	4.8%	8.1	950,392
5位	虚血性心疾患	35,502,730	5,512	3.4%	6.7	825,645
6位	その他の消化器系の疾患	33,406,130	5,186	3.2%	14.0	371,179
7位	その他の脳血管疾患	32,988,830	5,122	3.2%	3.4	1,499,492
8位	その他の精神及び行動の障害	28,980,930	4,499	2.8%	5.3	852,380
9位	脊椎障害（脊椎症を含む）	27,850,060	4,324	2.7%	3.4	1,265,912
10位	その他の呼吸器系の疾患	27,013,240	4,194	2.6%	7.1	587,244
11位	肺炎	26,408,640	4,100	2.6%	8.2	498,276
12位	骨折	25,746,620	3,997	2.5%	6.2	643,666
13位	その他損傷及びその他外因の影響	25,281,330	3,925	2.5%	6.2	632,033
14位	脳梗塞	23,555,040	3,657	2.3%	5.3	692,795
15位	その他の循環器系の疾患	21,962,470	3,410	2.1%	2.8	1,220,137
16位	その他の神経系の疾患	20,698,140	3,213	2.0%	7.1	449,960
17位	良性新生物及びその他の新生物	19,681,840	3,056	1.9%	5.1	596,419
18位	症状、徴候及び異常臨床所見・異常、検査所見で他に分類されないもの	18,448,770	2,864	1.8%	6.7	429,041
19位	脳内出血	17,934,900	2,784	1.7%	3.6	779,778
20位	胃の悪性新生物	17,711,280	2,750	1.7%	2.6	1,041,840

【出典】KDB 帳票 S23_004-疾病別医療費分析（中分類）令和4年度 累計

ポイント

- ・ 予防可能な疾患で入院医療費が高額なものは、「虚血性心疾患」「脳梗塞」「脳内出血」である。

③ 疾病分類（中分類）別 外来医療費

外来医療費を疾病分類（中分類）別にみると、「糖尿病」の医療費が最も多く約1億1,500万円で、9.5%を占めている。重篤な疾患に進行する前の状態である基礎疾患については、「糖尿病」「高血圧症」「脂質異常症」が外来医療費の上位に入っている。

図表 3-4-4-3：疾病分類（中分類）別_外来医療費_上位 20 疾病（男女合計）

順位	疾病分類（中分類）	医療費（円）	医療費分析			
			一人当たり医療費（円）	割合	受診率	レセプト一件当たり医療費（円）
1位	糖尿病	114,583,820	17,790	9.5%	521.5	34,112
2位	腎不全	88,607,810	13,757	7.3%	48.9	281,295
3位	高血圧症	84,593,000	13,134	7.0%	785.6	16,718
4位	その他の悪性新生物	81,991,780	12,730	6.8%	87.6	145,375
5位	その他の消化器系の疾患	52,281,150	8,117	4.3%	304.3	26,674
6位	その他の心疾患	48,136,400	7,473	4.0%	175.1	42,674
7位	炎症性多発性関節障害	45,898,510	7,126	3.8%	84.0	84,840
8位	その他の眼及び付属器の疾患	37,450,120	5,814	3.1%	233.8	24,867
9位	その他の神経系の疾患	36,729,210	5,702	3.0%	272.9	20,893
10位	喘息	28,794,350	4,470	2.4%	182.9	24,443
11位	統合失調症、統合失調症型障害及び妄想性障害	28,478,420	4,421	2.4%	106.7	41,453
12位	気管、気管支及び肺の悪性新生物	26,507,750	4,115	2.2%	16.1	254,882
13位	結腸の悪性新生物	22,780,460	3,537	1.9%	17.9	198,091
14位	てんかん	21,321,030	3,310	1.8%	85.9	38,555
15位	脂質異常症	20,015,980	3,108	1.7%	216.6	14,348
16位	ウイルス性肝炎	19,399,260	3,012	1.6%	24.2	124,354
17位	気分（感情）障害（躁うつ病を含む）	19,241,980	2,987	1.6%	151.2	19,756
18位	乳房の悪性新生物	18,321,960	2,845	1.5%	27.6	102,932
19位	関節症	18,284,280	2,839	1.5%	222.6	12,751
20位	症状、徴候及び異常臨床所見・異常、検査所見で他に分類されないもの	18,082,580	2,807	1.5%	133.1	21,100

【出典】KDB 帳票 S23_004-疾病別医療費分析（中分類） 令和4年度 累計

ポイント

- ・ 外来医療費（中分類疾病別）をみると、重篤な疾患に進行する前の状態である基礎疾患については、「糖尿病」「高血圧症」「脂質異常症」が外来医療費の上位に入っている。

④ 医療費が高額な疾病の状況

医療費のうち、1か月当たり30万円以上のレセプトのうち、予防可能な重篤な疾患についてみると、「腎不全」「その他の脳血管疾患」「虚血性心疾患」が上位に入っている。

医療費適正化の観点からもこれらの重篤な疾患の予防に取り組むことが重要である。

図表 3-4-4-4：疾病分類（中分類）別_1か月当たり30万円以上のレセプトの状況 内訳（上位の疾病）

順位	疾病分類（中分類）	医療費（円）	高額レセプトの医療費に占める割合	件数（累計）（件）	高額レセプトの全件数に占める割合
1位	その他の悪性新生物	165,861,860	13.2%	207	11.8%
2位	腎不全	90,090,660	7.2%	207	11.8%
3位	その他の心疾患	61,331,480	4.9%	50	2.8%
4位	統合失調症、統合失調症型障害及び妄想性障害	56,297,910	4.5%	158	9.0%
5位	関節症	47,347,800	3.8%	39	2.2%
6位	その他の消化器系の疾患	36,054,180	2.9%	62	3.5%
7位	その他の脳血管疾患	32,521,740	2.6%	20	1.1%
8位	虚血性心疾患	32,253,260	2.6%	25	1.4%
9位	結腸の悪性新生物	30,788,370	2.5%	40	2.3%
10位	その他の呼吸器系の疾患	30,262,190	2.4%	41	2.3%

【出典】KDB 帳票 S21_011-厚生労働省様式（様式 1-1） 令和4年6月から令和5年5月

⑤ 入院が長期化する疾病の状況

医療費のうち、6か月以上の入院患者のレセプトについてみる。予防可能な重篤な疾患についてみると、「脳内出血」が上位に入っている。

長期入院が必要な疾患はリハビリテーションや介護が必要となる可能性があるため、平均自立期間に影響することが考えられる。

図表 3-4-4-5：疾病分類（中分類）別_6か月以上の入院レセプトの状況 内訳（上位の疾病）

順位	疾病分類（中分類）	医療費（円）	長期入院レセプトの医療費に占める割合	件数（累計）（件）	長期入院レセプトの全件数に占める割合
1位	統合失調症、統合失調症型障害及び妄想性障害	52,657,070	32.0%	151	37.8%
2位	脳性麻痺及びその他の麻痺性症候群	12,986,310	7.9%	23	5.8%
3位	症状、徴候及び異常臨床所見・異常、検査所見で他に分類されないもの	12,251,810	7.4%	21	5.3%
4位	てんかん	12,178,840	7.4%	19	4.8%
5位	気分（感情）障害（躁うつ病を含む）	9,985,390	6.1%	31	7.8%
6位	肺炎	9,062,610	5.5%	20	5.0%
7位	その他の呼吸器系の疾患	6,527,740	4.0%	11	2.8%
8位	脳内出血	5,783,140	3.5%	11	2.8%
9位	その他の神経系の疾患	5,756,180	3.5%	17	4.3%
10位	その他の精神及び行動の障害	5,093,350	3.1%	10	2.5%

【出典】KDB 帳票 S21_012-厚生労働省様式（様式 2-1） 令和4年6月から令和5年5月

ポイント

- ・医療費が高額な疾病と入院が長期化する疾病の両方に、予防可能な疾患が入っている。

(5) その他

① 重複服薬の状況

重複処方該当者数は 26 人である。

※重複処方該当者：重複処方を受けた人のうち、3 医療機関以上かつ複数の医療機関から重複処方が発生した薬効数が 1 以上、または 2 医療機関以上かつ複数の医療機関から重複処方が発生した薬効数が 2 以上に該当する者

図表 3-4-5-1：重複服薬の状況（薬効分類単位で集計）

他医療機関との重複処方が発生した医療機関数（同一月内）		複数の医療機関から重複処方が発生した薬効数（同一月内）									
		1 以上	2 以上	3 以上	4 以上	5 以上	6 以上	7 以上	8 以上	9 以上	10 以上
重複処方を 受けた人	2 医療機関以上	102	20	2	1	0	0	0	0	0	0
	3 医療機関以上	6	0	0	0	0	0	0	0	0	
	4 医療機関以上	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
	5 医療機関以上	0	0	0	0	0	0	0	0	0	

【出典】KDB 帳票 S27_013-重複・多剤処方の状況 令和 5 年 3 月診療分

② 多剤服薬の状況

多剤処方該当者数は、6 人である。

※多剤処方該当者：同一薬効に関する処方日数が 1 日以上かつ処方薬効数（同一月内）が 15 以上に該当する者

図表 3-4-5-2：多剤服薬の状況（薬効分類単位で集計）

		処方薬効数（同一月内）											
		1 以上	2 以上	3 以上	4 以上	5 以上	6 以上	7 以上	8 以上	9 以上	10 以上	15 以上	20 以上
処方 日数	1 日以上	2,479	2,002	1,572	1,163	830	589	409	277	166	109	6	0
	15 日以上	2,033	1,758	1,440	1,079	782	561	395	271	163	109	6	0
	30 日以上	1,890	1,644	1,356	1,022	746	541	383	265	161	109	6	0
	60 日以上	1,433	1,263	1,050	804	594	437	310	219	135	91	6	0
	90 日以上	745	668	578	458	345	260	186	131	80	53	5	0
	120 日以上	375	351	309	257	205	160	111	78	45	31	5	0
	150 日以上	229	207	177	147	118	92	68	50	29	18	4	0
	180 日以上	166	149	131	107	88	70	50	36	21	13	4	0

【出典】KDB 帳票 S27_013-重複・多剤処方の状況 令和 5 年 3 月診療分

③ 後発医薬品の使用状況

令和 4 年 9 月時点の後発医薬品の使用割合は 80.7%で、道の 82.0%と比較して 1.3 ポイント低い。

図表 3-4-5-3：後発医薬品の使用状況

	平成 30 年 9 月	令和元年 3 月	令和元年 9 月	令和 2 年 3 月	令和 2 年 9 月	令和 3 年 3 月	令和 3 年 9 月	令和 4 年 3 月	令和 4 年 9 月
根室市	70.8%	72.4%	74.0%	76.4%	78.3%	79.0%	77.9%	79.3%	80.7%
道	75.2%	77.2%	77.7%	80.0%	80.8%	81.5%	81.6%	81.4%	82.0%

【出典】厚生労働省 保険者別の後発医薬品の使用割合

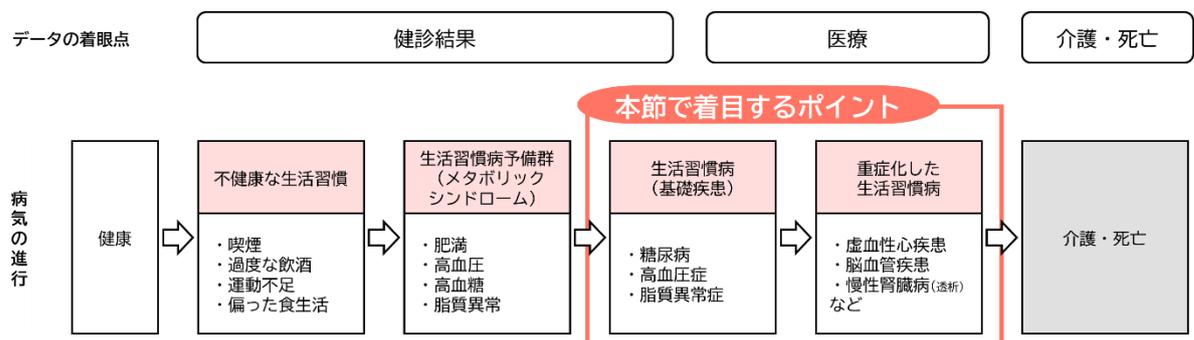
5 国保加入者の生活習慣病の状況

ここまでみてきたように、根室市の死亡・介護・医療のそれぞれにおいて、生活習慣病を中心とした予防可能な疾患の課題が大きいことがわかった。

一般的に、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、「不健康な生活習慣」→「生活習慣病予備群」→「生活習慣病」→「重症化」→「介護（生活機能の低下）や死亡」と徐々に進行していくとされる（下図参照）。

生活習慣病は、各段階で適切な介入がなされることで、病気が進むことを食い止めることができ、また生活習慣病を発症しても、上手にコントロールできていれば重症化は防ぐことができる。一方で、コントロール不良だと心筋梗塞や脳梗塞などを引き起こし、生活機能の低下や要介護状態となる。

本節では、疾病の流れに沿って、根室市の課題である生活習慣病の状況や重症化した生活習慣病の状況を把握する。



(1) 生活習慣病医療費

生活習慣病医療費を平成 30 年度と令和 4 年度で比較すると減少している。特に、疾病別に見た場合、「高血圧症」「脂質異常症」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、「狭心症」の割合が高く、道と比較すると、「基礎疾患」の割合が高い。

図表 3-5-1-1：生活習慣病医療費の平成 30 年度比較

疾病名	根室市				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	423,925,300	17.0%	369,974,170	16.5%	18.7%	16.4%	19.0%	
基礎疾患	糖尿病	135,095,070	11.7%	121,131,510	10.3%	10.7%	10.1%	11.3%
	高血圧症	118,929,490		87,641,480				
	脂質異常症	35,872,870		20,015,980				
	高尿酸血症	1,295,220		1,479,390				
重症化した生活習慣病	動脈硬化症	411,230	0.0%	916,680	0.0%	0.1%	0.1%	0.1%
	脳出血	24,041,760	1.0%	18,139,750	0.8%	0.7%	0.6%	0.6%
	脳梗塞	30,054,550	1.2%	28,581,260	1.3%	1.4%	1.5%	1.5%
	狭心症	32,984,750	1.3%	32,538,010	1.5%	1.1%	1.4%	1.0%
	心筋梗塞	2,509,490	0.1%	9,600,130	0.4%	0.3%	0.3%	0.4%
	慢性腎臓病 (透析あり)	42,730,870	1.7%	49,929,980	2.2%	4.4%	2.3%	4.1%
総額	2,487,480,520		2,243,489,710					

【出典】KDB 帳票 S21_001-地域の全体像の把握 平成 30 年度・令和 4 年度 累計

ポイント

- ・生活習慣病医療費を平成 30 年度と令和 4 年度で比較すると減少している。
- ・総医療費に占める疾病別の割合を国と比較すると「狭心症」の医療費の割合が高い。

(2) 基礎疾患の有病状況

被保険者全体における基礎疾患の有病者数及びその割合は、「糖尿病」が 883 人（14.1%）、「高血圧症」が 1,274 人（20.4%）、「脂質異常症」が 1,003 人（16.0%）となっている。

図表 3-5-2-1：基礎疾患の有病状況

疾病名	男性		女性		合計		
	人数（人）	割合	人数（人）	割合	人数（人）	割合	
被保険者数	3,001	-	3,256	-	6,257	-	
基礎疾患	糖尿病	433	14.4%	450	13.8%	883	14.1%
	高血圧症	564	18.8%	710	21.8%	1,274	20.4%
	脂質異常症	426	14.2%	577	17.7%	1,003	16.0%

【出典】KDB 帳票 S21_014-厚生労働省様式（様式 3-1） 令和 5 年 5 月

(3) 重症化した生活習慣病と基礎疾患の重なり

重症化した生活習慣病における基礎疾患の有病状況をみると、多くの人が複数の基礎疾患（糖尿病、高血圧症、脂質異常症）を有している。

図表 3-5-3-1：生活習慣病の重篤な疾患患者における基礎疾患の有病状況

疾病名	男性		女性		合計		
	人数（人）	割合	人数（人）	割合	人数（人）	割合	
虚血性心疾患	144	-	129	-	273	-	
基礎疾患	糖尿病	93	64.6%	74	57.4%	167	61.2%
	高血圧症	116	80.6%	106	82.2%	222	81.3%
	脂質異常症	102	70.8%	90	69.8%	192	70.3%

疾病名	男性		女性		合計		
	人数（人）	割合	人数（人）	割合	人数（人）	割合	
脳血管疾患	177	-	168	-	345	-	
基礎疾患	糖尿病	96	54.2%	69	41.1%	165	47.8%
	高血圧症	144	81.4%	125	74.4%	269	78.0%
	脂質異常症	99	55.9%	105	62.5%	204	59.1%

疾病名	男性		女性		合計		
	人数（人）	割合	人数（人）	割合	人数（人）	割合	
人工透析	13	-	3	-	16	-	
基礎疾患	糖尿病	9	69.2%	2	66.7%	11	68.8%
	高血圧症	13	100.0%	3	100.0%	16	100.0%
	脂質異常症	5	38.5%	2	66.7%	7	43.8%

【出典】KDB 帳票 S21_018-厚生労働省様式（様式 3-5） 令和 5 年 5 月

KDB 帳票 S21_019-厚生労働省様式（様式 3-6） 令和 5 年 5 月

KDB 帳票 S21_020-厚生労働省様式（様式 3-7） 令和 5 年 5 月

ポイント

- ・重症化した生活習慣病を発症する人は、複数の基礎疾患を有している。

(4) 人工透析患者数

慢性腎臓病が悪化すると、人工透析になる。一般的に人工透析患者一人当たりの年間医療費は、約 600 万円になり、人工透析が導入されると身体的・精神的な負担だけではなく、週 3 回の通院が必要になるため患者自身の QOL にも大きな影響をもたらす。

そのため、予防的介入により人工透析を 1 年でも遅らせることが重要である。

根室市の人工透析患者数の推移をみると、令和 4 年度の患者数は 60 人で、平成 30 年度と比較して 30 人減少している。

令和 4 年度における新規の人工透析患者数は 7 人で平成 30 年度と比較して 6 人減少している。

図表 3-5-4-1：人工透析患者数

			平成 30 年度	令和 4 年度	令和 4 年度と 平成 30 年度の差
人工透析患者数 (人)	国保	0-39 歳	0	1	1
		40-64 歳	14	12	-2
		65-74 歳	15	7	-8
	後期高齢	75 歳以上	24	11	-13
		合計	37	29	-8
	合計		90	60	-30
【再掲】 新規人工透析患者数 (人)	国保	0-39 歳	0	0	0
		40-64 歳	1	1	0
		65-74 歳	4	0	-4
	後期高齢	75 歳以上	1	1	0
		合計	7	5	-2
	合計		13	7	-6

【出典】KDB 帳票 Expander 作成

ポイント

- ・人工透析の患者数は平成 30 年度と比べて 30 人減少している。

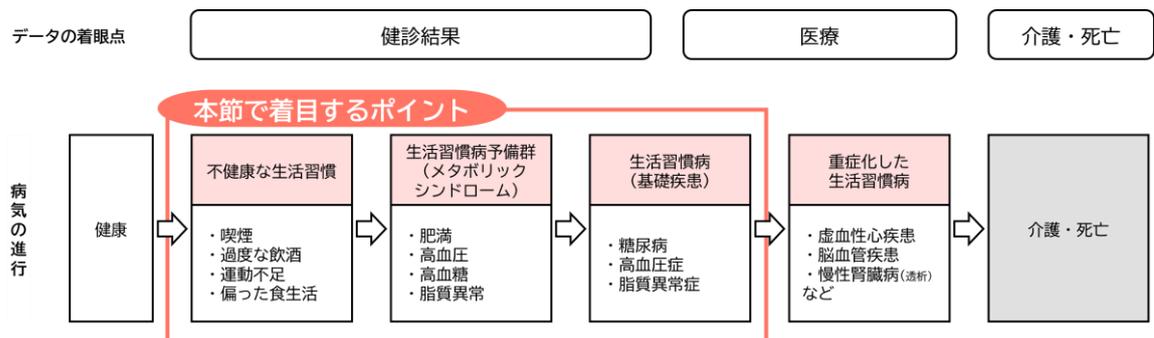
6 特定健診・特定保健指導・生活習慣の状況

前節でみたように、「虚血性心疾患」「脳血管疾患」「慢性腎臓病」といった重症化した生活習慣病に至った人は、「糖尿病」「高血圧症」「脂質異常症」といった基礎疾患を保有していることがわかった。

「糖尿病」「高血圧症」「脂質異常症」といった疾患は自覚症状がほとんどないまま進行するため、特定健診を通して自らの健康状態を理解し、定期的に生活習慣を振り返ることが重要である。

また、健診結果が基準値を超える場合は、生活習慣の改善や早期の医療機関への受診等の行動変容が重要であり、保健指導は、これらを支援するために健診結果で把握した生活習慣病のリスクに応じて行われている。

ここからは、特定健診受診者の健診結果をもとに生活習慣や生活習慣病予備群に関する情報も併せて把握し、保健指導による生活習慣病発症予防や重症化予防をはじめとした各種介入において、どのような課題があるか整理を行う。



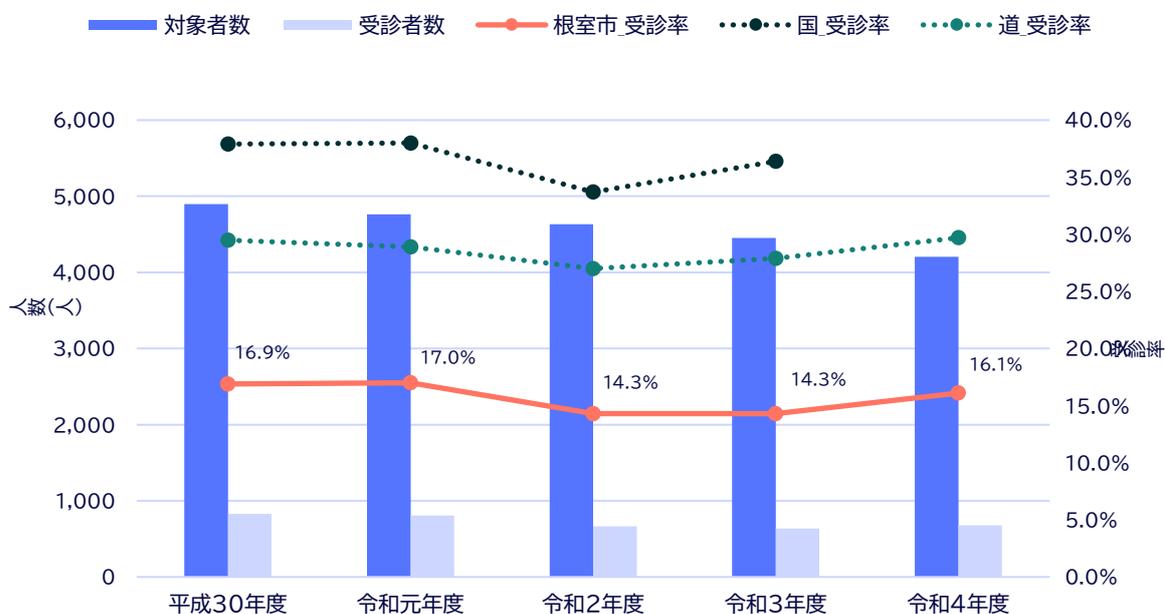
(1) 特定健診受診率

特定健診は、主に生活習慣病の早期発見を目的として行われる。

令和4年度の特定健診受診率は16.1%であり、道より低い。

また、経年の推移をみると、平成30年度と比較して0.8ポイント低下している。

図表 3-6-1-1：特定健診受診率（法定報告値）



	平成30年度	令和元年度	令和2年度	令和3年度	令和4年度	平成30年度と令和4年度の差	
特定健診対象者数 (人)	4,899	4,761	4,634	4,451	4,207	-692	
特定健診受診者数 (人)	830	809	663	637	679	-151	
特定健診受診率	根室市	16.9%	17.0%	14.3%	14.3%	16.1%	-0.8
	国	37.9%	38.0%	33.7%	36.4%	-	-
	道	29.5%	28.9%	27.0%	27.9%	29.7%	0.2

【出典】厚生労働省 2018年度から2022年度 特定健診・特定保健指導の実施状況（保険者別）

公益社団法人 国民健康保険中央会 市町村国保特定健康診査・特定保健指導実施状況報告書 平成30年度から令和4年度

図表 3-6-1-2：年齢階層別_特定健診受診率

	40-44歳	45-49歳	50-54歳	55-59歳	60-64歳	65-69歳	70-74歳
平成30年度	7.6%	8.7%	13.5%	13.9%	16.2%	19.8%	21.8%
令和元年度	7.8%	11.4%	12.4%	14.0%	15.9%	19.4%	21.1%
令和2年度	9.3%	7.7%	13.3%	12.6%	12.9%	17.6%	15.7%
令和3年度	11.7%	9.4%	12.1%	10.3%	14.2%	15.4%	16.8%
令和4年度	10.7%	9.7%	11.3%	15.1%	15.5%	19.9%	17.6%

※法定報告値は厚生労働省発表によるものであり、KDBデータと登録時期が異なるため値に差がある

【出典】KDB 帳票 S21_008-健診の状況 平成30年度から令和4年度 累計

ポイント

- 生活習慣病は自覚症状が乏しく早期発見のために特定健診は重要であるが、その受診率は令和4年度で道より低い。また、平成30年度と比べて0.8ポイント低下している。

(2) 健康状態不明者（健診なし治療なし）

根室市の特定健診対象者において、特定健診未受診者、かつ生活習慣病のレセプトが出ていない人は1,056人で、特定健診対象者の24.8%である。

特定健診の受診もなく生活習慣病の治療もない人は、健康状態が未把握であり、特定健診を通じた健康状態の把握が求められる。

※この項における生活習慣病とは、KDBが定める生活習慣病（糖尿病、高血圧症、脂質異常症、高尿酸血症、脂肪肝、動脈硬化症、脳出血、脳梗塞、狭心症、心筋梗塞、がん、筋・骨格関連疾患、及び精神疾患）を指す

図表 3-6-2-1：特定健診の受診状況と生活習慣病の治療状況

	40-64 歳		65-74 歳		合計		
	人数（人）	対象者に占める割合	人数（人）	対象者に占める割合	人数（人）	対象者に占める割合	特定健診受診者・未受診者に占める割合
対象者数	1,957	-	2,308	-	4,265	-	-
特定健診受診者数	257	-	426	-	683	-	-
生活習慣病_治療なし	72	3.7%	60	2.6%	132	3.1%	19.3%
生活習慣病_治療中	185	9.5%	366	15.9%	551	12.9%	80.7%
特定健診未受診者数	1,700	-	1,882	-	3,582	-	-
生活習慣病_治療なし	710	36.3%	346	15.0%	1,056	24.8%	29.5%
生活習慣病_治療中	990	50.6%	1,536	66.6%	2,526	59.2%	70.5%

【出典】KDB 帳票 S21_027-厚生労働省様式（様式 5-5） 令和 4 年度 年次

ポイント

- ・特定健診を通じて健康状態を把握すべき「健診なし治療なし」の者は1,056人（24.8%）存在する。

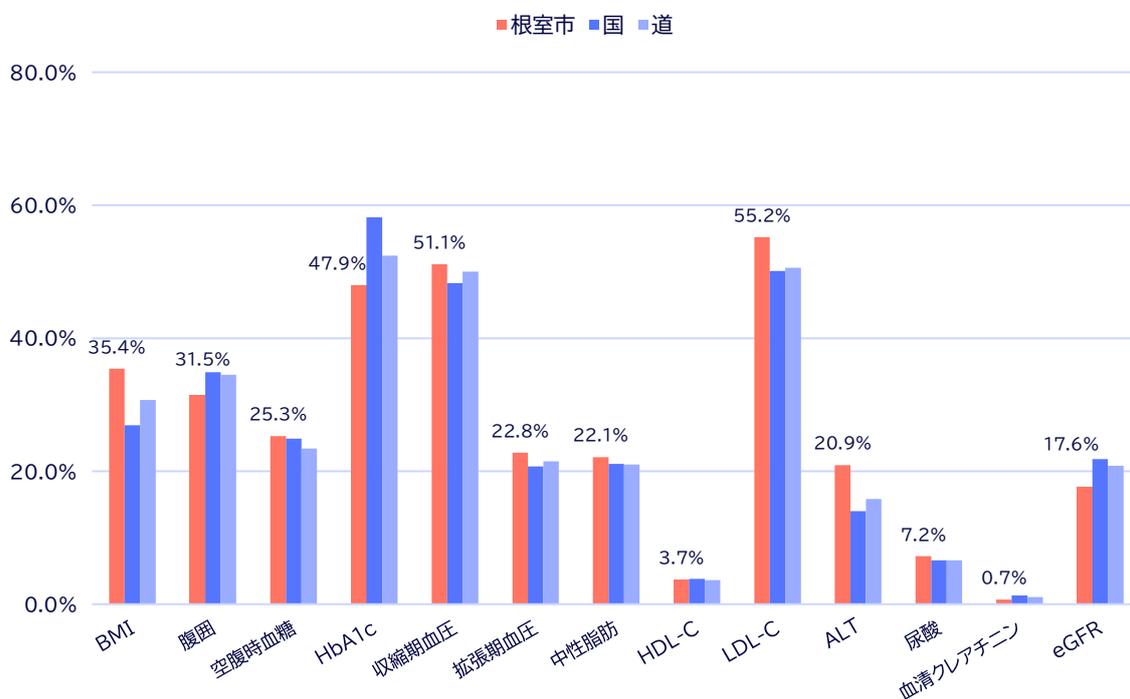
(3) 有所見者の状況

① 有所見者の割合

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」の者を指し、その状況に応じて保健指導や受診勧奨といった介入がなされている。

令和4年度の特定健診受診者における有所見者の割合は国や道と比較して「BMI」「空腹時血糖」「収縮期血圧」「拡張期血圧」「中性脂肪」「LDL-C」「ALT」「尿酸」の有所見率が高い。

図表 3-6-3-1：特定健診受診者における有所見者の割合



	BMI	腹囲	空腹時血糖	HbA1c	収縮期血圧	拡張期血圧	中性脂肪	HDL-C	LDL-C	ALT	尿酸	血清クレアチニン	eGFR
根室市	35.4%	31.5%	25.3%	47.9%	51.1%	22.8%	22.1%	3.7%	55.2%	20.9%	7.2%	0.7%	17.6%
国	26.9%	34.9%	24.9%	58.2%	48.3%	20.7%	21.1%	3.8%	50.1%	14.0%	6.6%	1.3%	21.8%
道	30.7%	34.5%	23.4%	52.4%	50.0%	21.5%	21.0%	3.6%	50.6%	15.8%	6.6%	1.1%	20.8%

【出典】KDB 帳票 S21_024-厚生労働省様式（様式 5-2） 令和4年度 年次

参考：検査項目ごとの有所見定義

BMI	25kg/m ² 以上	中性脂肪	150mg/dL 以上
腹囲	男性：85 cm以上、女性：90 cm以上 (内臓脂肪面積の場合：100 cm以上)	HDL-C	40mg/dL 未満
		LDL-C	120mg/dL 以上
空腹時血糖	100mg/dL 以上	ALT	31U/L 以上
HbA1c	5.6%以上	尿酸	7.0mg/dL 超過
収縮期血圧	130mmHg 以上	血清クレアチニン	1.3mg/dL 以上
拡張期血圧	85mmHg 以上	eGFR	60ml/分/1.73 m ² 未満

【出典】各帳票等の項目にかかる集計要件

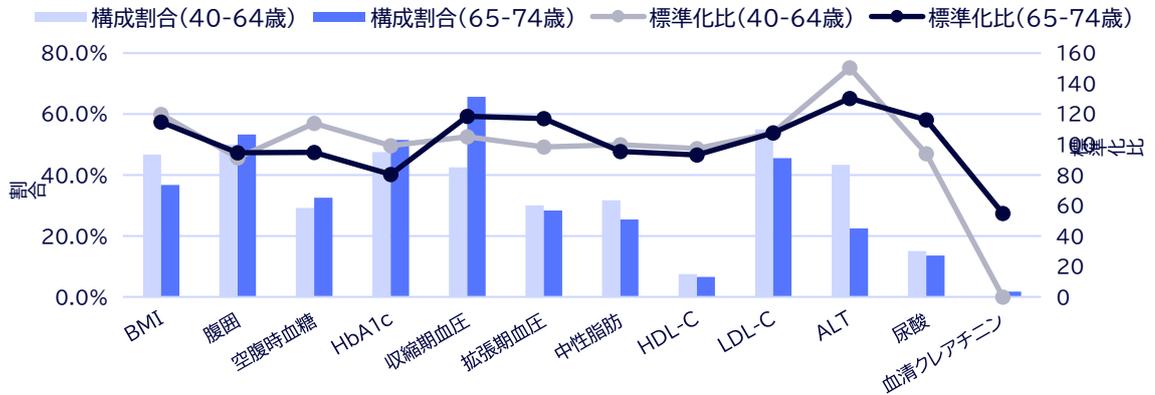
ポイント

- ・特定健診受診者は、国や道と比較して「BMI」「空腹時血糖」「収縮期血圧」「拡張期血圧」「中性脂肪」「LDL-C」「ALT」「尿酸」の有所見率が高い。

② 有所見者の性別年代別割合の状況と標準化比

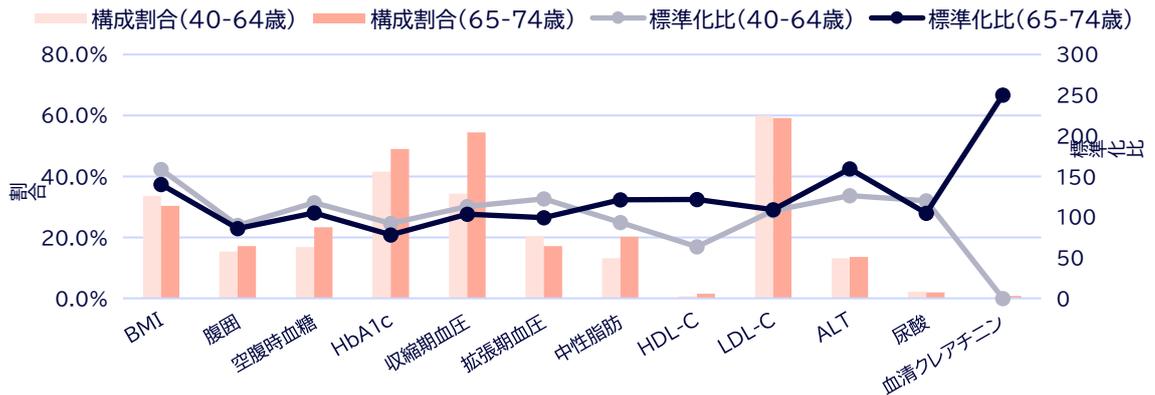
さらに、年代別の有所見者の割合について、年齢調整を行い、国を100とした標準化比で比較すると、男性では「BMI」「収縮期血圧」「LDL-C」「ALT」の標準化比がいずれの年代においても100を超えている。女性では「BMI」「空腹時血糖」「収縮期血圧」「LDL-C」「ALT」「尿酸」の標準化比がいずれの年代においても100を超えている。

図表 3-6-3-2：特定健診受診者における年代別有所見者の割合・標準化比 男性



		BMI	腹囲	空腹時血糖	HbA1c	収縮期血圧	拡張期血圧	中性脂肪	HDL-C	LDL-C	ALT	尿酸	血清クレアチニン
40-64歳	構成割合	46.7%	50.0%	29.2%	47.5%	42.5%	30.0%	31.7%	7.5%	55.0%	43.3%	15.0%	0.0%
	標準化比	119.9	91.2	113.9	99.3	105.1	98.4	99.8	97.3	107.8	150.4	94.1	0.0
65-74歳	構成割合	36.7%	53.3%	32.5%	51.5%	65.7%	28.4%	25.4%	6.5%	45.6%	22.5%	13.6%	1.8%
	標準化比	114.8	94.5	94.9	80.4	118.6	117.1	95.5	93.1	107.6	130.3	116.1	54.8

図表 3-6-3-3：特定健診受診者における年代別有所見者の割合・標準化比 女性



		BMI	腹囲	空腹時血糖	HbA1c	収縮期血圧	拡張期血圧	中性脂肪	HDL-C	LDL-C	ALT	尿酸	血清クレアチニン
40-64歳	構成割合	33.6%	15.3%	16.8%	41.6%	34.3%	20.4%	13.1%	0.7%	59.9%	13.1%	2.2%	0.0%
	標準化比	158.5	89.9	117.9	92.2	112.9	122.6	93.4	63.4	107.9	126.2	120.0	0.0
65-74歳	構成割合	30.4%	17.1%	23.3%	49.0%	54.5%	17.1%	20.2%	1.6%	59.1%	13.6%	1.9%	0.8%
	標準化比	140.0	85.7	105.3	78.1	103.7	99.1	121.4	121.7	109.1	159.3	104.8	250.2

【出典】KDB 帳票 S21_024-厚生労働省様式(様式5-2) 令和4年度 年次

ポイント

- ・ 有所見者の性別年代別割合の国との標準化比は、男性では「BMI」「収縮期血圧」「LDL-C」「ALT」の標準化比がいずれの年代においても100を超えている。女性では「BMI」「空腹時血糖」「収縮期血圧」「LDL-C」「ALT」「尿酸」の標準化比がいずれの年代においても100を超えている。

(4) メタボリックシンドローム

メタボリックシンドロームとは、「内臓肥満に高血糖・高血圧・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 生活習慣病予防のための健康情報サイトより引用）を指している。

メタボリックシンドロームは生活習慣病の前段階と呼ぶべき状態であり、生活習慣を変え、内臓脂肪を減らすことで危険因子を改善し、生活習慣病の発症を予防する必要がある。

根室市は有所見者のうち、メタボリックシンドロームに該当する者、またその予備群の者に対し、保健指導等の事業を通じて生活習慣病を発症することで定期的な通院が必要とならないように支援を行っている。

メタボリックシンドローム＝内臓肥満＋複数の生活習慣病リスクを有する状態



【出典】厚生労働省 メタボリックシンドロームの診断基準より作成

① メタボ該当者数とメタボ予備群該当者数

令和4年度の特定健診受診者におけるメタボ該当者は125人である。特定健診受診者における割合は18.3%で、国・道より低い。男女別にみると、男性では28.7%、女性では10.7%がメタボ該当者となっている。

メタボ予備群該当者は68人で特定健診受診者における該当者割合は10.0%となっており、該当者割合は国・道より低い。男女別にみると、男性では17.6%、女性では4.3%がメタボ予備群該当者となっている。

図表 3-6-4-1：特定健診受診者におけるメタボ該当者数・メタボ予備群該当者数

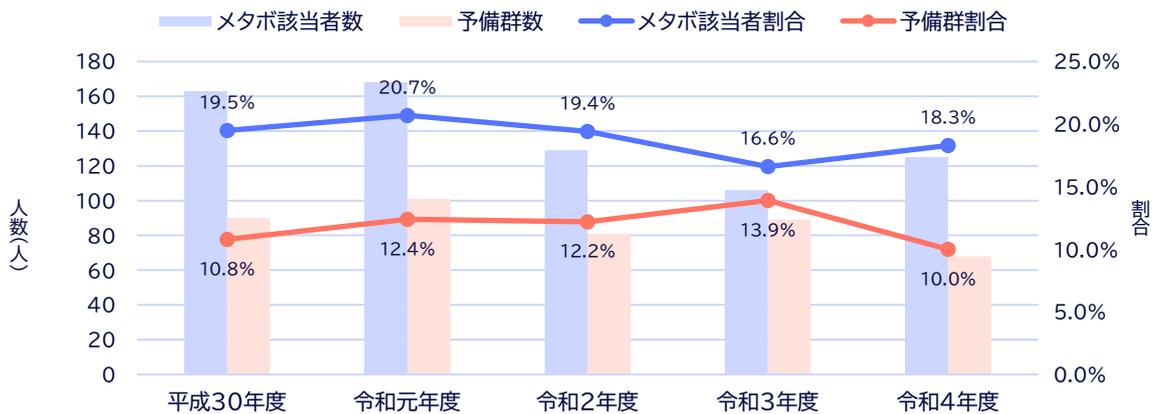
	根室市		国	道	同規模
	対象者数（人）	割合	割合	割合	割合
メタボ該当者	125	18.3%	20.6%	20.3%	21.3%
男性	83	28.7%	32.9%	33.0%	32.7%
女性	42	10.7%	11.3%	11.1%	12.0%
メタボ予備群該当者	68	10.0%	11.1%	11.0%	10.8%
男性	51	17.6%	17.8%	18.0%	16.8%
女性	17	4.3%	6.0%	5.9%	5.9%

【出典】 KDB 帳票 S21_001-地域の全体像の把握 令和4年度 累計

② メタボ該当者数とメタボ予備群該当者数の経年推移

令和4年度と平成30年度を比較すると、特定健診受診者におけるメタボ該当者の割合は1.2ポイント減少しており、メタボ予備群該当者の割合は0.8ポイント減少している。

図表 3-6-4-2：メタボ該当者数・メタボ予備群該当者数の推移



	平成30年度		令和元年度		令和2年度		令和3年度		令和4年度		平成30年度と令和4年度の割合の差
	対象者（人）	割合									
メタボ該当者	163	19.5%	168	20.7%	129	19.4%	106	16.6%	125	18.3%	-1.2
メタボ予備群該当者	90	10.8%	101	12.4%	81	12.2%	89	13.9%	68	10.0%	-0.8

【出典】 KDB 帳票 S21_001-地域の全体像の把握 平成30年度から令和4年度 累計

ポイント

- ・生活習慣病の前段階ともいえるメタボ該当者の割合は国・道より低い。
- ・平成30年度と比べて、メタボ該当者の割合は減少しており、メタボ予備群該当者の割合は減少している。

③ メタボ該当者・予備群該当者におけるリスクの保有状況

メタボ該当者のリスク保有状況で最も多い組み合わせは「高血圧・脂質異常該当者」であり、58人が該当している。

メタボ該当者は「内臓肥満に加えて生活習慣病の発症リスクを複数抱えている状態」であり、保有しているリスクの数が多いほど、生活習慣病の発症や、将来の重症化リスクが上昇する。

令和4年度の健診受診者で、重症化リスクの高い3項目（高血糖・高血圧・脂質異常）該当者は43人いる。

図表 3-6-4-3：メタボ該当者・メタボ予備群該当者におけるリスクの保有状況

	男性		女性		合計	
	人数(人)	割合	人数(人)	割合	人数(人)	割合
特定健診受診者数	289	-	394	-	683	-
腹囲基準値以上	150	51.9%	65	16.5%	215	31.5%
メタボ該当者	83	28.7%	42	10.7%	125	18.3%
高血糖・高血圧該当者	14	4.8%	8	2.0%	22	3.2%
高血糖・脂質異常該当者	1	0.3%	1	0.3%	2	0.3%
高血圧・脂質異常該当者	35	12.1%	23	5.8%	58	8.5%
高血糖・高血圧・脂質異常該当者	33	11.4%	10	2.5%	43	6.3%
メタボ予備群該当者	51	17.6%	17	4.3%	68	10.0%
高血糖該当者	2	0.7%	3	0.8%	5	0.7%
高血圧該当者	39	13.5%	13	3.3%	52	7.6%
脂質異常該当者	10	3.5%	1	0.3%	11	1.6%
腹囲のみ該当者	16	5.5%	6	1.5%	22	3.2%

【出典】KDB 帳票 S21_025-厚生労働省様式(様式 5-3) 令和4年度 年次

ポイント

- 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リスク該当者は43人いる。

(5) 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 生活習慣病予防のための健康情報サイトより引用）である。

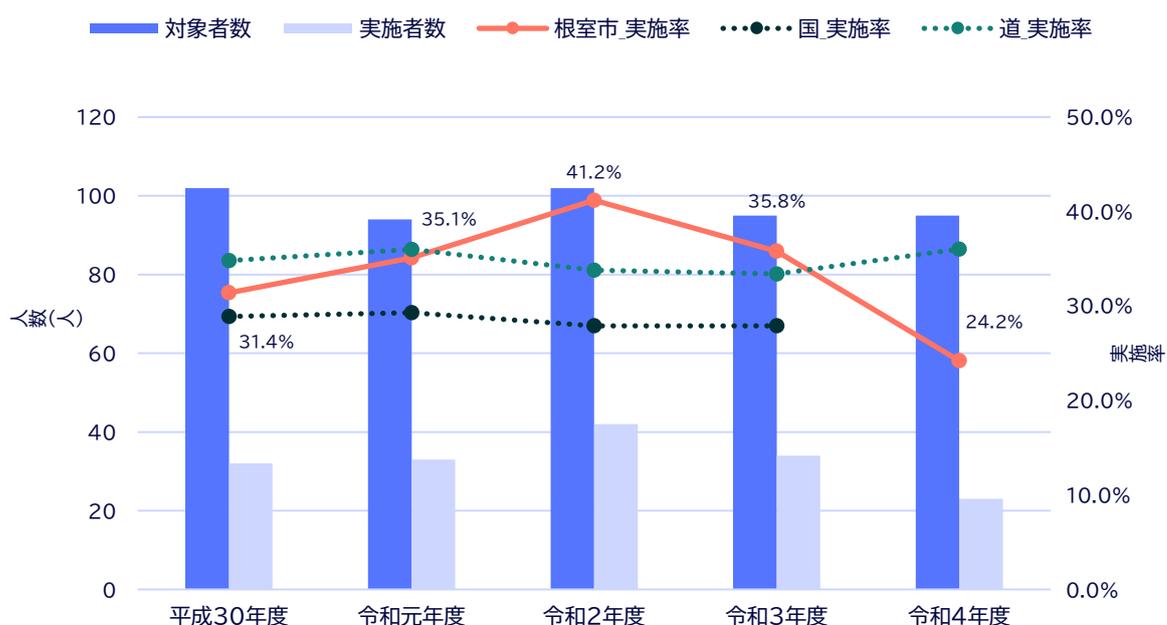
特定保健指導実施率をみることで、前述のメタボ該当者とメタボ予備群該当者のうち、どの程度 of 特定保健指導の対象者に対して支援できているのかが分かる。

令和4年度の特定保健指導の対象者は95人で、特定健診受診者の14.0%を占める。

特定保健指導対象者のうち特定保健指導を終了した人の割合（特定保健指導実施率）は24.2%である。

令和4年度の実施率は、平成30年度の実施率と比較すると7.2ポイント低下している。

図表 3-6-5-1：特定保健指導実施率（法定報告値）



		平成30年度	令和元年度	令和2年度	令和3年度	令和4年度	平成30年度と令和4年度の差
特定健診受診者数 (人)		830	809	663	637	679	-151
特定保健指導対象者数 (人)		102	94	102	95	95	-7
特定保健指導該当者割合		12.3%	11.6%	15.4%	14.9%	14.0%	1.7
特定保健指導実施者数 (人)		32	33	42	34	23	-9
特定保健指導実施率	根室市	31.4%	35.1%	41.2%	35.8%	24.2%	-7.2
	国	28.9%	29.3%	27.9%	27.9%	-	-
	道	34.8%	36.0%	33.8%	33.4%	36.0%	1.2

【出典】厚生労働省 2018年度から2022年度 特定健診・特定保健指導実施状況（保険者別）

ポイント

- ・主にメタボリックシンドローム該当者が対象となる特定保健指導の実施率は、令和4年度で道より低い。また、平成30年度と比べて7.2ポイント低下している。

(6) 受診勧奨対象者

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（参考表）を超える者であり、検査値が特に悪いため、医療機関の受診を促すべきであるとされている。

受診勧奨対象者は生活習慣病の発症が疑われるため、早急に医療機関を受診し、医師の判断のもと治療の開始を検討する必要がある。

参考：主な健診項目における受診勧奨判定値

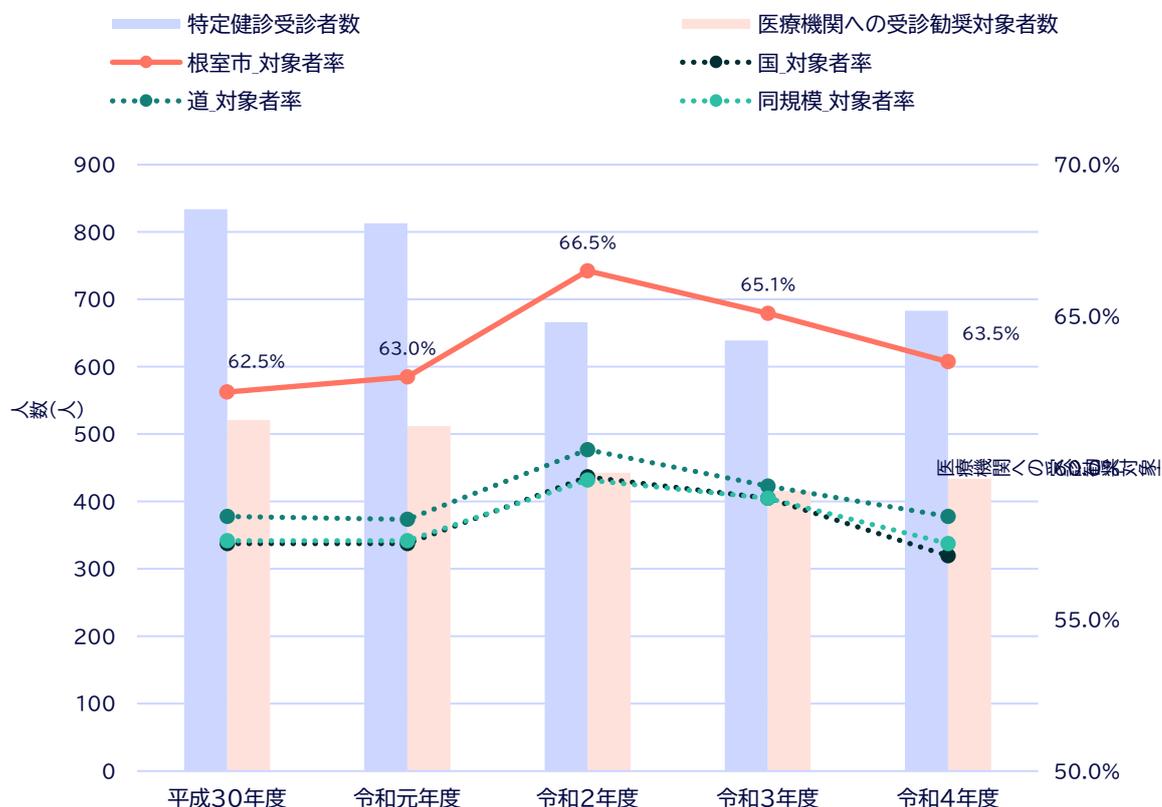
関連する生活習慣病	糖尿病	高血圧症	脂質異常症
項目名 (単位)	HbA1c (%)	血圧 (mmHG)	LDLコレステロール(mg/dL)
正常	< 5.5	収縮期：<129 拡張期：<84	< 119
保健指導判定値	5.6 - 6.4	収縮期：130 - 139 拡張期：85 - 89	120 - 139
受診勧奨判定値	6.5 - 6.9	I度高血圧 収縮期：140 - 159 拡張期：90 - 99	140 - 159
	7.0 - 7.9	II度高血圧 収縮期：160 - 179 拡張期：100 - 109	160 - 179
	8.0 -	III度高血圧 収縮期：180 - 拡張期：110 -	180 -

※厚生労働省「標準的な健診・保健指導プログラム」に準拠

① 受診勧奨対象者割合の経年推移及び国・北海道・同規模との比較

特定健診受診者における受診勧奨対象者（一項目以上の該当あり）の割合をみると、令和4年度は434人で、特定健診受診者の63.5%を占めている。受診勧奨対象者の割合は、国・道より高く、平成30年度と比較すると1.0ポイント増加している。

図表 3-6-6-1：特定健診受診者における医療機関への受診勧奨対象者の割合



		平成 30 年度	令和元年度	令和 2 年度	令和 3 年度	令和 4 年度	平成 30 年度と 令和 4 年度の受 診勧奨対象者率 の差
特定健診受診者数 (人)		834	813	666	639	683	-
医療機関への受診勧奨対象者数 (人)		521	512	443	416	434	-
受診勧奨 対象者率	根室市	62.5%	63.0%	66.5%	65.1%	63.5%	1.0
	国	57.5%	57.5%	59.7%	59.0%	57.1%	-0.4
	道	58.4%	58.3%	60.6%	59.4%	58.4%	0.0
	同規模	57.6%	57.6%	59.6%	59.0%	57.5%	-0.1

【出典】 KDB 帳票 S21_001-地域の全体像の把握 平成 30 年度から令和 4 年度 累計

ポイント

- ・令和4年度の特定健診において生活習慣病の発症が疑われる者（受診勧奨判定者）の割合は、国・道より高く、平成30年度と比べて1.0ポイント増加している。

② 受診勧奨対象者の項目別経年推移

受診勧奨対象者の中でも、血糖でHbA1c7.0%以上、血圧でⅡ度高血圧以上、血中脂質でLDLコレステロール160mg/dL以上の人は、特に生活習慣病の発症・重症化リスクが高い。

令和4年度の受診勧奨対象者において、HbA1c7.0%以上の人は32人で、特定健診受診者の4.7%を占めており、平成30年度と比較すると割合は減少している。

Ⅱ度高血圧以上の人は46人で、特定健診受診者の6.7%を占めており、平成30年度と比較すると割合は減少している。

LDLコレステロール160mg/dL以上の人は97人で、特定健診受診者の14.2%を占めており、平成30年度と比較すると割合は増加している。

図表3-6-6-2：特定健診受診者における受診勧奨対象者（血糖・血圧・脂質）の経年推移

	平成30年度		令和元年度		令和2年度		令和3年度		令和4年度		
	人数(人)	割合	人数(人)	割合	人数(人)	割合	人数(人)	割合	人数(人)	割合	
特定健診受診者数	834	-	813	-	666	-	639	-	683	-	
血糖 (HbA1c)	6.5以上7.0未満	37	4.4%	47	5.8%	24	3.6%	26	4.1%	29	4.2%
	7.0以上8.0未満	32	3.8%	34	4.2%	23	3.5%	22	3.4%	26	3.8%
	8.0%以上	10	1.2%	7	0.9%	11	1.7%	5	0.8%	6	0.9%
	合計	79	9.5%	88	10.8%	58	8.7%	53	8.3%	61	8.9%

	平成30年度		令和元年度		令和2年度		令和3年度		令和4年度		
	人数(人)	割合	人数(人)	割合	人数(人)	割合	人数(人)	割合	人数(人)	割合	
特定健診受診者数	834	-	813	-	666	-	639	-	683	-	
血圧	I度高血圧	195	23.4%	212	26.1%	163	24.5%	150	23.5%	164	24.0%
	Ⅱ度高血圧	48	5.8%	41	5.0%	38	5.7%	59	9.2%	36	5.3%
	Ⅲ度高血圧	14	1.7%	9	1.1%	14	2.1%	6	0.9%	10	1.5%
	合計	257	30.8%	262	32.2%	215	32.3%	215	33.6%	210	30.7%

	平成30年度		令和元年度		令和2年度		令和3年度		令和4年度		
	人数(人)	割合	人数(人)	割合	人数(人)	割合	人数(人)	割合	人数(人)	割合	
特定健診受診者数	834	-	813	-	666	-	639	-	683	-	
脂質 (LDL-C)	140以上160mg/dL未満	130	15.6%	151	18.6%	124	18.6%	121	18.9%	115	16.8%
	160以上180mg/dL未満	65	7.8%	55	6.8%	68	10.2%	66	10.3%	65	9.5%
	180mg/dL以上	47	5.6%	35	4.3%	37	5.6%	25	3.9%	32	4.7%
	合計	242	29.0%	241	29.6%	229	34.4%	212	33.2%	212	31.0%

【出典】KDB 帳票 S21_008-健診の状況 平成30年度から令和4年度 累計
KDB 帳票 S26_005-保健指導対象者一覧（受診勧奨判定値の者） 平成30年度から令和4年度 累計

ポイント

- ・令和4年度の受診勧奨対象者のうち、重症化リスクが高い検査値の人は、HbA1c7.0%以上の人が32人、Ⅱ度高血圧以上の人が46人、LDLコレステロール160mg/dL以上の人が97人である。

(7) 生活習慣病の発症・重症化リスクが高い受診勧奨対象者の治療状況

受診勧奨対象者のうち、検査値が高く生活習慣病の発症・重症化リスクが高い者は、服薬による治療が必要な可能性があり、治療が確認されない者は医療機関の受診を促す必要がある。

令和4年度の健診において、

血糖がHbA1c7.0%以上であった32人のうち、5人が治療を行っていない。

血圧がⅡ度高血圧以上であった46人のうち、27人が治療を行っていない。

血中脂質がLDLコレステロール160mg/dL以上であった97人のうち、75人が治療を行っていない。

また、腎機能については、eGFR45ml/分/1.73m²未満であった9人のうち、0人が糖尿病や高血圧症、脂質異常症の服薬治療をしていない。

図表 3-6-7-1：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

血糖 (HbA1c)	該当者数 (人)	服薬なし_人数 (人)	服薬なし_割合
6.5 以上 7.0%未満	29	14	48.3%
7.0 以上 8.0%未満	26	5	19.2%
8.0%以上	6	0	0.0%
合計	61	19	31.1%

血圧	該当者数 (人)	服薬なし_人数 (人)	服薬なし_割合
I 度高血圧	164	92	56.1%
Ⅱ 度高血圧	36	21	58.3%
Ⅲ 度高血圧	10	6	60.0%
合計	210	119	56.7%

脂質 (LDL-C)	該当者数 (人)	服薬なし_人数 (人)	服薬なし_割合
140 以上 160mg/dL 未満	115	100	87.0%
160 以上 180mg/dL 未満	65	52	80.0%
180mg/dL 以上	32	23	71.9%
合計	212	175	82.5%

腎機能 (eGFR)	該当者数 (人)	服薬なし_人数 (人)	服薬なし_割合
30 以上 45ml/分/1.73m ² 未満	6	0	0.0%
15 以上 30ml/分/1.73m ² 未満	3	0	0.0%
15ml/分/1.73m ² 未満	0	0	0.0%
合計	9	0	0.0%

【出典】KDB 帳票 S26_005-保健指導対象者一覧（受診勧奨判定値の者） 令和4年度 累計

ポイント

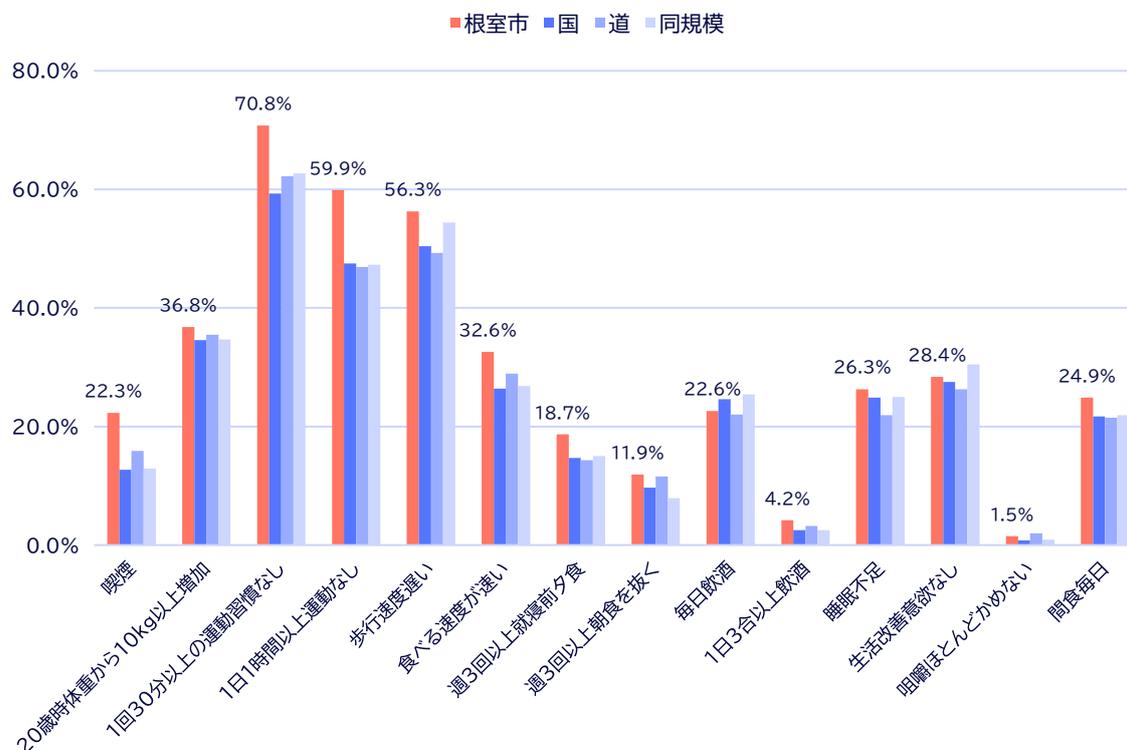
- ・すでに生活習慣病を発症していると疑われ重症化のリスクが高い状態であるにも関わらず、医療機関の受診が確認できない受診勧奨対象者が一定数いる。

(8) 質問票の回答

特定健診での質問票の回答状況から、根室市の特定健診受診者における喫煙や運動習慣、食事、睡眠などの生活習慣の傾向が把握できる。

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見ると、国や道と比較して「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」「1日1時間以上運動なし」「歩行速度遅い」「食べる速度が速い」「週3回以上就寝前夕食」「週3回以上朝食を抜く」「1日3合以上飲酒」「睡眠不足」「生活改善意欲なし」「間食毎日」の回答割合が高い。

図表 3-6-8-1：特定健診受診者における質問票項目別回答者の割合



	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	1日1時間以上運動なし	歩行速度遅い	食べる速度が速い	週3回以上就寝前夕食	週3回以上朝食を抜く	毎日飲酒	1日3合以上飲酒	睡眠不足	生活改善意欲なし	咀嚼ほとんどかめない	間食毎日
根室市	22.3%	36.8%	70.8%	59.9%	56.3%	32.6%	18.7%	11.9%	22.6%	4.2%	26.3%	28.4%	1.5%	24.9%
国	12.7%	34.6%	59.3%	47.5%	50.4%	26.4%	14.7%	9.7%	24.6%	2.5%	24.9%	27.5%	0.8%	21.7%
道	15.9%	35.5%	62.2%	46.9%	49.3%	28.9%	14.3%	11.6%	22.0%	3.2%	21.9%	26.3%	2.0%	21.5%
同規模	12.9%	34.7%	62.7%	47.3%	54.4%	26.8%	15.0%	7.9%	25.4%	2.5%	25.0%	30.5%	0.9%	21.9%

【出典】KDB 帳票 S25_001-質問票調査の経年比較 令和4年度 年次

ポイント

- ・特定健診受診者の生活習慣の状況は、国や道と比較して「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」「1日1時間以上運動なし」「歩行速度遅い」「食べる速度が速い」「週3回以上就寝前夕食」「週3回以上朝食を抜く」「1日3合以上飲酒」「睡眠不足」「生活改善意欲なし」「間食毎日」の回答割合が高い。

7 高齢者の保健事業と介護予防の一体的な実施に係る状況

本節では、「高齢者の保健事業と介護予防の一体的な実施」に係る、後期高齢者医療制度や介護保険のデータを分析する。

「高齢者の保健事業と介護予防の一体的な実施」とは、人生100年時代に備え、平均自立期間（健康寿命）を延伸するために高齢者の疾病予防と健康づくりに焦点を置いた取り組みである。

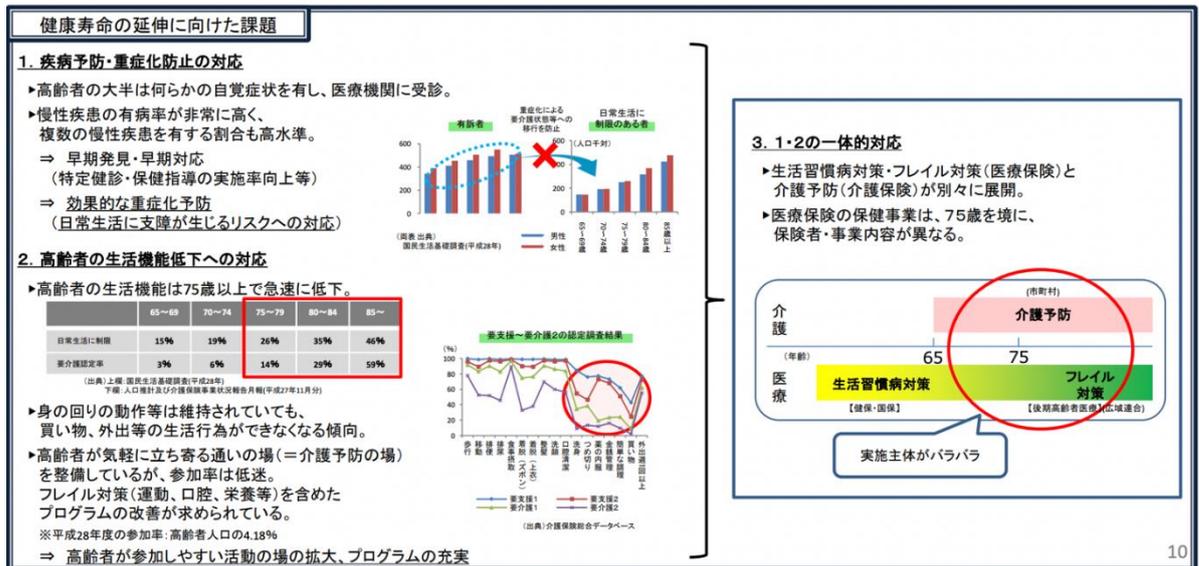
現在、高齢者の平均自立期間短縮に影響している要因として、

- ①生活習慣病の重症化
- ②口腔機能・運動機能・栄養状態が低下することによる虚弱（フレイル）
- ③社会参加の機会の減少

などがあり、それぞれの要因に対して、①生活習慣病対策、②フレイル対策、③介護予防の取り組みがなされている。

一方で、①から③の取り組みは、これまで実施主体に統一性がなく、保険者が変更になる度に支援が途切れがちになることが問題であった。したがって、今後はより一層、①から③の取り組みを切れ目なく実施（一体的に実施）していくことが求められている。

本計画においては、国保加入者の状況だけでなく後期高齢者の状況や要介護（要支援）認定者の状況を把握し①から③に関する取り組みが切れ目なく実施されるよう、国保世代から将来を見据えて取り組むことのできる課題の整理を行う。



【出典】厚生労働省 高齢者の保健事業と介護予防の一体的な実施について

(1) 後期高齢者医療制度の被保険者構成

国民健康保険（以下、「国保」という。）の加入者数は6,257人、国保加入率は27.0%で、国・道より高い。後期高齢者医療制度（以下、「後期高齢者」という。）の加入者数は4,479人、後期高齢者加入率は19.4%で、国・道より高い。

図表 3-7-1-1：制度別の被保険者構成

	国保			後期高齢者		
	根室市	国	道	根室市	国	道
総人口(人)	23,140	-	-	23,140	-	-
加入者数(人)	6,257	-	-	4,479	-	-
加入率	27.0%	19.7%	20.0%	19.4%	15.4%	17.1%

【出典】住民基本台帳 令和4年度

KDB 帳票 S21_001-地域の全体像の把握 令和4年度 累計(国保・後期)

(2) 年代別の要介護（要支援）認定者の有病状況

後期高齢者においては、生活習慣病重症化やフレイルによる介護を防ぐという観点で「心臓病」「脳血管疾患」や「筋・骨格関連疾患」が特に重要な疾患である。

前期高齢者（65-74歳）の認定者の主な疾患の有病割合の国との差は「心臓病」（7.1ポイント）、「脳血管疾患」（5.7ポイント）、「筋・骨格関連疾患」（6.4ポイント）である。

75歳以上の認定者の国との差は「心臓病」（1.3ポイント）、「脳血管疾患」（7.3ポイント）、「筋・骨格関連疾患」（1.3ポイント）である。

図表 3-7-2-1：年代別の要介護（要支援）認定者の有病状況

疾病名	65-74歳			75歳以上		
	根室市	国	国との差	根室市	国	国との差
糖尿病	33.0%	21.6%	11.4	41.4%	24.9%	16.5
高血圧症	39.6%	35.3%	4.3	58.4%	56.3%	2.1
脂質異常症	29.3%	24.2%	5.1	34.9%	34.1%	0.8
心臓病	47.2%	40.1%	7.1	64.9%	63.6%	1.3
脳血管疾患	25.4%	19.7%	5.7	30.4%	23.1%	7.3
筋・骨格関連疾患	42.3%	35.9%	6.4	57.7%	56.4%	1.3
精神疾患	27.0%	25.5%	1.5	35.5%	38.7%	-3.2

【出典】KDB 帳票 S25_006-医療・介護の突合（有病状況）令和4年度 年次

ポイント

・75歳以上の認定者の介護に関連する疾患の有病割合の国との差は「心臓病」（1.3ポイント）、「脳血管疾患」（7.3ポイント）、「筋・骨格関連疾患」（1.3ポイント）である。

(3) 後期高齢者医療制度の医療費

① 一人当たり医療費と入院医療費の割合

国保の一人当たり医療費のうち、入院は国と比べて1,680円多く、外来は1,710円少ない。後期高齢者の一人当たり医療費のうち、入院は国と比べて3,610円多く、外来は4,440円少ない。

また、医療費に占める入院医療費の割合は、国保では5.8ポイント高く、後期高齢者では5.8ポイント高い。

図表 3-7-3-1：一人当たり医療費の状況

	国保			後期高齢者		
	根室市	国	国との差	根室市	国	国との差
入院_一人当たり医療費（円）	13,330	11,650	1,680	40,430	36,820	3,610
外来_一人当たり医療費（円）	15,690	17,400	-1,710	29,900	34,340	-4,440
総医療費に占める入院医療費の割合	45.9%	40.1%	5.8	57.5%	51.7%	5.8

【出典】KDB 帳票 S21_001-地域の全体像の把握 令和4年度 累計（国保・後期）

② 医療費の疾病別構成割合

国保では「がん」の医療費が占める割合が最も高く、医療費の19.0%を占めており、国と比べて2.2ポイント高い。後期高齢者では「がん」の医療費が占める割合が最も高く、医療費の11.6%を占めており、国と比べて0.4ポイント高い。

重篤な生活習慣病の医療費に絞って疾病別構成割合をみると、後期の「脳梗塞」「狭心症」の医療費構成割合は、いずれも国保の同疾患と比べて大きい。

図表 3-7-3-2：制度別の医療費疾病別構成割合

疾病名	国保			後期高齢者		
	根室市	国	国との差	根室市	国	国との差
糖尿病	5.4%	5.4%	0.0	3.7%	4.1%	-0.4
高血圧症	3.9%	3.1%	0.8	4.4%	3.0%	1.4
脂質異常症	0.9%	2.1%	-1.2	0.5%	1.4%	-0.9
高尿酸血症	0.1%	0.0%	0.1	0.0%	0.0%	0.0
脂肪肝	0.2%	0.1%	0.1	0.1%	0.0%	0.1
動脈硬化症	0.0%	0.1%	-0.1	0.0%	0.2%	-0.2
がん	19.0%	16.8%	2.2	11.6%	11.2%	0.4
脳出血	0.8%	0.7%	0.1	0.5%	0.7%	-0.2
脳梗塞	1.3%	1.4%	-0.1	3.4%	3.2%	0.2
狭心症	1.5%	1.1%	0.4	1.9%	1.3%	0.6
心筋梗塞	0.4%	0.3%	0.1	0.1%	0.3%	-0.2
慢性腎臓病（透析あり）	2.2%	4.4%	-2.2	1.8%	4.6%	-2.8
慢性腎臓病（透析なし）	0.2%	0.3%	-0.1	0.7%	0.5%	0.2
精神疾患	7.1%	7.9%	-0.8	4.4%	3.6%	0.8
筋・骨格関連疾患	10.1%	8.7%	1.4	8.2%	12.4%	-4.2

※ここではKDBが定める生活習慣病分類に加えて「慢性腎臓病（透析あり）」「慢性腎臓病（透析なし）」を合わせた医療費を集計している

【出典】KDB 帳票 S21_001-地域の全体像の把握 令和4年度 累計（国保・後期）

ポイント

・後期高齢者では「がん」の医療費が占める割合が最も高く、国と比べて0.4ポイント高い。

(4) 後期高齢者健診

高齢者（65歳以上）への健診・保健指導は、メタボリックシンドローム対策に重点を置いた生活習慣病対策から、体重や筋肉量の減少、低栄養といったフレイル等の予防・改善に着目した対策に徐々に転換することも必要とされている。

したがって、後期高齢者の健診結果では、生活習慣病等の重症化予防の対象者の状況に加え、心身機能の低下に関する質問票の状況を把握し、国保世代から取り組むことができる課題を整理する。

① 後期高齢者における有所見割合

後期高齢者の健診受診率は5.6%で、国と比べて19.2ポイント低い。

有所見者の割合を国と比べると、後期高齢者では「血糖」「血圧」「脂質」「血糖・血圧・脂質」の該当割合が高い。

図表 3-7-4-1：後期高齢者の健診受診状況

		後期高齢者		
		根室市	国	国との差
健診受診率		5.6%	24.8%	-19.2
受診勧奨対象者率		66.7%	60.9%	5.8
有所見者の状況	血糖	7.5%	5.7%	1.8
	血圧	27.8%	24.3%	3.5
	脂質	12.7%	10.8%	1.9
	血糖・血圧	2.8%	3.1%	-0.3
	血糖・脂質	1.2%	1.3%	-0.1
	血圧・脂質	6.0%	6.9%	-0.9
	血糖・血圧・脂質	1.6%	0.8%	0.8

【出典】KDB 帳票 S21_001-地域の全体像の把握 令和4年度 累計（後期）

参考：健診項目における受診勧奨判定値

空腹時血糖	126mg/dL 以上	中性脂肪	300mg/dL 以上
HbA1c	6.5%以上	HDL コレステロール	34mg/dL 以下
収縮期血圧	140mmHg 以上	LDL コレステロール	140mg/dL 以上
拡張期血圧	90mmHg 以上		

【出典】KDB システム 各帳票等の項目にかかる集計要件

② 後期高齢者における質問票の回答

後期高齢者における質問票の回答状況は、国と比べて、「お茶や汁物等で「むせることがある」」「6ヶ月間で2～3kg以上の体重減少が「あった」」「この1年間に「転倒したことがある」」「たばこを「吸っている」」「週に1回以上外出して「いない」」「体調が悪いときに、身近に相談できる人が「いない」」の回答割合が高い。

図表 3-7-4-2：後期高齢者における質問票の回答状況

カテゴリー	項目・回答	回答割合		
		根室市	国	国との差
健康状態	健康状態が「よくない」	1.0%	1.1%	-0.1
心の健康	毎日の生活に「不満」	0.5%	1.1%	-0.6
食習慣	1日3食「食べていない」	5.3%	5.4%	-0.1
口腔・嚥下	半年前に比べて硬いものが「食べにくくなった」	27.1%	27.7%	-0.6
	お茶や汁物等で「むせることがある」	22.3%	20.9%	1.4
体重変化	6か月間で2～3kg以上の体重減少が「あった」	14.0%	11.7%	2.3
運動・転倒	以前に比べて「歩行速度が遅くなったと思う」	55.6%	59.1%	-3.5
	この1年間に「転倒したことがある」	20.8%	18.1%	2.7
	ウォーキング等の運動を「週に1回以上していない」	36.2%	37.1%	-0.9
認知	周囲の人から「物忘れがあるとされたことがある」	14.0%	16.2%	-2.2
	今日が何月何日かわからない日がある	19.8%	24.8%	-5.0
喫煙	たばこを「吸っている」	8.2%	4.8%	3.4
社会参加	週に1回以上外出して「いない」	9.7%	9.4%	0.3
	ふだんから家族や友人との付き合いが「ない」	3.9%	5.6%	-1.7
ソーシャルサポート	体調が悪いときに、身近に相談できる人が「いない」	7.7%	4.9%	2.8

【出典】KDB 帳票 S21_001-地域の全体像の把握 令和4年度 累計（後期）

(5) 地域包括ケアに係る取組及びその他の留意事項

市町村国保では、介護保険サービスを利用する被保険者が相対的に多いという特性があることから、本計画では、国保及び後期高齢者の課題について一体的実施の観点を踏まえながら分析を行い、対象者に対する保健事業の実施や計画の評価を行う。また、関係機関と連携を実施しながら、被保険者を支えるための地域づくりや人材育成を推進する。

8 健康課題の整理

(1) 現状のまとめ

第2章から第3章までで分析した、根室市で暮らす人の健康に関する現状について下記のようにまとめた。

【人口構成・平均余命】

- ・国や道と比較すると、高齢化率は高い。
- ・平均自立期間（健康寿命）は、国や道と比較して男女ともに短い。

【死亡・介護】

- ・平均余命に影響している死亡の要因のうち、予防可能な主な疾患の標準化死亡比は「虚血性心疾患」が84.0、「脳血管疾患」が103.6、「腎不全」が213.1となっている。
- ・平均自立期間に影響している介護の状況において、要介護（要支援）認定者のうち62.1%が「心臓病」を、29.6%が「脳血管疾患」を保有している。

【医療】

- ・令和4年度の一人当たり医療費は約2万9000円で、国や道と比較して低いが、平成30年度から10.9%増加している。
- ・生活習慣病医療費は、国や道と比較して低い。
- ・人工透析の患者数は、平成30年度と比較して30人減少している。
- ・重症化した生活習慣病を発症した者は、「高血圧症」「糖尿病」「脂質異常症」といった基礎疾患を有しているという特徴がある。

【健診】

- ・生活習慣病は自覚症状が乏しく、早期発見のために特定健診は重要であるが、その受診率は令和4年度で16.1%となっており、健診未受診かつ医療にもかかっていない「健診なし受診なし」の者は1,056人（24.8%）いる。
- ・特定健診受診者における有所見率は、国や道と比較して「BMI」「空腹時血糖」「収縮期血圧」「拡張期血圧」「中性脂肪」「LDL-コレステロール」「ALT」「尿酸」で高い。
- ・令和4年度のメタボ該当者割合およびメタボ予備軍該当者割合は、平成30年度と比較して減少している。
- ・令和4年度の特定健診において医療機関の受診が必要と判断された者（受診勧奨判定者）の割合は63.2%と国や道と比較して高く、平成30年度と比較して0.7ポイント増加している。
- ・受診勧奨判定者のうち重症化リスクが高い検査値の者は、HbA1c7.0%以上が32人、Ⅱ度高血圧以上が46人、LDL-コレステロール160mg/dL以上が96人であり、重症化のリスクが高い状態にも関わらず受診が確認できない者も一定数いる。
- ・特定健診受診者の質問票の回答状況は、国や道と比較して「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」「食べる速度が速い」「週3回以上朝食を抜く」「3合以上」「睡眠不足」「生活改善意欲なし」「間食毎日」と回答した者の割合が高い。

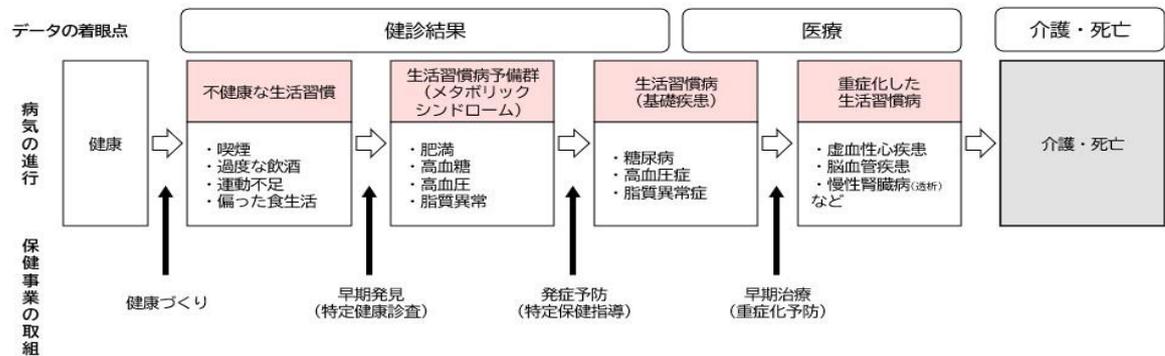
【後期高齢者及びその他の状況】

- ・総医療費に占める入院医療費の割合は、国保・後期ともに国や道と比較して高い。
- ・重複処方該当者数は26人、多剤処方該当者数は6人である。
- ・令和4年9月時点の後発医薬品の使用割合は80.7%である。

(2) 生活習慣病に関する健康課題の整理

根室市に暮らす人が健康で長生きするためには、課題となる疾病とその段階を明確化し、保健指導等の事業を通じて、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（下図参照）。

そのために、上記のまとめを踏まえ、各段階における健康課題と評価指標を以下のとおり整理した。



健康課題・考察	目標
<p>◀重症化予防（がん以外）</p> <p>【課題】</p> <p>#1 「心疾患」「脳血管疾患」「腎不全」のSMRが高い</p> <p>#2 「狭心症」「脳梗塞」「脳出血」と生活習慣病重症化疾患による入院の割合が高い</p> <p>#3 介護有病状況で、「糖尿病」を有している者の割合が高い</p> <p>#4 健診受診者のうち、「血圧」「脂質」が受診勧奨の状態にあるにもかかわらず未治療の者が多い</p> <p>-----</p> <p>【考察】</p> <p>死亡や介護、入院の要因として「心疾患」「脳血管疾患」「腎不全」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。</p> <p>また、介護有病状況においても「糖尿病」有している者の割合が高いことから、特定健診を受けて医療が必要と判断された者を早期に医療に繋げることが重要であり、根室市では、特に「血圧」「脂質」の未治療者が多いことを踏まえて重症化予防に取り組む必要がある。</p>	<p>【中長期目標】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・新規人工透析患者数の減少 ・新規脳血管疾患患者数の減少 ・新規虚血性心疾患患者数の減少 <p>【短期目標】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・糖尿病、高血圧症、脂質異常症重症化予防対象者のうち、未治療者および治療中断者の医療機関受診率の増加 <p>【事業アウトカム】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・糖尿病、高血圧症、脂質異常症の重症化予防事業対象者のうち、未治療者および治療中断者の医療機関受診率の向上 ・糖尿病性腎症重症化予防プログラム対象者のうち、未治療者および治療中断者の医療機関受診率の向上
<p>◀重症化予防（がん）</p> <p>#5 「悪性新生物」のSMRが高い</p> <p>-----</p> <p>【考察】</p> <p>死亡に起因する疾患として「肺がん」「大腸がん」が把握され、一方でそれらを早期発見するための検診受診率は、5がんいずれも国よりも低くなっている。したがって、早期発見早期治療により、SMRの低下につなげる必要がある。</p>	<p>【事業アウトカム】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・がん検診受診率の向上（根室市健康増進計画）
<p>◀生活習慣病発症予防・保健指導</p> <p>#6 早期からの生活習慣改善がなされずに、「糖尿病」「高血圧症」を発症することで定期的な外来通院が必要になる人が多い</p> <p>#7 BMI、ALT (GPT)、収縮期血圧、拡張期血圧、LDL コレステロールの有見者が多い</p> <p>-----</p> <p>【考察】</p> <p>令和4年度の保健指導実施率は24.2%と国よりも低く、生活習慣病（「高血圧症」「糖尿病」「慢性腎臓病」等）を発症してしまうことで定期的な通院が必要にならないように、メタボ（予備群含む）に該当した者を中心に特定保健指導を利用いただき、生活習慣の改善に取り組んでもらうことが必要である。</p>	<p>【短期目標】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・メタボ該当者の減少 ・メタボ予備群該当者の減少 ・HbA1c6.5%以上の者の減少 ・1度高血圧以上の者の減少 ・LDL コレステロール 140mg/dl 以上の者の減少 <p>【事業アウトカム】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・特定保健指導実施率の向上 ・保健指導対象者の減少 ・受診勧奨判定値者の医療機関受診率向上 ・特定健診受診者における HbA1c 有見者の割合の減少

健康課題・考察	目標
◀早期発見・特定健康診査 #8 特定健診受診率が低い 【考察】 令和4年度の特定健診受診率は16.1%と国よりも低く、引き続き健康状態不明者（健診なし医療なし）の者が1,061人存在している。自覚症状が乏しい生活習慣病において自身の健康状態を早期に把握するために、特定健診のさらなる受診率の向上が必要である。	【短期目標】 ・特定健診受診率 【事業アウトカム】 ・特定健診受診率の向上
◀健康づくり #9 喫煙者が多い（男女） #10 1回30分以上の運動習慣なしの該当者が多い（男女） #11 朝昼夜3食以外の間食や甘い飲み物（毎日）の該当者が多い（男女） #12 週3回以上朝食を抜く該当者が多い（男女） #13 1日飲酒量が多い者の割合（男女） 【考察】 特定健診受診者の質問票回答状況から、「習慣的に喫煙している」「運動不足」「不規則な食生活」の人が多い傾向がうかがえる。将来の生活習慣病を予防するために、正しい生活習慣の獲得のための取り組みが必要である。	【短期目標】 ・喫煙者の割合の減少 ・運動習慣のない者の割合の減少 ・1日飲酒量が多い者の割合の減少 ・朝昼夜3食以外の間食や甘い飲み物（毎日）に該当する者の割合の減少 ・週3回以上朝食を抜く者の割合の減少

(3) 高齢者の特性を踏まえた健康課題の整理

健康課題・考察	目標
◀高齢者の保健事業と介護予防の一体的な実施 #14 介護有病状況で、「糖尿病」を有している者の割合が高い #15 後期高齢者における質問票の回答状況で、「お茶や汁物等でむせることがある」「6か月間で2~3kg以上の体重減少があった」「この1年間に転倒したことがある」「体調が悪いときに、身近に相談できる人がいない」の回答割合が高い。 #16 総医療費に占める入院医療費の割合は、国保・後期ともに国や道と比較して高い。 【考察】 後期高齢者における質問票の回答状況から、口腔・栄養・喫煙・ソーシャルサポートに係る課題が把握された。健康の維持・増進の観点からも、口腔・栄養に着目したフレイル予防や必要なソーシャルサポートに繋げる取組が必要である。	【中長期目標】 ・総医療費に占める入院医療費の割合の減少 【短期目標】 ・ジェネリック医薬品数量シェア率の維持

(4) 医療費適正化に係る課題の整理

健康課題・考察	目標
◀医療費適正化 #16 ジェネリック医薬品の数量シェア率の維持 【考察】 ジェネリック医薬品の数量シェア率は現在80%超と一定の割合を維持しており、今後も引き続き数量シェア率の維持に努める必要がある。	【中長期目標】 ・総医療費の減少 【短期目標】 ・ジェネリック医薬品数量シェア率の維持

第4章 データヘルス計画の目的・目標

第3期データヘルス計画の目的、並びにそれを達成するための短期目標及び中・長期目標を整理した。

目的～健康課題を解決することで達成したい姿～
根室市民が健康で豊かに過ごすことができる

共通指標	最上位目標	評価指標	開始時	目標値	目標値基準		
○	健康寿命の延伸	平均自立期間	男性:78.5歳 女性:83.7歳	延伸傾向へ	-		
○	医療費の構造変化	総医療費に占める脳血管疾患の入院医療費の割合	7.8% 参考(北海道):7.4%	7.0%	過去の推移から実現可能性を考慮し設定		
		総医療費に占める虚血性心疾患の入院医療費の割合	10.3% 参考(北海道):6.0%	9.0%			
		総医療費に占める慢性腎不全(透析あり)の医療費の割合	4.1% 参考(北海道):3.5%	3.0%			
共通指標	中・長期目標	評価指標	開始時	目標値	目標値基準		
○	生活習慣病重症化予防	新規脳血管疾患患者数	66人	減少傾向へ	-		
		新規虚血性心疾患患者数	112人	減少傾向へ	-		
		新規人工透析導入者数	1人	減少傾向へ	-		
共通指標	短期目標	評価指標	開始時	目標値	目標値基準		
○	健康づくり	メタボリック症候群該当者の割合	18.3%	13.7%	第4期特定健康診査等実施計画に基づく		
		メタボリック症候群予備群該当者の割合	9.7%	7.3%			
		喫煙率	男性:31.8% 女性:14.8%	男性:25.0% 女性:7.5%	健康日本21(第3次)の考え方に基づく		
		運動習慣のない者の割合	70.8%	60%			
		朝昼夜3食以外の間食や甘い飲み物(毎日)に該当する者の割合	25.3%	20.0%			
		○		週3回以上朝食を抜く者の割合	12.2% 参考(北海道):9.7%	9.0%	開始時における北海道の数値を下回ることを目指す
				1日飲酒量が多い者の割合	4.3% 参考(北海道):3.2%	3.0%	
○	特定保健指導	特定保健指導による特定保健指導対象者の減少率	12.5% 参考(北海道):19.0%	20.0%	開始時における北海道の数値を上回ることを目指す		

共通指標	短期目標	評価指標	開始時	目標値	目標値基準
○	生活習慣病重症化予防	HbA1c6.5%以上の者の割合	9.0% 参考(北海道):7.1%	7.0%	開始時における道の数値を下回ることを目指す
		I度高血圧(拡張期140・収縮期90)以上の者の割合	30.5% 参考(北海道):29.4%	29.0%	
		LDLコレステロール140mg/dl以上の割合	31.2% 参考(北海道):26.3%	26.0%	
○	特定健診	特定健診受診率	16.1%	28.0%	実現可能性を考慮し開始時における北海道の受診率に近づけることを目指す
○	特定保健指導	特定保健指導実施率	24.2%	60.0%	第4期特定健康診査等実施計画に基づく
○	生活習慣病重症化予防	糖尿病重症化予防対象者(市町村別)のうち、未治療者の医療機関受診率	33.3%	60.0%	過去5カ年において最も高かった年度を目標値として設定
		高血圧症重症化予防対象者(市町村別)のうち、未治療者の医療機関受診率	18.2%	26.0%	
		脂質異常症重症化予防対象者(市町村別)のうち、未治療者の医療機関受診率	14.5%	26.0%	

第5章 目的・目標を達成するための保健事業

1 保健事業の整理

第2期に実施した保健事業の振り返りを行った上で、第3期データヘルス計画における目的・目標を達成するための保健事業を整理した。

(1) 重症化予防

第2期計画における取組と評価			
目標分類	評価	重症化予防に関連するデータヘルス計画の目標	
中長期	B	人工透析患者の占める割合の減少（目標値：ベースラインの値を参考とし0.2%） 脳血管疾患患者の占める割合の減少（目標値2.0%） 虚血性心疾患患者の占める割合の減少（目標値1.5%）	
事業評価	事業アウトカム	個別事業名	事業の概要
		糖尿病性腎症重症化予防プログラム	対象者： 北海道糖尿病性腎症重症化予防プログラム（北海道 令和3年3月改定）に基づき対象者を選定 方法： ①医療機関未受診者および治療中断者に対し、文書・電話等で受診勧奨を実施 ②かかりつけ医および本人の同意があった者に対し保健指導を実施
		生活習慣病重症化予防事業	対象者：次の①及び②の対象者に対し、受診勧奨を行う。 ①未治療者：前年度特定健診受診者のうち、血糖、血圧、血中脂質が受診判定となっており、健診受診以降で該当する生活習慣病の傷病のレセプトの記録がないもの ②治療中断者：同一の医療機関において一度でも生活習慣病についての傷病レセプトがあるもののうち、6ヶ月以上生活習慣病に係る通院歴が確認出来ないもの



第3期計画における重症化予防に関連する健康課題
#1 「心疾患」、「脳血管疾患」、「腎不全」のSMRが高い #2 「狭心症」、「脳梗塞」、「脳出血」と生活習慣病重症化疾患による入院の割合が高い #3 介護有病状態で、「糖尿病」を有している者の割合が高い #4 健診受診者のうち、「血圧」「脂質」が受診勧奨の状態にあるにもかかわらず未治療の者が多い
第3期計画における重症化予防に関連するデータヘルス計画の目標
【中長期目標】 ・新規脳血管疾患患者数の抑制 ・新規虚血性心疾患患者数の抑制 ・新規人工透析導入者数の抑制 【短期目標】 ・糖尿病、高血圧症、脂質異常症重症化予防対象者のうち、未治療者および治療中断者の医療機関受診率の増加



第3期計画における重症化予防に関連する保健事業

保健事業の方向性

第2期計画期間で実施していた事業では透析移行患者の抑制を目標に実施し、両事業とも目標を達成している。
 第3期計画においては新規人工透析患者・虚血性心疾患患者・脳血管疾患患者の発生の抑制を中長期目標とし、その目標を達成するために糖尿病、高血圧症、脂質異常症の未治療者および治療中断者に対し受診勧奨を行い、適切に医療に繋げることをめざす。

健康課題	継続/新規	個別事業名	事業の概要
#1, 3, 4	継続	糖尿病性腎症重症化予防プログラム	対象者： 北海道糖尿病性腎症重症化予防プログラム（北海道 令和3年3月改定）に基づき対象者を選定 方法： ①医療機関未受診者および治療中断者に対し、文書・電話等で受診勧奨を実施 ②かかりつけ医および本人の同意があった者に対し保健指導を実施
#1, 2, 3, 4	継続	生活習慣病重症化予防事業	治療中断者及び未治療者に対し受診勧奨を行う

① 糖尿病性腎症重症化プログラム

実施計画							
事業目的・目標	糖尿病が重症化するリスクの高い者に対して適切な受診勧奨、保健指導を行うことで腎不全や人工透析への移行を遅延させ、QOLの維持・向上を目指すことを目的とする。						
事業内容	①医療機関未受診者および治療中断者に対し、文書・電話等で受診勧奨を実施 ②かかりつけ医および本人の同意があった者に対し保健指導を実施						
対象者・対象人数	北海道糖尿病性腎症重症化予防プログラム（北海道 令和3年3月改定）に基づき対象者を選定						
実施体制・関係機関	必要に応じて、市内各医療機関と連携して実施する。						
評価指標・目標値							
ストラクチャー	・事業実施体制						
プロセス	・対象者の抽出体制						
事業アウトプット	【項目名】受診勧奨または保健指導の実施率						
	ベース	令和6年度	令和7年度	令和8年度	令和9年度	令和10年度	令和11年度
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
事業アウトカム	【項目名】受診勧奨による医療機関受診率						
	ベース	令和6年度	令和7年度	令和8年度	令和9年度	令和10年度	令和11年度
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
評価時期	毎年度末に実施						

② 生活習慣病重症化予防事業

実施計画							
事業目的・目標	早期治療再開等による医療費の抑制、QOLの維持・向上						
事業内容	生活習慣病の未治療者及び治療中断者に対する受診勧奨						
対象者・対象人数	前年度に健診で異常値を指摘されるも、その後医療機関の受診が確認できない被保険者						
実施体制・関係機関	北海道国民健康保険団体連合会、(株)キャンサーズキャン						
評価指標・目標値							
ストラクチャー	関係機関との協議回数						
プロセス	通知物の送付回数						
事業アウトプット	【項目名】通知物のカバー率						
	開始時	令和6年度	令和7年度	令和8年度	令和9年度	令和10年度	令和11年度
	90.0%	90.0%	90.0%	90.0%	95.0%	95.0%	95.0%
事業アウトカム	【項目名】受診勧奨後の医療機関受診率						
	開始時	令和6年度	令和7年度	令和8年度	令和9年度	令和10年度	令和11年度
	4.73%	5.0%	6.0%	7.0%	8.0%	9.0%	10.0%
評価時期	各年度2月～3月						

(2) 生活習慣病発症予防・保健指導

第2期計画における取組と評価			
目標分類	評価	生活習慣病発症予防・保健指導に関連するデータヘルス計画の目標	
短期	A	特定保健指導実施率の向上 特定健診受診者のうち、HbA1c7.0%以上の者の割合の減少 特定健診受診者のうち、Ⅱ度高血圧以上の者の割合の減少 特定健診受診者のうち、LDL コレステロール 180mg/dL 以上又は中性脂肪 300mg/dL 以上（食後を除く）の者の割合の減少	
事業評価	事業アウトカム	個別事業名	事業の概要
C	特定保健指導実施率 目標値：60.0% 実績値：24.2% (R4)	特定保健指導	対象者： 「特定健康診査・特定保健指導の円滑な実施に向けた手引き（厚生労働省）」に示された定義に基づき選定 方法： 対象者の定義に応じ、生活習慣および特定健診結果の改善を目指した保健指導を実施
A	医療機関受診率 目標値：51.0% 実績値：66.7% (R4)	医療機関受診勧奨判定値者の受診勧奨および確認	対象者： 集団特定健康診査を受診した者のうち受診勧奨判定値に該当した者 方法： 電話・訪問等による健診結果返送時の受診勧奨および3か月後の受診有無の確認
A	特定健診におけるHbA1cの有所見者の割合 目標値：50.3% 実績値：48.4% (R4)	糖尿病重症化予防対策事業	対象者： 集団特定健康診査を受診した者のうち、糖尿病性腎症重症化予防プログラム（厚生労働省 平成31年4月25日改定）に示された対応例に基づき選定 方法： HbA1cの検査値に応じ、電話・訪問等による保健指導および必要時に受診勧奨を実施



第3期計画における生活習慣病発症予防・保健指導に関連する健康課題	
#6	早期からの生活習慣改善がなされずに、「糖尿病」「高血圧症」を発症することで定期的な外来通院が必要になる人が多い
#7	BMI、ALT(GPT)、収縮期血圧、拡張期血圧、LDL コレステロールの有所見者が多い
第3期計画における生活習慣病発症予防・保健指導に関連するデータヘルス計画の目標	
【短期目標】	
<ul style="list-style-type: none"> ・ 特定保健指導による特定保健指導対象者の減少 ・ メタボリック症候群該当者の割合の減少 ・ メタボリック症候群予備軍の割合の減少 ・ HbA1c6.5%以上の者の減少 ・ I度高血圧以上の者の減少 ・ LDL コレステロール 140mg/dl 以上の者の減少 	



第3期計画における生活習慣病発症予防・保健指導に関連する保健事業			
保健事業の方向性			
北海道の共通評価指標に基づき、生活習慣病発症の原因となる健康課題の改善に寄与する指標を短期目標とし、その目標を達成するために、特定保健指導対象者、医療機関受診勧奨判定値者および特定健診有所見者に対し効果的な保健指導・受診勧奨を実施する。			
健康課題	継続/新規	個別事業名	事業の概要
#6,7	継続	特定保健指導	対象者： 「特定健康診査・特定保健指導の円滑な実施に向けた手引き（厚生労働省）」に示された定義に基づき選定 方法： 対象者の定義に応じ、生活習慣および特定健診結果の改善を目指した保健指導を実施
#6,7	継続	医療機関受診勧奨判定値者の受診勧奨および確認	対象者： 集団特定健康診査を受診した者のうち受診勧奨判定値に該当した者 方法： 電話・訪問等による健診結果返送時の受診勧奨および3か月後の受診有無の確認
#6	継続	糖尿病重症化予防対策事業	対象者： 集団特定健康診査を受診した者のうち、糖尿病性腎症重症化予防プログラム（厚生労働省 平成31年4月25日改定）に示された対応例に基づき選定 方法： HbA1cの検査値に応じ、電話・訪問等による保健指導および必要時に受診勧奨を実施

① 特定保健指導

実施計画							
事業目的・目標	特定健康診査の結果から生活習慣の改善が必要であると判断された者に対しメタボリック症候群に着目した保健指導を実施し、生活習慣病の発症および重症化予防をめざすことを目的とする。						
事業内容	「特定健康診査・特定保健指導の円滑な実施に向けた手引き第4版（厚生労働省）」に基づき対象者を選定し、メタボリック症候群に着目した保健指導を実施する。						
対象者・対象人数	「特定健康診査・特定保健指導の円滑な実施に向けた手引き第4版（厚生労働省）」に基づき対象者を選定						
実施体制・関係機関	根室市保健師・管理栄養士が従事する。						
評価指標・目標値							
ストラクチャー	従事する職員体制						
プロセス	対象者の抽出と管理体制						
事業アウトプット	【項目名】 特定保健指導実施率						
	開始時(R4)	令和6年度	令和7年度	令和8年度	令和9年度	令和10年度	令和11年度
	24.2%	40.0%	44.0%	48.0%	52.0%	56.0%	60.0%
事業アウトカム	【項目名】 特定保健指導による特定保健指導対象者の減少率						
	開始時(R4)	令和6年度	令和7年度	令和8年度	令和9年度	令和10年度	令和11年度
	12.5%	20.0%	20.0%	20.0%	20.0%	20.0%	20.0%
評価時期	法定報告値が確定次第評価						

② 医療機関受診勧奨判定値への受診勧奨及び確認

実施計画							
事業目的・目標	特定健診受診者において医療機関受診勧奨判定値に該当した者に対し受診勧奨およびその後の受診確認を実施し、生活習慣病の発症を予防することを目的とする。						
事業内容	受診勧奨判定者に電話・訪問等による健診結果返送時の受診勧奨および3か月後の受診有無の確認						
対象者・対象人数	集団特定健診を受診した者のうち受診勧奨判定値に該当した者						
実施体制・関係機関	根室市保健師・管理栄養士が従事する						
評価指標・目標値							
ストラクチャー	従事する職員体制						
プロセス	対象者の抽出と管理体制						
事業アウトプット	【項目名】受診勧奨実施率						
	開始時(R4)	令和6年度	令和7年度	令和8年度	令和9年度	令和10年度	令和11年度
	86.4%	95.0%	95.0%	95.0%	95.0%	95.0%	95.0%
事業アウトカム	【項目名】受診勧奨による医療機関受診率						
	開始時(R4)	令和6年度	令和7年度	令和8年度	令和9年度	令和10年度	令和11年度
	66.7%	80.0%	80.0%	80.0%	80.0%	80.0%	80.0%
評価時期	冬の集団健診が終了し、3か月後の受診確認が終了後評価						

③ 糖尿病重症化予防対策事業

実施計画							
事業目的・目標	集団特定健康診査においてHbA1cの検査値が基準値を上回った者に対し、保健指導および必要時に受診勧奨を実施し、生活習慣病の発症を予防することを目的とする。						
事業内容	集団特定健康診査におけるHbA1cの検査値に応じ、電話・訪問等による保健指導および必要時に受診勧奨を実施						
対象者・対象人数	集団特定健康診査を受診した者のうち、糖尿病性腎症重症化予防プログラム（厚生労働省 平成31年4月25日改定）に示された対応例に基づき選定						
実施体制・関係機関	根室市保健師・管理栄養士が従事						
評価指標・目標値							
ストラクチャー	従事する職員体制						
プロセス	対象者の抽出と管理体制						
事業アウトプット	【項目名】保健指導または受診勧奨実施率						
	開始時(R4)	令和6年度	令和7年度	令和8年度	令和9年度	令和10年度	令和11年度
	91.6%	増加傾向へ					
事業アウトカム	【項目名】特定健康診査におけるHbA1c 有所見者率						
	開始時(R4)	令和6年度	令和7年度	令和8年度	令和9年度	令和10年度	令和11年度
	48.4%	減少傾向へ					
評価時期	年度末に実施						

(3) 早期発見・特定健診

第2期計画における取組と評価			
目標分類	評価	早期発見・特定健診に関連するデータヘルス計画の目標	
短期	C	特定健康診査受診率	
事業評価	事業 アウトカム	個別事業名	事業の概要
-	-	特定健診受診率向上対策事業	健診未受診者に対する受診勧奨



第3期計画における早期発見・特定健診に関連する健康課題	
#8 特定健診受診率が低い	
第3期計画における早期発見・特定健診に関連するデータヘルス計画の目標	
【短期目標】 ・特定健診受診率の向上	



第3期計画における早期発見・特定健診に関連する保健事業			
保健事業の方向性			
根室市における特定健診受診率は低く推移しており第2期計画の目標値を達成できなかったことから、第3期計画も引き続き特定健診受診率の向上をめざした取り組みを実施し、自身の健康状態を把握して早期から生活習慣の改善に取り組む者が増加するよう努める。			
健康課題	継続/新規	個別事業名	事業の概要
#8	継続	特定健診受診率向上対策事業	健診未受診者に対する受診勧奨

① 特定健診受診率向上対策事業

実施計画							
事業目的・目標	特定健診受診率の向上						
事業内容	特定健診未受診者に対する受診勧奨						
対象者・対象人数	40歳～74歳の国民健康保険被保険者						
実施体制・関係機関	北海道国民健康保険団体連合会、(株)キャンサースキャン						
評価指標・目標値							
ストラクチャー	関係機関との協議回数						
プロセス	通知物の送付回数						
事業アウトプット	【項目名】通知物カバー率						
	開始時	令和6年度	令和7年度	令和8年度	令和9年度	令和10年度	令和11年度
	90%	90%	90%	90%	95%	95%	95%
事業アウトカム	【項目名】特定健診受診率						
	開始時(R4)	令和6年度	令和7年度	令和8年度	令和9年度	令和10年度	令和11年度
	16.1%	18.0%	20.0%	22.0%	24.0%	26.0%	28.0%
評価時期	3月受診者が確定した後、翌年度上旬に評価を行う						

(4) 健康づくり・社会環境体制整備

第3期計画における健康づくり・社会環境体制整備に関連する健康課題
#9 喫煙者が多い（男女） #10 1回30分以上の運動習慣なしの該当者が多い（男女） #11 朝昼夜3食以外の間食や甘い飲み物（毎日）の該当者が多い（男女） #12 週3回以上朝食を抜く該当者が多い（男女） #13 1日飲酒量が多い者の割合（男女）
第3期計画における健康づくり・社会環境体制整備に関連するデータヘルス計画の目標
特定健康診査の標準的な質問票における ・喫煙者の割合の減少 ・運動習慣のない者の割合の減少 ・1日飲酒量が多い者の割合の減少 ・朝昼夜3食以外の間食や甘い飲み物（毎日）に該当する者の割合の減少 ・週3回以上朝食を抜く者の割合の減少
▼
第3期計画における健康づくり・社会環境体制整備に関連する保健事業
保健事業の方向性
特定保健指導等で健康課題に関する健康情報を積極的に啓発するとともに、健康課題の解決に向けた新規事業の展開を検討する。

(5) 高齢者の保健事業と介護予防の一体的な実施

第3期計画における高齢者の保健事業と介護予防の一体的な実施に関連する健康課題
#14 介護有病状態で、「糖尿病」を有している者の割合が高い
#15 後期高齢者における質問票の回答状況で、「お茶や汁物等でむせることがある」「6か月間で2~3kg以上の体重減少があった」「この1年間に転倒したことがある」「体調が悪いときに、身近に相談できる人がいない」の回答割合が高い。
#16 総医療費に占める入院医療費の割合は、国保・後期ともに国や道と比較して高い。
第3期計画における高齢者の保健事業と介護予防の一体的な実施に関連するデータヘルス計画の目標
【中長期目標】 ・総医療費に占める入院医療費の割合の減少

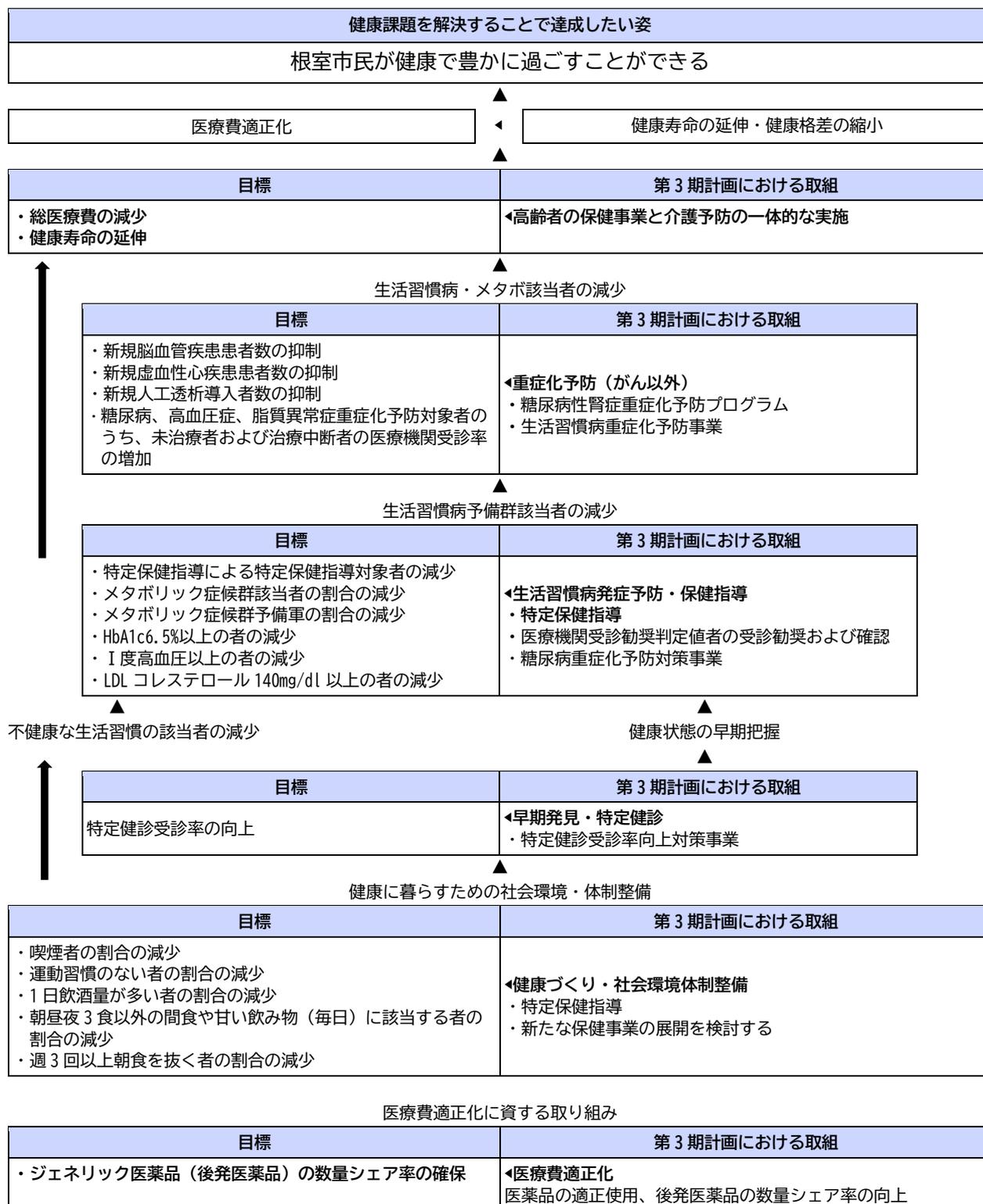


第3期計画における高齢者の保健事業と介護予防の一体的な実施に関連する保健事業
保健事業の方向性
北海道後期高齢者医療広域連合からの委託を受け、高齢者が地域で健やかな生活を送ることができるよう、国民健康保険の保健事業と接続性を持った事業の展開を検討する。

2 個別保健事業計画・評価指標の整理

事業名	事業概要	アウトプット指標	アウトカム指標	関連する短期目標
糖尿病性腎症重症化予防プログラム（国保）	対象者： 北海道糖尿病性腎症重症化予防プログラム（令和3年3月改定）に基づき対象者を選定 方法： ①医療機関未受診者および治療中断者に対し、文書・電話等で受診勧奨を実施 ②かかりつけ医および本人の同意があった者に対し保健指導を実施	【項目名・目標値】 受診勧奨実施率	【項目名・目標値】 ・受診勧奨による医療機関受診率 ・保健指導による行動変容率	#1, 3, 4
生活習慣病重症化予防事業	治療中断者及び未治療者に対し受診勧奨を行う	【項目名・目標値】 受診勧奨後医療機関受診率	【項目名・目標値】 受診勧奨による医療機関受診率	#1, 2, 3, 4
特定保健指導	対象者： 「特定健康診査・特定保健指導の円滑な実施に向けた手引き（厚生労働省）」に示された定義に基づき選定 方法： 対象者の定義に応じ、生活習慣および特定健診結果の改善を目指した保健指導を実施	【項目名・目標値】 特定保健指導実施率	【項目名・目標値】 特定保健指導による特定保健指導対象者の減少率	#6, 7, 9, 10, 11, 12, 13
医療機関受診勧奨判定値者の受診勧奨および確認	対象者： 集団特定健診を受診した者のうち受診勧奨判定値に該当した者 方法： 電話・訪問等による健診結果返送時の受診勧奨および3か月後の受診有無の確認	【項目名・目標値】 受診勧奨実施率	【項目名・目標値】 受診勧奨による医療機関実施率	#6, 7
糖尿病重症化予防対策事業	対象者： 集団特定健診を受診した者のうち、糖尿病性腎症重症化予防プログラム（厚生労働省平成31年4月25日改定）に示された対応例に基づき選定 方法： HbA1cの検査値に応じ、電話・訪問等による保健指導および必要時に受診勧奨を実施	【項目名・目標値】 保健指導または受診勧奨実施率	【項目名・目標値】 特定健診におけるHbA1c 有所見者率	#6
特定健診受診率向上対策事業	対象者： 40歳～74歳の国民健康保険被保険者 方法： 過去の健診受診歴や医療機関の通院歴を基にして複数のパターンの勧奨を行う。	【項目名・目標値】 特定健診受診率	【項目名・目標値】 特定健診受診率の向上	#8

第6章 データヘルス計画の全体像の整理



第7章 計画の評価・見直し

第7章からはデータヘルス計画策定の手引きに従った運用とする。以下、手引きより抜粋する。

1 評価の時期

(1) 個別事業計画の評価・見直し

個別の保健事業の評価は年度ごとに行うことを基本として、計画策定時に設定した保健事業ごとの評価指標に基づき、事業の効果や目標の達成状況を確認する。目標の達成状況が想定に達していない場合は、ストラクチャーやプロセスが適切であったか等を確認の上、目標を達成できなかった原因や事業の必要性等を検討して、次年度の保健事業の実施やデータヘルス計画の見直しに反映させる。

(2) データヘルス計画の評価・見直し

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及び中間評価を実施する。また、計画の最終年度においては、その次の期の計画の策定を円滑に行うため、当該最終年度の上半期に仮評価を行う。

2 評価方法・体制

計画は、中・長期的な計画運営を行うものであることを踏まえ、短期では評価が難しいアウトカム（成果）指標を中心とした評価指標による評価を行う。評価に当たっては、市町村国保における保健事業の評価を広域連合と連携して行うなど、必要に応じ他の保険者等との連携・協力体制を整備する。

第8章 計画の公表・周知

本計画は、被保険者や保健医療関係者等が容易に知り得るべきものとするのが重要であり、このため、国指針において、公表するものとされている。具体的には、ホームページを通じ、都道府県、国保連、保健医療関係者経由で医療機関等に周知する。

第9章 個人情報の取扱い

計画の策定に当たっては、活用するデータの種類や活用方法が多岐にわたり、特に KDB システムを活用する場合等には、健診結果やレセプトデータ情報を突合し加工した統計情報と、個別の個人情報とが存在する。

特に、健診データやレセプトに関する個人情報は、一般的には「個人情報の保護に関する法律」（平成 15 年法律第 57 号。以下、「個人情報保護法」という。）に定める要配慮個人情報に該当するため、慎重に取扱う。根室市では、個人情報の保護に関する各種法令とガイドラインに基づき、庁内等での利用、外部委託事業者への業務委託等の各場面で、その保有する個人情報の適切な取扱いが確保されるよう措置を講じる。

第10章 第4期 特定健康診査等実施計画

1 計画の背景・趣旨

(1) 背景・趣旨

生活習慣病の発症や重症化予防により、国民の健康保持及び医療費適正化を達成することを目的に、保険者においては平成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（以下、「特定健診」という。）及び特定保健指導の実施が義務付けられてきた。

根室市においても、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、実施計画を策定し、特定健診の受診率及び特定保健指導の実施率の向上に取り組んできたところである。

近年、全世代型社会保障の構築に向け、生活習慣病の発症や重症化予防の重要性は一層高まっており、より効率的かつ効果的な特定健診及び特定保健指導の実施が求められている。令和5年3月に公表された「特定健康診査等実施計画作成の手引き（第4版）」「特定健康診査・特定保健指導の円滑な実施に向けた手引き（第4版）」では、成果を重視した特定保健指導の評価体系の見直し、特定保健指導の成果等の見える化の推進などの新たな方向性が示され、成果（アウトカム）に着目したより効率的かつ効果的な事業運営が求められることとなった。

本計画は、第3期計画期間（平成30年度から令和5年度）が終了することから、国での方針の見直しの内容を踏まえ、根室市の現状を考慮した事業の運営を図ることを目的に策定するものである。

(2) 特定健診・特定保健指導を巡る国の動向

① エビデンスに基づく効率的かつ効果的な特定健診・特定保健指導の推進

わが国においては、厳しい財政状況の中、より効率的かつ効果的な財政運営が必要とされており、国を挙げてエビデンスに基づく政策運営が進められている。

特定健診及び特定保健指導に関しても、第3期中に、大規模実証事業や特定保健指導のモデル実施の効果検証を通じたエビデンスの構築、並びにエビデンスに基づく効果的な特定健診及び特定保健指導が推進されてきたところである。

「特定健康診査等実施計画作成の手引き（第4版）」「特定健康診査・特定保健指導の円滑な実施に向けた手引き（第4版）」においても、特定健診及び特定保健指導の第一の目的は生活習慣病に移行させないことであることに立ち返り、対象者の行動変容につながり成果が出たことを評価するという方針で、成果の見える化と事業の効果分析に基づいた効果的な特定健診及び特定保健指導が求められることとなった。

② 第4期特定健診・特定保健指導の見直しの方向性

令和5年3月に発表された「特定健康診査・特定保健指導の円滑な実施に向けた手引き（第4版）」での主な変更点は下表のとおりである。

根室市においても、これらの変更点を踏まえて第4期特定健診及び特定保健指導を実施していく。

図表 10-1-2-1：第4期特定健診・特定保健指導の主な変更点

区分	変更点の概要	
特定健診	基本的な健診の項目	・血中脂質検査の中性脂肪は、やむを得ない場合は随時中性脂肪での測定を可とする。
	標準的な質問票	・喫煙や飲酒の項目は、より正確にリスクを把握するために詳細な選択肢へ修正。 ・特定保健指導の項目は、利用意向から利用歴を確認する内容へ修正。
特定保健指導	評価体系	・実績評価にアウトカム評価を導入。主要達成目標を腹囲2cm・体重2kg減、その他目標を生活習慣病予防につながる行動変容（食習慣・運動習慣・喫煙習慣・休養習慣・その他生活習慣の改善）や腹囲1cm・体重1kg減と設定。 ・プロセス評価は、個別支援、グループ支援、電話及び電子メール等とする。時間に比例したポイント設定ではなく介入1回ごとの評価とし、支援Aと支援Bの区別は廃止。ICTを活用した場合も同水準の評価。特定健診実施後の特定保健指導の早期実施を新たに評価。 ・モデル実施は廃止。
	その他	①初回面接の分割実施の条件緩和 ・初回面接は、特定健診実施日から1週間以内であれば初回面接の分割実施と取り扱う。 ②生活習慣病に係る服薬を開始した場合の実施率の考え方 ・特定健診または特定保健指導開始後に服薬開始の場合、特定保健指導の対象者として分母に含めないことを可能とする。 ③生活習慣病に係る服薬中の者への服薬状況の確認、及び特定保健指導対象者からの除外 ・服薬中の者の特定保健指導対象者からの除外に当たり、確認する医薬品の種類、確認手順等を保険者があらかじめ定めている場合は、専門職以外でも事実関係の再確認と同意取得を行うことを可能とする。 ④運用の改善 ・看護師が特定保健指導を行える暫定期間を第4期期間においても延長する。

【出典】特定健康診査・特定保健指導の円滑な実施に向けた手引き（第4版） 改変

(3) 計画期間

本計画の期間は、令和6年度（2024年）から令和11年度（2029年）までの6年間である。

2 第3期計画における目標達成状況

(1) 全国の状況

特定健診及び特定保健指導の目標としては、特定健診受診率及び特定保健指導実施率の向上、並びにメタボリックシンドローム該当者及びメタボリックシンドローム予備群該当者（以下、それぞれ「メタボ該当者」及び「メタボ予備群該当者」という。）の減少が掲げられている。

第3期計画においては、全保険者で特定健診受診率を令和5年度までに70.0%まで、特定保健指導実施率を45.0%まで引き上げることが目標とされていたが、令和3年度時点で全保険者の特定健診平均受診率は56.5%、特定保健指導平均実施率は24.6%となっており、目標値から大きく乖離して目標達成が困難な状況にある（下表）。市町村国保の特定健診受診率及び特定保健指導実施率も、全保険者と同様の傾向となっている。

図表 10-2-1-1：第3期計画における全保険者及び市町村国保の特定健診受診率・特定保健指導実施率の目標値及び実績

	全保険者		市町村国保				
	令和5年度 目標値	令和3年度 実績	令和5年度 目標値	令和3年度 実績			
				全体	特定健診対象者数		
					10万人以上	5千人以上 10万人未満	5千人未満
特定健診平均受診率	70.0%	56.5%	60.0%	36.4%	28.2%	37.6%	42.5%
特定保健指導平均実施率	45.0%	24.6%	60.0%	27.9%	13.9%	27.7%	44.9%

【出典】厚生労働省 特定健康診査等実施計画作成の手引き（第4版）
厚生労働省 2021年度 特定健康診査・特定保健指導の実施状況

メタボ該当者及びメタボ予備群該当者の減少率は、令和5年度までに平成20年度比25.0%以上減が目標として設定されていたが、令和3年度時点では13.8%減となっており、目標達成が厳しい状況にある（下表）。

なお、メタボ該当者及びメタボ予備群該当者の減少率は、保険者ごとに目標設定されているものではなく、特定保健指導の効果を検証するための指標として保険者が活用することを推奨されているものである。

図表 10-2-1-2：第3期計画におけるメタボ該当者・メタボ予備群該当者の減少率の目標値及び実績

	令和5年度 目標値 全保険者	令和3年度 実績 全保険者
メタボ該当者・メタボ予備群該当者の減少率 (平成20年度比)	25.0%	13.8%

※平成20年度と令和3年度の推定数の差分を平成20年度の推定数で除して算出

※推定数は、特定健診の実施率及び年齢構成比の変化による影響を排除するため、性・年齢階層別に各年度の特定健診受診者に占める出現割合に各年度の住民基本台帳の人口を乗じて算出

【出典】厚生労働省 特定健康診査等実施計画作成の手引き（第4版）
厚生労働省 2021年度 特定健康診査・特定保健指導の実施状況

(2) 根室市の状況

① 特定健診受診率の経年推移及び国・北海道との比較

特定健診受診率は、前期計画終了年度にあたる令和5年度の目標値を60.0%としていたが、令和4年度時点で16.1%となっている。この値は、道より低い。

前期計画中の推移をみると令和4年度の特定健診受診率は16.1%で、平成30年度の特定健診受診率16.9%と比較すると0.8ポイント低下している。国や道の推移をみると、平成30年度と比較して令和3年度の特定健診受診率は低下している。

図表 10-2-2-1：第3期計画における特定健診の受診状況（法定報告値）



		平成30年度	令和元年度	令和2年度	令和3年度	令和4年度	令和5年度
特定健診 受診率	根室市_目標値	30.0%	40.0%	45.0%	50.0%	55.0%	60.0%
	根室市_実績値	16.9%	17.0%	14.3%	14.3%	16.1%	
	国	37.9%	38.0%	33.7%	36.4%	-	
	道	29.5%	28.9%	27.0%	27.9%	29.7%	
特定健診対象者数（人）		4,899	4,761	4,634	4,451	4,207	
特定健診受診者数（人）		830	809	663	637	679	

※表内の「国」とは、市町村国保全体を指す（KDB 帳票を用いた分析においては以下同様）

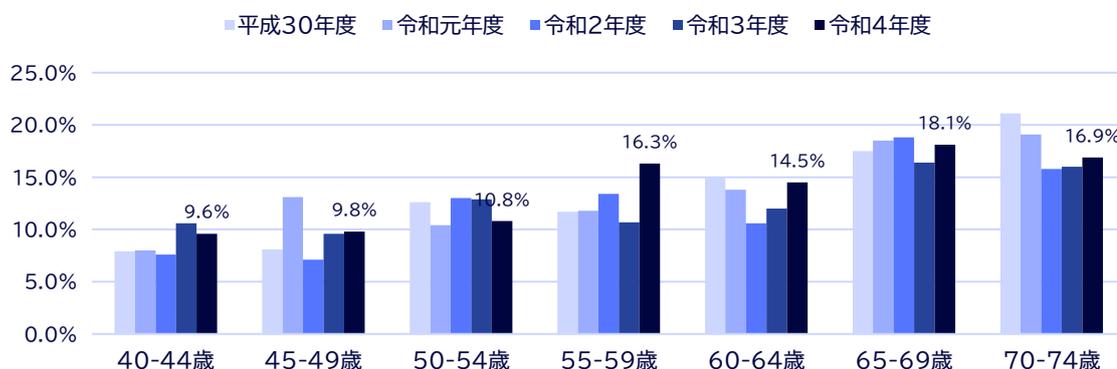
【出典】目標値：前期計画

実績値：厚生労働省 2018 年度から 2022 年度 特定健診・特定保健指導の実施状況（保険者別）

② 性別年代別 特定健診受診率

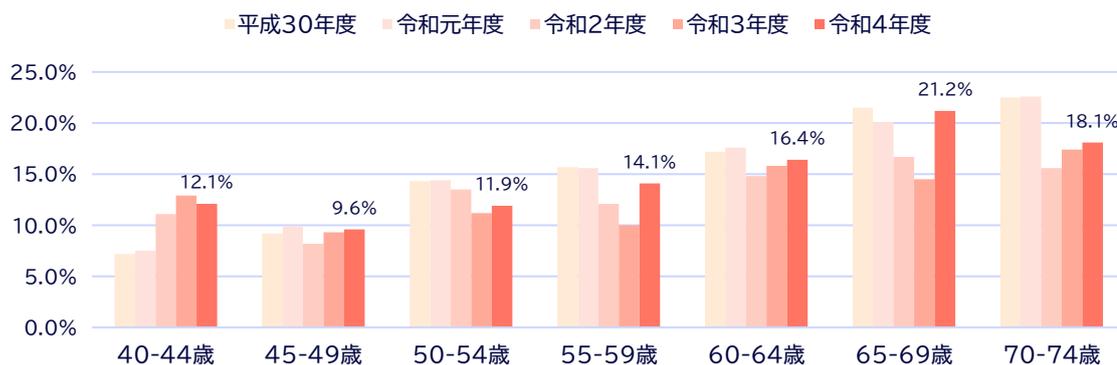
男女別及び年代別における平成30年度と令和4年度の特定健診受診率は、男性では55-59歳で最も伸びており、70-74歳で最も低下している。女性では40-44歳で最も伸びており、70-74歳で最も低下している。

図表 10-2-2-2：年齢階層別_特定健診受診率_男性



	40-44歳	45-49歳	50-54歳	55-59歳	60-64歳	65-69歳	70-74歳
平成30年度	7.9%	8.1%	12.6%	11.7%	15.0%	17.5%	21.1%
令和元年度	8.0%	13.1%	10.4%	11.8%	13.8%	18.5%	19.1%
令和2年度	7.6%	7.1%	13.0%	13.4%	10.6%	18.8%	15.8%
令和3年度	10.6%	9.6%	12.9%	10.7%	12.0%	16.4%	16.0%
令和4年度	9.6%	9.8%	10.8%	16.3%	14.5%	18.1%	16.9%
平成30年度と令和4年度の差	1.7	1.7	-1.8	4.6	-0.5	0.6	-4.2

図表 10-2-2-3：年齢階層別_特定健診受診率_女性



	40-44歳	45-49歳	50-54歳	55-59歳	60-64歳	65-69歳	70-74歳
平成30年度	7.2%	9.2%	14.3%	15.7%	17.2%	21.5%	22.5%
令和元年度	7.5%	9.9%	14.4%	15.6%	17.6%	20.1%	22.6%
令和2年度	11.1%	8.2%	13.5%	12.1%	14.8%	16.7%	15.6%
令和3年度	12.9%	9.3%	11.2%	10.0%	15.8%	14.5%	17.4%
令和4年度	12.1%	9.6%	11.9%	14.1%	16.4%	21.2%	18.1%
平成30年度と令和4年度の差	4.9	0.4	-2.4	-1.6	-0.8	-0.3	-4.4

【出典】KDB 帳票 S21_008-健診の状況 平成30年度から令和4年度 累計

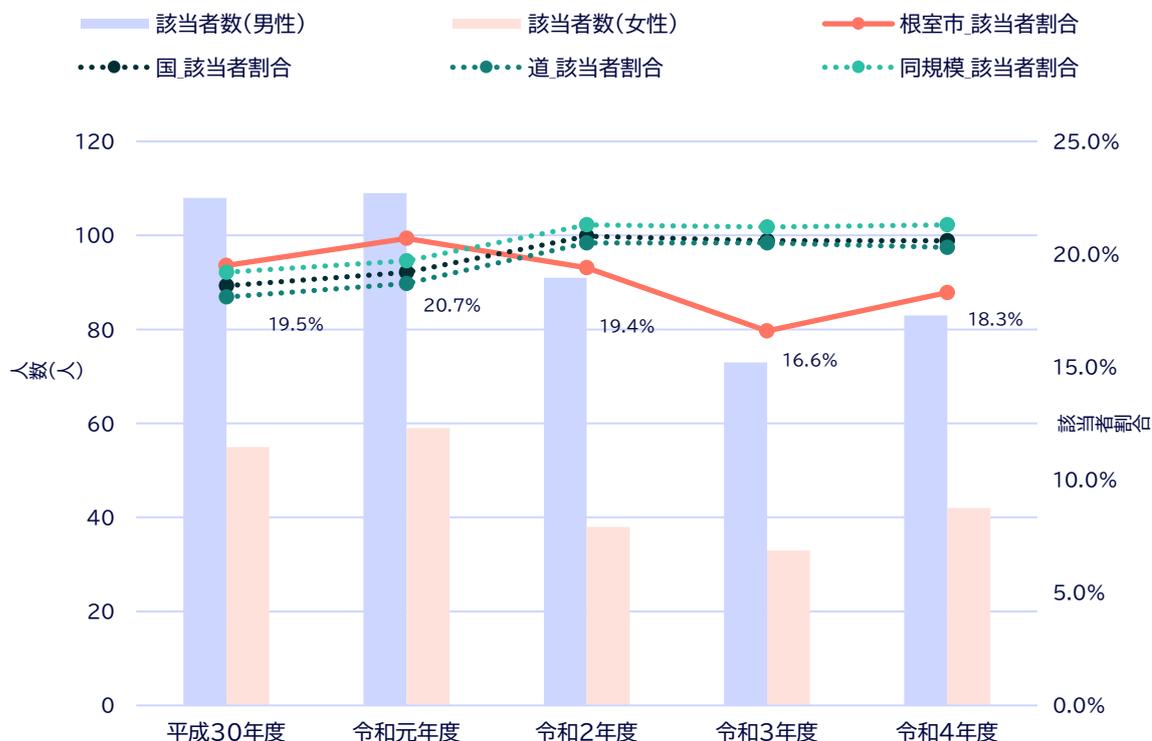
③ メタボ該当者数の経年推移及び国・北海道・同規模との比較

令和4年度におけるメタボ該当者数は125人で、特定健診受診者の18.3%であり、国・道より低い。

前期計画中の推移をみると、メタボ該当者数は減少しており、特定健診受診者に占める該当割合は低下している。

男女別にみると、特定健診受診者に占めるメタボ該当割合はいずれの年度においても男性の方が高い。

図表 10-2-2-4：特定健診受診者におけるメタボ該当者数



メタボ該当者	平成30年度		令和元年度		令和2年度		令和3年度		令和4年度	
	該当者数(人)	割合								
根室市	163	19.5%	168	20.7%	129	19.4%	106	16.6%	125	18.3%
男性	108	31.3%	109	32.6%	91	30.7%	73	26.1%	83	28.7%
女性	55	11.2%	59	12.3%	38	10.3%	33	9.2%	42	10.7%
国	-	18.6%	-	19.2%	-	20.8%	-	20.6%	-	20.6%
道	-	18.1%	-	18.7%	-	20.5%	-	20.5%	-	20.3%
同規模	-	19.2%	-	19.7%	-	21.3%	-	21.2%	-	21.3%

【出典】KDB 帳票 S21_001-地域の全体像の把握 平成30年度から令和4年度 累計

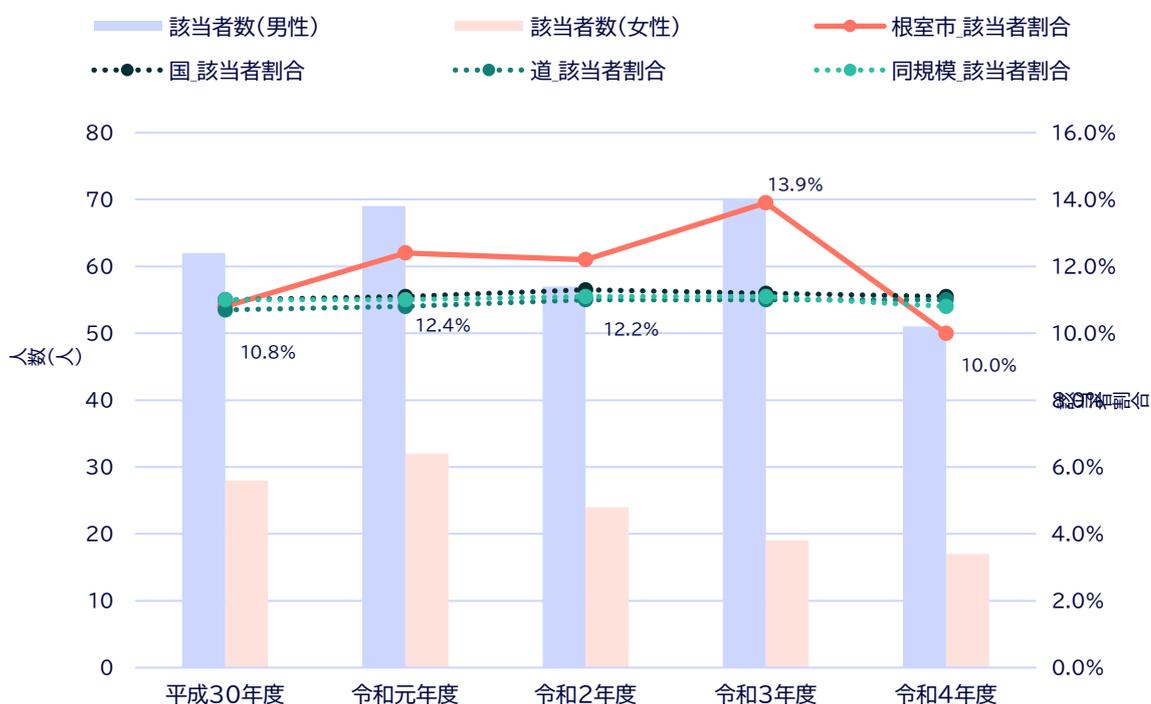
④ メタボ予備群該当者数の経年推移及び国・北海道・同規模との比較

令和4年度におけるメタボ予備群該当者数は68人で、特定健診受診者における該当者割合は10.0%で、国・道より低い。

前期計画中の推移をみると、メタボ予備群該当者数は減少しており、割合は低下している。

男女別にみると、特定健診受診者に占めるメタボ予備群該当割合はいずれの年度においても男性の方が高い。

図表 10-2-2-5：特定健診受診者におけるメタボ予備群該当者数



メタボ予備群 該当者	平成30年度		令和元年度		令和2年度		令和3年度		令和4年度	
	該当者数(人)	割合								
根室市	90	10.8%	101	12.4%	81	12.2%	89	13.9%	68	10.0%
男性	62	18.0%	69	20.7%	57	19.3%	70	25.0%	51	17.6%
女性	28	5.7%	32	6.7%	24	6.5%	19	5.3%	17	4.3%
国	-	11.0%	-	11.1%	-	11.3%	-	11.2%	-	11.1%
道	-	10.7%	-	10.8%	-	11.0%	-	11.0%	-	11.0%
同規模	-	11.0%	-	11.0%	-	11.1%	-	11.1%	-	10.8%

【出典】 KDB 帳票 S21_001-地域の全体像の把握 平成30年度から令和4年度 累計

参考：メタボリックシンドローム判定値の定義

メタボ該当者	腹囲 85 cm (男性)	以下の追加リスクのうち2つ以上該当
メタボ予備群該当者	90 cm (女性) 以上	
追加リスク	血糖	空腹時血糖 110mg/dL 以上 (空腹時血糖の結果値が存在しない場合、HbA1c 6.0%以上)
	血圧	収縮期血圧 130mmHg 以上、または拡張期血圧 85mmHg 以上
	脂質	中性脂肪 150mg/dL 以上、または HDL コレステロール 40mg/dL 未満

【出典】 厚生労働省 メタボリックシンドロームの診断基準

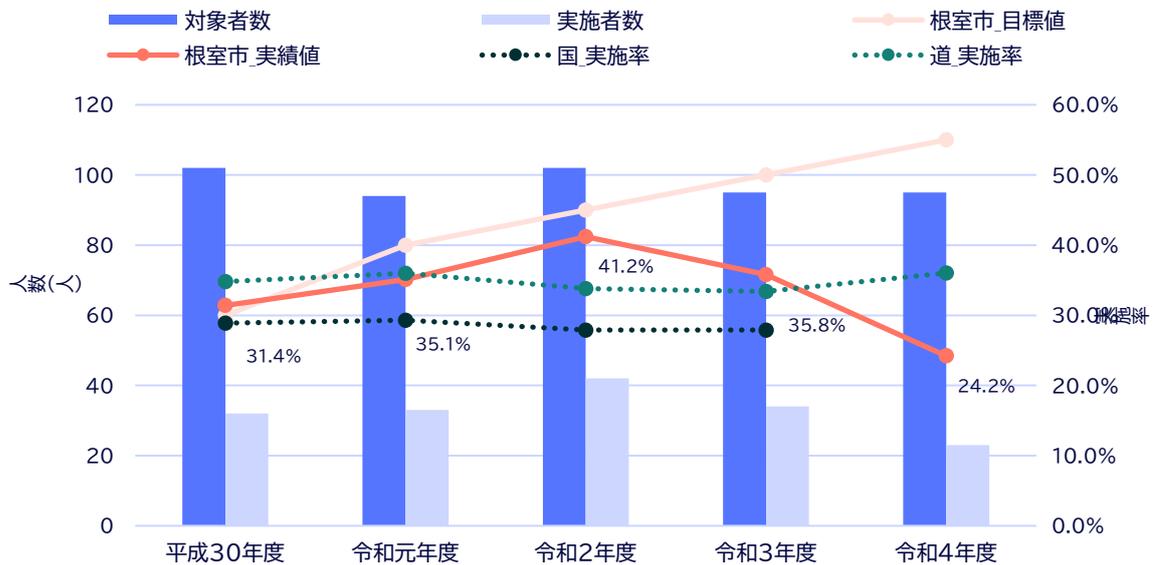
⑤ 特定保健指導実施率の経年推移及び国・北海道との比較

特定保健指導実施率は、前期計画終了年度にあたる令和 5 年度の目標値を 60.0%としていたが、令和 4 年度時点で 24.2%となっている。この値は、道と比べて低い。

前期計画中の推移をみると、令和 4 年度の実施率は、平成 30 年度の実施率 31.4%と比較すると 7.2 ポイント低下している。

積極的支援では令和 4 年度は 13.3%で、平成 30 年度の実施率 5.6%と比較して 7.7 ポイント上昇し、動機付け支援では令和 4 年度は 26.5%で、平成 30 年度の実施率 42.4%と比較して 15.9 ポイント低下している。

図表 10-2-2-6：第 3 期計画における特定保健指導の実施状況（法定報告値）



		平成 30 年度	令和元年度	令和 2 年度	令和 3 年度	令和 4 年度	令和 5 年度
特定保健指導 実施率	根室市_目標値	30.0%	40.0%	45.0%	50.0%	55.0%	60.0%
	根室市_実績値	31.4%	35.1%	41.2%	35.8%	24.2%	
	国	28.9%	29.3%	27.9%	27.9%	-	
	道	34.8%	36.0%	33.8%	33.4%	36.0%	
特定保健指導対象者数(人)		102	94	102	95	95	
特定保健指導実施者数(人)		32	33	42	34	23	

【出典】目標値：前期計画

実績値：厚生労働省 2018 年度から 2022 年度 特定健診・特定保健指導の実施状況（保険者別）

図表 10-2-2-7：支援区分別特定保健指導の実施率・対象者数・実施者数

		平成 30 年度	令和元年度	令和 2 年度	令和 3 年度	令和 4 年度
積極的支援	実施率	5.6%	7.4%	10.3%	4.3%	13.3%
	対象者数(人)	36	27	29	23	30
	実施者数(人)	2	2	3	1	4
動機付け支援	実施率	42.4%	55.2%	47.3%	40.3%	26.5%
	対象者数(人)	66	67	74	72	68
	実施者数(人)	28	37	35	29	18

※エラー！スイッチの指定が正しくありません。とエラー！スイッチの指定が正しくありません。における対象者数・実施者数のずれは法定報告値と KDB 帳票の差によるもの

【出典】KDB 帳票 S21_008-健診の状況 平成 30 年度から令和 4 年度 累計

(3) 国の示す目標

第4期計画においては、令和11年度までに特定健診の全国平均受診率70%以上、特定保健指導の全国平均実施率45%以上を達成することが設定されている。目標値は、第3期計画目標の目標値から変更されていない。市町村国保における目標値も第3期からの変更はなく、特定健診受診率及び特定保健指導実施率のいずれも60%以上と設定されている。

また、メタボ該当者及びメタボ予備群の減少率についても、第3期に引き続き、平成20年度比25%以上減と設定されている。

図表 10-2-3-1：第4期計画における国が設定した目標値

	全国（令和11年度）	市町村国保（令和11年度）
特定健診受診率	70%以上	60%以上
特定保健指導の実施率	45%以上	60%以上
メタボ該当者・メタボ予備群該当者の減少率（平成20年度比）	25%以上減	

【出典】厚生労働省 第4期特定健康診査等実施計画期間における保険者種別の目標値について

(4) 根室市の目標

特定健診受診率及び特定保健指導実施率の目標値は令和11年度までに特定健診受診率を28.0%、特定保健指導実施率を48.0%に引き上げるように設定する。

図表 10-2-4-1：特定健診受診率・特定保健指導実施率の目標値

	令和6年度	令和7年度	令和8年度	令和9年度	令和10年度	令和11年度
特定健診受診率	18.0%	20.0%	22.0%	24.0%	26.0%	28.0%
特定保健指導実施率	38.0%	40.0%	42.0%	44.0%	46.0%	48.0%

図表 10-2-4-2：特定健診対象者・特定保健指導実施者の見込み数

		令和6年度	令和7年度	令和8年度	令和9年度	令和10年度	令和11年度	
特定健診	対象者数（人）	4,456	4,343	4,229	4,114	4,000	3,886	
	受診者数（人）	802	869	930	987	1,040	1,088	
特定保健指導	対象者数（人）	合計	115	125	133	142	149	156
		積極的支援	35	38	41	43	46	48
		動機付け支援	80	87	92	99	103	108
	実施者数（人）	合計	43	50	56	63	68	75
		積極的支援	13	15	17	19	21	23
		動機付け支援	30	35	39	44	47	52

※各見込み数の算出方法

特定健診対象者数：40-64歳、65-74歳の推計人口に令和4年度の各層の国保加入率を乗じて算出

特定健診受診者数：特定健診対象者数に特定健診受診率の目標値を乗じて算出

特定保健指導対象者数：合計値は、特定健診受診者数に令和4年度の特定保健指導該当者割合を乗じて算出

支援区分別対象者数：合計値に令和4年度の対象者割合を乗じて算出

特定保健指導実施者数：特定保健指導対象者数に特定保健指導実施率の目標値を乗じて算出

3 特定健診・特定保健指導の実施方法

(1) 特定健診

① 実施目的・対象者

「特定健康診査及び特定保健指導の適切かつ有効な実施を図るための基本的な指針」（以下、「基本指針」という。）にあるとおり、特定健診は、糖尿病等の生活習慣病の発症や重症化を予防することを目的として、メタボリックシンドロームに着目し、生活習慣を改善するための特定保健指導を必要とする者を的確に抽出するために行う。

対象者は根室市国保加入者で、当該年度に 40 歳から 74 歳となる人である。

② 実施期間・実施場所

集団健診は 4 月から 3 月にかけて、3 回実施する。実施場所は特定健診を受ける人の利便性を考慮し、市街地区・東部地区・西部地区の地域会館等を利用する。

レディース健診は 4 月から 3 月にかけて、2 回実施する。実施場所は北海道対がん協会釧路がん検診センターで実施する。

そのほか、道東あさひ農業協同組合に委託し、根室市に居住する農協組合員を対象とした特定健診を 1 回実施する。

個別健診は、4 月から 3 月にかけて、市内各医療機関にて実施する。

集団健診については、特定健診実施時期にあわせてホームページ・広報誌・折込チラシ・SNS 等で周知する。

なお、実施期間・場所等の体制については、本計画の計画期間中に変更となる可能性がある。

③ 実施項目

「高齢者の医療の確保に関する法律」に基づく「特定健康診査及び特定保健指導の実施に関する基準」で定められた項目に従い、特定健診受診者全員の「基本的な健診項目」を実施する。また、一定の基準のもと医師が必要と判断した場合には、「詳細な健診項目」を実施する。

図表 10-3-1-1：特定健診の健診項目

	項目
基本的な健診項目	<ul style="list-style-type: none">・診察（既往歴（服薬歴、喫煙歴を含む）、自覚症状）・身体計測（身長、体重、腹囲、BMI）・血圧・血中脂質検査（中性脂肪、HDL コレステロール、LDL コレステロール（Non-HDL コレステロール））・肝機能検査（AST（GOT）、ALT（GPT）、γ-GT（γ-GTP））・血糖検査（HbA1c、空腹時血糖、または随時血糖）・尿検査（尿糖、尿蛋白）
詳細な健診項目	<ul style="list-style-type: none">・心電図・眼底検査・血液学検査（貧血検査）・血清クレアチニン検査

【出典】厚生労働省 標準的な健診・保健指導プログラム（令和 6 年度版）

④ 実施体制

健診の委託に際しては、利用者の利便性を考慮するとともに、健診の質の担保のために適切な精度管理維持が求められるため、国の委託基準（「特定健康診査及び特定保健指導の実施に関する基準第 16 条第 1 項の規定に基づき厚生労働大臣が定める者」）を満たす健診機関を選定する。詳細は契約書及び仕様書で定める。

⑤ 健診結果の通知方法

集団の特定健診受診者については、根室市が受診者に結果通知表を郵送する。
個別の特定健診受診者については、実施医療機関が対象者に結果通知表を郵送する。

⑥ 事業者健診等の健診データ収集方法

根室市国保被保険者が「労働安全衛生法」に基づく健康診断や人間ドックを受診した場合は、本人から健診結果データを提供してもらい、特定健診受診率に反映する。

また、定期的に医療機関で検査をしている者などが、特定健診と同等の検査項目を検査済の場合、本人同意のもと、医療機関からデータ提供を受け、特定健診受診率に反映する。

(2) 特定保健指導

① 実施目的・対象者階層化の基準

基本指針にあるとおり、特定保健指導は、内臓脂肪型肥満に着目し、生活習慣を改善するための保健指導を行うことにより、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の維持ができるようになることを通じて、糖尿病等の生活習慣病を予防することを目的とするものである。

特定保健指導は、特定健診結果を腹囲、リスクの高さ、喫煙歴、年齢により階層化し、積極的支援対象者及び動機付け支援対象者に実施する。なお、特定健診の質問票において服薬中であることが判別できた者については、すでに主治医の指導を受けていることから特定保健指導対象外とする。また、2年連続して積極的支援対象者に該当した対象者のうち、1年目に比べ2年目の状態が改善している場合、2年目は、動機付け支援相当の支援を実施した場合であっても、特定保健指導を実施したこととなる。

図表 10-3-2-1：特定保健指導階層化の基準

腹囲	追加リスク	喫煙歴	対象年齢	
	(血糖・血圧・脂質)		40-64歳	65歳-
男性≧85cm 女性≧90cm	2つ以上該当	なし/あり	積極的支援	動機付け支援
	1つ該当	あり		
上記以外で BMI≧25kg/m ²		3つ該当	なし	
	なし/あり		積極的支援	
	2つ該当	あり	動機付け支援	
		なし		
	1つ該当	なし/あり		

参考：追加リスクの判定基準

追加リスク	血糖	空腹時血糖 100mg/dL 以上、または HbA1c 5.6%以上
	血圧	収縮期血圧 130mmHg 以上、または拡張期血圧 85mmHg 以上
	脂質	空腹時中性脂肪 150mg/dL 以上（やむを得ない場合には随時中性脂肪 175mg/dL 以上）、 または HDL コレステロール 40mg/dL 未満

【出典】厚生労働省 標準的な健診・保健指導プログラム（令和6年度版）

② 実施期間・内容

特定保健指導は通年実施する。

積極的支援及び動機付け支援ともに初回面接では、医師、保健師または管理栄養士の指導のもと、生活習慣改善のための行動計画を設定する。

積極的支援は、初回面接による支援を行い、その後、3ヶ月以上の継続的な支援を行う。初回面接から実績評価を行うまでの期間は3ヶ月以上経過後とする。ただし、対象者の状況等に応じ、6ヶ月後に評価を実施する場合がある。中間評価時に、体重 2kg 及び腹囲 2cm 減少を達成した対象者については、その時点で支援を終了する。

動機付け支援は、初回面接による支援のみの原則1回とする。初回面接から実績評価を行うまでの期間は3ヶ月以上経過後となる。ただし、対象者の状況等に応じ、6ヶ月後に評価を実施する場合がある。

実施体制

集団の特定健診受診者については、根室市が対象者に対し特定保健指導を実施する。

個別の特定健診受診者については、特定健診と同様に国の委託基準を満たす機関を選定し、特定保健指導を委託する。詳細は契約書及び仕様書で定める。利用者の利便性を考慮するとともに、保健指導の質を確保するなど適正な事業実施に努める。

4 特定健診受診率・特定保健指導実施率向上に向けた主な取組

(1) 特定健診

取組項目	取組内容
ナッジ理論を活用した受診勧奨	勧奨ハガキによる受診勧奨
利便性の向上	休日健診の実施/がん検診との同時受診
関係機関との連携	医療機関等と連携した受診勧奨
健診データ収集	連合会の未受診者医療情報収集事業を活用/特定健診以外の検査データの活用
インセンティブの付与	独自ポイントの付与
ナッジ理論を活用した受診勧奨	勧奨ハガキによる受診勧奨

(2) 特定保健指導

取組項目	取組内容
新たなツールを活用した利用勧奨	架電による利用勧奨
関係機関との連携	スポーツクラブと連携した運動機会の提供/薬局と連携した利用勧奨/医療機関と連携した利用勧奨/地域の専門職のマンパワー活用
インセンティブの付与	ポイント付与/運動施設の無料利用

5 その他

(1) 計画の公表・周知

本計画については、高齢者の医療の確保に関する法律第 19 条第 3 項に基づき、作成及び変更時は、根室市のホームページ等により公表し、広く内容等の周知を行う。

また、特定健診及び特定保健指導については、ホームページ・広報誌・折込チラシ・SNS 等の利用により普及啓発に努める。

(2) 個人情報の保護

特定健診及び特定保健指導の記録の保存に当たっては、「特定健康診査・特定保健指導の円滑な実施に向けた手引き（第 4 版）」を参考に、個人の健康情報を漏えいしないよう、厳格に管理した上で適切に活用する。

個人情報の取扱いに関しては、個人情報保護法に基づくガイドライン等（「健康保険組合等における個人情報の適切な取扱いのためのガイダンス」「国民健康保険組合における個人情報の適切な取扱いのためのガイダンス」等）を遵守し、情報の保存及び管理体制を確保する。外部への委託に際しては、委託先との契約書に個人情報の厳重な管理や目的外使用の禁止等を定めるとともに、委託先の契約遵守状況を適切に管理する。

(3) 実施計画の評価・見直し

特定健診の受診率及び特定保健指導の実施率、並びにメタボ該当者及びメタボ予備群の減少率については、本計画の最終年度（令和 11 年度）に評価を行う。

実施中は、設定した目標値の達成状況を毎年度ごとに点検し、評価の結果を活用して、必要に応じて実施計画の記載内容の見直しを行う。

参考資料 用語集

行	No.	用語	解説
あ行	1	eGFR	血清クレアチニン値と年齢・性別から GFR を推算したもの。GFR は腎臓の中にある毛細血管の集合体である「糸球体」が 1 分間にどれくらいの血液を濾過して尿を作れるかを示す値であり、GFR が 1 分間に 60ml 未満の状態または尿たんぱくが 3 か月以上続くと CKD（慢性腎臓病：腎機能が慢性的に低下し、尿たんぱくが継続して出る状態）と診断される。
	2	医療費の 3 要素	医療費の比較には、総医療費を被保険者数で割った 1 人当たり医療費を用いる。一人当たり医療費は以下の 3 つの要素に分解でき、これを医療費の 3 要素という。 受診率：被保険者千人当たりのレセプト件数 1 件当たり日数：受診した日数/レセプト件数 一日当たり医療費：総医療費/受診した日数
	3	HDL-C	余分なコレステロールを回収して動脈硬化を抑える、善玉コレステロール。
	4	ALT	アミノ酸をつくり出す酵素で大部分が肝細胞に含まれている。肝臓の細胞が障害を受けると ALT が血液中に流れ出し血中濃度が上がるため、ALT の数値が高い場合は、肝臓の病気が疑われる。
	5	LDL-C	肝臓で作られたコレステロールを全身へ運ぶ役割を担っており、増えすぎると動脈硬化を起こして心筋梗塞や脳梗塞を発症させる、悪玉コレステロール。
か行	6	拡張期血圧	血圧は一般的には動脈内部の圧力のことを指し、心臓の収縮に伴って大きく変動する。最小となる血圧は心臓が拡張したときの血圧で拡張期血圧と呼ばれる。
	7	虚血性心疾患	虚血性心疾患には、狭心症や心筋梗塞がある。狭心症は動脈硬化などによって心臓の血管（冠動脈）が狭くなり、血液の流れが悪くなった状態。一方、心筋梗塞は、動脈硬化によって心臓の血管に血栓（血液の固まり）ができて血管が詰まり、血液が流れなくなって心筋の細胞が壊れてしまう病気。
	8	空腹時血糖	血糖値は、血液中に含まれるブドウ糖（グルコース）の濃度のことで、食前食後で変動する。空腹時血糖は食後 10 時間以上経過した時点での血糖値。
	9	KDB システム	国保連合会が保険者の委託を受けて行う各種業務を通じて管理する「特定健診・特定保健指導」「医療（後期高齢者医療含む）」「介護保険」等の情報を活用し、統計情報や「個人の健康に関する情報」を提供し、保険者の効率的かつ効果的な保健事業の実施をサポートすることを目的として構築されたシステム。
	10	血清クレアチニン	たんぱく質が分解・代謝されてできた老廃物。通常は尿とともに排泄されるが、腎機能が低下すると排泄できず血液中に増えていく。
	11	健康寿命	世界保健機関（WHO）が提唱した新しい指標で、平均寿命から寝たきりや認知症など介護状態の期間を差し引いた期間。
	12	後期高齢者医療制度	公的医療保険制度の 1 つで、75 歳以上の人、そして 65 歳から 74 歳までで一定の障害の状態にあると後期高齢者医療広域連合から認定を受けた人が加入する医療保険。
	13	高血圧症	高血圧は、血圧が高いという病態。高血圧症とは、繰り返し測っても血圧が正常より高い場合をいう。
	14	後発医薬品（ジェネリック医薬品）	先発医薬品の特許期間終了後に、先発医薬品と品質・有効性・安全性が同等であるものとして厚生労働大臣が承認を行っているもの。
	15	高齢化率	全人口に占める 65 歳以上人口の割合。
さ行	16	脂質異常症	中性脂肪やコレステロールなどの脂質代謝に異常をきたした状態。
	17	疾病分類	世界保健機関（WHO）により公表されている「疾病及び関連保健問題の国際統計分類」（略称、国際疾病分類：ICD）に準じて定めたものであり、社会保険の分野で疾病統計を作成する際の統一的基準として、広く用いられているもの。
	18	収縮期血圧	血圧は一般的には動脈内部の圧力のことを指し、心臓の収縮に伴って大きく変動する。最大となる血圧は心臓が収縮したときの血圧で収縮期血圧と呼ばれる。
	19	受診勧奨対象者	特定健診受診者のうち、医療機関の受診を促す基準として設定されている受診勧奨判定値を超える者。

行	No.	用語	解説
	20	人工透析	機能が著しく低下した腎臓に代わり、機械で老廃物を取り除くこと。一般的に行われている「血液透析」は、患者の腕の血管から血液を取り出し、老廃物を除去する。
	21	腎不全	腎臓の中にある毛細血管の集合体で、血液を濾過する「糸球体」の網の目が詰まり、腎臓の機能が落ち、老廃物を十分排泄できなくなる状態。
	22	診療報酬明細書 (レセプト)	病院などが患者に対して治療を行った際、費用（医療費）を保険者に請求するときに使用する書類のこと。病院などは受診した患者ごとに毎月1枚作成する。
	23	生活習慣病	食事や運動・喫煙・飲酒・ストレスなどの生活習慣が原因で起こる疾患の総称。重篤な疾患の要因となる。日本人の3大死因であるがん・脳血管疾患・心疾患、更に脳血管疾患や心疾患の危険因子となる動脈硬化症・糖尿病・高血圧症・脂質異常症などはいずれも生活習慣病であるとされている。
	24	積極的支援	腹囲とBMIから、内臓脂肪蓄積のリスクありと判定された者のうち、血圧高値・脂質異常・血糖高値・喫煙ありの追加リスクに2又は3以上該当した者に対して実施する特定保健指導。65歳以上75歳未満の者については「積極的支援」の対象となった場合でも「動機付け支援」とする。
た行	25	中性脂肪	肉や魚・食用油など食品中の脂質や、体脂肪の大部分を占める物質。単に脂肪とも呼ばれる。
	26	動機付け支援	腹囲とBMIから、内臓脂肪蓄積のリスクありと判定された者のうち、血圧高値・脂質異常・血糖高値・喫煙ありの追加リスクに1又は2つ該当した者に対して実施する特定保健指導。
	27	糖尿病	インスリンの作用不足により高血糖が慢性的に続く病気。網膜症・腎症・神経障害の3大合併症をしばしば伴う。
	28	糖尿病性腎症	糖尿病の合併症の一つ。高血糖状態が継続したことで腎臓の濾過装置である糸球体が障害され、腎機能の著しい低下を認める。一度低下した腎機能の回復は難しく、進行すると人工透析が必要となる場合も多い。
	29	特定健康診査	高齢者の医療の確保に関する法律に基づき、40歳～74歳の方を対象として、保険者が実施することになっている健診。メタボリックシンドロームの対策が目的の一つとなっているために、俗に「メタボ健診」と言われることもある。
	30	特定健康診査等実施計画	保険者が特定健診・特定保健指導の実施に当たって、その規模、加入者の年齢構成、保健事業の体制・人材等のリソース、地域的条件等を考慮し、あらかじめ実施率目標や実施方法等を定めることで、事業を効率的・効果的に実施し、その実施状況の評価ができるよう、作成する計画。
	31	特定保健指導	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のこと。メタボリックシンドロームの人には「積極的支援」、その予備群には「動機付け支援」、それ以外の受診者には「情報提供」が行われる。
な行	32	日本再興戦略	平成25年6月に閣議決定された、規制緩和等によって、民間企業や個人が真の実力を発揮するための方策をまとめたものであり、日本経済を持続的成長に導く道筋を示す戦略。
	33	尿酸	細胞内の核に含まれるプリン体が分解される際に生じる老廃物。
	34	脳血管疾患	脳の動脈硬化が進み、脳の血管が詰まったり破れたりする病気の総称。
は行	35	BMI	体格指数の一つで、肥満度を表す指標として国際的に用いられている。肥満や低体重（やせ）の判定に用いられ、体重(kg)/身長(m ²)で算出される。
	36	PDCAサイクル	「Plan(計画)→Do(実行)→Check(評価)→Action(改善)」という一連のプロセスを繰り返し行うことで、業務の改善や効率化を図る手法の一つ。

行	No.	用語	解説
	37	標準化死亡比 (SMR)	基準死亡率（人口 10 万対の死者数）を対象地域に当てはめた場合に、計算により求められる期待される死者数と実際に観察された死者数を比較するもの。国の平均を 100 としており、標準化死亡比が 100 以上の場合は国の平均より死亡率が高いと判断され、100 以下の場合は死亡率が低いと判断される。
	38	腹囲	ハその高さで計る腰回りの大きさ。内臓脂肪の蓄積の目安とされ、メタボリックシンドロームを診断する指標の一つ。
	39	平均自立期間	要介護 2 以上を「不健康」と定義して、平均余命からこの不健康期間を除いたもので、0 歳の人が必要介護 2 の状態になるまでの期間。
	40	平均余命	ある年齢の人々が、その後何年生きられるかの期待値であり、本計画書では 0 歳での平均余命を示している。
	41	HbA1c	赤血球の中にあるヘモグロビン A (HbA) にグルコース（血糖）が非酵素的に結合したものの。糖尿病の過去 1～3 か月のコントロール状態の評価を行う上での重要な指標。
ま行	42	未治療者	健診受診者のうち、受診勧奨対象者かつ健診実施から 6 か月以内に医療機関を受診していない者。
	43	メタボリックシンドローム	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のこと。単に腹囲が大きいだけでは、メタボリックシンドロームには当てはまらない。
や行	44	有所見者	特定健診受診者のうち、異常の所見のあった者。