

第5章 特定健診及び特定保健指導の実施方法

1 特定健診の実施方法

(1) 実施体制

被保険者の利便性を配慮し、身近な健診会場での受診が可能となるように、個別健診・集団健診・施設健診の方法で実施します。

このうち、個別健診については、広島県国民健康保険団体連合会を契約代表者として、一般社団法人広島県医師会と集合契約を結ぶほか、必要に応じて個別医療機関と契約を結びます。

集団健診及び施設健診については、一般社団法人安佐医師会及び一般社団法人安芸地区医師会並びに公益財団法人広島原爆障害対策協議会と契約を結びます。

ア 個別健診：個別医療機関で実施

イ 集団健診：公民館・集会所等で実施

ウ 施設健診：広島市健康づくりセンターで実施

(2) 健診期間

毎年度 4月1日から3月31日

(3) 健診項目

健診項目は、「特定健康診査及び特定保健指導の実施に関する基準」第1条等に定められた「基本的な健診項目」及び「詳細な健診項目」とします。

なお、広島市国保では、健診項目の充実による受診率の向上を目指すことと、広島市国保の医療費の中で大きな割合を占める腎疾患の予防及び早期発見を目的とし、貧血検査、血清尿酸検査、血清クレアチニン検査を全員に追加で実施します。

ア 基本的な健診項目

項 目	備 考
既往歴の調査	服薬歴及び喫煙習慣の状況に係る調査を含む。
自覚症状及び他覚症状の有無の検査	身体診察
身長、体重及び腹囲の検査	腹囲の測定は、厚生労働大臣が定める基準（BMIが20未満の者、若しくはBMIが22未満で自ら腹囲を測定し、その値を申告した者）に基づき、医師が必要でないと認めるときは省略することができる。また、腹囲の測定に代えて、内臓脂肪面積の測定でも可とする。
BMIの測定	$BMI = \text{体重 (kg)} \div \text{身長 (m)}^2$
血圧の測定	
肝機能検査	血清グルタミクオキサロアセチクトランスアミナーゼ（GOT） 血清グルタミクピルビクトランスアミナーゼ（GPT） ガンマーグルタミルトランスペプチダーゼ（ γ -GTP）
血中脂質検査	血清トリグリセライド（中性脂肪）の量 高比重リポ蛋白コレステロール（HDLコレステロール）の量 低比重リポ蛋白コレステロール（LDLコレステロール）の量
血糖検査	空腹時血糖又はヘモグロビンA1c（HbA1c）
尿検査	尿中の糖及び蛋白の有無

イ 詳細な健診の項目（医師の判断による追加項目）

追加項目	実施できる条件（判断基準）				
貧血検査（ヘマトクリット値、血色素量及び赤血球数の測定）	貧血の既往歴を有する者又は視診等で貧血が疑われる者				
心電図検査（12誘導心電図）	当該年度の特定健診の結果等において、収縮期血圧 140mmHg 以上もしくは拡張期血圧 90mmHg 又は問診等で不整脈が疑われる者				
眼底検査	当該年度の特定健診の結果等において、血圧又は血糖が、次の基準に該当した者 <table border="1"> <tr> <td>血圧</td><td>収縮期 140mmHg 以上又は拡張期 90mmHg 以上</td></tr> <tr> <td>血糖</td><td>空腹時血糖値が 126mg/dl 以上、HbA1c（NGSP 値）6.5%以上 又は随時血糖値が 126mg/dl 以上</td></tr> </table> ただし、当該年度の特定健診の結果等において、血圧の基準に該当せず、かつ血糖検査の結果について確認できない場合においては、前年度の特定健診の結果等において、血糖検査の基準に該当する者を含む。	血圧	収縮期 140mmHg 以上又は拡張期 90mmHg 以上	血糖	空腹時血糖値が 126mg/dl 以上、HbA1c（NGSP 値）6.5%以上 又は随時血糖値が 126mg/dl 以上
血圧	収縮期 140mmHg 以上又は拡張期 90mmHg 以上				
血糖	空腹時血糖値が 126mg/dl 以上、HbA1c（NGSP 値）6.5%以上 又は随時血糖値が 126mg/dl 以上				
血清クレアチニン検査（eGFR による腎機能の評価を含む）	当該年度の特定健診の結果等において、血圧又は血糖が、次の基準に該当した者 <table border="1"> <tr> <td>血圧</td><td>収縮期 130mmHg 以上又は拡張期 85mmHg 以上</td></tr> <tr> <td>血糖</td><td>空腹時血糖値が 100mg/dl 以上、HbA1c（NGSP 値）5.6%以上 又は随時血糖値が 100mg/dl 以上</td></tr> </table>	血圧	収縮期 130mmHg 以上又は拡張期 85mmHg 以上	血糖	空腹時血糖値が 100mg/dl 以上、HbA1c（NGSP 値）5.6%以上 又は随時血糖値が 100mg/dl 以上
血圧	収縮期 130mmHg 以上又は拡張期 85mmHg 以上				
血糖	空腹時血糖値が 100mg/dl 以上、HbA1c（NGSP 値）5.6%以上 又は随時血糖値が 100mg/dl 以上				

ウ 広島市が独自に追加する健診の項目

項目	備考
腎機能検査	血清クレアチニン
尿酸検査	血清尿酸
貧血検査	ヘマトクリット値、血色素量及び赤血球数 ただし、詳細な健診の項目（医師の判断による追加項目）として実施される受診者以外の者

(4) 健診回数

毎年度 1 回

(5) 自己負担額

自己負担額は、500 円とします。ただし、60 歳以上及び市民税非課税世帯である者は免除します。

(6) 受診案内及び周知の方法

ア 受診案内の方法

対象者には、毎年度 4 月上旬に特定健診受診券を郵送により交付します。

イ 周知の方法

年間健診計画を広島市ホームページに掲載します。また、毎月の健診日程を広報紙「市民と市政」の区民だよりに掲載します。

区役所や保健センターの窓口チラシ等を配付するとともに、健康教室等の場においてもチラシ等を配付し周知を図ります。

(7) 外部委託について

ア 個別健診

広島県国民健康保険団体連合会が代表となり、広島県医師会と結ぶ「特定健康診査・特定保健指導の集合契約 B」に基づき、各医療機関で実施します。

イ 集団健診

公益財団法人 広島原爆障害対策協議会（以下、「原対協」という。）、一般社団法人 安佐医師会、一般社団法人 安芸地区医師会に委託して実施します。

ウ 施設健診

原対協に委託して実施します。

(8) 健診データの保管

健診機関は、国の定める標準様式により広島県国民健康保険団体連合会へ健診データを提出します。

また、健診機関から送付された健診データは、広島市が委託して広島県国民健康保険団体連合会で原則 5 年間保管します。

2 特定保健指導の実施方法

特定保健指導は、特定健診の結果に基づき、対象者を選定して、生活習慣病に移行しないこと及び重症化を予防することを目的に、生活習慣を見直し、改善するための保健指導を行います。

(1) 対象者の選定

特定健診の結果で内臓脂肪蓄積の程度（腹囲）と健診項目の中で血糖、脂質、血圧が判定基準を超える健診項目の数や年齢に応じて、対象者を「動機付け支援」「積極的支援」に区分します。

ただし、2年連続して積極的支援に該当した者のうち、改善が見られると判断される一定の要件を満たす方については、動機付け支援相当とします。

(区分)

腹 囲	健診項目	喫煙歴	区 分	
	①血糖 ②脂質 ③血圧		40～64 歳	65～74 歳
≥ 85 cm (男性) ≥ 90 cm (女性)	2 つ以上該当		積極的 支援	動機付け 支援
	1 つ該当	あり		
		なし		
上記以外で BMI ≥ 25	3 つ該当		積極的 支援	動機付け 支援
	2 つ該当	あり		
		なし		
	1 つ該当			

①血糖：空腹時血糖 100mg/dl 以上または HbA1c 5.6%以上

②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

③血圧：収縮期血圧 130mmHg 以上、または拡張期 85mmHg 以上

注 1) 喫煙歴の斜線欄は、区分の判定が喫煙歴の有無に関係ないことを意味する。

問診より糖尿病、高血圧症、脂質異常症の治療に係る薬剤を服用していると明らかになった者は、保健指導の対象者としません。

注 2) 2年連続積極的支援該当者で下記に該当するものは動機付け支援相当とする。

BMI 30 未満の方：腹囲 1 cm 以上かつ体重 1 キロ以上の改善がある

BMI 30 以上の方：腹囲 2 cm 以上かつ体重 2 キロ以上の改善がある

(2) 保健指導の内容

ア 目的

対象者が自らの生活習慣を振り返り、生活習慣を改善する具体的な行動目標を立てるようにし、その行動目標に従って生活習慣を継続できるようにします。

イ 支援内容

(ア) 動機付け支援

面接を実施し、健診結果に基づき生活習慣の改善すべき点と必要性を説明し理解してもらいます。その上で対象者とともに具体的な行動目標を設定します。また、行動目標に基づく状況を 3 か月後に確認し、必要に応じて支援します。

(イ) 積極的支援

面接を実施し、健診結果に基づき生活習慣改善の必要性を説明し理解してもらい、対象者とともに具体的な行動目標を設定します。この行動目標を実行するために、プログラム化などした支援計画をもとに中間評価等の定期的な継続支援を行い、3 か月後の状況を確認し、必要に応じて自主的に取り組みが継続できるよう支援します。

(3) 実施機関

ア 動機付け支援

各区保健センターで実施します。又は、厚生労働大臣の定める基準を満たす保健指導機関に委託して実施します。

イ 積極的支援

厚生労働大臣の定める基準を満たす保健指導機関に委託して実施します。

(4) 特定健診と特定保健指導の同日実施について

広島市では平成 26 年度から同日実施を行っています。同日実施開始後、利用率も上昇していることから、第 3 期でも引き続き実施していきます。

(5) 自己負担額

動機付け支援、積極的支援とも無料とします。

(6) 案内及び周知の方法

ア 案内方法

対象者には、個別に「特定保健指導利用券」を送付し通知します。

イ 周知方法

広島市ホームページに保健指導機関を掲載、広報紙「市民と市政」で特定保健指導の周知及び受診勧奨を行います。

また、区役所や保健センター等の窓口にチラシ等を配付するとともに、健康教育等の場においてもチラシを配付し周知を図ります。

(7) 保健指導のデータの保管

保健指導機関は、国の定める標準様式により広島県国民健康保険団体連合会へ保健指導の結果を提出します。特定保健指導のデータは、広島県国民健康保険団体連合会へ委託して原則 5 年間保管します。

<参考> 特定健康診査から特定保健指導への流れ

