

6. 第4期特定健康診査等実施計画

6.1 第3期特定健康診査等実施計画の振り返り

6.1.1 国の定めた目標値

厚生労働省は、第1期計画の策定時、「平成27年度には、同20年度と比較して、糖尿病等の生活習慣病の有病者・予備群を25%減少させる」ことを政策目標として掲げており、令和5年度までの第3期目標としても同様の25%減少※を掲げています。
上記の目標を国全体で達成するため、令和5年度における当組合の目標値を以下に設定しました。

特定健診受診率 90%

特定保健指導実施率 45%

※「メタボリックシンドロームの該当者及び予備群の減少率」は、第1期では特定保健指導対象者の減少率としていたが、第2期以降は、いわゆる内科系8学会の基準によるメタボリックシンドロームの該当者及び予備群の減少率としている。

6.1.2 第3期の目標値

第2期計画期間の実施率の実績や、国が定めた目標値を参考として、当組合では、第3期計画期間の達成目標値について表6-1、表6-2に示す数値を設定しました。

▶ 特定健診目標受診率

表6-1 特定健診目標受診率

(単位: %)

年度	平成30年度 (2018年度)		令和1年度 (2019年度)		令和2年度 (2020年度)		令和3年度 (2021年度)		令和4年度 (2022年度)		令和5年度 (2023年度)	
区分	組合員	被扶養者	組合員	被扶養者	組合員	被扶養者	組合員	被扶養者	組合員	被扶養者	組合員	被扶養者
受診率 (%)	91.0%	54.0%	92.0%	55.0%	93.0%	56.0%	94.0%	60.0%	95.0%	65.0%	97.0%	70.0%
	81.0%		82.0%		83.0%		85.0%		87.0%		90.0%	

▶ 特定保健指導目標実施率

表6-2 特定保健指導目標実施率

(単位: %)

年度	平成30年度 (2018年度)	令和1年度 (2019年度)	令和2年度 (2020年度)	令和3年度 (2021年度)	令和4年度 (2022年度)	令和5年度 (2023年度)
実施率 (%)	20.0%	23.0%	27.0%	32.0%	38.0%	45.0%

6. 第4期特定健康診査等実施計画

6.1.3 第3期の実施結果

平成30(2018)～令和4(2022)年度の特定健診受診率、特定保健指導実施率を表 6-3に示します。

▶ 特定健診受診率

表6-3 特定健診受診率の状況

年度	平成30年度 (2018年度)		令和1年度 (2019年度)		令和2年度 (2020年度)		令和3年度 (2021年度)		令和4年度 (2022年度)		令和5年度 (2023年度)	
区分	組合員	被扶養者	組合員	被扶養者	組合員	被扶養者	組合員	被扶養者	組合員	被扶養者	組合員	被扶養者
対象者数 (人)	5,309	1,665	5,239	1,540	5,569	1,456	5,737	1,392	5,747	1,343	8,162	1,877
	6,974		6,779		7,025		7,129		7,090		10,039	
受診者数 (人)	4,854	904	4,745	814	5,062	714	5,205	701	5,297	727	3,283	505
	5,758		5,559		5,776		5,906		6,024		3,788	
受診率(%)	91.4%	54.3%	90.6%	52.9%	90.9%	49.0%	90.7%	50.4%	92.2%	54.1%	40.2%	26.9%
	82.6%		82.0%		82.2%		82.8%		85.0%		37.7%	

▶ 特定保健指導実施率

表6-4 特定保健指導実施率の状況

年度	平成30年度 (2018年度)		令和1年度 (2019年度)		令和2年度 (2020年度)		令和3年度 (2021年度)		令和4年度 (2022年度)		令和5年度 (2023年度)	
区分	組合員	被扶養者	組合員	被扶養者	組合員	被扶養者	組合員	被扶養者	組合員	被扶養者	組合員	被扶養者
対象者数 (人)	1,014	95	1,014	72	1,034	83	1,046	66	999	54	531	35
	1,109		1,086		1,117		1,112		1,053		566	
終了者数 (人)	287	15	316	16	379	10	416	17	313	9	9	2
	302		332		389		433		322		11	
実施率(%)	28.3%	15.8%	31.2%	22.2%	36.7%	12.0%	39.8%	25.8%	31.3%	16.7%	1.7%	5.7%
	27.2%		30.6%		34.8%		38.9%		30.6%		1.9%	

6. 第4期特定健康診査等実施計画

6.2 第4期特定健康診査等における変更点

6.2.1 特定健診 | 質問項目の見直し (1/4)

▶ 項目8の喫煙に関する質問項目と回答について

「習慣的な喫煙者」および「過去喫煙者」を把握するため以下のように修正されます。

	第3期まで		第4期から	備考
質問項目	現在、たばこを習慣的に吸っている。 (*「現在、習慣的に喫煙している者」とは、「合計100本以上、又は6ヶ月以上吸っている者」であり、最近1ヶ月間も吸っている者)	▶	現在、たばこを習慣的に吸っていますか。 *「現在、習慣的に喫煙している者」とは、条件1と条件2を両方満たす者である。 条件1：最近1ヶ月間吸っている 条件2：生涯で6ヶ月間以上吸っている、又は合計100本以上吸っている	習慣的な喫煙者をより明確に定義、かつ従来の問診表との回答の連続性を持たせるために条件1・2を用いて表記
回答	①はい ②いいえ	▶	①はい（条件1と条件2を両方満たす） ②いいえ（①③以外） ③以前は吸っていたが、最近1ヶ月間は吸っていない（条件2のみ満たす）	非喫煙者に包括されている、「過去喫煙者」を把握するための回答③を追加

* 引用 | 第4期特定健診・特定保健指導の見直し事項について

6. 第4期特定健康診査等実施計画

6.2.1 特定健診 | 質問項目の見直し (2/4)

▶ 項目18・19の飲酒に関する質問項目と回答について

飲酒頻度を精緻に把握することおよび「健康障害による禁酒」を把握するため以下のように修正されます。

	第3期まで		第4期から	備考
質問項目	お酒（日本酒、焼酎、ビール、洋酒など）を飲む頻度	▶	お酒（日本酒、焼酎、ビール、洋酒など）を飲む頻度はどのくらいですか。 （*「やめた」とは、過去に月1回以上の習慣的な飲酒歴があった者のうち、最近1年以上酒類を摂取していない者）	・ 飲酒頻度をより精緻に把握するため、回答項目を細分化して追加
回答	①毎日 ②時々 ③ほとんど飲まない（飲めない）	▶	①毎日 ②週5～6日 ③週3～4日 ④週1～2日 ⑤月に1～3日 ⑥月に1日未満 ⑦やめた ⑧飲まない（飲めない）	・ 最も多い禁酒の理由は「健康障害（何らかの病気による禁酒）」によることから、回答⑦に追加

* 引用 | 第4期特定健診・特定保健指導の見直し事項について

6. 第4期特定健康診査等実施計画

6.2.1 特定健診 | 質問項目の見直し (3/4)

▶ 項目18・19の飲酒に関する質問項目と回答について

より適切な理解のもと回答をしてもらうよう以下のように修正されます。

	第3期まで		第4期から	備考
質問項目	飲酒日の1日当たりの飲酒量 日本酒1合(180ml)の目安： ビール500ml、焼酎(25度 (110ml)、ウイスキーダブル 1杯(60ml)、ワイン2杯 (240ml)	▶	飲酒日の1日当たりの飲酒量 日本酒1合(アルコール度数15度・ 180ml)の目安：ビール中瓶1本(同5 度・500ml)、焼酎0.6合(同25度・約 110ml)、ワイン1/4本(同14度、約 180ml)、ウイスキーダブル1杯(同 43度・60ml)、缶チューハイ1.5缶 (同5度・約520ml)	・ 質問項目の飲酒量の換算に関する補足説明について、回答者の理解を促すため、量(ml)にアルコール度数を併記する等の修正を行う。
回答	① 1合未満 ② 1～2合未満 ③ 2～3合未満 ④ 3合以上	▶	① 1合未満 ② 1～2合未満 ③ 2～3合未満 ④ 3～5合未満 ⑤ 5合以上	

* 引用 | 第4期特定健診・特定保健指導の見直し事項について

6. 第4期特定健康診査等実施計画

6.2.1 特定健診 | 質問項目の見直し (4/4)

- ▶ 項目22の特定保健指導に関する項目と回答について
より指導介入を行いやすくするよう修正されます。

	第3期まで		第4期から	備考
質問項目	生活習慣の改善について 保健指導を受ける機会があれば、利用しますか。	▶	生活習慣の改善について、 これまでに特定保健指導を受けたことがありますか。	保健指導実施希望有無にかかわらず、保健指導対象となった際は指導実施が求められるが、問診回答上指導を受けたくない（いいえ）回答をした者への介入時にトラブルが発生しているため、特定保健指導の受診歴を尋ねる項目へと変更。
回答	①はい ②いいえ	▶	①はい ②いいえ	

* 引用 | 第4期特定健診・特定保健指導の見直し事項について

6. 第4期特定健康診査等実施計画

6.2.2 特定保健指導 | 階層化判定の見直し

「動脈硬化性疾患予防ガイドライン2022年版」のガイドラインが変更され、随時（非空腹時）中性脂肪値が追加されたことに伴い、**特定保健指導の階層が修正**されます。

なお、拡張期血圧はガイドライン上の基準値は変更となりますが、階層化基準は維持されます。

- 「標準的な健診・保健指導プログラム」について「健診検査項目の保健指導判定値」を下記のとおり修正する。

保健指導判定値		
	現行	修正案
中性脂肪	150 mg/dl	空腹時150 mg/dl
		随時175 mg/dl

- 階層化に用いる標準的な数値基準を下記のとおり修正する。

追加リスク		
	現行	修正案
②脂質異常	中性脂肪150 mg/dl以上 又は HDLコレステロール40 mg/dl未満	空腹時中性脂肪150 mg/dl以上 (やむを得ない場合は随時中性脂肪175 mg/dl以上) 又は HDLコレステロール40 mg/dl未満

※黒字：現行使用されているもの 赤字：修正箇所

* 引用 | 第4期特定健診・特定保健指導の見直し事項について

6. 第4期特定健康診査等実施計画

6.2.3 特定保健指導 | アウトカム評価の導入

モデル実施に十分な効果が見られたことから、「腹囲2cm・体重2kg減」を主要目的とするアウトカム評価が導入されます。また、ポイントの獲得条件に対象者の行動変容も新たに追加されることとなります。

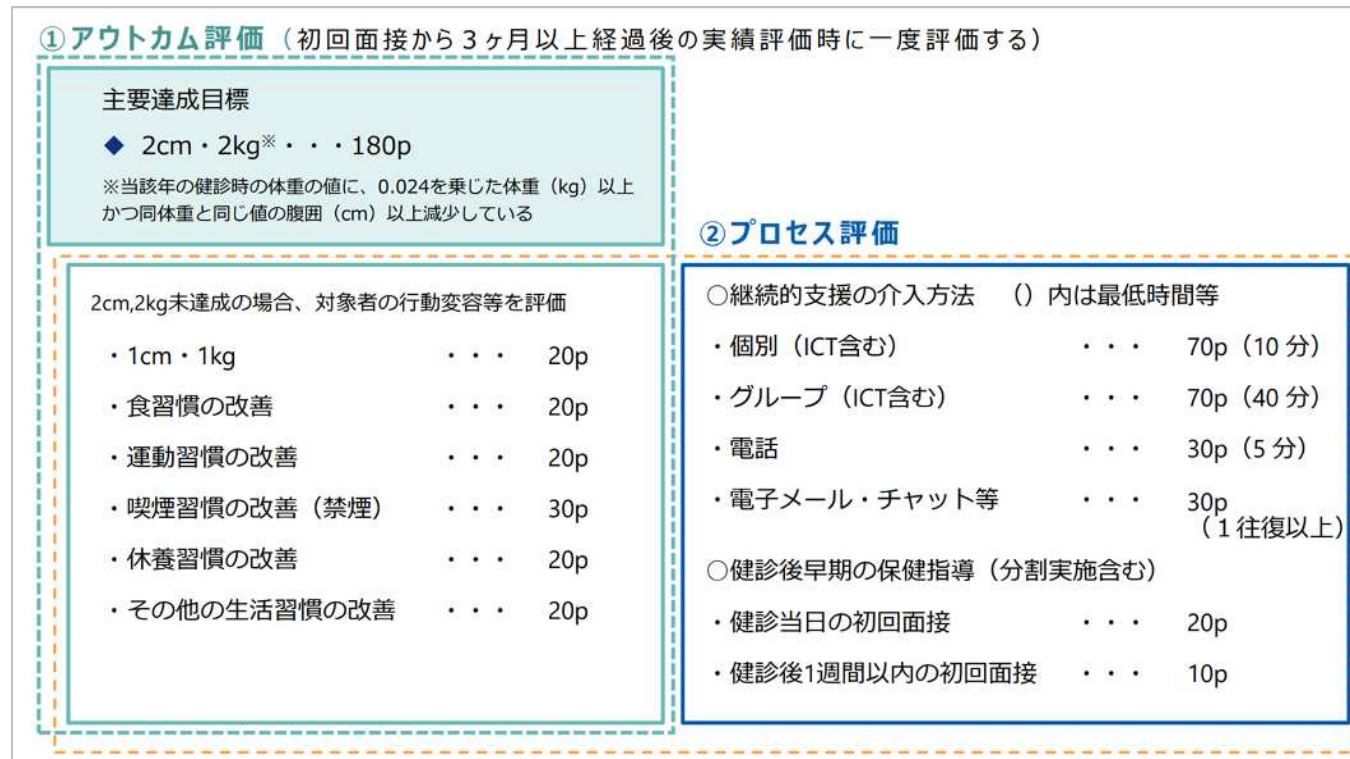
第3期特定保健指導		第4期特定保健指導	
期間	初回面接から3カ月後	初回面接から3カ月後	
達成目標	180ポイントを獲得する	下記いずれかで達成となる ① 腹囲2cm・体重2kg減を達成させる ② 180ポイントを獲得する	
ポイント 獲得条件	対象者への介入によって獲得	① 対象者への介入によって獲得 ② 対象者の行動変容等を評価し獲得	

* 引用 | 第4期特定健診・特定保健指導の見直し事項について

6. 第4期特定健康診査等実施計画

6.2.4 特定保健指導の評価体系の見直し

「腹囲2cm・体重2kg減」のアウトカム評価を主要達成目標としつつも、アウトカム評価未達の場合はプロセス評価を行い、180pt以上の支援を行うことで指導終了となります。



* 引用 | 第4期特定健診・特定保健指導の見直し事項について

6. 第4期特定健康診査等実施計画

6.2.5 その他見直し事項

項目	その他見直し事項	詳細
特定健診	新しい健診項目・手技については、現時点で新たに追加は行わない。	血糖採血キットなど、いずれも基本項目として健診受診者全員に実施するのに資するというエビデンスは認められなかったため。
特定保健指導	特定健診実施後の特定保健指導初回面接の条件を緩和する。 (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して取り扱う)	特定保健指導の実施率の向上や対象者の負担軽減に資する観点からも、健診当日の実施を推進、普及のため条件を緩和とする。
特定保健指導	服薬中の特定保健指導対象者への服薬状況の確認、分母除外の同意取得の条件を緩和する。	専門職（医師・保健師・管理栄養士・看護師）のみ対応可能であった服薬状況の確認を、予め医薬品の種類や確認の手順を定めた上で専門職以外も取り扱いを可能にする。
特定保健指導	特定保健指導実施後の服薬者を、保健指導対象者の分母から除外とする。	指導開始後の服薬者も保健指導の必要性は薄いため、分母から除外することを可能とする。

* 引用 | 第4期特定健診・特定保健指導の見直し事項について

6. 第4期特定健康診査等実施計画

6.3 第4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（令和 6 (2024)年度から令和 11(2029) 年度）の目標値と実施計画を以下に示します。

6.3.1 目標値

特定健康診査実施率、特定保健指導実施率の目標については、令和5(2024)年3月「特定健康診査等実施計画作成の手引き（第4版）」（案）において目標値（特定健康診査実施率90%、特定保健指導実施率60%）が示されているため、当組合の特性や状況を踏まえた目標値を設定します。

▶ 特定健診受診率

表6-1 特定健診目標受診率

年度	令和6年度 (2024年度)		令和7年度 (2025年度)		令和8年度 (2026年度)		令和9年度 (2027年度)		令和10年度 (2028年度)		令和11年度 (2029年度)	
区分	組合員	被扶養者	組合員	被扶養者	組合員	被扶養者	組合員	被扶養者	組合員	被扶養者	組合員	被扶養者
対象者数 (人)	8,127	2,153	8,169	2,193	8,332	2,257	8,464	2,315	8,494	2,363	8,594	2,420
	10,280		10,362		10,589		10,779		10,857		11,014	
受診者数 (人)	7,521	1,216	7,655	1,259	7,916	1,297	8,084	1,397	8,129	1,536	8,250	1,658
	8,737		8,914		9,213		9,481		9,665		9,908	
受診率 (%)	92.5%	56.5%	93.7%	57.4%	95.0%	57.5%	95.5%	60.3%	95.7%	65.0%	96.0%	68.5%
	85.0%		86.0%		87.0%		88.0%		89.0%		90.0%	

▶ 特定保健指導実施率

表6-2 特定保健指導目標実施率

年度	令和6年度 (2024年度)		令和7年度 (2025年度)		令和8年度 (2026年度)		令和9年度 (2027年度)		令和10年度 (2028年度)		令和11年度 (2029年度)	
区分	組合員	被扶養者	組合員	被扶養者	組合員	被扶養者	組合員	被扶養者	組合員	被扶養者	組合員	被扶養者
対象者数 (人)	984	107	1,000	111	1,018	113	1,036	119	1,041	130	1,057	139
	1,091		1,111		1,131		1,155		1,171		1,196	
終了者数 (人)	347	24	421	22	484	26	549	30	607	36	675	43
	371		443		510		579		643		718	
実施率 (%)	35.3%	22.4%	42.1%	19.8%	47.5%	23.0%	53.0%	25.2%	58.3%	27.7%	63.9%	30.9%
	34.0%		39.9%		45.1%		50.1%		54.9%		60.0%	

6. 第4期特定健康診査等実施計画

6.3.2 特定健康診査等の実施方法

■ 健診実施項目

表6-3 実施項目

	検査項目		組合員 (生活習慣病予防健診)	被扶養者等 (特定健康診査)
基本 健康 検査	血液 検査	血液 赤血球	○	△ (詳細な健診項目)
		一般 血色素 (ヘモグロビン)	○	△ (詳細な健診項目)
		血球容積 (ヘマトクリット)	○	△ (詳細な健診項目)
		肝機能 AST (GOT)	○	◎
		ALT (GPT)	○	◎
		γ-GT (γ-GTP)	○	◎
		脂質 HDL-コレステロール	○	◎
		LDL-コレステロール	○	◎
		中性脂肪	○	◎
		腎機能 クレアチニン	○	△ (詳細な健診項目)
		eGFR	○	△ (詳細な健診項目)
		尿酸	○	
		血糖 空腹時血糖	○	◎
		ヘモグロビンA1c	○	◎
	尿検査	尿たんぱく	○	◎
		尿糖	○	◎
	理学的 検査	身体計測	○	◎
		BMI (体格指数)	○	◎
		腹囲測定	○	◎
		内科診察 (聴打診)	○	◎
		視力	○	
		聴力	○	
		血圧	○	◎
		眼底	○	△ (詳細な健診項目)
		心電図	○	△ (詳細な健診項目)
		胸部エックス線撮影	○	
		質問票	○	◎

▶ 対象者

当組合の組合員、被扶養者等のうち40歳から74歳までの者で、かつ当該実施年度の1年間を通じて加入している者としてします。

▶ 実施項目

実施項目は、「標準的な健診・保健指導プログラム」に記載されている健診項目 (検査項目及び質問項目) に基づく項目としてします。

▶ 実施場所

組合員は、所属所と健診機関が日程調整の上決定した場所又は実施健診機関としてします。

被扶養者は、各市町村が実施する健診会場及び契約健診機関としてします。

▶ 実施時期

実施時期は通年としてします。

○ 組合員の検査項目

◎ 特定健康診査の必須項目 (基本的な健診項目)

△ 特定健康診査の詳細な健診項目

6. 第4期特定健康診査等実施計画

6.3.2 特定健康診査等の実施方法

■ 実施内容

1. 実施形態

(1) 特定健康診査

組合員については、労働安全衛生法に基づいて各所属所が実施する事業主健診の結果データを受領することとし、被扶養者は特定健康診査受診券により本計画2-(1)の定める実施場所において実施する。なお、当組合が実施する人間ドック受診者にあつては、特定健康診査としての検査項目のみを抽出し、特定健康診査の実施に代えるものとする。

(2) 特定保健指導

特定健康診査の結果に基づき、特定保健指導の対象者となる組合員及び被扶養者について特定保健指導を実施する。委託先については、アウトソーシングを基本とする。

2. 実施場所

(1) 特定健康診査

組合員については、所属所が事業主健診を委託する健診機関及び当組合が委託する人間ドック健診機関とする。被扶養者については、各都道府県の代表保険者による集合契約に基づく健診実施機関及び当組合が委託する人間ドック健診機関等とする

(2) 特定保健指導

委託先の指定する場所に準ずる

3. 実施項目

実施項目は、「標準的な健診・保健指導プログラム」に記載されている健診項目（検査項目及び質問項目）及び保健指導内容とする。

4. 実施時期

実施項目は通年とする。

6. 第4期特定健康診査等実施計画

6.3.2 特定健康診査等の実施方法

5. 契約形態

- (1) 特定健康診査 保険者協議会及び全国地方公務員共済協議会による集合契約を行い、全国で受診が可能となるよう措置する。
- (2) 特定保健指導 「標準的な健診・保健指導プログラム」に記載されている考え方にに基づきアウトソーシングするとともに管理栄養士を雇用し実施する。

6. 受診・利用方法

特定健康診査等対象者に、受診券及び利用券を配付する。
特定健康診査等対象者は、受診券及び利用券とともに組合員証等を健診機関に提示し、特定健診等を受ける。

7. 周知や案内の方法

当組合の広報誌及びリーフレット等を組合員に配付、また、当組合のホームページに掲載することで周知を図る。
なお、特定健診の未受診者及び特定保健指導の未利用者へは勧奨を行う。

8. 事業主健診等の健診データの受領方法

健診等データは、原則として国が定める電子的な標準様式で受領するものとする。

9. 特定保健指導対象者の抽出（重点化）の方法

「標準的な健診・保健指導プログラム」記載の選定方法に準じて、保健指導対象者を選定・階層化し、若年者を優先に絞り込みをする。

10. 実施に関する年間のスケジュールその他必要な事項

通年実施し、年度後半は、来年度の契約準備などを行う。

6. 第4期特定健康診査等実施計画

6.4.1 特定保健指導の実施方法

▶ 対象者

特定健診受診者のうち「積極的支援」、「動機付け支援」のいずれかに階層化された者を対象者とします。

【ステップ1】内臓脂肪蓄積リスク

- (1) 腹囲：男性85cm以上、女性90cm以上
- (2) 腹囲：男性85cm未満、女性90cm未満でBMIが25以上
※BMI＝体重(kg)÷身長(m)の2乗

【ステップ2】追加リスク

- (1) 血糖：空腹時血糖100mg/dl以上又はHbA1c5.6%以上
- (2) 脂質：中性脂肪150mg/dl以上又はHDLコレステロール40mg/dl未満
- (3) 血圧：収縮期130mmHg以上又は拡張期85mmHg以上
- (4) 喫煙歴の有無（問診票で把握）

ステップ1（腹囲）	ステップ2（追加リスク）	（4）喫煙歴	対象	
	（1）血糖値 （2）脂質 （3）血圧		40～64歳	65～74歳
≥85cm（男性） ≥90cm（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つ以上該当	－	積極的支援	動機付け支援
	2つ以上該当	あり なし		
	1つ該当	－		

※問診票から高血圧、糖尿病、高脂血症に係る薬剤治療中と把握された者は除く。

6. 第4期特定健康診査等実施計画

6.4.1 特定保健指導の実施方法

▶ 実施内容

実施内容は次のとおりとし、詳細については保健指導機関との契約により実施年度ごとに決定します。

ア 動機付け支援：保健師等による初回面談（20分以上）又は集団指導（80分以上）を実施し、3ヶ月経過後に実績評価（面接又は電話等）を行う。

■動機付け支援

項 目	方 法	指 導 内 容
初回面接	1人当たり20分以上の個別支援（ICTは30分以上）、又は1グループ（1グループはおおむね8名以下）当たりおおむね80分以上のグループ面接	○生活習慣と健診結果の関係の理解、生活習慣の振り返り、メタボリックシンドロームや生活習慣病に関する知識の習得、対象者の生活に及ぼす影響及び生活習慣の改善の必要性の説明 ○生活習慣を改善する場合のメリットと改善しない場合のデメリットの説明 ○食事、運動等の生活習慣の改善に必要な目安等を実践的に指導 ○対象者の行動目標や評価時期の設定、生活習慣を改善するため必要な社会資源等の紹介と有効活用の支援 ○対象者に対する面接による指導の下に、行動目標及び行動計画を作成
3ヶ月経過後の実績評価	面接又は通信（電話、メール、手紙等）	○行動目標の達成、身体状況や生活習慣に変化がみられたかについて評価

6. 第4期特定健康診査等実施計画

6.4.1 特定保健指導の実施方法

イ 積極的支援：動機付け支援と同様の方法で初回面接を行うとともに、保健師等による電話又はメールにより3ヶ月以上の継続的支援を実施し、3ヶ月経過後に実績評価（電話等）を行う。

■積極的支援

項 目	方 法	指 導 内 容
初回面接	1人当たり20分以上の個別支援（ICTは30分以上）、又は1グループ（1グループはおおむね8名以下）当たりおおむね80分以上のグループ面接	○生活習慣と健診結果の関係の理解、生活習慣の振り返り、メタボリックシンドロームや生活習慣病に関する知識の習得、対象者の生活に及ぼす影響及び生活習慣の改善の必要性の説明 ○生活習慣を改善する場合のメリットと改善しない場合のデメリットの説明 ○食事、運動等の生活習慣の改善に必要な目安等を実践的に指導 ○対象者の行動目標や評価時期の設定と生活習慣を改善するため必要な社会資源等の紹介と有効活用の支援 ○対象者に対する面接による指導の下に、行動目標及び行動計画を作成
3ヶ月以上の継続的な支援	個別支援（ICT含む）、電話、電子メール等のいずれか、もしくはいくつかを組み合わせて行う	○行動計画の実施状況の確認を行い、食生活・身体活動等の生活習慣の改善に必要な実践的な指導 ○行動計画の実施状況の確認を行い、行動計画に掲げた取組を維持するために賞賛や励ましをする ○食事・運動等の生活習慣の改善に必要な事項についての実践的な指導
3ヶ月経過後の実績評価	面接又は通信（電話、メール、手紙等）	○行動目標の達成、身体状況や生活習慣に変化がみられたかについて評価 ○アウトカム評価（成果が出たことへの評価）の他、プロセス評価（保健指導実施の介入量の評価）も併用して評価する