

# 第2期日高町国民健康保険 データヘルス計画

日高町保険年金課・健康増進課  
平成30年3月作成

# 目次

1. データヘルス計画の背景とねらい . . . . P3
2. 日高町国民健康保険の概況 . . . . P4
3. データ分析  
    健診・医療・介護の分析 . . . . P5
4. 分析結果に基づく健康課題の把握 . . . . P19
5. 現在の保健事業の取り組み . . . . P20
6. 事業実施計画 . . . . P23
7. 参考資料（食習慣アンケート結果） . . . P26

# 1. データヘルス計画の背景とねらい

## (1) 背景

近年、特定健康診査の実施や診療報酬明細書等(以下「レセプト等」という。)の電子化、国保データベースシステム(以下「KDB」という。)等の整備により、保険者が健康や医療に関する情報を活用して被保険者の健康課題の分析、保健事業の評価等を行うための基盤整備が進んでいる。

そのような中、「日本再興戦略」(平成25年6月14日閣議決定)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。」とされ、これを受けて厚生労働省は平成26年3月、「健康保険法に基づく保健事業の実施等に関する指針」を改正し、「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・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、計画に基づく保健事業の実施及び評価を行う」とした。

日高町においては、保健事業実施指針に基づき、「日高町データヘルス計画」を定め、被保険者の健康増進、生活習慣病の発症や重症化予防等の保健事業の実施及び評価を行うものとする。

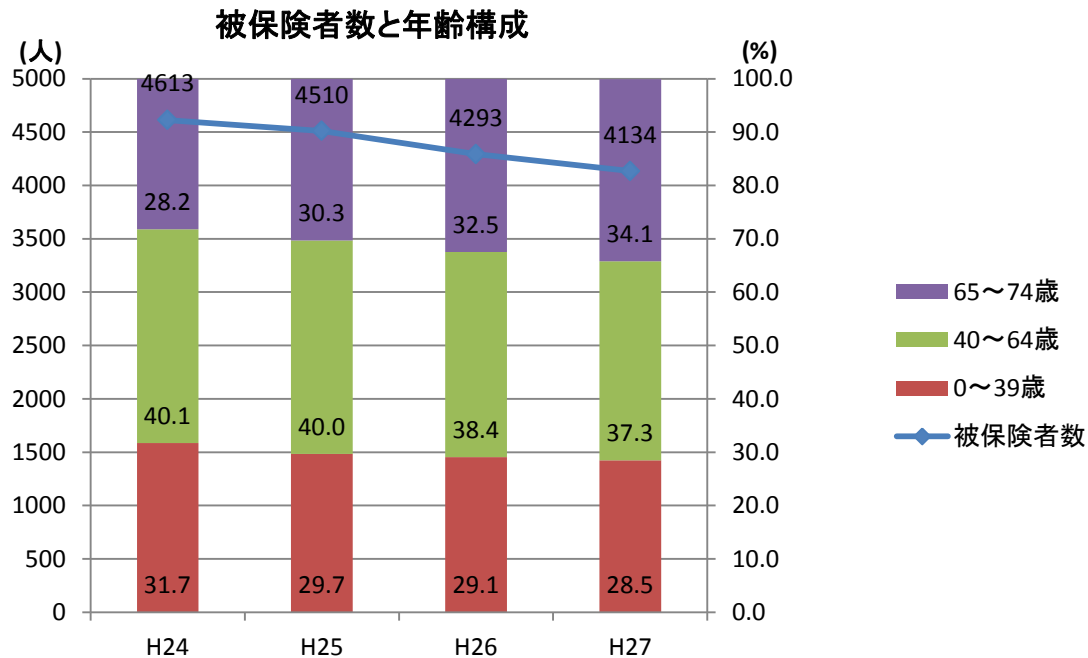
## (2) 計画期間

計画期間は、第3期日高町特定健康診査等実施計画と整合性を図るため、平成30年度(2018年度)から平成35年度(2023年度)までの6年間とする。

## 2. 日高町国民健康保険の概況

### (1) 被保険者数と年齢構成

被保険者数は年々減少しており、65歳以上の割合が増加している。



【データ】KDB「地域の全体像の把握」

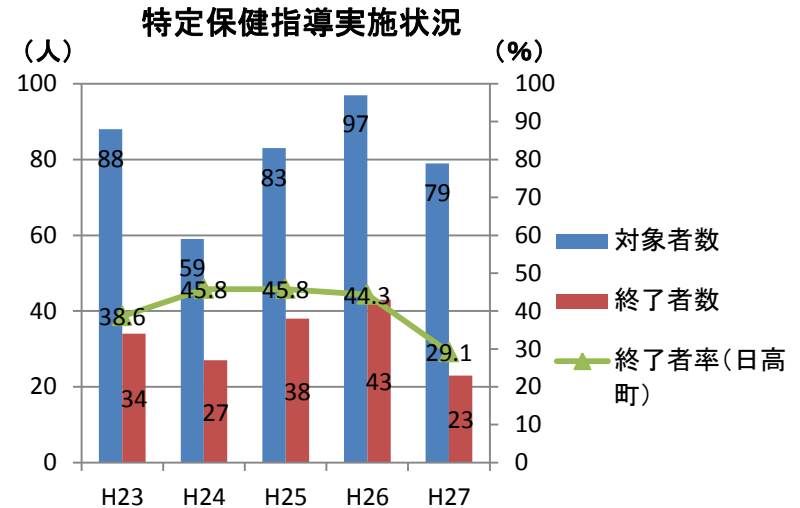
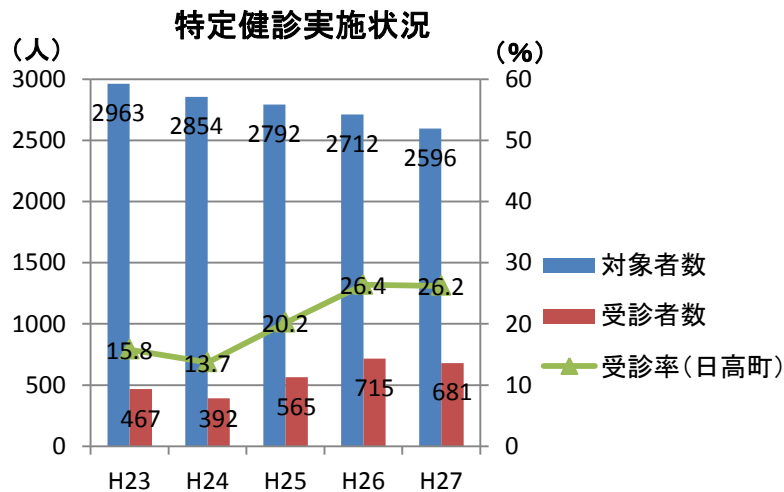
# 3. データ分析

## (1) 健診の分析

### ① 特定健診・特定保健指導

特定健診受診率は、H25年度より上昇傾向である。健診のPRや未受診者への勧奨により受診者が増加したと考えられる。しかし、全国・全道の受診率(30～40%台)には追いついておらず、受診者増加が課題である。

特定保健指導終了者率は、対象者の30～50%前後で推移している。全国・全道の終了率が10～20%前後であるため、特定保健指導利用者の割合は高い。

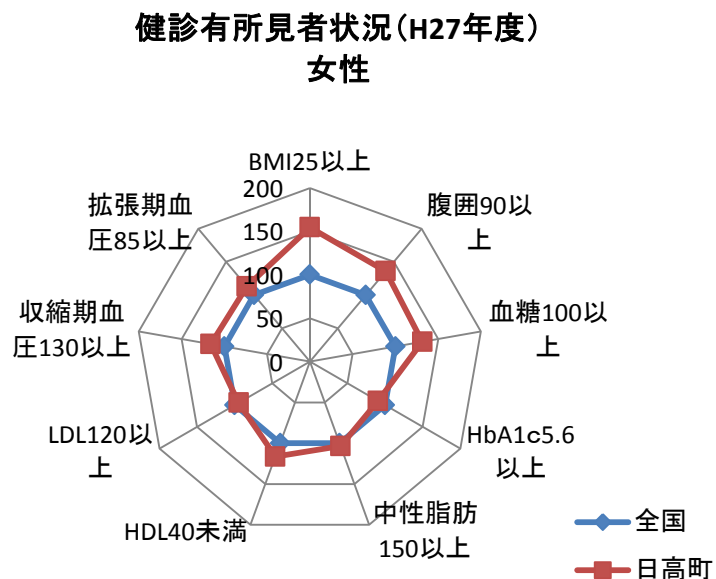
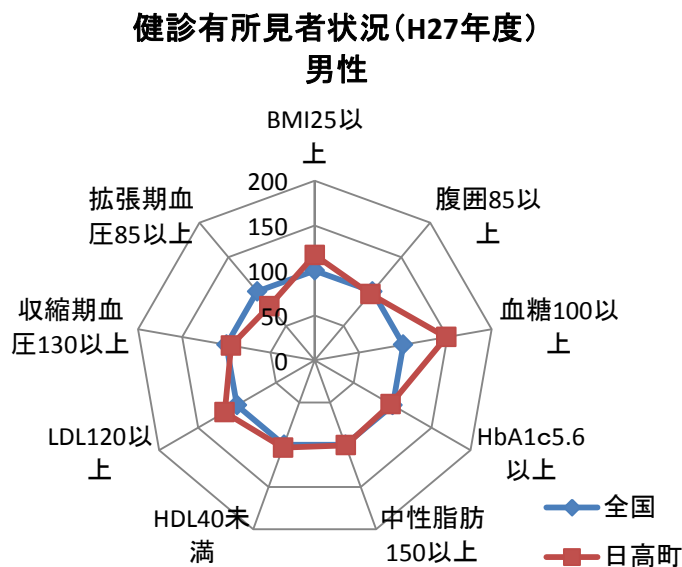


【データ】 特定健診法定報告

## ②健診有所見者状況(全国平均比較)

健診受診者の有所見状況は、男女ともBMI25以上、血糖値100以上が全国と比較し高い割合である。特に血糖高値は経年的に高い割合である。

女性ではBMI25以上が経年的に高く、腹囲90cm以上の割合も高いため肥満傾向と言える。また、血圧高値も女性で経年的に割合が高い。

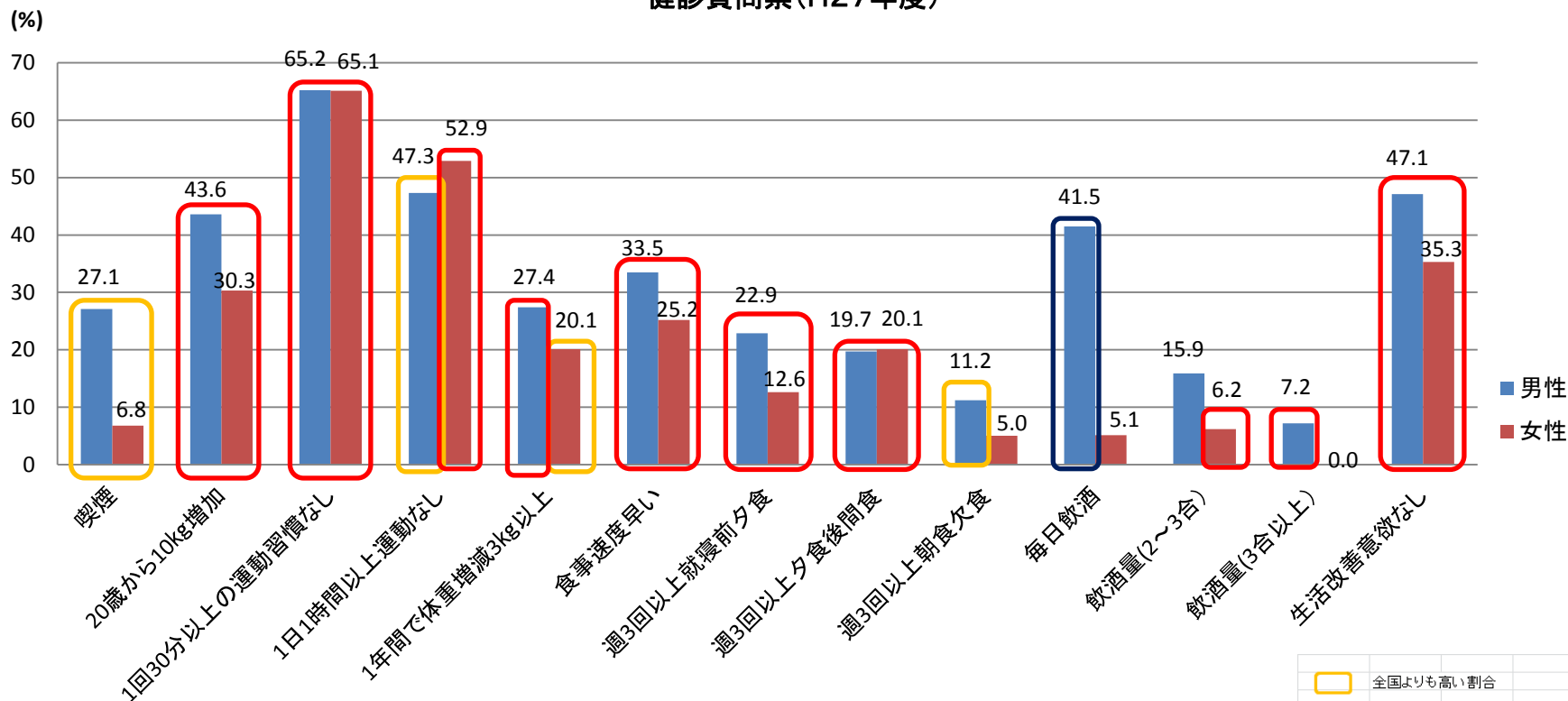


【データ】KDB「厚生労働省様式(様式6-2~7)健診有所見者状況」より算出

### ③健診受診者の生活習慣

男女とも全国・全道の割合より高いのは、「20歳から10kg増加」「運動習慣なし」「食事速度が速い」「就寝前の夕食」「夕食後の間食」「生活改善意欲なし」の項目で、特に「夕食後の間食」「生活改善意欲なし」の割合が高い。

健診質問票(H27年度)



【データ】KDB「質問票調査の状況」より算出

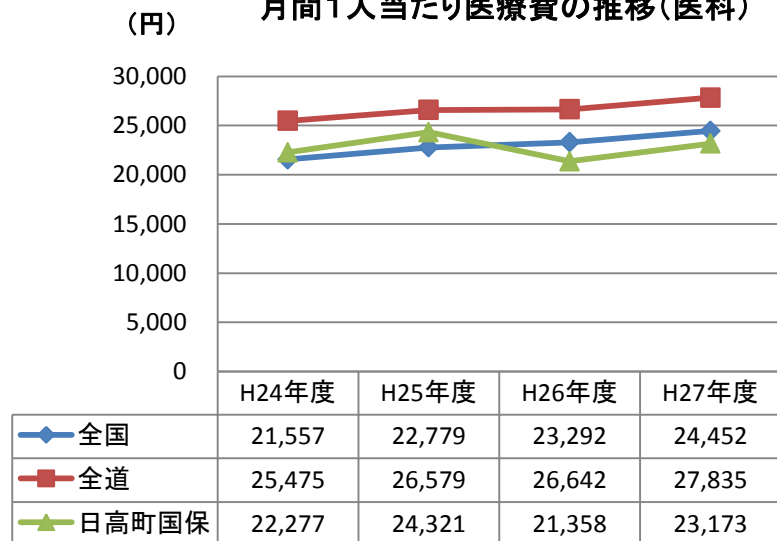
○	全国よりも高い割合
□	全道よりも高い割合
□	全国・全道よりも高い割合

## (2) 医療の分析

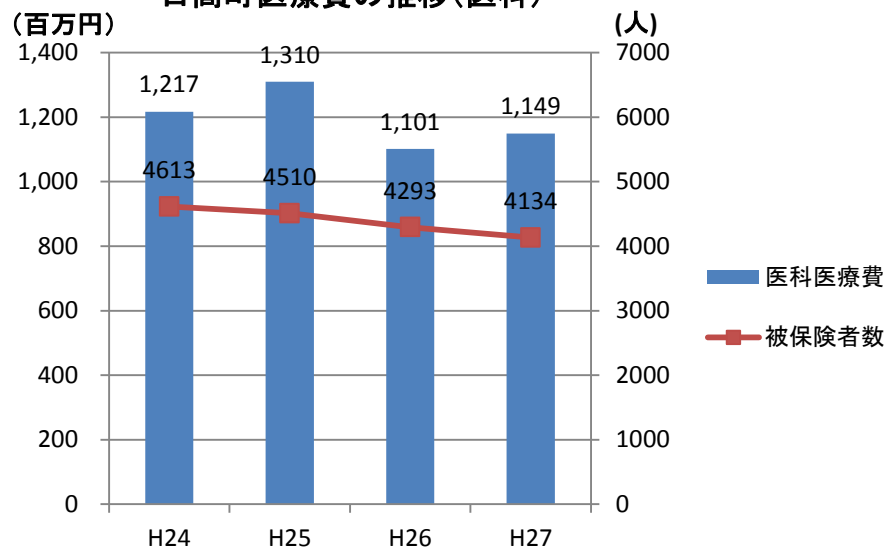
### ① 医療費の推移

1人当たり医科医療費は、全国・全道では年々増加傾向であるが、日高町は20,000円台前半で推移している。

月間1人当たり医療費の推移(医科)



日高町医療費の推移(医科)

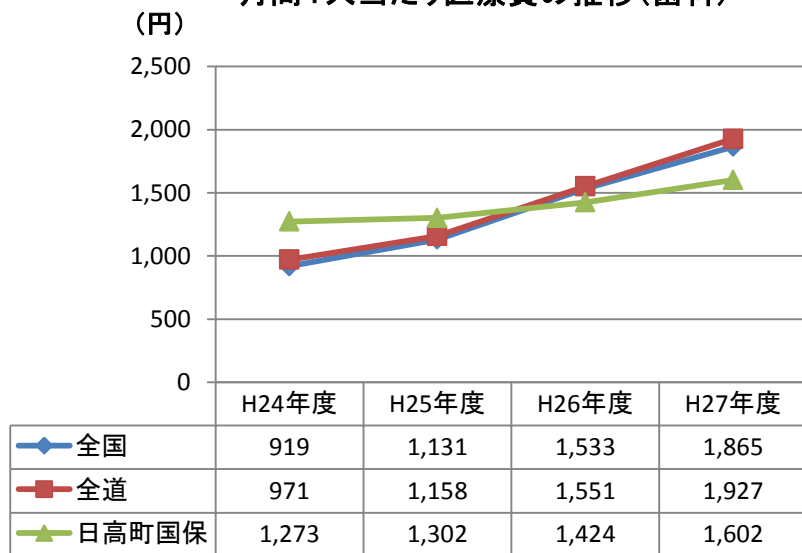


【データ】KDB「健診・医療・介護データからみる地域の健康課題」  
KDB「市区町村別データ」

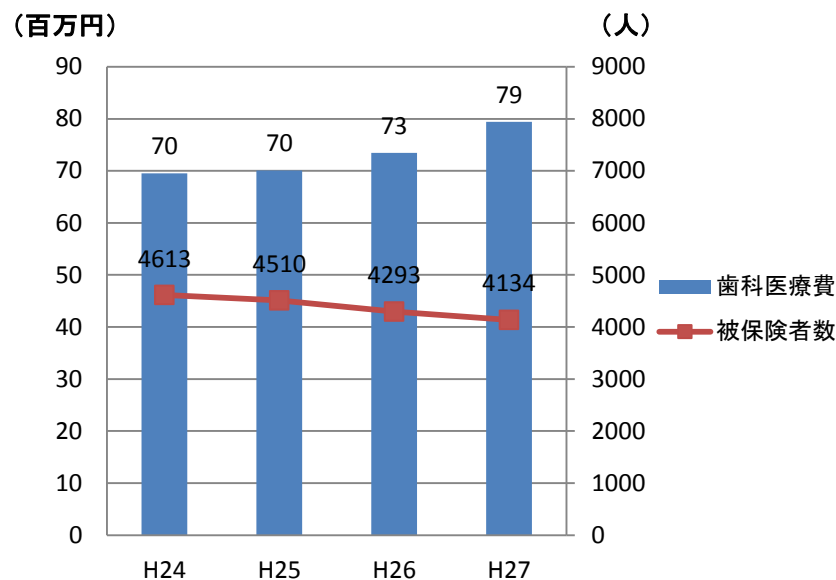


歯科医療費は、1人当たり医療費、年間医療費ともに増加しており、全国・全道も同じ傾向である。

月間1人当たり医療費の推移(歯科)



日高町医療費の推移(歯科)



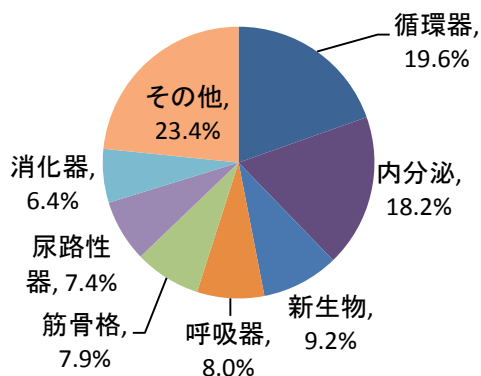
【データ】KDB「健診・医療・介護データからみる地域の健康課題」  
KDB「市区町村別データ」

## ②疾患別医療費(外来)

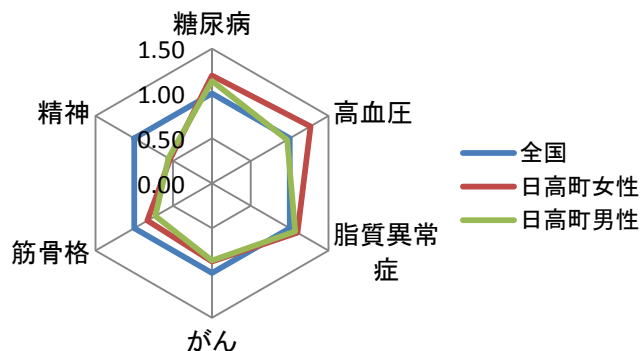
外来医療費の上位は、高血圧や心疾患等の「循環器系疾患」、糖尿病や脂質異常症を含む「内分泌、栄養及び代謝疾患」であり、「新生物」もあわせると生活習慣病が外来医療費全体の約半数を占める。

循環器疾患の中では「高血圧」、内分泌疾患の中では「糖尿病」の医療費割合が高い。全国との比較では、「糖尿病」「脂質異常症」の医療費の割合が男女とも高い。女性では「高血圧」の割合も高く、生活習慣病の医療費の割合が全国と比較して高い。

外来医療費の割合(H27年度)



外来医療費の標準化比(H27年度)



大分類		中分類		細小分類	
循環器	19.6	高血圧性疾患	10.2	高血圧	10.2
		その他の心疾患	4.9	不整脈	2.7
		虚血性心疾患	2	狭心症	1.5
内分泌	18.2	糖尿病	10.7	糖尿病	10.7
		その他の内分泌、栄養及び代謝障害	6.8	脂質異常症	5.9
		甲状腺障害	0.6	甲状腺機能亢進症	0.2
新生物	9.2	その他の悪性新生物	3.9	前立腺がん	2.5
				脳腫瘍	0.4
				膀胱がん	0.1
		乳房の悪性新生物	1.5	乳がん	1.5
気管、気管支及び肺の悪性新生物	1.2	肺がん	1.2		

【データ】KDB「医療費分析(2)大、中、細小分類」

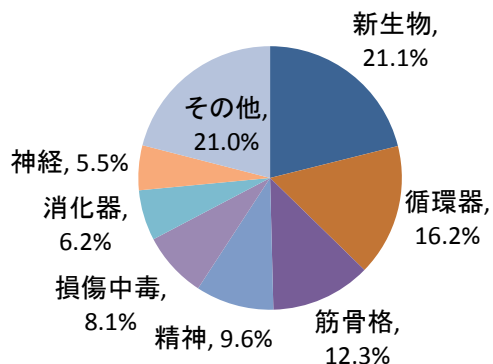
KDB「疾病別医療費分析(生活習慣病)」より算出

### ③疾患別医療費(入院)

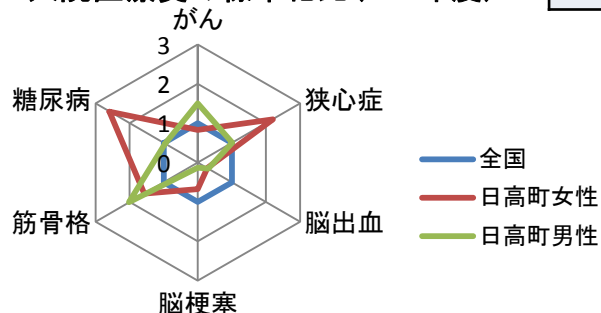
入院医療費の上位は、「新生物」「循環器系疾患」「筋骨格系疾患」の順となっている。

循環器系疾患の中では、「その他の心疾患」「虚血性心疾患」「その他の脳血管疾患」の割合が高い。全国との比較では、女性は「糖尿病」「狭心症」「筋骨格疾患」、男性は「がん」「筋骨格疾患」の割合が高く、特に女性で重症化した生活習慣病による入院が目立つ。

入院医療費の割合(H27年度)



入院医療費の標準化比(H27年度)



大分類		中分類		細小分類	
新生物	21.1	その他の悪性新生物	5.0	脳腫瘍	1.9
				甲状腺がん	0.5
				膵臓がん	0.4
循環器	16.2	良性新生物及びその他の新生物	4.4	子宮筋腫	0.4
				直腸S状結腸移行部及び直腸の悪性新生物	2.9
筋骨格	12.3	その他の心疾患	7.7	不整脈	2.7
				虚血性心疾患	4.1
				狭心症	3.5
				その他の脳血管疾患	2.4
筋骨格	12.3	その他の筋骨格系及び結合組織の疾患	5.0	脊椎障害	5.0
				その他の筋骨格系及び結合組織の疾患	2.0
				関節症	2.0

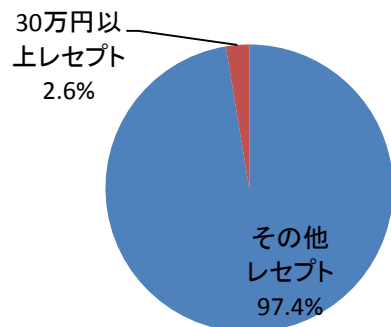
【データ】KDB「医療費分析(2)大、中、細小分類」  
KDB「疾病別医療費分析(生活習慣病)」より算出

## ④高額医療費の状況

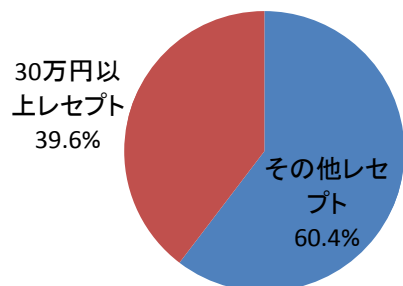
30万円以上の高額レセプト件数は全体の約3%だが、費用額では医療費全体の約40%を占める。

30万円以上高額レセプトの疾患別内訳は、「新生物」「循環器系疾患」等の生活習慣病に関係する疾患が約40%を占める。

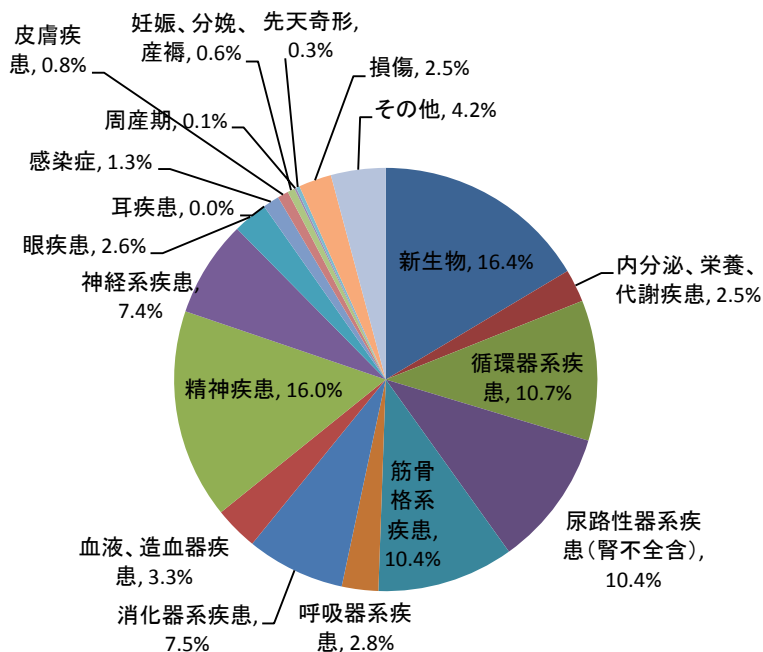
30万円以上レセプト件数割合(H27年度)



30万円以上レセプト費用額割合(H27年度)



30万円以上レセプト疾患別割合(H27年度)

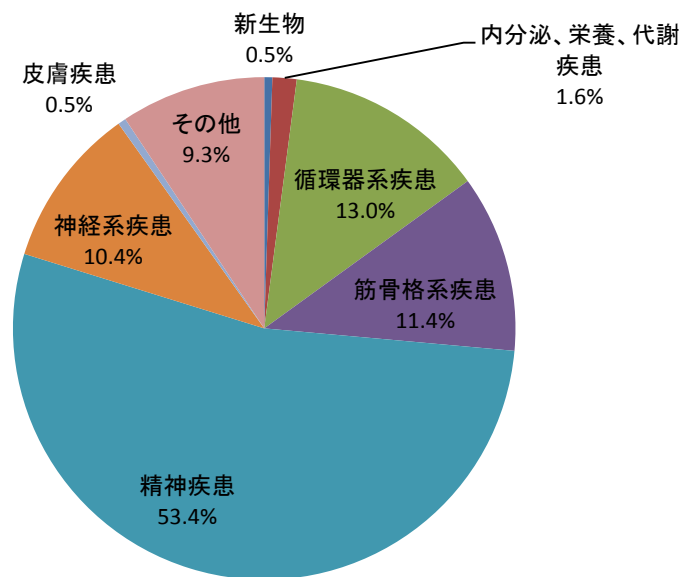


【データ】レセプト総件数：KDB「厚生労働省様式(様式3-1)生活習慣病全体のレセプト分析」レセ件数より算出(H27年度)  
 総医療費：KDB「市町村別データ」H27年度累積  
 30万円以上レセプト件数：KDB「厚生労働省様式(様式1-1)30万円以上のなったレセプト一覧」より算出(主病名)

## ⑤長期入院の状況

長期入院者の疾患別割合は、統合失調症等の「精神疾患」が50%以上を占める。次いで「循環器系疾患」「筋骨格系疾患」と続く。

6ヶ月以上入院者レセプトの疾患別割合(H27年度)

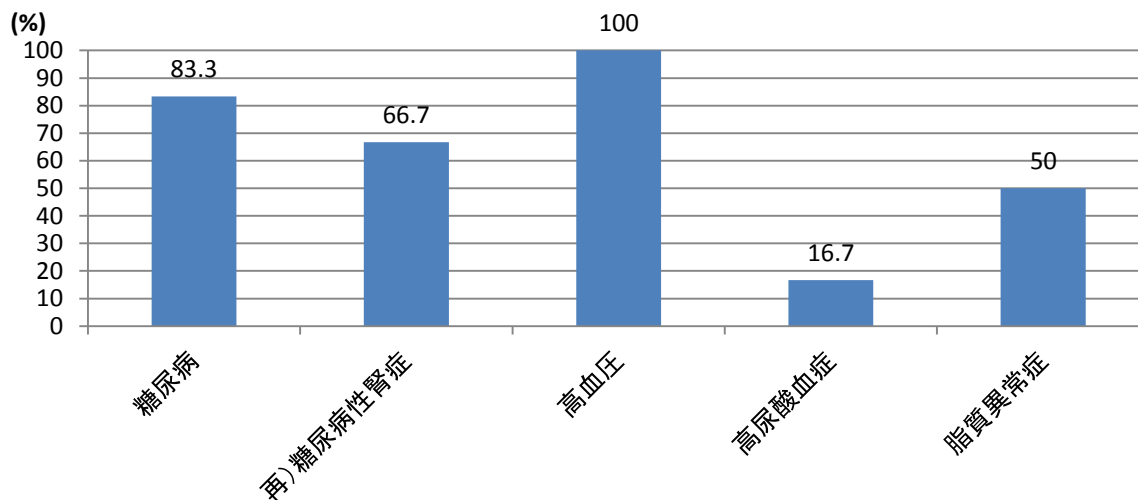


【データ】KDB「厚生労働省様式(様式2-1)6ヶ月以上入院しているレセプトの一覧」より算出(主傷病名)

## ⑥人工透析患者の状況

人工透析患者は血管を痛める因子である「糖尿病」「高血圧」等の基礎疾患を持っており、透析患者6人のうち4人は糖尿病性腎症である。

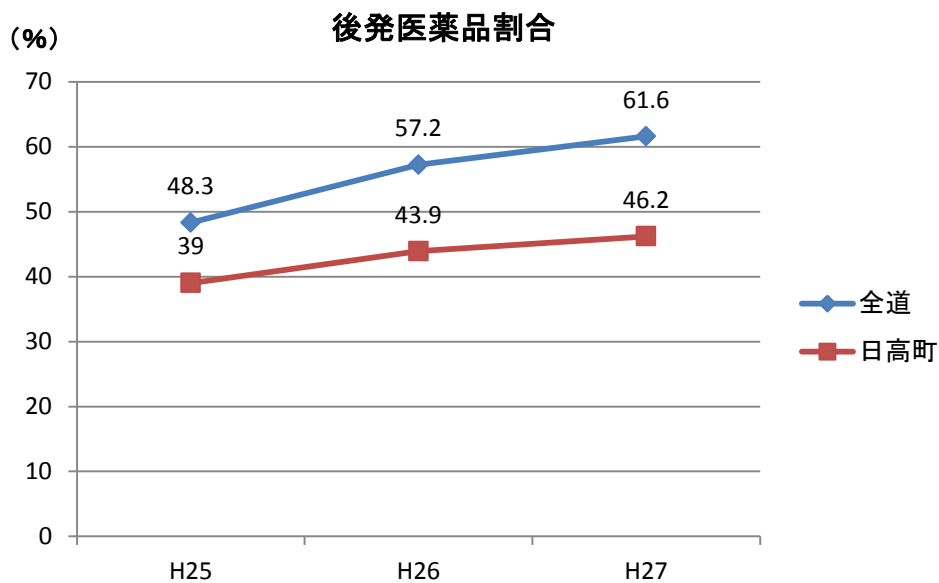
人工透析患者(6人)の基礎疾患治療割合  
(H27.10)



【データ】KDB「厚生労働省様式(様式3-7)人工透析レセプト分析」(H27.10月レセプト)

## ⑦後発医薬品使用状況

後発医薬品の使用割合は、全道レベルには追いついていないが、年々増加している。

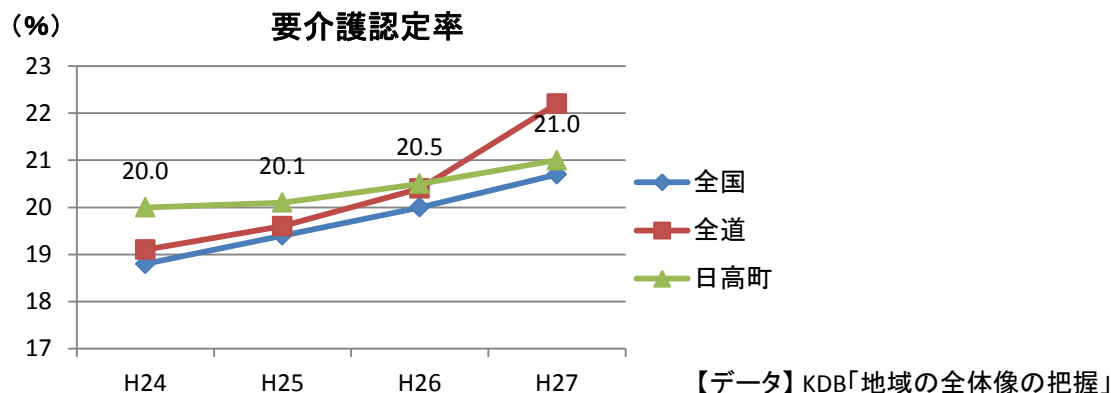


【データ】厚生労働省HP「調剤医療費の動向調査」

### (3) 介護の分析

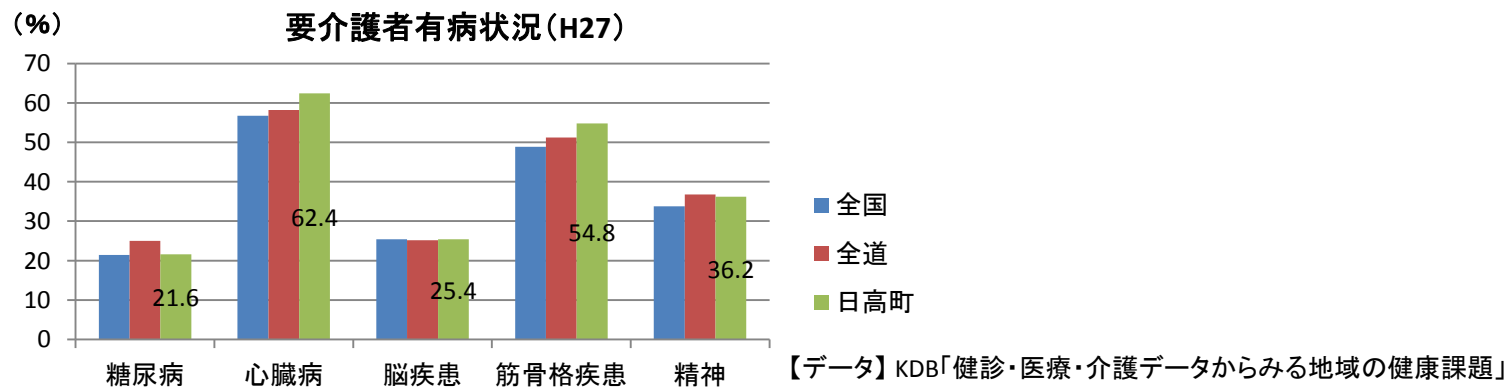
#### ① 介護認定率

要介護認定率は、全国に比べ高めで推移しているが、全国・全道に比べ緩やかに増加している。



#### ② 要介護者の有病状況

要介護認定者の有病状況は、「心臓病」「筋骨格疾患」が全国・全道に比べ高い。





## (4) 死亡統計

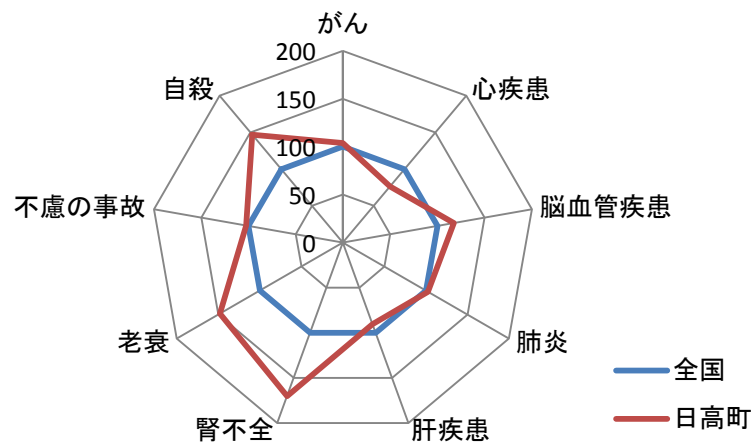
### ① 死因

男性では「脳血管疾患」「腎不全」「老衰」「自殺」が全国と比較して高く、「脳血管疾患」では有意差がみられた。

女性では「肺炎」「老衰」が全国と比較して高く、「老衰」は有意差がみられた。

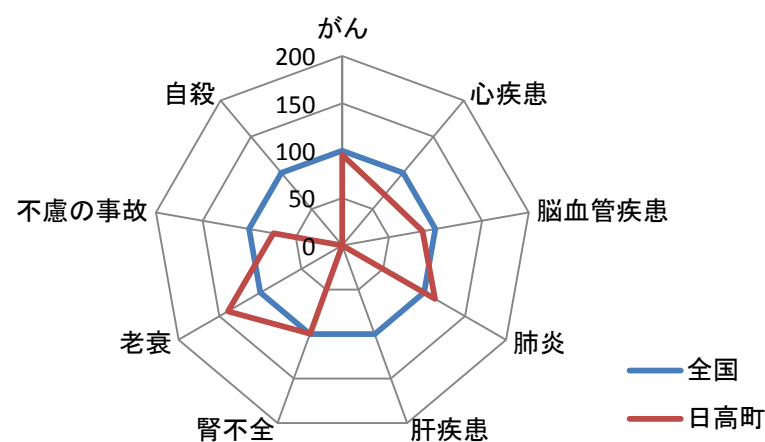
死因別標準化死亡比(H20~24)

男性



死因別標準化死亡比(H20~24)

女性

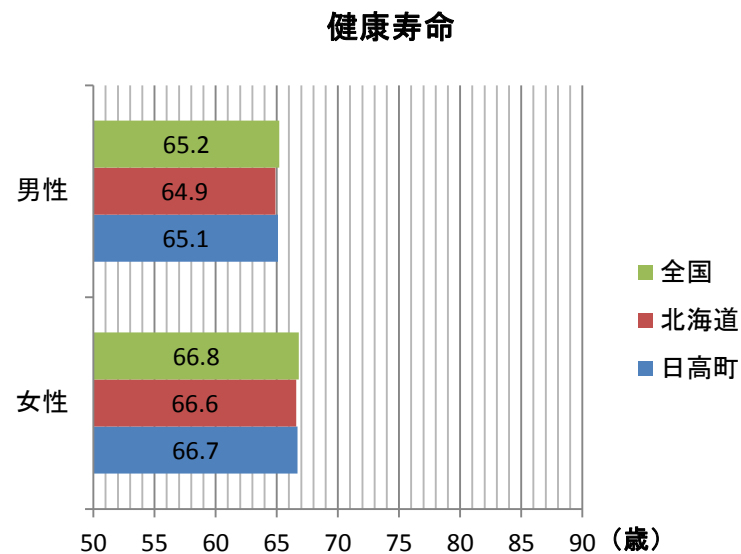
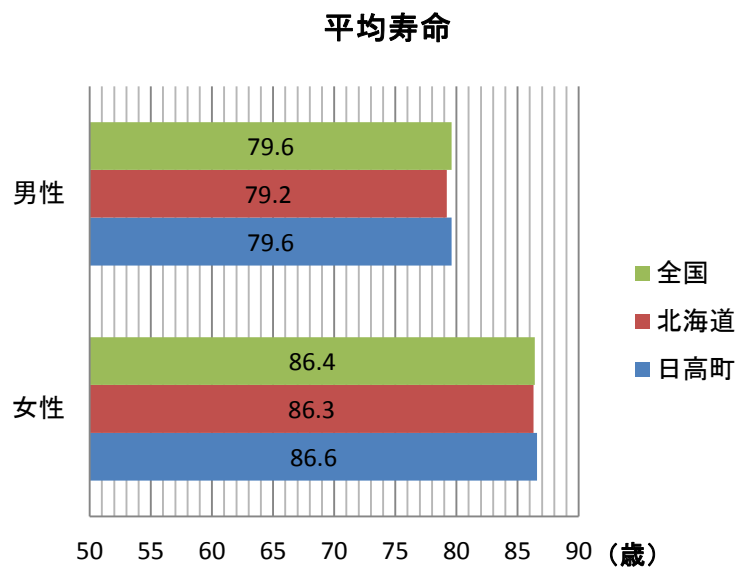


【データ】「平成20~24年人口動態保健所・市区町村別統計(第5表)」

## (5) 平均寿命と健康寿命

平均寿命、健康寿命ともに、全国・全道と大きな差はない。

男女で比較すると、平均寿命は女性の方が7年長い、健康寿命では1年程度の差で、女性の方が不健康期間が長い。



【データ】「平成22年市区町村別生命表」  
KDB「地域の全体像の把握」

## 4. 分析結果に基づく健康課題の把握

### 生活習慣

- ・第1次産業の割合が31.5%（国4.2%、道7.7%）で、軽種馬産業が盛んである。
- ・「1回30分以上の運動習慣なし」「食事の速度が速い」「就寝前に夕食をとる」「夕食後に間食する」「20歳から10kg以上体重増加」「生活改善意欲なし」の割合が男女とも全国・全道より高い。

### 健診

- ・特定健診受診率は、全国・全道に比べ低い。
- ・健診受診者の有所見状況は、男女とも「BMI25以上」「血糖値100以上」の割合が全国より高い。また、女性は血圧高めの割合が高い。

### 医療

- ・外来医療費は、高血圧等の「循環器疾患」と糖尿病等の「内分泌疾患」が上位を占める。特に「糖尿病」は男女とも全国より医療費の割合が高く、「高血圧」は女性が全国より高い割合である。
- ・入院医療費は、「新生物」「循環器疾患」「筋骨格疾患」の順で多い。女性では「糖尿病」「狭心症」「筋骨格疾患」、男性では「がん」「筋骨格疾患」の医療費が全国より高い割合である。特に女性で重症化した生活習慣病による入院が目立つ。
- ・高額医療費では、「新生物」「循環器疾患」等の生活習慣病に関係する疾患が多い。

### 介護

- ・要介護認定者の有病状況は、「心臓病」「筋骨格疾患」が全国・全道より高い。

### 死亡

- ・男性では「脳血管疾患」「腎不全」「老衰」「自殺」が全国と比較して高く、女性では「肺炎」「老衰」が高い。
- ・平均寿命、健康寿命は全国・全道と同程度である。

**健康課題 『糖尿病』『高血圧』『筋骨格疾患』**  
**生活習慣病予防、重症化予防**

## 5. 現在の保健事業の取り組み

日高町では、健康の保持・増進のため、下記の保健事業に取り組んでいます。

事業名	目的及び概要	効果、課題等
特定健康診査	目的:被保険者の健康保持。 概要:メタボリックシンドロームに着目した健診の実施。	平成25年度より受診率が少しずつ上昇し、26%代を維持しているが、受診率向上が課題。 健診の入り口、健診無料対象の40歳の受診率向上と継続受診につなげることが課題。
追加健診	目的:慢性腎不全の予防及び早期治療開始。 概要:腎機能検査項目の追加。	平成24年度よりクレアチニン、尿酸を検査項目に追加することにより、早期受診勧奨につなげる効果もあるが、かかりつけ医の判断は様々で保健指導内容等の見直しや医療機関との連携が課題。
特定保健指導	目的:メタボリックシンドローム該当者及び予備群の減少、生活習慣病発症予防。 概要:生活習慣の改善のための特定保健指導の実施。	利用者が少なく、毎年対象となる人も多く、勧奨の仕方や効果を出す保健指導が課題。
特定健診未受診者対策	目的:特定健診受診率の向上。 概要:健診受診意向調査、未受診者に対する受診勧奨(電話かけ等)の実施。	未受診者対策の強化が課題。
特定健診事後保健指導	目的:生活習慣病予防及び重症化予防。 概要:健診結果の見方と保健指導の実施(集団健診結果説明会、訪問、電話等)、要精密検査未受診者への受診勧奨。	食生活聞き取り票をもとに、個別指導を実施。効果を出す保健指導が課題。治療者でコントロール不良者への支援について医療機関との連携が課題。

事業名	目的及び概要	効果、課題等
がん検診	目的:がんの早期発見、早期治療。 概要:胃・肺・大腸・子宮・乳・前立腺がん検診の実施。健診未受診者及び要精密検査未受診者への受診勧奨。	年度により受診率の増減があり、特に若年層の受診率向上が課題。未受診者対策の強化も課題。
骨粗しょう症検診	目的:骨量減少者の早期発見、骨粗しょう症の予防。 概要:骨粗しょう症検診の実施。	節目年齢の受診者を増やすのが課題。骨粗しょう症予防教室での事後指導の継続が必要。
健康づくりポイント事業	目的:健康意識及び事業の利用率が向上し、疾病の早期発見による医療費の削減、町の経済活性化につなげる。 概要:健康診査等の受診者にひだかポイントカードのポイント付与。	平成27年度から事業を開始したが、集団健診時、ひだかポイントカードを持参すること定着してきている。効果の判定が難しく、今後、事業を継続するか検討が必要。
生活習慣病予防等教室	目的:生活習慣病予防・重症化予防、骨粗鬆症予防のための普及・啓発。 概要:生活習慣改善、健康的な食生活実践、効果的な運動の実践のための教室を実施。	参加者の固定化があり、新規受講者を増やすことが課題。
地区組織などと連携した健康教育	目的:生活習慣病予防等の正しい知識の普及。 概要:地区組織等と連携して、生活習慣改善、健康的な食生活実践のため健康教育を実施。	地区組織の減少とともに健康教育の依頼が減ってきているが、今後も継続した啓発が必要。
健康相談	目的:健康増進・疾病予防。 概要:健康チェック及び相談等の実施。	年度により実施人数の増減はあるが、今後も継続が必要。
インフルエンザ予防接種助成事業	目的:疾病の重症化予防。 概要:インフルエンザ予防接種料の助成を実施。	疾病の重症化予防のため今後も助成は必要。
高齢者肺炎球菌予防接種助成事業	目的:肺炎の重症化予防。 概要:高齢者肺炎球菌予防接種料の助成を実施。	肺炎の重症化予防のため今後も助成は必要。

事業名	目的及び概要	効果、課題等
医療費通知等	<p>目的:健康に対する意識の高揚や医療の適正化、後発医薬品の使用促進。</p> <p>概要:医療費通知やジェネリック医薬品の自己負担軽減額通知を実施。</p>	<p>後発医薬品使用率H27年度46.5%(H26年度43.9%)、年々使用率が上昇しており、通知等の効果あり。</p>
成人歯科健診	<p>目的:定期健診を受けるきっかけとし、虫歯、歯周病等の口腔内疾患の予防を図る。</p> <p>概要:町内の指定医療機関にて、節目年齢(40、50、60、70歳)、成人(20~70歳)、後期高齢者(75歳以上)、妊婦を対象とした無料歯科健診の実施。健康まつりや、日高地区及び厚賀地区の集団健診時に希望者に実施。</p>	<p>妊婦歯科健診は平成25年度より開始し、受診率は約30%であり、受診率が伸びていない状況。定期的な受診勧奨が必要。</p> <p>節目年齢・成人歯科健診は平成27年度まで集団健診で行っていたが、受診人数が1日10人前後であるため、平成28年度より個別歯科健診を開始。平成29年度より後期高齢者歯科健診を開始。平成30年度より成人歯科健診の対象を16歳以上(学校歯科健診受診者を除く)に拡大して、歯科健診事業の充実をさせている。今後は受診者数増加に向けて事業の周知を図る。</p>
歯科健康相談・指導	<p>目的:歯科知識の普及と口腔機能の維持・向上を図る。</p> <p>概要:乳・子宮がん検診、集団健診時に歯科相談・指導の実施。</p>	<p>健診会場で、保健師や歯科衛生士の声かけにより歯科指導を希望する人がいるため、引き続き声かけを行う。</p>
歯科健康教育	<p>目的:歯科知識の普及と口腔機能の維持・向上を図る。</p> <p>概要:婦人部、地区団体、老人クラブ等</p>	<p>年1~2回実施。平成28年度からは事業所や婦人部からも歯科講話の依頼があったため、今後も歯科衛生士の活動内容等を町民に周知していく。</p>

## 6. 事業実施計画

健康課題	目標	対策	評価指標
<p><b>●生活習慣病の重症化</b></p> <p>被保険者のQOL低下につながる入院や、介護認定、死因には、生活習慣病が重症化した疾患が関与している。</p> <p>また、健診受診者では肥満傾向、血糖高値の割合が高く、生活習慣病の発症や重症化につながる生活習慣を送る人の割合が高いことから、生活習慣病の予防、早期発見、重症化予防が重要である。</p>	<p><b>【長期目標】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>健康格差の縮小（健康寿命を平均寿命に近づける）</li> <li>医療費の伸びの抑制</li> </ul> <p><b>【中期目標】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>脳血管疾患、心疾患、腎不全等、生活習慣病重症化の共通リスクとなる糖尿病、高血圧の減少</li> <li>介護認定者に多い筋骨格疾患の減少</li> </ul> <p><b>【短期目標】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>特定健診受診率、結果説明会参加率の増加</li> <li>特定健診有所見割合の減少</li> <li>生活習慣病につながる食事、運動などの習慣を改善する割合の増加</li> </ul>	<p>①特定健診受診率向上対策</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>未受診者への受診勧奨</li> <li>健康づくりポイント事業</li> <li>対象者への個別通知</li> <li>広報や地区組織への健康教育等による普及啓発</li> </ul> <p>②重症化予防対策</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>個別保健指導の実施</li> <li>結果説明会の実施</li> <li>生活習慣病予防教室</li> <li>要医療者への受診勧奨</li> <li>生活習慣病予防知識普及啓発</li> <li>骨粗しょう症検診の実施</li> <li>とねっこ館運動指導事業</li> <li>従事者のスキルアップ研修への参加</li> <li>医療機関との連携（課題共有、対策の検討等）</li> </ul>	<p><b>【長期目標】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>健康寿命の延伸</li> <li>医療費増加率</li> </ul> <p><b>【中期目標】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>医療費割合の減少</li> <li>「循環器疾患」</li> <li>「内分泌疾患」</li> <li>「筋骨格疾患」</li> </ul> <p><b>【短期目標】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>特定健診受診率の増加</li> <li>結果説明会参加率の増加</li> <li>特定健診有所見割合が全国割合より減少</li> <li>「BMI25以上」</li> <li>「血糖値100以上」</li> <li>「収縮期血圧130以上」</li> <li>「拡張期血圧85以上」</li> <li>生活習慣の改善（全国割合より減少）</li> <li>「1回30分以上の運動習慣」</li> <li>「食事の速度」</li> <li>「就寝前の夕食」</li> <li>「夕食後の間食」</li> </ul>

## ●重点保健事業

### ①特定健診受診率向上対策

事業名	実施計画	目標
未受診者への受診勧奨	<p><b>【個別の働きかけ】</b></p> <p>①過去の受診歴等から受診勧奨の優先順位付けを行い、効果的に受診勧奨を行う。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・対象別メッセージによる受診勧奨通知。</li> <li>・厚賀地区40～64歳男性と富川地区40～64歳女性の受診率が低いことから、健診未受診者の通院状況の把握、効果的な受診勧奨方法を検討・実施する。</li> </ul> <p>②集団健診前年度受診者で申し込みがない者への電話での勧奨。</p> <p>③職場健診受診者に健診データ提供依頼、治療中者への検査結果データ提供依頼を行う。</p> <p><b>【実施体制の整備】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>①個別健診の実施機関数の拡充(富川国保診療所)</li> <li>②がん検診との同時実施の周知</li> </ul> <p><b>【広報・啓発】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>①健康増進月間(9月)に町内健診実施医療機関に出向き、特定健診PR事業を行う。</li> <li>②広報掲載、防災無線での周知。</li> </ul>	<p>特定健診受診率</p> <p>1年ごとに1.5%アップを目指す</p> <p>H30年度 28.0%</p> <p>H31年度 29.5%</p> <p>H32年度 31.0%</p> <p>H33年度 32.5%</p> <p>H34年度 34.0%</p> <p>H35年度 35.5%</p>



## ●重点保健事業

### ②重症化予防対策

事業名	実施計画	目標
個別保健指導の実施	<p><b>【特定保健指導】</b></p> <p>①第3期特定健康診査等実施計画期間における制度の運用の見直しにより、集団健診時に健診結果が動機付け支援及び積極的支援対象者の該当と見込まれる者で健診結果説明会に来れない者には、健診当日に初回面接を実施する。</p> <p>②対象者のライフスタイルに合わせた指導内容の工夫。</p> <p>③食生活聞き取り票をもとに個別指導を実施。</p> <p>④とねっこ館の活用(インボディ測定等)</p> <p><b>【重症化予防指導】</b></p> <p>①受診勧奨値のリスク因子(血糖・血圧・脂質)が重複している未治療者を重症化予防指導の対象とし、栄養士が中心となって積極的に介入する。</p>	<p>・特定保健指導実施率 1年ごとに2%アップを目指す</p> <p>H30年度 35% H31年度 37% H32年度 39% H33年度 41% H34年度 43% H35年度 45%</p> <p>・メタボ該当者の減少 16%以下 ・メタボ予備軍該当者の減少 10%以下</p> <p>・指導対象者の生活習慣改善率を100%に近づける</p>
生活習慣病予防知識普及啓発	<p>①町民へ広く周知するための生活習慣病予防リーフレット(日高町で勧めていく生活習慣等)の作成・配布。</p> <p>②生活習慣病予防に関する内容を広報に掲載。</p>	<p>・広報掲載 年1回以上</p>

# 7. 参考資料

特定健診(集団健診)受診者への食習慣アンケート集計結果(H28~29年度)  
(アンケート回収数 H28年度186件、H29年度213件)

