

第二期
小平市国民健康保険データヘルス計画
に基づく保健事業実施状況報告書
(平成30年度実績)

令和元年9月
小平市
(小平市国民健康保険)

目次

1 特定健康診査	2
1-1 特定健康診査受診勧奨(通知送付)		
1-2 集団健診		
1-3 人間ドック助成		
2 がん検診	8
3 健診異常値放置者受診勧奨事業	10
4 特定保健指導事業	12
5 糖尿病重症化予防指導	15
5-1 重症化予防プログラム		
5-2 重症化予防プログラム未参加者への受診勧奨		
6 多受診者指導	22
7 ジェネリック医薬品差額通知事業	25
8 第二期データヘルス計画一年目の実績	27

1 特定健康診査

●事業と目標

実施事業・事業概要・目的	対象	目標	
		事業実施量(アウトプット)	結果(アウトカム)
1 特定健康診査			
特定健康診査受診勧奨(通知送付) 未受診者に通知を送付し、受診勧奨を行います。	①40歳の新規特定健診対象者から抽出 ②40～60歳代のうち前年度特定健診未受診者	勧奨通知送付回数 年1回	送付後の受診率 20%
集団健診 当該年度未受診者に対し、集団健診の受診勧奨を行います。	40歳～74歳の被保険者	勧奨通知送付回数 年1回	受診者数 600人
人間ドック助成 人間ドックの受診者に補助金を出します。	30歳以上の人間ドック受診者	申請件数 600件	-

1-1 特定健康診査受診勧奨(通知送付)

●事業内容

前年度の特定健診未受診者及び平成30年度に40歳になり、特定健診の対象者となった被保険者に対し、通知による受診勧奨を行った。

①40歳の新規特定健診対象者に対する通知

通知数(件)	通知後に受診した数(件)	受診率(%)	目標値(%)	目標達成率(%)
409	109	26.7	20	133.5

【新40歳に送付した通知】

健康に自信がある人、忙しい人こそ受けてほしい!

主な死因別 死亡数の割合

高性新生物(腫瘍)	27.8%
心疾患(狭心症・心臓病)	15.2%
脳血管疾患(脳卒中)	15.2%
肺炎	7.6%
糖尿病	6.2%
腎不全	1.9%
悪性性肺炎	2.7%
不慮の事故	3.0%
肺炎	2.7%
交通事故	2.2%
その他	23.4%
血液性および原因不明の脳卒中	1.5%
自殺	1.5%

日本人の死因の半数以上は生活習慣病!
自覚症状が出にくい!
早期発見が予防の決め手!

元気な時こそ**健診**が必要

40代から気をつけたいポイント

- 生活習慣病**
 - 毎年、健診を受ける。
 - 健診結果から生活習慣病を発見する。
 - 高血圧を維持する(140/90以下)
 - BMI(体重指数)(身長m)²
- 栄養・食生活**
 - 主食・主菜・副菜をそろえ、1日3回食べる。
 - 野菜や海藻
 - 油や脂肪のとりすぎに注意
- たばこ・アルコール**
 - 正しい知識を知る
 - 禁煙、節酒
 - 1週間に2日は休肝日を
- 身体活動・運動**
 - 毎日、今より10分多く歩く
 - エレベーターを使わず階段を
 - からだを使う家事をこまめに
- 休養・こころ**
 - 十分に睡眠・休養を
 - 心身の悩みは早目に相談機関や専門医等に相談

特定健診・特定保健指導の流れ

健診
市役所からの案内を受けて、健康診断を受けます。(6月下旬に発送しました)

健診結果を受け取る
健診結果を病院にとりに行き、健康に関する情報が提供されます。

保健指導
健診結果により、生活習慣病のリスクが高いと判定された方には保健指導の案内がいきます。リスクに応じて、専門家から個別の指導などを受けます。

健診は毎年受けることが大切です
生活習慣病は、自覚症状がなくても進行します。今回の健診結果に「異常」がなくても、だんだんと異常に近づいている項目があるかどうかを確認し、健診を生活習慣を発見すきっかけにしましょう。

ぜひ、毎年健診を受けて、ご自身の健康状態を確認してください。

②前年度特定健診未受診者

40代から60代までの若年層の特定健診受診率が低いことに着目し、通知による受診勧奨を行った。

通知数 (件)	通知後に 受診した数 (件)	受診率 (%)	目標値 (%)	目標達成率 (%)
2,459	300	12.2	20	61.0

【若年層の未受診者に送付した通知】

10年後のあなたの健康のために 特定健診は10月末まで!
10月は読みあいますので、お早め。

大切なあなたへ
みなさんに、ぜひ受けてほしい!

特定健診のご案内

いいことたくさん
特定健診

- プレゼント その① 1万円相当の健診料が**無料!**
- プレゼント その② 生活習慣病を**早期発見!**

どこも痛くない具合悪くないから、
受けなくて良いよね?

すべての疑問に
お答えします!
裏へどうぞ!

かかりつけの病院に通院してるから、
わざわざ受けなくてもいいでしょ?

面倒くさいし、どうやって
受ければいいのかわかんないわ。

健康に自信がある人、忙しい人こそ受けてほしい!

主な死因別 死亡数の割合
(厚生労働省「平成28年 A5 国民生活」より)

脳卒中	15.5%
心疾患 (狭心症・心臓病)	15.2%
がん	12.8%
交通事故	3.0%
肺炎	2.7%
糖尿病	2.7%
自殺	1.9%
腎不全	1.9%
感染症	1.5%
その他	23.4%
慢性呼吸器不全	1.5%
認知症	8.2%

日本人の死因の半数以上は生活習慣病!
自覚症状が出にくい!
早期発見が予防の決め手!

元気な時こそ**健診**が必要

通院中の方も、特定健診の対象者です!

- 健診は、病気の「早期発見」
- 通院は、病気の「早期治療」

検査項目も目的も違います。

通院中の方もぜひ受診して下さい。

特定健診・特定保健指導の流れ

健診
市役所からの案内を受けて、医療機関を受診します。(6月下旬に発送しました)

健診結果を受け取る
健診結果を病院により行き、健康に関する情報が提供されます。

保健指導
健診結果により、生活習慣病のリスクが高いと特定された方には保健指導の案内が送れます。リスクに応じて、専門家から個別の指導などを受けられます。

生活習慣病のリスクの高い方
生活習慣病のリスクの低い方

健診は毎年受けることが大切です
生活習慣病は、自覚症状がないまま進行します。今回の健診結果に「異常」がなくても、だんだんと異常に近づいている項目があるかどうかを確認し、健診を生活習慣を改善すきっかけにしましょう。

ぜひ、毎年健診を受けて、ご自身の健康状態を確認してください。

1-2 集団健診

●事業内容

特定健康診査の未受診者に対して、9月に特定健診の受診勧奨と、1・2月に実施する集団健診の案内を同時に実施した。また、市報・ホームページにより集団健診の周知を行った。集団健診の申し込みは、本案内の返信用はがきと電話で受付をした。実施日について、平成29年度は4日間であったが、平成30年度は5日間に増やした。

●勧奨通知の送付の状況

9月18日に、23,020件送付を行った。

【特定健診受診勧奨通知及び集団健診申込】

<p>郵便往復はがき(返信)</p> <p>料金受取人私郵便</p> <p>小平局 承認 904</p> <p>送付有効期間 平成31年1月31日まで (切手不要)</p> <p>東京都小平市小川町2丁目1333番地 小平市役所 保険年金課 国民健康保険担当 行</p> <p>1 8 7 - 8 7 9 0</p> <p>切取り線</p>	<p>受診できる期間は 平成30年10月31日(水)までです!</p> <p>約10,000円相当の健診が無料で受けられる! 近くの医療機関で受けられて便利! 6月下旬にお送りした封筒に入っている医療機関一覧から医療機関を選んで受診してください。</p> <p>※既に受診された方、国保の資格を喪失された方は、本状が行き違いですのでご注意ください。</p> <p>特定健診を10月31日までに受診できない場合は、以下の日程で集団健診(無料)を受診できます。</p> <p>◎集団健診の受診をご希望の場合は、本状裏面の申込書(往復はがき)にてお申し込みください。</p> <p>集団健診 先着順</p> <p>【日にち】平成31年1月12日(土) 1月22日(火) 1月26日(土) 2月 2日(土) 2月 9日(土)</p> <p>【時間】9時~12時 【場所】健康センター 【定員】750名(各150名程度) 【申込期間】平成30年11月22日まで</p> <p>※集団健診の内容は、特定健診(同時に受診できる検診を含む)と同じです。</p>
<p>郵便往復はがき(返信)</p> <p>料金後納郵便</p> <p>締切間近! 特定健診を必ず受けてください! 10/31まで!</p> <p>☆このはがきは小平市の特定健診のご案内と集団健診の申込書です。 お手元に受診票がない場合は再発行しますので問合せ先にご連絡ください。</p> <p>小平市 保険年金課国民健康保険担当 電話 042-346-9529</p>	<p>10月31日までの特定健診を受診できない理由を教えてください。(☑をしてください)</p> <p><input type="checkbox"/>忙しい <input type="checkbox"/>予約が取れない <input type="checkbox"/>定期的に受診中 <input type="checkbox"/>その他()</p> <p>特定健診の受診率向上のためにアンケートにご協力をお願いします</p> <p>集団健診申込書</p> <p>1 住所</p> <p>2 氏名</p> <p>3 電話番号</p> <p>4 希望日 (○をつけてください)</p> <p>第1希望 1/12(土)・1/22(火)・1/26(土)・2/2(土)・2/9(土)</p> <p>第2希望 1/12(土)・1/22(火)・1/26(土)・2/2(土)・2/9(土)</p> <p><input type="checkbox"/> (いつでもよい場合は☑を)</p>

新たにアンケート欄を設け、10月31日までに特定健診を受診できない理由を調査した。

●実施状況及び評価

	日付	曜日	予定受診者数 (人)	当日受診者数 (人)	受診率 (%)
1日目	1月12日	土	140	115	82.1
2日目	1月22日	火	137	104	75.9
3日目	1月26日	土	150	129	86.0
4日目	2月2日	土	152	115	75.7
5日目	2月9日	土	140	98	70.0
合計			702	561	79.9
目標値及び目標達成率				600	93.5

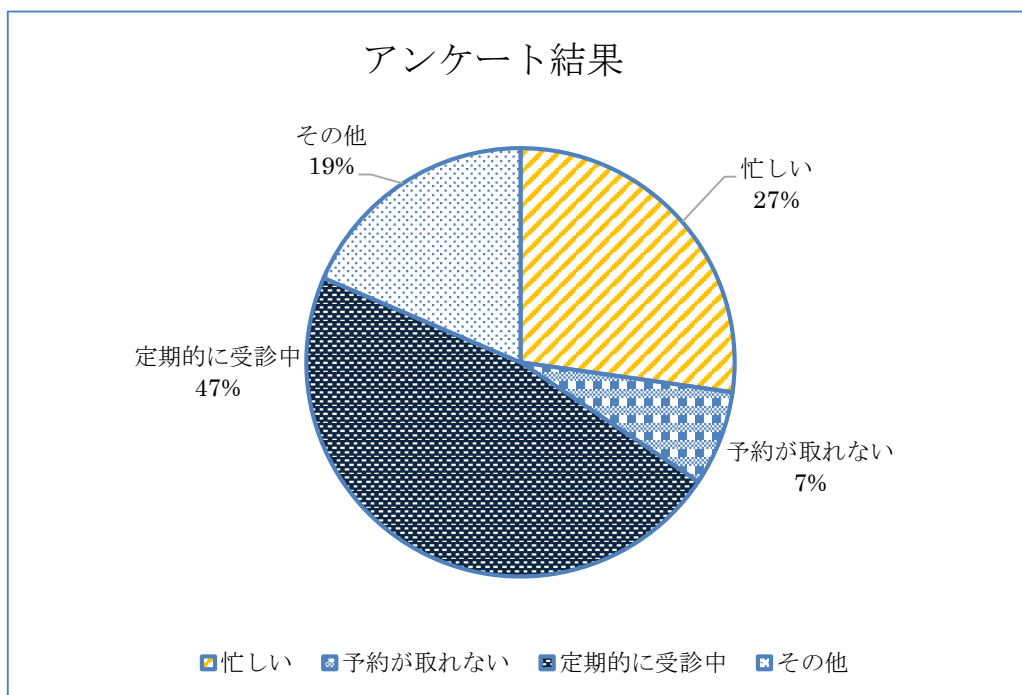
※一日当たり定員は150人。

インフルエンザの流行や降雪などが影響し、欠席者の多い日があった。1～4日目までで欠席した対象者に対しては、他の日に振り替えて受診するよう勧奨の電話入れを行い、受診率の向上に努めた。

当日は後述のとおり、特定保健指導のセミナーの募集も行った。

●アンケートの実施

特定健診受診勧奨通知及び集団健診申込書の返信はがきにアンケート欄を設け、10月31日までに特定健診を受診できない理由を調査した。1,044人から回答を得た。

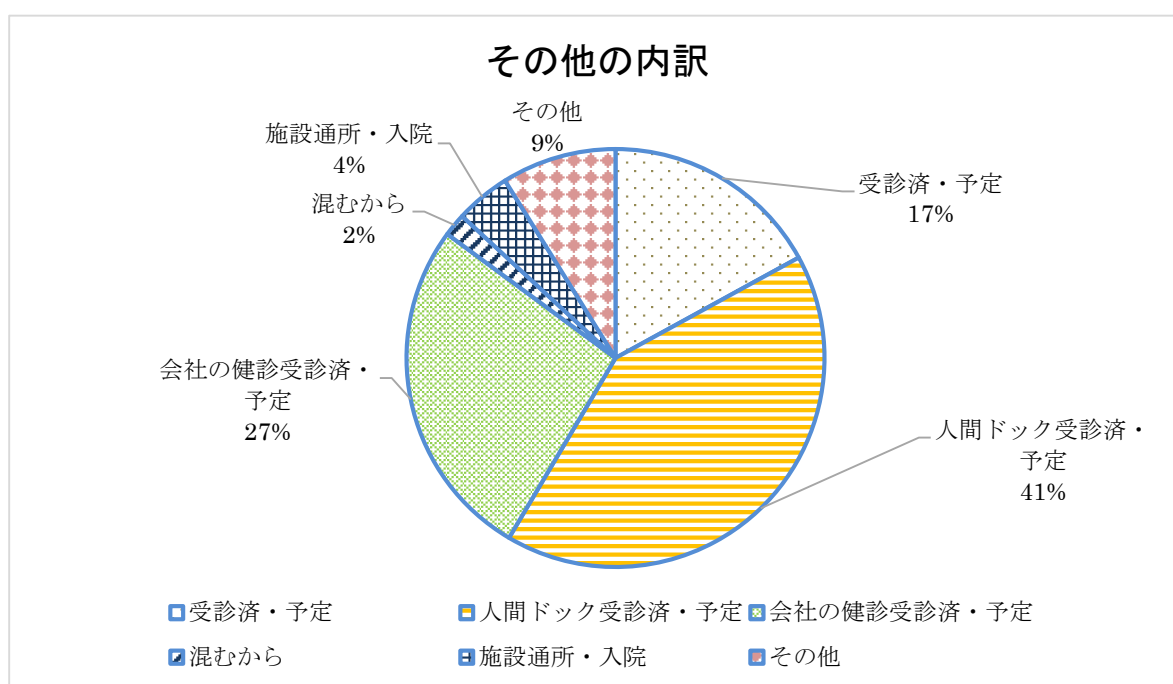


※平成30年11月末集計

アンケート結果からは、10月末までに特定健診を受診できない理由として、「定期的に受診しているのに健診は受けなくてもよい」と考えている人が約半数いることがわかった。また、2番目に多い理由としては、「忙しい」を挙げている人だった。3番目に多い理由が「その他」で、最後に「予約が取れない」が続いた。

定期的に治療で病院を受診しているも、健診は自身の身体状況を確認するのに重要な機会であることから、今後特定健診の受診勧奨をする際については重点的にアピールしていく必要がある。

また、アンケートのうち、「その他」として回答があり、自由記述欄に記載のあった内容については次のとおりである。



内訳としては「人間ドックを受診した」と回答が最も多く、続いて「会社の健診を受診した・受診予定」となった。

この結果を基に、人間ドック補助金未申請者90人に対し、12月に人間ドック補助金の申請勧奨を行った。うち平成30年度中に申請のあった人は44人で、一定の効果があつたと考えられる。

また、国民健康保険加入者のうち、会社の健診を受診している人が一定程度いることが分かった。

1-3 人間ドック助成

●事業内容

30歳以上の国保加入者が、国内の医療機関で、人間ドックか脳ドックを受診したときは1万円、人間ドック及び脳ドックを受診したとき（人間ドック及び脳ドックの両方の検査項目がすべて含まれる検査を受診したときを含む）は2万円補助した。

平成30年度から、人間ドック及び脳ドックを同時受診したときの補助額を、1万円から2万円に拡充して実施した。

市報・ホームページや、窓口配置したチラシにより周知を行った。また、健康ポイント事業参加者にも測定会時に周知を行った。

※ 人間ドックは特定健康診査と同じ検査項目がすべて含まれるものを補助対象とした。

●助成件数及び評価

人間ドック (件)	脳ドック (件)	人間ドック+脳ドック (件)	合計 (件)	目標達成率 (%)
552	41	127	720	
目標値及び目標達成率			600	120

1 特定健康診査のまとめ

特定健診受診率向上につながる勧奨手段については、対象となる被保険者に対する手紙送付を中心に行った。通知内容については、東京都国民健康保険団体連合会の保健事業支援・評価委員会による指導や他市の事例研究、委託業者のノウハウを活用し、さらに工夫していく必要がある。

集団健診申込はがきに記載したアンケート欄については、被保険者の動向を直接確認できる貴重な手段であるので、今後も実施し、事業展開に活用する。

2 がん検診

●事業と目標

実施事業・事業概要・目的	対象	目標	
		事業実施量(アウトプット)	結果(アウトカム)
2 がん検診 がんの早期発見・早期治療を図るために検診を実施します。	対象年齢の市民	-	受診率 胃がん 10% 肺がん 10% 大腸がん 30% 子宮頸がん 25% 乳がん 25%

健康増進法の規定に基づき、胃がん、子宮がん、乳がん、肺がん、及び大腸がん検診を実施している。がん検診の対象者や実施方法等については、「がん予防重点教育及びがん検診実施のための指針」(国の指針)において規定されており、市ではおおむね国の指針に従って各がん検診を実施している。

なお、東京都において、区市町村が実施するがん検診の受診率の算出に当たり、対象年齢の住民のうち、職場や人間ドック等でがん検診の受診機会がある人と、入院や療養中等で検診を受診できない人を除いた割合(対象人口率)を算定しており、これを用いて本市における各がん検診の受診率を算定している。

●受診件数及び評価

検診名	対象年齢	対象人口 (人)	対象者数 (人) A	受診者数 (平成30年度) (人) B	受診者数 (平成29年度) (人) C	受診率 (平成30年度) (%) $B+C/A*100$	目標値 (%)	目標 達成率 (%)
胃がん	40歳以上	109,750	61,899	2,579	-	4.2	10	42.0
肺がん	40歳以上	109,750	69,691	4,250	-	6.1	10	61.0
大腸がん	40歳以上	109,750	65,411	15,964	-	24.4	30	81.3
子宮がん	20歳以上	80,261	48,478	3,215	3,095	13.0	25	52.0
乳がん	40歳以上	57,251	36,583	3,277	2,970	17.1	25	68.4

●対象年齢

健康増進法に基づく年齢を対象としている。したがって、小平市で実施している胃がん、大腸がん検診での35歳から39歳まで、乳がん検診での30歳から39歳までは受診率の対象としていない。

●対象者数

平成30年度の4月1日現在の人口に対象人口率(下表参照)を乗じて算定している。

●受診率(子宮がん・乳がんについて)

隔年での受診のため、受診率は2年分の受診者数から算出している(平成30年度は、平成29年度の受診者数に平成30年度の受診者数を加算し、2年連続受診者を差し引いた数)。

	胃がん検診	肺がん検診	大腸がん検診	子宮がん検診	乳がん検診
区部	58.7	65.5	62.3	66.3	66.3
市町村部 (島しょを除く)	56.4	63.5	59.6	60.4	63.9
※東京都全体	57.9	64.8	61.3	64.2	65.5

<データ抜粋資料>

東京都福祉保健局発行

「平成27年度健康増進法に基づくがん検診の対象人口率等調査報告書」

2 がん検診のまとめ

がん検診については、市報やホームページによる広報のほか、こだいら健康ガイドを全戸配布することにより周知を図った。

また、個別の受診勧奨として、61歳の市民を対象に肺がん検診の受診勧奨リーフレットを送付したほか、40歳を迎えた女性に乳がん検診無料クーポン券を、20歳を迎えた女性に子宮頸がん検診無料クーポン券を送付した。

さらに、肺がん検診において、1次検診の実施方法を従来の胸部エックス線間接撮影から直接撮影に変更した。これにより、1次検診と精密検査との間に実施していた2次検査が不要となったため、受診者の利便性向上に寄与することができた。

今後も、がん検診に対する市民への啓発や受診率の向上に向けて、さらなる周知を図っていく。

3 健診異常値放置者受診勧奨事業

●事業と目標

実施事業・事業概要・目的	対象	目標	
		事業実施量(アウトプット)	結果(アウトカム)
3 健診異常値放置者受診勧奨 生活習慣病関連の検査項目に異常値があるにも関わらず医療機関への受診が確認できない対象者に受診勧奨を行います。	健診異常値未治療者	勧奨通知送付回数 年1回	勧奨後の受診者率 20%

●事業内容

健診異常値を放置している対象者の医療機関受診を目的とし、特定健康診査の受診後、その結果に異常値があるにも関わらず医療機関受診が確認できない対象者を特定し、通知書を送付することで受診勧奨を行った。通知書の内容は、検査値をレーダーチャートで分かりやすく表現し、将来の生活習慣病の発症リスク等を記載した。

●対象者の抽出方法

平成29年度の特定健診の受診者で、平成29年7月から平成30年2月の診療のうち、生活習慣病に係る医療機関の受診の確認ができず（生活習慣病投薬のレセプトがない）、健診の結果に異常がある人に対して通知書を送付することで、受診勧奨を行った。

●勧奨通知の送付の状況

平成30年9月3日に329件送付を行った。

●事業評価

医療機関受診率

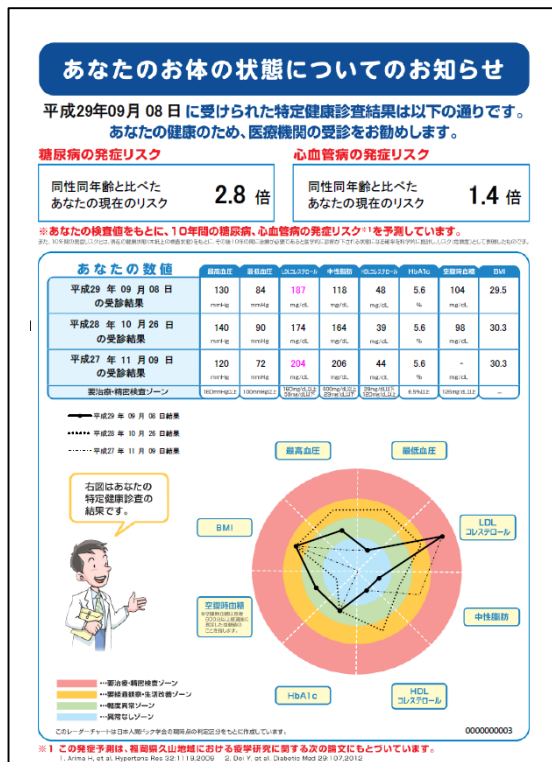
通知者数 (人)	資格喪失者数 (人)	効果測定対象者数 (人)	通知効果あり (人)	医療機関受診率 (%)	目標値 (%)	目標達成率 (%)
329	7	322	38	11.8	20	59.0

通知効果あり(人) …通知送付後に、はじめて生活習慣病に係る医療機関の受診が認められた方

医療機関受診率(%) …通知効果あり(人) ÷ 効果測定対象者数(人) × 100

事業対象者は、329名であり、受診勧奨通知を送付した。

【受診勧奨通知】



通知者数の329名から資格喪失者を除いた322名のうち、38名が通知送付後に、はじめて生活習慣病に係る医療機関の受診が認められた。

3 健診異常値放置者受診勧奨事業のまとめ

医療機関受診率は、11.8%であり、目標値には届かなかった。今回は封書で通知を送付したが、次年度以降は通知の送付形態や内容を検討し、更なる受診率向上に努めていく必要がある。

4 特定保健指導

●事業と目標

実施事業・事業概要・目的	対象	目標	
		事業実施量(アウトプット)	結果(アウトカム)
4 特定保健指導 生活習慣改善のための指導を実施します。	特定保健指導対象者	-	①実施率 令和5年度までに60% ②特定保健指導対象者減少率 25%(平成20年度比)

40歳から74歳までの小平市国民健康保険加入者を対象に実施した特定健康診査受診者のうち、厚生労働省が定めるメタボリックシンドロームに関する階層化基準が「積極的支援」または「動機付け支援」に該当した者に、委託にて特定保健指導を実施した。直営においては、面談及び電話による個別支援や特定健康診査を受けた方へのフォロー電話を実施し、生活習慣病の予防や重症化予防に取り組んだ。

●特定保健指導（委託・直営）

支援形態

積極的支援：面接（1回）、電話支援（3回）、結果評価アンケート（1回）

動機付け支援：面接（1回）、電話支援（1回）、手紙支援（1回）、
結果評価アンケート（1回）

●初回面接実施状況

※初回面談には、支援途中で資格喪失した者や支援継続できなかった者も計上した。

※委託の保健指導を希望しない等の対象者においては直営で特定保健指導を実施した。

※初回面談のみ市職員が実施し、継続支援を事業者が担当する場合は委託実施に計上した。

●平成30年10月から平成31年3月31日までの初回面談実施状況

（平成30年度対象者）

【積極的支援】

年度	対象者 (人)	委託実施者(人)	※直営 実施者(人)	合計 (人)	実施率 (%)
30	398	49	0	49	12.0

【動機付け支援】

年度	対象者 (人)	委託実施者(人)	※直営 実施者(人)	合計 (人)	実施率 (%)
30	1,204	204	1	205	17.0

● 広報活動、その他

- ・ 健診結果の見かたとメタボリックシンドローム対策に関する情報提供紙を2万部作成し、各医療機関を通して健康診査を受診した市民へ配布し、文章による健康教育を行った。
- ・ 成人保健事業案内リーフレット3万部に特定保健指導の内容も掲載し周知に努めた。
- ・ 人間ドックを受診した市民604人に対し、情報提供紙を渡し文章による健康教育を行った。また、理栄養士・保健師が階層化を行い特定保健指導の必要性の有無を判定した。結果、33人が特定保健指導の対象者となり、利用勧奨の案内を個別通知した。
- ・ 本庁と健康センターのロビーにおいて、特定健診の受診勧奨および特定保健指導の利用勧奨に関する、展示ならびに資料配布を行い、利用率向上に努めた。本庁では集客のために血管年齢測定を実施し、3日間で265人の測定および結果説明を行った。
- ・ 特定保健指導利用率向上の目的で、10月から3月の月1回、血管年齢測定付き初回面談を実施した。
- ・ がん検診や成人事業に参加した市民のうち、特定保健指導の対象者に対し特定保健指導の利用勧奨を行った。
- ・ 集団健診受診者のうち、当日時点で特定保健指導の対象者と判定した方と、対象者になる可能性の高い方について、初回面談を兼ねた結果説明会（測定付き）の予約を受け付けた。また、当日の血圧が高値だった方に再測定と個別相談を行った。
- ・ 集団健診の結果封筒表紙に健診結果相談日（3月の3日間実施）を案内、また情報提供紙を同封し、健診結果に不安がないよう努めた。
- ・ 特定保健指導利用率向上のため、2月は特定保健指導の未利用者、3月は集団健診受診者を対象として歩行姿勢測定付き初回面談（セミナー）を4回実施した。

歩行姿勢測定付き初回面談（セミナー）実施状況

日 程	性 別	支援レベル	40歳～64歳	65歳～74歳	合 計
歩行姿勢測定 2月24日（日） 3月10日（日） 3月24日（日） 3月26日（日）	男	積極的支援	6		6
		動機付け支援	4	28	32
	女	積極的支援	2		2
		動機付け支援	6	21	27
合 計		積極的支援	8		8
		動機付け支援	10	49	59
					67

4 特定保健指導のまとめ

1月・2月に行った集団健診当日に、保健指導の対象になる可能性の高い人に初回面談を兼ねた結果説明会（血管年齢測定付きや歩行姿勢セミナー付き）の予約を受け付けた。

また、健康センターで行ったがん検診や健康教室の参加者のうち、保健指導対象となっている人を毎回確認し、対象者がいた場合は直接参加勧奨を行った。手紙や電話による勧奨だけでなく、対面する機会を捉えて勧奨することが、参加者獲得につながった。

5 糖尿病性腎症重症化予防事業

●事業と目標

実施事業・事業概要・目的	対象	目標	
		事業実施量(アウトプット)	結果(アウトカム)
5 糖尿病重症化予防指導			
重症化予防プログラム 糖尿病患者のうち、糖尿病関連の検査項目値や治療状況から選定して対象者に対して、専門職が6カ月の面談指導と電話フォローを実施します。	糖尿病性腎症患者	指導実施者数 30人	①人工透析移行者数 0人 ②HbA1cの値を0.2%削減
重症化予防プログラム未参加者への受診勧奨 プログラムに参加せず、なおかつ医療機関への受診が確認できない対象者に受診勧奨を行います。	医療機関未受診者	勧奨通知送付回数 年1回	送付後の受診率 100%

5-1 重症化予防プログラム

●事業内容

被保険者の糖尿病性腎症の重症化予防を目的とし、特定健康診査の検査値とレセプトの治療状況から対象者を特定し、専門職より対象者個人に6か月間の面談指導と電話指導を行った。指導内容は、食事指導・運動指導・服薬管理等とし、指導完了後も自立して正しい生活習慣を持続できるように日常に根付いたものとした。

●対象者の抽出

平成29年4月～平成30年2月診療分(11か月分)のレセプトデータと平成29年度の健診データを使用し、抽出を行った。

重症度 ↑高 ↓低	重症度	【参考】想定する糖尿病性腎症病期	合計人数 (実人数)
	1 重症度① ・eGFR 15以上～30未満 ・腎不全または糖尿病性腎症4期	4期 (腎不全期～透析療法期)	0 人
2 重症度② ・eGFR 30以上～45未満または尿蛋白(+)以上 ・糖尿病性腎症、糖尿病性腎症第2期、3期	2～3期 (早期腎症期～顕性腎症期)	201 人	
3 重症度③ ・eGFR 45以上～60未満 ・糖尿病合併症あり(腎症なし)または糖尿病性腎症第1期	1期 (腎症前期)	67 人	
4 重症度④ ・eGFR 60以上～90未満 ・合併症なし(糖尿病のみ)		2 人	
5. その他	-	0 人	
保健指導効果の高い患者数(重症度②+③+④)			270 人

●事業の内容

糖尿病性腎症重症化予防プログラムとは

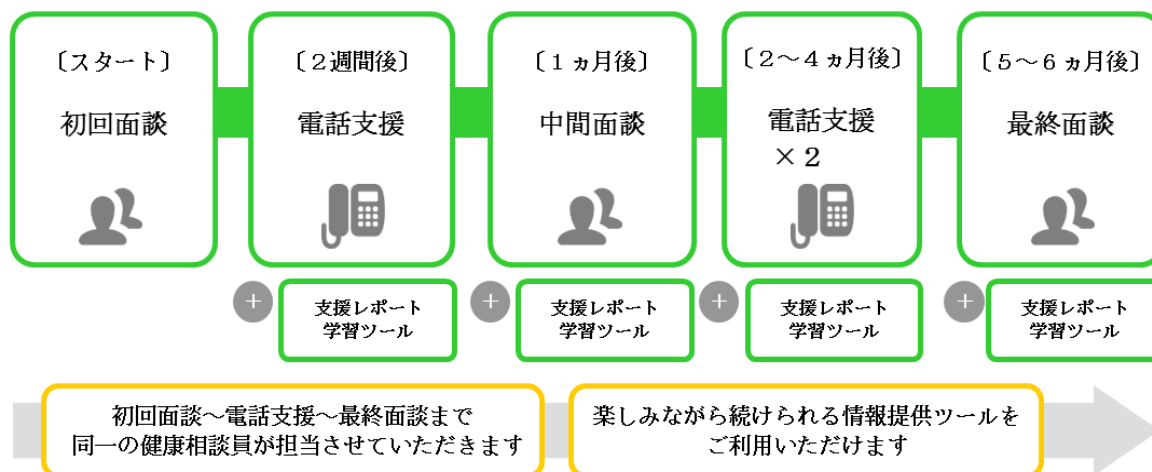
糖尿病性腎症重症化予防プログラムは、小平市国民健康保険の被保険者の皆様を対象に、保健師・看護師・管理栄養士の専門資格をもった健康相談員が日常生活の面から皆様を支援させていただきます。糖尿病の重症化を予防し、より健康な生活を送っていただくことを目的としたプログラムです。

生活習慣の改善に必要なさまざまな知識・手法を身につけた健康相談員が、豊富な個別支援の経験をもとに、約6か月間にわたりご支援いたします。

なお、現在、医療機関で糖尿病の治療を受けていらっしゃる場合は、主治医の先生の指導方針に沿って、プログラムを実施させていただきます。

プログラムの流れ

6か月間のプログラムの流れは以下のとおりです。



面談

参加者様と健康相談員（専門職）で1時間程度の面談を行います。担当相談員から事前にお電話をさしあげたうえで、参加者様のご自宅等に訪問させていただきます。ご家族の方もご同席いただけます。

電話支援&支援レポート

事前もしくは初回面談時にご指定いただくお電話番号に、担当相談員からお電話させていただきます。また、お電話でお話した内容をのちほどお手紙にまとめてお送りいたします。

※ 募集案内時に送付したパンフレットから抜粋。

●事業参加者の状況

事業対象者の270名にプログラム参加の勧奨通知を送付し、13名の参加があった。

↑高 重症度 ↓低	重症度	【参考】想定する糖尿病性腎症病期	合計人数 (実人数)
	1 重症度① ・eGFR 15以上～30未満 ・腎不全または糖尿病性腎症4期	4期 (腎不全期～透析療法期)	0 人
	2 重症度② ・eGFR 30以上～45未満または尿蛋白(+)以上 ・糖尿病性腎症、糖尿病性腎症第2期、3期	2～3期 (早期腎症期～顕性腎症期)	10 人
	3 重症度③ ・eGFR 45以上～60未満 ・糖尿病合併症あり(腎症なし)または糖尿病性腎症第1期	1期 (腎症前期)	3 人
	4 重症度④ ・eGFR 60以上～90未満 ・合併症なし(糖尿病のみ)		0 人
5. その他	-	0 人	
保健指導効果の高い患者数(重症度②+③+④)			13 人

事業参加者の内訳

年齢	男性(人)	女性(人)	合計(人)
45～49	1	0	1
50～54	0	0	0
55～59	0	0	0
60～64	2	0	2
65～69	4	1	5
70～74	3	2	5
合計	10	3	13

●指導実施の状況

事業参加者13名がプログラムに参加し、10名がプログラムを終了した。

指導実施状況

	初回面談 1回目	電話 2回目	中間面談 3回目	電話 4回目	電話 5回目	最終面談 6回目
10月	11					
11月	1	9				
12月	1	2	11	2		
1月		2	2	9	8	
2月				2	2	6
3月					2	4
合計	13	13	13	13	12	10

●事業評価

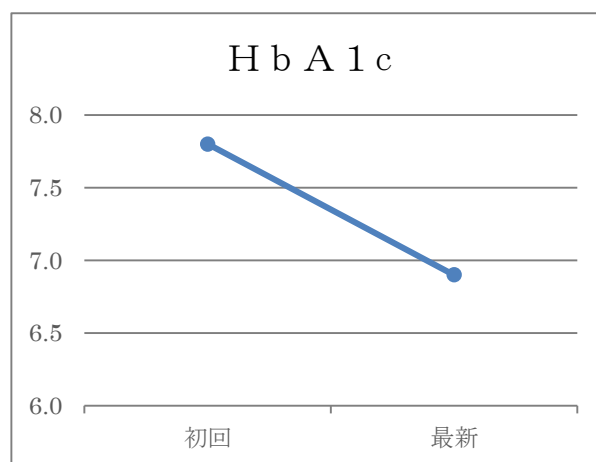
指導後の体重増減【N=13※】

		初回体重※										合計(人)	
		Kg											
		50	55	60	65	70	75	80	85	90	95		
直近 増減量	+3kg											3	
	+2kg												
	+1kg			2	1								
	0		1		1			1			1		4
	-1kg	1	1										6
	-2kg			1									
	-3kg						1						
	-3kg以上			1		1							

※2名は初回時の体重が無いため健診時の体重を使用。

HbA1c【N=9】

	初回 (%)	最新 (%)
HbA1c	7.8	6.9



HbA1cとは、血液中のヘモグロビンにブドウ糖が結びついたもので、過去1～2か月の血糖状態を把握できる数値である。

5. 5%以下で異常なしである。

●プログラム終了後に実施したアンケート結果から

プログラムを受けた主な感想

- ・ 訪問、電話で継続して励ましてもらえてよかった。今取り組んでいることが順調に進んでいると言ってもらえてうれしかった。
- ・ 食事と運動のアドバイスを受けて参考になった。
- ・ よかった。気がつかないことが分かった。飲みすぎ食べすぎのボーダーラインを相談できた。
- ・ よかった。訪問してくれたので、たくさん話げできた。アドバイスをたくさんもらった。

指導してもらってよかった点

- ・ 間食の習慣を改善しただけでなく、食事の食べる順番を見直ししたことがよかった。ランニングが無理ならウォーキングを、など。
- ・ 訪問で顔を見て話げできたので励ましてもらえてよかった。今後も頑張ろうと思えた。

- ・ 食べることが好きで、食欲も負けてしまうこともあるが、せっかく来てもらって、ありがたから気を引き締められた。
- ・ 毎朝体重と血圧を測るようになった。食べる順番 野菜から先に食べるようになった。体重を意識したら増えなくなった。
- ・ 間食をやめないといけないと思っていたことだったので、プログラムに参加し、指導してもらえてよかった。体調良く、継続できている。

●実施状況及び評価

事業対象者の270名にプログラム参加の勧奨通知を送付し、13名の参加があった。

事業参加者13名がプログラムに参加し、10名がプログラムを終了した。

保健指導の結果、プログラムの前後で、HbA1cの値は改善され、人工透析移行者はいなかった。

5-2 重症化予防プログラム未参加者への受診勧奨

●事業内容

5-1の事業で抽出した対象者の中で、プログラム未参加者のうち病院での治療を中断している対象者に対し、受診勧奨を行った。

●対象者の抽出

5-1の事業対象者270名のうち、プログラム参加者13名を除いた257名の平成30年3月～平成31年1月診療分のレセプトデータを確認し、抽出を行った。

●対象者数及び受診勧奨

糖尿病に関する治療を中断していることが確認できた3名に対し、10月に通知を送付した。その後の治療状況を確認し、3名とも治療を再開していないことが確認できたため3月に再度通知を送付した。3名ともその後の受診が確認できなかった。

【受診勧奨通知（1回目）】

小平市から大事なお知らせです。
糖尿病の治療を再開しませんか？

この手紙は、診療報酬明細書（レセプト）を基に、糖尿病の疑いがあり、治療を中断されている方にお送りしています。

Q. 治療をしないとどうなるの？
A. 重症化すると、『人工透析』が必要です。
人工透析は、週3回通院し、1回4時間以上かかります。
費用は高額になり、ご自身の生活や、家族にも影響が及びます。

Q. 自覚症状がないから、まだ大丈夫でしょ？
A. 糖尿病は自覚症状がないうちに症状が悪化する深刻な病気です。
早期発見、早期治療がとて大切ですよ。

Q. しばらく通院していないから病院に行きにくいんだけど。
A. 今まで通院していた病院でなくても大丈夫です。
とにかく受診して早期に治療を再開することが大切です。

小平市
健康福祉部保険年金課国民健康保険担当
042(346)9529

※今回のご案内は平成30年3月～平成30年9月までの受診状況を元に作成しています。
平成30年9月以降に治療を再開されている場合はご容赦ください。

【受診勧奨通知（2回目）】

もう一度 小平市から大事なお知らせです。
糖尿病の治療を再開しませんか？

この手紙は、診療報酬明細書（レセプト）を基に、糖尿病の疑いがあり、治療を中断されている方にお送りしています。

合併症の初期症状はありませんか？
ひとつでも当てはまる症状がある方は要注意！放っておけば確実に進みます！
糖尿病の合併症は全身に起こります！

体重が減る、のどが渇く、疲れやすい、手足のしびれ、トイレが近い

糖尿病の三大合併症

- 神経障害 …『足壊疽』の主因
- 網膜症 …成人の『中途失明』原因の第2位
- 腎症 …『人工透析』が必要になる原因の第1位

小平市
健康福祉部保険年金課国民健康保険担当
042(346)9529

※今回のご案内は平成30年9月～平成31年1月までの受診状況を元に作成しています。
平成31年2月以降に治療を再開されている場合はご容赦ください。

5 糖尿病性腎症重症化予防事業のまとめ

プログラム参加者に対して終了後に行ったアンケートでは、概ねプログラム内容が好評で、満足度が高いことがうかがえた。特に月1回の電話もしくは面談による支援により、食事の順番や間食の頻度、運動習慣の改善など、日々の努力の積み重ねが継続できた対象者が多く、体重減少などにつながったケースもあった。訪問による面談時には家族も同席した対象者があり、世帯単位で食生活等の改善に取り組んでおり、プログラム参加者の周囲にも好影響があることがわかった。今後はプログラム参加者を増やす工夫がこれまで以上に必要となる。

糖尿病性腎症の重症化予防の重要性に関する啓発活動については、今後もパンフレットの配布等を中心に実施していく。

6 多受診者指導事業

●事業と目標

実施事業・事業概要・目的	対象	目標	
		事業実施量(アウトプット)	結果(アウトカム)
6 多受診者指導 重複受診者、頻回受診者、重複服薬者に対して面談指導と電話フォローを実施します。	重複受診者 頻回受診者 重複服薬者	指導実施者数 50人	指導後の受診行動適正化率 100%

●事業内容

病状、治療、服薬等の状況から、ご家庭でのより良い生活支援のため、健康づくり、療養のしかた、医療機関や福祉のサービスの利用方法などについての相談や情報提供、アドバイスをさせていただくため、保健師等による家庭訪問相談に関する案内文をお送りし、その後、健康の保持・増進に向けた情報提供や指導を、訪問と電話により行った。

●対象者の抽出方法

重複受診、頻回受診、重複服薬がみられる者を、対象者として特定した。

【重複受診、頻回受診、重複服薬の選定基準】

重複受診… 1か月間に同系の疾病を理由に3医療機関以上を受診する。

頻回受診… 1か月間に同一の医療機関に8回以上受診する。

重複服薬… 1か月間に同系の医薬品が複数の医療機関で処方され、処方日数が60日を超える。

●実施状況

平成30年度の対象者は546名で、事業参加の勧奨通知の送付と電話勧奨を行い、50名の方が参加した。

対象者の状況（546人）

指導対象項目	人数（人）	総数（人）
重複受診	52	546
頻回受診	357	
重複服薬	161	
重複受診＋頻回受診	8	
頻回受診＋重複服薬	10	
重複受診＋重複服薬	6	
重複＋頻回＋服薬	0	

年齢	男性（人）	女性（人）	合計（人）
20～29	4	5	9
30～39	9	13	22
40～49	16	25	41
50～59	30	31	61
60～69	52	112	164
70～74	89	160	249
合計	200	346	546

●事業参加者の状況

参加者の状況（50人）

指導対象項目	人数（人）	総数（人）
重複受診	4	50
頻回受診	36	
重複服薬	13	
重複受診＋頻回受診	1	
頻回受診＋重複服薬	2	
重複受診＋重複服薬	0	

年齢	男性（人）	女性（人）	合計（人）
20～29	0	0	0
30～39	0	0	0
40～49	0	0	0
50～59	0	0	0
60～69	5	12	17
70～74	12	21	33
合計	17	33	50

●指導実施の状況

参加者の支援状況（50人）

指導実施者（人）	
面談	電話
50	46

●事業評価

1 指導実施率

対象者（人）	実施者（人）	実施率（％）
546	50	9.2%

2 指導完了後の受診行動適正化率

指導対象項目	指導実施者(人)	資格喪失者(人)	指導後の効果を把握した人数(人)	指導後の改善により選定基準に該当しなくなった人数(人)	指導完了後の受診行動適正化率(%)
重複受診	4	0	4	4	100.0
頻回受診	36	0	36	31	86.1
重複服薬	13	0	13	12	92.3
合計	50	0	50	44	88.0

- ・事業対象者は、546名で、事業参加の勧奨通知の送付と電話勧奨を行い、50名の参加があり、指導実施率は、9.2%であった。
- ・指導後の効果を把握した者50名のうち、44名が指導後の改善により選定基準に該当しなくなり、指導完了後の受診行動適正化率は、88.0%であった。

6 多受診者指導事業のまとめ

事業対象者の多い60歳から74歳までの年齢層に指導参加者が多く、効果的に事業が実施できた。特に効果額の大きい重複受診については、指導後全員に受診行動の改善が見られた。次年度以降も事業を同内容で継続していく。

7 ジェネリック医薬品差額通知事業

●事業と目標

実施事業・事業概要・目的	対象	目標	
		事業実施量(アウトプット)	結果(アウトカム)
7 ジェネリック医薬品差額通知 先発医薬品の利用者のうち、ジェネリック医薬品通知により医療費の削減が見込まれる対象者へ送付します。	軽減額が一定以上となる被保険者	-	ジェネリック医薬品使用割合 平成30年度から令和2年度末までの間のなるべく早い時期に80%以上

●事業内容

ジェネリック医薬品の普及率向上を目的とし、レセプトから、ジェネリック医薬品の使用率が低く、ジェネリック医薬品への切り替えによる薬剤費軽減額が一定以上の対象者に通知書を送付することで、ジェネリック医薬品への切り替えを促す。通知書の内容は、先発医薬品からジェネリック医薬品へ切り替えることで、どのくらい薬剤費が軽減できるか、ジェネリック医薬品とは何か等の情報を記載した。

●対象者の抽出方法

ジェネリック医薬品への切り替えにより薬剤費軽減額が100円以上の対象者のうち軽減額が高い順に抽出した。

●通知の送付の状況

平成30年度

送付月	6月	7月	8月	9月	10月
送付件数(件)	806	947	853	860	826
送付月	11月	12月	1月	2月	3月
送付件数(件)	860	808	933	869	900

年間合計 送付件数(件)	8,662
-----------------	-------

【ジェネリック医薬品差額通知】

お薬代負担軽減のご案内

国保 一郎様
平成30年8月処方分
を、現在よく流通しているジェネリック医薬品に切り替えた場合、お薬代の負担が (8月時点での負担割合です)

2,300円～
軽減されます。

薬名	お薬の単価	数量	単位	お薬代 ^{※2} (3割負担)	軽減できる金額 ^{※3}
キネダック錠50mg	87.3	84.0	錠	2,190	1,270～
メパロチン錠10・10mg	70.5	28.0	錠	590	350～
フルバスタOD錠5mg	43.4	28.0	錠	360	170～
合計				3,140	1,790～
オバルモン錠5μg	54.0	63.0	錠	1,020	440～
ミオゲル錠50mg	14.5	63.0	錠	270	160～
合計				1,290	600～
合計				4,430	2,390～

※1 薬品名とは
処方されたお薬(先発医薬品)の名称です。医療機関・薬局ごとに記載しています。

※2 お薬代とは
当月にかかったお薬代です。(お薬代ごとの記載で、実際にお支払いになった金額と異なる場合があります。)

※3 軽減できる金額とは
処方されたお薬をジェネリック医薬品に切り替える事によって軽減できる金額の目安です。

ご注意ください

- 本明細は、医療機関・薬局の過去の請求データに基づいて作成されています。本明細に記載されない場合は、軽減効果が大きい順に記載しています。
- 国や市町村から医療給付を受けている場合、実際の支払額と異なる場合があります。
- ジェネリック医薬品は1つの先発医薬品に対して複数存在する場合があります。実際の軽減額には差があります。
- 上記に記載する医薬品には、がん等の治療薬向に使用されるお薬、経腸剤の方のみについて除外しています。
- 先発医薬品とジェネリック医薬品は有効成分は同一ですが、製剤によって効き目や副作用などは異なる場合があります。詳しくは医師や薬剤師にご相談ください。

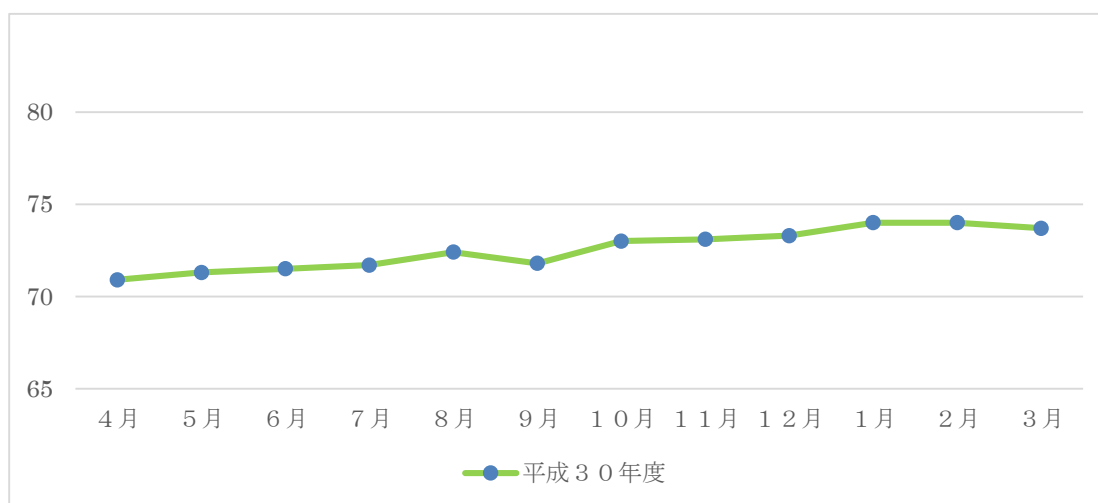
●事業評価

ジェネリック医薬品普及率（数量ベース）

診療月	30年4月	30年5月	30年6月	30年7月
普及率（%）	70.9	71.3	71.5	71.7
診療月	30年8月	30年9月	30年10月	30年11月
普及率（%）	72.4	71.7	73.0	73.1
診療月	30年12月	31年1月	31年2月	31年3月
普及率（%）	73.3	74.0	74.0	73.7

平成30年4月～31年3月診療分における 平均ジェネリック医薬品普及率（%）	72.5
---	------

ジェネリック医薬品普及率（%）の推移



- ・平成30年4月～31年3月診療分におけるジェネリック医薬品普及率は、72.5%となった。
- ・平成30年6月から平成31年3月までの10回、延べ8,662名に通知を行った。

7 ジェネリック医薬品差額通知事業のまとめ

ジェネリック医薬品普及に一定の効果が確認できた。次年度以降も引き続き事業を同内容で実施するとともに、ジェネリックシールの配布や市報等の広報活動を通じて、ジェネリック医薬品の普及に取り組んでいく。

8 第二期データヘルス計画の実績

	対象	事業評価	目標	実績
				1年目 平成30年度 (2018)
1 特定健康診査				
1-1 特定健康診査受診勧奨 (通知送付)	①40歳の新規特定健診対象者から抽出 ②40～60歳代のうち前年度特定健診未受診者	事業実施量 (アウトプット)	勧奨通知送付回数 年1回	勧奨通知送付回数 年1回
		結果 (アウトカム)	送付後の受診率 20%	①26.7% ②12.2%
1-2 集団健診	40～74歳の被保険者	事業実施量 (アウトプット)	勧奨通知送付回数 年1回	勧奨通知送付回数 年1回
		結果 (アウトカム)	受診者数 600人	受診者数 561人
1-3 人間ドック助成	30歳以上の 人間ドック受診者	事業実施量 (アウトプット)	申請件数 600件	申請件数 720件
		結果 (アウトカム)	-	-
2 がん検診				
がん検診	対象年齢の市民	事業実施量 (アウトプット)	-	-
		結果 (アウトカム)	受診率 胃がん 10% 肺がん 10% 大腸がん 30% 子宮頸がん 25% 乳がん 25%	受診率 胃がん 4.2% 肺がん 6.1% 大腸がん 24.4% 子宮頸がん 13.0% 乳がん 17.1%
3 健診異常値放置者受診勧奨事業				
受診勧奨 (通知送付)	健診異常値未治療者	事業実施量 (アウトプット)	勧奨通知送付回数 年1回	勧奨通知送付回数 年1回
		結果 (アウトカム)	勧奨後の受診者率 20%	勧奨後の受診者率 11.8%
4 特定保健指導事業				
特定保健指導実施	特定保健指導対象者	事業実施量 (アウトプット)	-	-
		結果 (アウトカム)	令和5年度までに ①実施率 60% ②特定保健指導対象者 減少率 25% (平成20年度比)	-
5 糖尿病性腎症重症化予防事業				
5-1 重症化予防プログラム		事業実施量 (アウトプット)	指導実施者数 30人	指導実施者数 13人
		結果 (アウトカム)	①人工透析移行者数 0人 ②HbA1cの値を 0.2%削減	①人工透析移行者数 0人 ②HbA1cの値 0.9%
5-2 重症化予防プログラム 未参加者への受診勧奨		事業実施量 (アウトプット)	勧奨通知送付回数 年1回	勧奨通知送付回数 年2回
		結果 (アウトカム)	送付後の受診率 100%	送付後の受診率 0%
6 多受診者指導				
指導対象者数	重複受診者 頻回受診者 重複服薬者	事業実施量 (アウトプット)	指導実施者数 50人	指導実施者数 50人
		結果 (アウトカム)	指導後の 受診行動適正化率 100%	指導後の 受診行動適正化率 88%
7 ジェネリック医薬品差額通知事業				
ジェネリック医薬品普及率	軽減額が一定以上となる 被保険者	事業実施量 (アウトプット)	-	-
		結果 (アウトカム)	ジェネリック医薬品 使用割合平成30年度から 令和2年度末までの なるべく早い時期に 80%以上	平成30年度 平均ジェネリック 医薬品普及率 72.5%

※ 実績値については、令和元年9月現在で把握している数値を記入している。