

健康長寿に係る先進的な取組事例

小川町

～国民健康保険30歳代健康診査～

(1) 取組の概要

町の健康診査は、国民健康保険加入者を対象に特定健康診査や人間ドックを実施している。特定健康診査は40歳以上が対象のため、30歳代の方に人間ドックを実施していた。人間ドックは、特定健康診査とほぼ同等の検査項目であるAコースとAコースに心電図や眼底、聴力、検便、胃部検査や肺機能等を加えたBコースを実施していた。さらにA、Bコースともオプションとして腹部エコーや頸部エコーも加えることができるようになっていた。

生活習慣病の予防は若いうちから自らの健康に関心を持ち、生活習慣を見直すことが大切である。そのために30歳代から気軽に健康診査を受診できるよう取り組んだ。

(2) 取組の契機

(ア) 国民健康保険加入者の状況（平成26年4月1日現在）

人口 32,589人

65歳以上 9,419人（高齢化率 28.9%）

30歳代 3,249人

国民健康保険加入者 9,214人

30歳代 695人

国保加入率 28.3%

30歳代 21.4%

(イ) 取組の内容

① 30歳代の方は、たくさんの検査項目を希望しない？

平成25年度 ドック申込者 10名

Aコース希望者 6名

Bコース希望者 4名（うちオプションつけた人1名）

② 検査項目より自己負担額優先？

自己負担額 2,040円～21,230円

例 Aコースのみ 2,040円

Bコース（胃部X線） 13,140円

Bコース（胃カメラ） 14,890円

Bコース+オプション 21,230円

③ 契約医療機関

人間ドック受診医療機関は、町内3医療機関

①②③の状況を考え、経済的負担が大きい若い世代に人間ドックより自己負担を少なくし、かつ身近な医療機関で受けられる健診を促し、40歳以上になっても特定健康

診査として継続的に健診が受けられるような健診に変更した。

(ウ) 30歳代健康診査について

- ①開始年度 平成26年度
- ②対象者 小川町国民健康保険加入者
平成27年3月末で30歳以上～40歳未満の方
- ③町内指定医療機関で行う個別方式(20医療機関)
- ④実施期間 平成26年7月1日～平成27年2月28日
- ⑤健診内容 特定健康診査基本項目(身長、体重、BMI、腹囲、理学的所見、血圧、中性脂肪、HDLコレステロール、LDLコレステロール、AST、ALT、 γ -GT、空腹時血糖、HbA1c、尿糖尿蛋白)心電図、
貧血検査(血色素量、赤血球数、ヘマトクリット値)
血清クレアチニン、血清尿酸、尿潜血
- ⑥申込制 定員20人
- ⑦自己負担 1,000円
- ⑧周知 広報及びホームページ
- ⑧健診結果 医療機関から結果を通知する。
結果により電話、面接等で保健指導を行う。

(エ) 受診状況及び健診結果

健診申込者20名のうち、H26年11月末現在受診者は8名であり、この8名について結果をまとめた。

基準値を上回った(下回った)人数

	男性	女性	合計
受診者	4	4	8
腹囲	2	0	2
収縮期血圧	2	0	2
拡張期血圧	0	0	0
空腹時血糖	1	0	1
ヘモグロビンA1c	0	0	0
中性脂肪	1	1	2
HDLコレステロール	0	1	1
LDLコレステロール	1	1	2
尿酸	1	0	1

総合判定

	男性	女性	合計
異常なし	0	3	3
要指導	3	0	3
要医療	1	1	2
治療中	0	0	0
経過観察中	0	0	0

総合判定では、受診者8人に対し「異常なし」は3人であった。また「要指導」は3人、「要医療」は2人であった。

健診結果については医療機関より本人に返し、町に送られてきた結果をもとに「要指導」「要医療」等の人に担当者が電話や面接（訪問）で状況、生活習慣等を聞き取り、保健指導や受診勧奨を行った。

得られた情報からは、飲み物、菓子類等の間食や過食等の自覚を持っている人もおり、生活習慣の改善を図りたいとの言葉も聞かれた。しかし、仕事が忙しい年代でもあり、仕事の状況で食事の時間が遅くなったり、規則正しく取れないなど改善しにくいこともあった。健診を受けることにより自分の生活を振り返り、生活習慣改善を意識づけることはできたと思われる。

（オ）課題、今後の取組

30歳代健康診査は、今年度から始めた健診でありかつ実施期間中のため対象となる人数が少ないが、総合判定結果から30歳代という若い世代でも生活習慣に問題があると思われる人の割合が多かった。特定健康診査は、40歳から受診する健康診査であるが、「生活習慣病予防」を考えると、もっと若いうちから自らの健康に目を向けていくことが大切である。そのためには、受診者の継続的な受診を促すことや、要指導者等への働きかけにより健康意識の向上及び健康習慣や健康スキルを身に付ける支援が必要である。

また、30歳代から健康診査受診の「習慣」を身に付け、40歳からの特定健診受診につながるよう働きかけたい。