

01 天理市

対象者の階層化と分析、国保担当課と衛生担当課の取組等数々の奮闘をご覧ください！

事例選定のポイント

- 特定保健指導実施率が県内全12市の中で上位2位(平成26年度)
- 集団特定保健指導(ランチセミナー)等取組を工夫している

1 保険者の概要

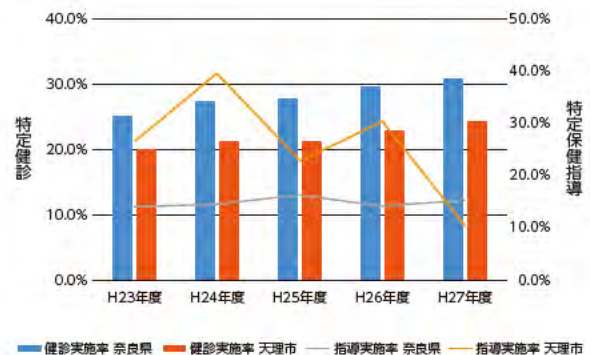
人	□	67,210
高 齢 化 率		23.69%
被 保 険 者 数		17,653
特 定 健 診 対 象 者 数		10,772
特定保健指導対象者数		342
データヘルス計画策定		平成26年度
1人当たり医療費 (県内順位(最低値が1位))		301,270円(3)



- 人口及び高齢化率：
平成27年10月1日奈良県住民基本台帳に基づく人口による年齢別人口調査結果
- 被保険者数：平成27年度
(国保総合データシステム速報値 平成28年8月31日現在)
- 特定健診・特定保健指導対象者：
平成27年度法定報告(奈良県国保連合会)
- 1人当たり医療費：
平成26年度奈良県の医療費状況(保険指導課)

実施率の経年推移

	特定健診	特定保健指導
平成23年度	20.1%	26.7%
平成24年度	21.2%	29.6%
平成25年度	21.4%	22.7%
平成26年度	22.9%	30.4%
平成27年度	24.4%	10.8%



2 地域の特性

市西部の平野部、山麓斜面地、東部の大和高原山間部の3つの地域で成り立っています。盆地の内陸性気候により年間を通じての寒暖差が大きいです。総じて温和な気候となっています。人口は平成7年をピークに減少していますが世帯数は増加傾向にあり、核家族化が進行しています。老年人口割合は現時点では全国や奈良県平均よりも低いですが、将来的には速いスピードで高齢化が進行すると予測されています。

3 特定健診・特定保健指導の実施概要

(1) 担当部署の体制

- 国保担当部署：くらし文化部 保険医療課 いきいき健康係 2名
(看護師 1名、保健師 1名) で担当。
- 保健衛生担当部署：健康福祉部健康推進課の担当……なし

(2) 特定健診実施率の向上に効果があった取組

○未受診者の階層化について

健診受診歴、医療受診状況、国保加入時期、年齢などにより未受診勧奨対象者を階層化し、それぞれに異なるアプローチ・内容の受診勧奨を実施しました。

効果が上がりやすいリピート受診の勧奨と、行動変容に繋がりにくい重症化する可能性が高く放置できない健診・医療ともに未受診の集団への受診勧奨かつ健康意識啓発の双方とも実施することが重要と考えています。また、特定健診対象者数に対して何人受診すれば1%受診率が上がるのか、受診勧奨者のうち何割程度が行動変容に繋がる可能性があるかを予測して受診勧奨数を検討しています。(資料1)

○集団健（検）診の見直し

1日あたりの健（検）診実施可能人数と各種がん検診との同時受診のニーズ、心理的に健診よりも人間ドックの方に魅力を感じる人が多いことより以下の見直しを行いました。

- ①国保の特定健診と市のがん検診の同時集団健（検）診開催ではなく、国保被保険者の特定健診にがん検診を上乗せする形式にしました。それにより、希望どおりのがん検診を同時受診できる人数が増えました。
- ②同時受診できるがん検診を、2種類から4種類に変更しました（胃・肺→+大腸、前立腺）。
- ③集団健（検）診の名称を「国保集団ミニドック」としました。
- ④受診者のニーズに沿うため、健（検）診業者を変更し1日の胃部検診実施可能数を拡大しました。
- ⑤平日勤務者が受診しやすいよう、平成25年度より年に1回、日曜実施をしています。

○個別特定健診受診状況の分析と受診勧奨時期の改善

年間の個別特定健診受診者数がここ4年間横ばい状態であること、受診が集中するのが感染症による医療受診者数も多い12～1月であることを踏まえ、平成28年度は受診勧奨時期を10～11月に変更しました。後に効果測定を行い、来年度の受診勧奨時期設定の参考とする予定です。

○特定健診受診者へ抽選でクオカードプレゼント

連続した受診を促すため、抽選で特定健診連続受診回数に応じて異なる金額のクオカードをプレゼントしています。抽選は、エクセル上でランダム関数を用いて実施しています。

○他健診結果・血液検査等データ等提供者へ粗品進呈

歯周疾患により作られる炎症性物質が全身に影響することを啓発し、歯周を適切な状況に保つことに役立ててもらうため、歯ブラシを進呈しています。

(3) 特定保健指導実施率の向上に効果があった取組

○特定保健指導実施機関と実施数の管理

特定保健指導実施機関の実施状況と実施数を把握・管理し、実施数の大幅な減少などがあった場合は原因を確認するなどしています。平成25年度末に多くの特定保健指導を実施していた委託機関が閉院となったため、特定保健指導未終了者を直営（天理市）で引継ぎ、最終評価まで実施・報告しました。その報告のためのシステム対応が長引き、本来平成25年度の特定保健指導終了者が平成26年度の法定報告に反映されてしまったため、特定保健指導実施率が一見急上昇したように見えています。実際は、その委託機関の閉院により特定保健指導数は減少しており、その分を直営実施で補おうと努力している状況です。

○集団特定保健指導（ランチパックセミナー）について

直営での特定保健指導を拡大するため、また、マンネリ化を打破するため、平成27年度に業者委託による集団特定保健指導を実施しました。クイズ形式で生活習慣病や節制のポイントを学び、実際に食事や運動を体験しながら、楽しく学んでもらうことができました。(資料2)

(4) 他の保健事業や地域づくり活動と連動した取組

○健康推進課（衛生部門）との連携体制・協力状況・予算確保について

①がん検診と特定健診の同時実施（集団ミニドック）

平成26年度より、がん検診（衛生）・特定健診（国保）の共同実施から国保で1本化しての実施となり、事前予約・当日実施・結果送付（がん検診の精密検査を含む）の全てを国保で実施しています。衛生部門にはがん検診委託料の確保と結果データ管理をお願いしています。がん検診委託料は一般財源のため事業拡大のための予算措置が難しい中、事業の重要性と需要との大きさを数字で示し財政部門にかけあってもらっています。

②未受診者に対する受診勧奨

がん検診・特定健診の未受診者に対する訪問を衛生部門に実施してもらっています。毎年対象者選定の打合せを行い、その年の対象地区やどんな健（検）診歴の者に訪問するかを決定しています。訪問は、受診勧奨と未受診理由の把握、健診相当の検査データ所持者についてはデータ提供依頼を実施しています。

③若年者健診の実施（プチ健診）

40歳未満の健診と保健指導を衛生部門が主管課で実施しています。健診の際に医療機関に保険証を確認してもらい、国保分については国保に請求してもらっています。

○モデル地域の健康なまちづくり事業への参加

平成26年度に地域組織から健康推進課（衛生部門）に打診があり、市と協働で健康について考える会が発足されました。平成28年度になり、単課で取り組んでいる現体制に限界があることがわかったため、総合政策課の街づくり事業担当者、国保部門、介護予防に詳しい理学療法士が連携して取り組むこととなりました。

主管課は健康推進課で、国保は健診・医療受診状況から見える地域の健康データの提供、健診について改めて知るための健康講話、地域の希望に沿った集団健（検）診や結果説明会の実現に向けての取組に主に関わっています。

(5) 取組の感想・課題

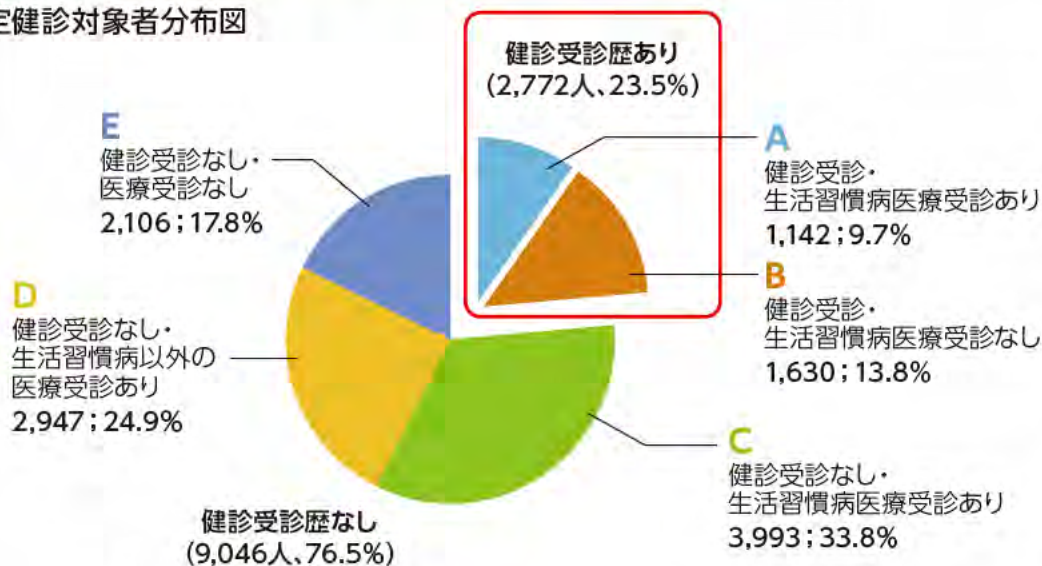
他地域と比較するとまだまだ受診率は低いものの、様々な受診勧奨の取組が功を奏して徐々に特定健診受診率が向上してきています。受診勧奨に力を入れても、魅力的な受け皿が十分ないと受診率向上に繋がらないので需要の大きい事業をこれからも拡充していきたいです。しかし、受診者が多くなってくると、次は十分な予算を採れない、実施医療機関のキャパオーバーという構造上の問題にぶつかるので、それがこれからの課題になっています。

特定保健指導については、指導数の多い委託医療機関が閉院してしまったため、直営実施で減少分をフォローしようと試みているところです。担当者が2人とマンパワーが不足しているため、今後も業者委託をうまく活用しつつ取り組んでいきたいと思えます。

特定健診受診勧奨のための階層化

資料1

特定健診対象者分布図



※生活習慣病以外の医療受診とは、眼科・皮膚科・アレルギー科・整形外科などの受診

特定健診未受診者対策事業 実施状況

対象	受診勧奨内容・対象者内訳	対象者数 (人)	実施者数 (人)	受診者数 (人)	受診数/受診勧奨数 (%)	受診数/総受診数 (%)
1	在宅保健師による電話受診勧奨 D・Eかつ受診歴皆無(60歳以上)より	469	229	22	9.6	0.8
2	業務委託による電話受診勧奨 D・Eかつ受診歴皆無(42~73歳)より	1,200	701	43	6.1	1.6
3	新規受診券発行者(40歳)に対する 受診勧奨通知 C~Eより	167	167	10	6.0	0.4
4	新規受診券発行者(60歳代)に対する 受診勧奨通知 C~Eより	190	190	17	8.9	0.6
5	大判はがきによる受診勧奨通知 Cのうち2年間以上未受診の者	2,300	2,300	114	5.0	4.1
6	ダイレクトメールによる受診勧奨通知 D・Eのうち2年以上未受診の者	2,700	2,700	240	8.9	8.7
7	訪問による受診勧奨 特定健診・がん検診ともに受診歴 ありだが直近2年間未受診の者	64	32	14	43.8	0.5
合 計		7,090	6,319	460	7.3	16.6

平成26年度までは特定健診受診状況のみで階層化していたが、システムが整ったため、平成27年度は特定健診受診状況・医療受診状況さらに特定健診受診券発行状況で階層化し、異なる手法・内容・情報量の受診勧奨を実施した。

【対象3・4】新規特定健診受診券発行者に対する受診勧奨通知（普通ハガキ）

宛名面

天理支店
料金後納
郵便

**今年初めて天理市国保から
特定健診受診券が届いた貴方へ**

5月未は、ピンクの封筒で特定健診の受診券や受診の手引きを送付させて頂きましたがご覧いただけましたか？特定健診は、保険者が実施する生活習慣病予防を目的とした健診です。

国保に加入されると、ご自身で健診を受けに行かないと健康状態を確認する機会がありません。ぜひ、特定健診をご活用ください。

画面上部、予約済みの、あるいは国保喪失されている方には、行方不明の二重の入り字が印された封筒をご用意ください。

40歳 内容

特定健診って何ですか？
脳卒中や心臓病などの病気の大元となる高血圧・脂質異常・高血糖などの指標を早期発見し、病気になる前に対策することを目的とした健診です。

元気があったら受けなくていいですか？
指標値などは、目覚め時に出血時には既に命の危険があります。また、高血圧などはやっかいなことに自覚症状がありません。元気がからこを受けて欲しい健診です。

料金が高いのでは・・・？
実費だと1000円程かかりますが、特定健診受診券をお持ち頂くことで1000円で受け取ることが出来ます。市のがん検診も組み合わせると安価にはばば自身の健康チェックが出来ます。

何処で健診でも構いませんか？
天理市内の指定医療機関（5月に送付した受診の手引き参照）や保健センター（市役所敷地内）の集団ミニドック受付日（休診予約11月18日、12月16日、1月28-29日）に受診できます。
特定健診と色んながん検診を一緒に受診できる集団ミニドックを是非ご活用ください。

持ち物や注意点？
持ち物は、5月に送付した特定健診受診券、質問票、保険証、料金です。保険証が社保に変わっている場合は国保の受診券は無効になりますのでお気をつけください。

ご質問、集団ミニドック予約、受診券紛失の相談は・・・
天理市保険医療課 0743-63-1001（内線717）

60歳代 内容

今年度の受診期限が迫っています！

医療機関での特定健診受診は**1月末迄**です。
2月～5月未は特定健診が受診できない期間になりますので、今のうちの受診をお勧めします。

特定健診実施医療機関の確認と、予約が必要かどうかについて
→特定健診受診の手引きらページをご覧ください。どうか保険医療課にお問い合わせください。

〇市内の特定健診受診医療機関は、天理市ホームページ内で「特定健診」と検索して頂いて1番上に出てきたページにも参照リンクがありますのでご活用ください。（こちらには予約についての情報はありません）

持ち物
保険証・特定健診受診券・質問票・料金

★受診券は、受診の手引きをご確認ください。
★特定健診受診券を利用することで、10,823円相当の検査内容が1,000円で受診できます。
★特定健診受診券を紛失された場合は、申請により再交付することができます。直接ご来庁いただくか、条件が難しい場合は電話でご相談ください。

＜お問い合わせ＞
天理市保険医療課 63-1001 内線717・721

【対象5】生活習慣病受診ありの者に対する受診勧奨通知（大判ハガキ）

通院中の方へ

**天理市国民健康保険から
ご案内とお願いです**

天理市国保の特定健診受診率は非常に低く、奈良県内でも下から5位くらいです。天理市の皆さんの健康状態をより正確に把握・分析し、必要な健康づくり対策を行うためには、治療中の皆さんにもご協力をいただくことがとても大事になってきます。また、治療中であっても健診で改めて全身の状態を確認することは、将来の健康度をより高めます。

くわえて、特定健診受診により、抽選でクオカードが当たる健診受診プレゼントにエントリーされたり、楽しく健康について学べる結果説明会（血流サラサラ測定つき）に参加できるなどの特典もあります。

ぜひ、裏面もご覧いただき、特定健診を受診するか、特定健診相当の検査結果を天理市にご提供くださいますようお願いいたします。

お問い合わせ
天理市 保険医療課 特定健診担当
0743-63-1001（内線721・717）

天理支店
料金後納
郵便

● 通院先が特定健診指定医療機関の場合

定期的な採血のうちの1回を特定健診として実施してもらえることがあります。5月にピンクの封筒を送付しました特定健診受診券・質問票をお持ちの上、まずは主治医にご相談ください。

※天理よろず相談所病院・高井病院は指定医療機関ではありません※

● 通院先で特定健診相当の検査を実施している場合

右表項目の採血結果が手元にあり、天理市へ提供していただける方は、結果表と質問票を市役所1階保険医療課にご持参あるいはご郵送ください。電話でご連絡いただければ、あらかじめ質問票や返信用封筒を送付させていただきます。また、☆の項目の検査や測定は市役所で実施できます。

〈集団ミニドックを受けませんか？〉

国保の特定健診と、市のがん検診（大腸・胃・胸・前立腺から選択）を組み合わせ、1～2時間ほどで全身の健康チェックができるため、大好評をいただいております。治療中の方もたくさん受診しておられますので、ぜひこの機会に受診をご検討ください。

実施場所	
実施日	1
受付時間	

料 金 | 特定:1000円、大腸:400円、胃:900円、胸:200円、前立腺:無料

【6】医療受診なし・生活習慣病以外受診ありの者に対する受診勧奨通知（ダイレクトメール）

41歳～56歳送付分

「特定健診」とは？

生活習慣の変化、食生活の変化に伴い、疾病全体に占めるがん、糖尿病、脂質異常症、虚血性心疾患などの生活習慣病の割合が、死亡原因の5割以上を占めていることをご存知ですか？また、生活習慣病は病状に入症する件数の約4割を占めるなど、日常生活でわかりやすい病気の一つになっています。

特定健診とは、糖尿病などの生活習慣病やその重症化した脂質異常症、心疾患などを予防するための大切な健診です。

あなたのからだの中で進んでいるリスクを、細かくチェックします。

「天理市の健診って、保健とどっちを比べたらいいの？」
と聞いてはなりません。その年齢で健診でいいのかわからないのなら、もっと思いこんでいます。天理市の特定健診は進化しています。あなたの血圧から、見えにくいところまで進んでいるかもしれない健康リスクを細かく調べる健診です。

今年度の集団ミニドックの日程は、1月20日(金)、1月24日(火)、1月31日(火)です。

特定健診の流れ

※健診日は平成29年1月1日(金)まで、1月は健康チェック日です。※お昼は10時から。

集団健診の場合	個別健診の場合
集団ミニドックを申し込み 天理市保健課健康センターへお申し込みください。	返書機関を選ぶ 4月までに、指定健診・特定保健指導の機関を選んでお申し込みください。
電話で予約をする 電話(0743-62-1001)内線(717、721) 健康の目安が知りたい(健康チェック)をお申し込みください。	予約の電話をする 予約の必要なお電話機関へはお電話で予約をしてください。
信筒にがん検診も受けられるか確認 集団ミニドックではがん検診も併せてお申し込みいただけます。(胃、肺、大腸、子宮頸がん)	他の検診が受けられるか確認 健康機関によって異なります。特定保健指導機関・保健指導センターへお問い合わせください。
健診を受ける 天理市保健課健康センター(保健課健康センター)でお申し込みください。	健診を受ける 天理市保健課健康センター(保健課健康センター)または指定保健指導機関・保健指導センターへお申し込みください。
健診結果は約1か月後に自宅へ郵送いたします 健康の目安がわかる結果が自宅まで郵送させていただきます。	受診した場所で結果を聞く 受診した健康機関で、結果の話を聞いていただきます。

※健康機関は、お申し込み時にお知らせする健康機関の指定、郵送先住所(LIC)にお知らせください。
※健康機関の指定は、お申し込み時にお知らせする健康機関の指定、郵送先住所(LIC)にお知らせください。
※健康機関の指定は、お申し込み時にお知らせする健康機関の指定、郵送先住所(LIC)にお知らせください。

天理市保健課健康センター 健康チェックセンター
〒662-0022 天理市保健課健康センター 電話 0743-62-1001 内線(717、721)

天理市から健診のお知らせ

天理市保健課健康センター(保健課健康センター)にお申し込みください。
〒662-0022 天理市保健課健康センター 健康チェックセンター 健康センター

天理市から健診のお知らせ

体重が
変わっていても、
中身から先に
老化が進みます。
最新の血液検査で、
糖尿病、心臓病など
重大疾病のリスクを測りましょう。

特定健診は1,000円で受付けられます

【特定健診】は1,000円です。集団ミニドックでは2,900円で3つのがん検診も一緒に受けられます。

	健診で受診する健診時の健診費	集団ミニドックでの自己負担額
糖尿病検査	10,823円	1,000円
脂質異常症検査		
肝臓病検査		
その他の検査		
がん検診(胃がん・肺がん・大腸がん)	9,255円	1,800円
自己負担額	20,078円	2,900円

※健康機関の指定は、お申し込み時にお知らせする健康機関の指定、郵送先住所(LIC)にお知らせください。
※健康機関の指定は、お申し込み時にお知らせする健康機関の指定、郵送先住所(LIC)にお知らせください。

57歳～73歳送付分

「特定健診」とは？

生活習慣の変化、食生活の変化に伴い、疾病全体に占めるがん、糖尿病、脂質異常症、虚血性心疾患などの生活習慣病の割合が、死亡原因の5割以上を占めていることをご存知ですか？また、生活習慣病は病状に入症する件数の約4割を占めるなど、日常生活でわかりやすい病気の一つになっています。

特定健診とは、糖尿病などの生活習慣病やその重症化した脂質異常症、心疾患などを予防するための大切な健診です。

今年度の集団ミニドックの日程は、1月20日(金)、1月24日(火)、1月31日(火)です。

【特定健診】は1,000円です。集団ミニドックでは2,900円で3つのがん検診も一緒に受けられます。

	健診で受診する健診時の健診費	集団ミニドックでの自己負担額
糖尿病検査	10,823円	1,000円
脂質異常症検査		
肝臓病検査		
その他の検査		
がん検診(胃がん・肺がん・大腸がん)	9,255円	1,800円
自己負担額	20,078円	2,900円

※健康機関の指定は、お申し込み時にお知らせする健康機関の指定、郵送先住所(LIC)にお知らせください。
※健康機関の指定は、お申し込み時にお知らせする健康機関の指定、郵送先住所(LIC)にお知らせください。

特定健診の流れ

※健診日は平成29年1月1日(金)まで、1月は健康チェック日です。※お昼は10時から。

集団健診の場合	個別健診の場合
集団ミニドックを申し込み 天理市保健課健康センターへお申し込みください。	返書機関を選ぶ 4月までに、指定健診・特定保健指導の機関を選んでお申し込みください。
電話で予約をする 電話(0743-62-1001)内線(717、721) 健康の目安が知りたい(健康チェック)をお申し込みください。	予約の電話をする 予約の必要なお電話機関へはお電話で予約をしてください。
信筒にがん検診も受けられるか確認 集団ミニドックではがん検診も併せてお申し込みいただけます。(胃、肺、大腸、子宮頸がん)	他の検診が受けられるか確認 健康機関によって異なります。特定保健指導機関・保健指導センターへお問い合わせください。
健診を受ける 天理市保健課健康センター(保健課健康センター)でお申し込みください。	健診を受ける 天理市保健課健康センター(保健課健康センター)または指定保健指導機関・保健指導センターへお申し込みください。
健診結果は約1か月後に自宅へ郵送いたします 健康の目安がわかる結果が自宅まで郵送させていただきます。	受診した場所で結果を聞く 受診した健康機関で、結果の話を聞いていただきます。

※健康機関は、お申し込み時にお知らせする健康機関の指定、郵送先住所(LIC)にお知らせください。
※健康機関の指定は、お申し込み時にお知らせする健康機関の指定、郵送先住所(LIC)にお知らせください。
※健康機関の指定は、お申し込み時にお知らせする健康機関の指定、郵送先住所(LIC)にお知らせください。

天理市保健課健康センター 健康チェックセンター
〒662-0022 天理市保健課健康センター 電話 0743-62-1001 内線(717、721)

天理市から健診のお知らせ

天理市保健課健康センター(保健課健康センター)にお申し込みください。
〒662-0022 天理市保健課健康センター 健康チェックセンター 健康センター

天理市から健診のお知らせ

あなたの血管は、詰まり始めているかもしれません。

血管の詰まりは、脳梗塞、心筋梗塞など、寝たきり介護の原因になります。

特定健診は1,000円で受付けられます

【特定健診】は1,000円です。集団ミニドックでは2,900円で3つのがん検診も一緒に受けられます。

	健診で受診する健診時の健診費	集団ミニドックでの自己負担額
糖尿病検査	10,823円	1,000円
脂質異常症検査		
肝臓病検査		
その他の検査		
がん検診(胃がん・肺がん・大腸がん)	9,255円	1,800円
自己負担額	20,078円	2,900円

※健康機関の指定は、お申し込み時にお知らせする健康機関の指定、郵送先住所(LIC)にお知らせください。
※健康機関の指定は、お申し込み時にお知らせする健康機関の指定、郵送先住所(LIC)にお知らせください。

業者委託による 集団特定保健指導実施までの経緯

平成26年度奈良県保険者協議会企画調査部会に参加した際、協会けんぽ奈良支部の事業報告でランチパックセミナーが紹介されました。

ちょうど、特定保健指導を実施してくれていた医療機関が閉院し直営での特定保健指導実施を強化しなければならぬ状況であったこと、以前に食品モデルなどを用いた委託なしの集団保健指導で参加者がなかなか集まらなかったことを踏まえ、業務委託による体験型の集団特定保健指導を検討することとなりました。

●委託料

動機づけ支援・積極的支援1人あたり委託料×集団特定保健指導参加人数(講師委託料や食事代なども含む)

●契約

単価契約

●請求・支払い

联合会を通じて実施

当日食べたランチパック



天理市国民健康保険 特定保健指導(集団健診)のご案内

ランチパックセミナー

平成27年度特定健診を受診頂きましてありがとうございました。
その結果、あなたは特定保健指導対象者となりました。
つきましては、下記の日程で「ランチパックセミナー」として集団教室の形式で特定保健指導を実施します。
地元の食材を使ったお弁当を食べながら、保健師・管理栄養士等と一緒に楽しく食事や運動について学んでみませんか？お申込みをお待ちしております。

▼ 日時・場所
●平成28年2月17日(水)
受付開始10:30 実施時間11:00~14:00
●天理市保健センター (市役所敷地内)

▼ 参加費 **無料**

▼ プログラム
第1部 食べて学ぼう
～ランチパックセミナー～
第2部 家庭で実践!
気軽にできるエクササイズ

※写真はイメージです。

申込方法
同封されている返信用ハガキを
1月27日(水)までにご返送ください。

注意事項
●他の医療機関で平成27年度特定保健指導を利用されている方はランチパックセミナーを利用できませんのでご了承ください。
●このセミナーは物品販売を目的としたものではありません。
●「高齢者の医療の確保に関する法律」に基づく特定保健指導の一形態です。
●お申込された方につきましては、開催1週間前に詳細な案内をお送りします。

ご質問・お問い合わせ先
天理市保険医療課 0743-63-1001 (内線717・721)

天理市国民健康保険
一般社団法人 日本健康倶楽部エヒメ支部

当日の様子

基本的には委託業者のスタッフで全て実施してくれるが、国保のスタッフも同席し細々としたフォローをしていました。

管理栄養士による講義、健康クイズ、ランチパックの説明などがある他、国保から希望して「自分でいつも通りよそったご飯の重さを計測」「普段1回で食べる数のみかんを取る」などの体験もしてもらいました。(それまでの保健指導で、果物を食べ過ぎていた人が多かったため)

食後に少し時間をおいてから、理学療法士による運動の講義と実践があり、柔軟性・筋力・バランス能力のチェックを兼ねたロコモ予防要素が含まれる運動を実施しました。

02 桜井市

目を引く健診案内通知と丁寧な説明対応、
対面による保健指導等々参考にしてください。

事例選定のポイント

- 特定健診実施率が経年的に向上
- 実施率等向上の取組項目が多い(特定健診・特定保健指導に関する調査 奈良県実施)

1 保険者の概要

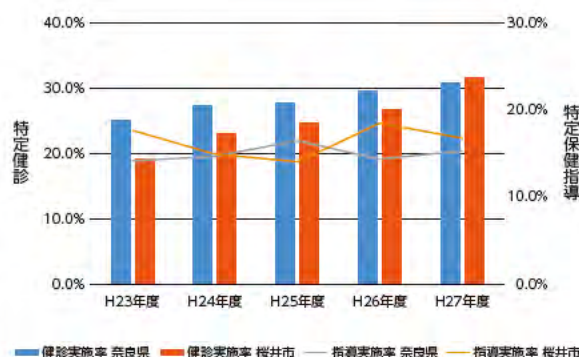
人	口	59,205
高	齡	化
率		28.28%
被	保	險
者	数	16,665
特	定	健
診	対	象
者	数	10,833
特	定	保
健	導	対
象	者	数
		380
デ	ー	タ
ハ	ル	ス
計	画	策
定		平
		成
		28
		年
1	人	当
た	り	医
り	療	費
(県	内
順	位	(
最	低	値
が	1	位
)		3
		2
		3
		2
		3
		8
		5
		円
		(
		1
		0)



- 人口及び高齢化率：
平成27年10月1日奈良県住民基本台帳に基づく人口による年齢別人口調査結果
- 被保険者数：平成27年度
(国保総合データシステム速報値 平成28年8月31日現在)
- 特定健診・特定保健指導対象者：
平成27年度法定報告(奈良県国保連合会)
- 1人あたり医療費：
平成26年度奈良県の医療費状況(保険指導課)

実施率の経年推移

	特定健診	特定保健指導
平成23年度	19.2%	17.7%
平成24年度	23.2%	15.0%
平成25年度	24.6%	14.1%
平成26年度	26.8%	18.5%
平成27年度	31.7%	16.8%



2 地域の特性

桜井市は、奈良盆地の中央南東部に位置し、纏向(まきむく)遺跡や大神神社など多くの古墳や寺社が市内に点在します。市内は約100大字に地区分けがされており、大字ごとに独自の文化、風習が今なお続いているところもあります。主な産業は製造業、卸売業・小売業であり材木を使った商品や三輪そうめんなどの製造・販売が盛んに行われています。

3 特定健診・特定保健指導の実施概要

(1) 担当部署の体制

特定健診および特定保健指導の実施体制は、保険医療課給付係(国保部門)の保健師2名で担当し、受診券から結果の送付まで自前で実施しています。また、けんこう増進課(保健センター)の保健師3名と連携し、保健指導や結果説明会を実施しています。

(2) 特定健診実施率の向上に効果があった取組

健診未受診者対策として、毎年未受診者全員を対象とし9月から2月まで電話勧奨を行い、平行して10月頃にハガキでの勧奨を実施します(資料1-①)。電話勧奨は、対象者を①過去3年間受診経験のない未経験者、②初めて健診対象となった者、③3年間で1度でも受診経験のある経験者、④経年受診者の順に優先順位をつけて電話を実施します。

ハガキでの勧奨では、担当者がデザインを工夫し、開封しなくても見てもらえるようにしたり、伝えたい内容を絞りあえて文字を少なくしたりしています。住民からの問合せには丁寧に説明を行うことを心がけ、全庁掲示板を活用し、窓口がわからない方への対応も遺漏がないよう行っています。また、6月の健診開始に先駆けて、市内の協力医療機関を全て訪問し、医師や医療スタッフへの説明と、ポスター掲示を依頼しています。さらに、頭部MRI・MRA検査助成要件に特定健診受診義務化も行いました。人間ドックや会社での健診結果を提供してもらう際には、必ず窓口に来てもらい、対面で特定保健指導を実施し記念品を渡すようにもしています。

平成28年度からは、国保部門と保健センターが連携し、がん検診と特定健診の受診券をカードサイズに折りたたみ、コンパクトに持ち歩くことができるよう工夫し(資料1-②)、対象者に発送しました。特に苦勞した点は、受診券をひと目みただけでどの検診が受診できるか分かるように、受診可能な検診は「○」、受診できない検診は「×」とし、対象者ごとに表記をしました。健診案内のパンフレットは、ソーシャルマーケティングの手法を用い、目を引くデザインや色使いを工夫(資料2)し、高齢者にもわかりやすいように心がけました。

(3) 特定保健指導実施率の向上に効果があった取組

当市では、特定健診受診者を情報システム課に協力依頼し独自でグループ分けを行い、結果送付の際にグループごとに情報提供内容を変え、担当者から生活改善のメッセージをひとこと添えるようにしています。

特定保健指導では、初回と最終は基本個別面談を実施し、追跡フォローが必要な人には1か月ごとに電話をするなど、きめ細かいフォローができるようにしています。また、法定報告の対象とならない対象者にも積極的に介入し、保健指導を実施しています。

(4) 他の保健事業や地域づくり活動と連動した取組

今まで、平日に胃がんや肺がん検診と特定健診を同時に実施する集団健診を実施してきましたが、平成28年度には初めて日曜日に5がん検診と特定健診の複合健診を実施しました。多くの人が集まるので、混乱を避けるため県調整交付金を活用し人員としてコーディネーター役を配置し、スムーズに健診を受けてもらえるように工夫しています。

非肥満者に対しては、情報提供のチラシだけでなく結果説明会の案内や各ガイドラインに対応したリスクカウントを行い、優先順位をつけて電話勧奨を実施し、必要時個別相談を実施しています。

(5) 取組の感想・課題

当市は、がん検診や特定健診などの受診率が低く、未受診者対策を行っていますが「医療機関で治療中」、「仕事が忙しい」等の理由で受診しない人が多数います。そのような人にも、健診の必要性を理解してもらい、「受けてよかった」「また受けよう」と思える健診づくりを目指していきたいと考えています。また、健診の受診率向上だけでなく健診に無関心な人でも、いつの間にか健康行動を取っているようなまちづくりを目指すべく、ICTを活用した健康づくりについても検討しています。

資料1-①



10月にハガキによる受診勧奨を行った結果、住民からの問合せと共に受診者が倍増しました。住民への問合せには丁寧に対応を行いました。

至急！ご確認ください

- 特定健診は国が法律で定めた健診です。毎年の健診状況を把握し報告する義務が保険者に課されています。
- 国が定める受診率・保健指導率を満たさない場合、**保険税(保険料)が増額される可能性があります。**

桜井市国保に加入の40～74歳の方にお送りしている受診券をご利用いただき、特定健診の受診をお願いいたします。

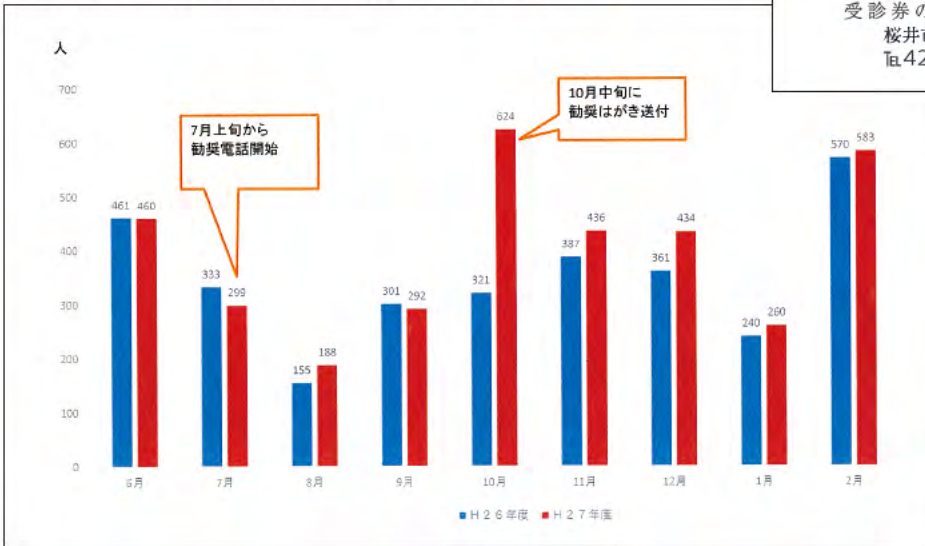
※お勤め先での健診、人間ドッグを利用された方は、健診結果を下記窓口までご提出ください。

※かかりつけ医で治療を受けている人も健診の対象ですが、特定健診を利用できない医療機関もあります。その場合は、検査結果を下記窓口にお持ちください。

受診券の再交付・お問い合わせ
桜井市役所保険医療課給付係
TEL 42-9111 (内線527、526)



月別受診者数の推移 (平成27年5月1日現在)



平成28年度

桜井市民がん検診等・桜井市国保 特定健康診査 受診券

本紙の切り取り線で切り離し、普段から財布に入れて持ち歩きましょう。

※ご注意下さい※

- ・この受診券を忘れるとがん検診等・特定健康診査を受けることができません。
- ・自己負担金が無料になる人がいます(特定健診を除く)。必ず事前手続きが必要です。受診後お持ち帰りません。

資料1-②

切り取り線		平成28年度 がん検診等一覧	
健診	自己負担金	受診可否	受診日
① 大腸がん (毎年)	1,000円	○	
② 前立腺がん (毎年)	800円	○	
③ 子宮がん (1回/2年) 体部 3,500円	2,000円	×	*****
④ 乳がん (1回/2年)	2,300円	×	*****
⑤ 肺がん (毎年) 喫煙 300円	無料	○	
⑥ 胃がん (毎年)	900円	○	
⑦ 肝炎ウイルス (1回/生涯)	無料	○	
⑧ 骨粗しょう症 (1回/5年)	1,300円	×	*****
⑨ 頸動脈 (1回/10年)	無料	×	*****

特定健診の流れ

集団健診の場合

↓

集団ミニドックを申し込む
(桜井市医療センターへ電話)
※特定健診のみも受診可能

↓

健診を受ける

↓

桜井市医療センターから結果が届く

個別健診の場合

↓

医療機関を選ぶ

↓

予約の電話をする
予約の必要な医療機関へはお電話で直接予約をしてください

↓

健診を受ける

↓

受診した医療機関で結果を聞く

● 医療機関での受診は、**平成29年2月28日まで** (詳しくは受診券裏側の案内をご確認ください)

今年度の集団ミニドックのお知らせ

各種がん検診と特定健診を同日に受けることができる、大人気の集団ミニドック!

予約電話番号：45-2505 (桜井市医療センター)

セット内容	日程	受付時間	場所
特定健診/肺がん/大腸がん/前立腺がん	11月30日(水)	13:00~14:30	保健福祉センター(陽だまり)
特定健診/胃がん/大腸がん/前立腺がん	12月1日(木)	9:00~10:30	
特定健診/肺がん/大腸がん/前立腺がん	12月2日(金)	13:00~14:30	
特定健診/肺がん/大腸がん/前立腺がん	2月1日(水)	13:00~14:30	

集団ミニドックは定員残りわずか! お申込みは今すぐ!

★自己負担金
 特定健診: 1,000円 肺がん検診: 無料 (※の検査: 300円※) 胃がん検診: 900円※ 大腸がん検診: 1,000円※
 前立腺がん検診 (50歳以上): 600円※ ※各がん検診は、一部無料になる人がいます。予約時にご確認ください。

受診券の再交付・特定健診に関するお問い合わせ
 桜井市役所保険医療課給付係 TEL: 42-9111 (内線527)

桜井局
料金別納郵便
1日1回の健(検)診
区内特別郵便

まさか自分が・・・
そんな後悔する前に
毎年受けて安心健診

11月20日(日) 開催決定!
忙しいあなたのために**プレミアムドック** 中面をチェック

『特定健診』と『すべてのがん検診』をセットで受けられる

プレミアムドック 11月20日(日)開催!!

託児あり(要予約・未就学児のみ)

	◆必須検診	追加検診	料金
女性限定	A コース 胃がん 大腸がん 肺がん	乳がん 肝炎ウイルス 子宮頸がん	1,900円~ 4,400円
	B コース 胃がん 大腸がん 肺がん	乳がん 肝炎ウイルス 子宮頸がん 特定健診	1,900円~ 5,400円
男女共通	C コース 胃がん 大腸がん 肺がん	肝炎ウイルス	1,900円
	D コース 胃がん 大腸がん 肺がん	特定健診 肝炎ウイルス	1,900円~ 2,900円
男性限定	E コース 胃がん 大腸がん 肺がん	特定健診 肝炎ウイルス 前立腺がん (50歳以上)	1,900円~ 3,500円

お申込み期間
10月17日(月) ~ 10月31日(月)
※ 上記期間以外受付はできません。ご注意ください。
 ※ 受付は 8:30~17:00まで (土日祝除く)

お申込み・お問い合わせ
 お申込みは、電話もしくは窓口へお越しください。
電話 (プレミアム健(検)診専用) **0744-45-3443**
窓口
 桜井市保健福祉センター「陽だまり」内 けんこう増進課
 住所: 桜井市栗殿1000番地の1

注1: 今年度、上記「◆必須検診」を1つでも受診している人は対象になりません。
 注2: 各がん検診は無料になる人がいます。お申込み時にご確認ください。(特定健診除く)
 注3: 各コース定員になり次第受付を終了させていただきます。ご容赦ください。
 注4: 各コース全ての検診(肝炎ウイルス除く)を受診いただける人のみの受付となります。