

平成30年度「中野区国民健康保険データヘルス計画」に基づく保健事業の実施について

特定健康診査の受診率は38.2%（平成28年度の法定報告）であり、国の定める70%とは大きくかい離しており、特に40歳代男性の受診率が低くなっている。また、特定保健指導の実施率は4.4%（平成28年度の法定報告）と極めて低く、ほとんどの方がメタボリックシンドロームを放置している状態といえる。

適切な特定健診の受診勧奨と、特定保健指導の利用勧奨が必要であり、また、治療が必要にもかかわらず医療機関で治療をしていない方が多いため、生活習慣病のハイリスク者に対し重症化予防指導や医療機関への受診勧奨を行う必要がある。

1 特定健康診査受診率向上事業

(1) 選定方法

区医師会と連携した特定健診受診勧奨の他、企画提案公募型事業者選定方式により、平成30年度特定健康診査受診率向上事業業務委託事業者の選定を行った。平成30年度国保特定健診受診率向上に向けて、下記のとおり受診勧奨を行う。

(2) 委託内容

専門事業者の知見を活用し、過去の健診結果から勧奨効果の高い対象者を選定、対象者を階層別にグループ分けし、それに応じた効果的な勧奨を行う。

(3) 予定委託事業者

株式会社キャンサーズキャン

(4) 予定契約期間

平成30年10月上旬から平成31年3月31日まで

(5) 予定対象人数

34,000人（想定）

(6) スケジュール（予定）

健診期間	平成30年6月～平成31年2月
勧奨対象者の決定	平成30年11月上旬
勧奨通知のデザイン決定	平成30年11月中旬
勧奨の実施	平成30年12月～平成31年1月

2 特定保健指導実施率向上事業（別添資料参照）

（1）実施方法

① 健診結果説明日の初回保健指導実施

区医師会と調整し、特定健康診査の結果説明日に特定保健指導の初回面接を実施し、健康課題に対して問題意識の高い時期に保健指導を行う。

② 特定保健指導委託事業者の追加

ア 特定保健指導業務委託（リレー型）

医療機関で実施した初回面接の内容等を引き継ぎ、初回面接で立てた目標を基に、生活習慣改善に向けた取り組みを継続的に支援し、最終評価を行う。

イ 特定保健指導業務委託（区内施設利用型・訪問型）

利用者の利便性を考慮し、初回面接の場所を区施設及び対象者が希望する場所（自宅等）で行える体制とし、土・日曜日等にも保健指導を行う。

※ア・イの委託事業者名：株式会社フィッツプラス

ウ 特定保健指導業務委託（ICT型）

スマートフォンを使って、いつでも、どこでも利用者の時間が空いた時に保健指導を実施可能とする。

※ウの委託事業者名：メドケア株式会社

③ 勧奨方法の変更

ハガキによる一律の勧奨から、ハガキと電話により個々人の健診結果等の状況に合わせた勧奨に変更する。

（2）予定対象人数

2,500人（想定）

3 生活習慣病のハイリスク者に対する医療機関への受診勧奨事業

（1）実施方法

特定健診・レセプトを分析した結果、健診結果が悪く医療機関への受診が必要にもかかわらず、受診をしない方が一定数いることが判明した。放置することにより重症化し、区民のQOL（生活の質）の低下や将来の医療費増大が予想されるため、早期の受診を促す必要がある。対象者に医療機関への受診勧奨通知を送付し、その後電話による保健指導を実施する。

（2）予定対象人数

600人（想定）

4 周知方法

各事業の対象者へ個別通知を送付する他、区報・区ホームページにより周知を行う。

こう思っていないませんか？

まだ大丈夫！

来年は、もう大丈夫じゃない…
かもしれません。

こんな悩み抱えていませんか？



生活習慣を変えない！と思うけれど、
どうやったらいいのかわからない。



テレビで紹介している
ダイエットを試しても結果がでない。



若いころと比べて
少しずつ体重が増えてきている。



食事に気をつけているのに、
検査結果が良くならない。



あなたは
いまの生活を続けていて
大丈夫ですか？
あなたの体からのサインに
真剣に向き合いましょう。

でも、大丈夫！

「特定保健指導」 があなたの悩みを解決！
あなたの生活習慣の改善を、区がサポートします。

個人で受けると

15,000円~35,000円

かかるプログラムが

0円で
受けられます。



特定保健指導は どうやって受けるの？

STEP
1

利用券を確認し、 保健指導レベルを確認します

同封の**緑色の利用券**に「**動機付け支援**」
又は「**積極的支援**」と記載しています。

**保健指導レベルによって利用できる
場所が異なります**ので、ご注意ください。

STEP
2

特定保健指導を 受ける場所を決め、申込みます

右の3つの方法で特定保健指導を受けること
が出来ます。
申込み方法は個別の名簿・パンフレットをご
覧ください。

STEP
3

初回面接を受けます

体重や検査結果を改善するため、あなたの
体に合った計画を作成します。
※利用券に記載の有効期限内に初回面接を受けてく
ださい。

STEP
4

面接で立てた計画に沿って 生活習慣を改善します

初回面接の際に決めた計画に沿って健康的な
生活を実践します。

STEP
5

継続的支援を受けます

電話や手紙などであなたの状態を確認し、
アドバイスを行います。

STEP
6

最終評価をします

初回面接から3か月以上経過後、あなたの
体がどう改善されたかを確認します。

1

医療機関で 利用

医療の観点から医師を含む医療専門職がサポートします。
同封の医療機関一覧をご覧ください。医療機関を選んでください。
医療機関により実施できる支援が異なりますので、ご注意ください。

※一部の医療機関では、初回面接のみ医療機関で行い、継続的支援及び最終評価を株式会社フィッツプラスにて行います。

面接場所



医療機関

申込方法



電話

指導をする人



医師
管理栄養士
保健師

2

区施設 又は自宅等で 利用

FitsPlus

株式会社フィッツプラス

誰でも気軽にカンタンにはじめられます！
普段の食事について、専門家である管理栄養士から優しくアドバイスが受けられます！

※詳細は、同封のパンフレットをご覧ください。

面接場所



区施設



自宅



カフェなど
希望する場所

申込方法



電話



ウェブ

指導をする人



管理栄養士

3

スマートフォンを 使って利用

MEDICALLY

メドケア株式会社

スマートフォンを使っていつでもどこでも実施可能です。
平日夜、土日も対応可。ライフスタイルに合わせてご利用いただけます。
チャットを使って楽しく実施できます。

※詳細は、同封のパンフレットをご覧ください。

面接場所



自宅など
wi-fi環境が
ある場所

申込方法



スマートフォン

指導をする人



管理栄養士

