

令和4年度第2回千葉市国民健康保険運営協議会  
令和5年2月1日  
千葉市健康支援課・健康推進課

# 千葉市国民健康保険データヘルス計画について

# **1 第2期千葉市国民健康保険データヘルス計画**

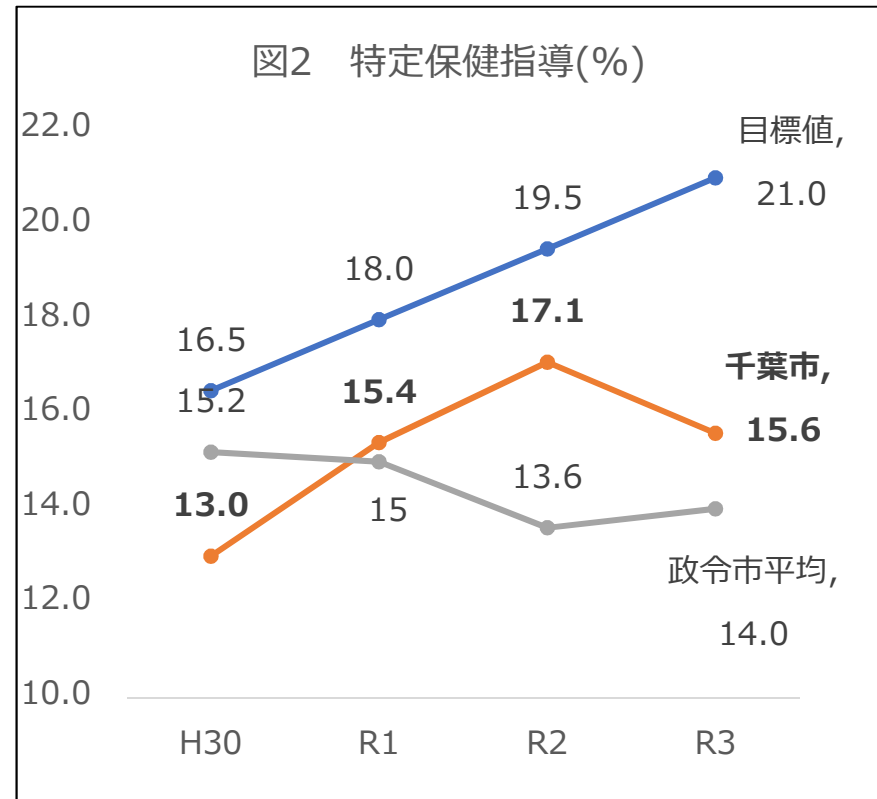
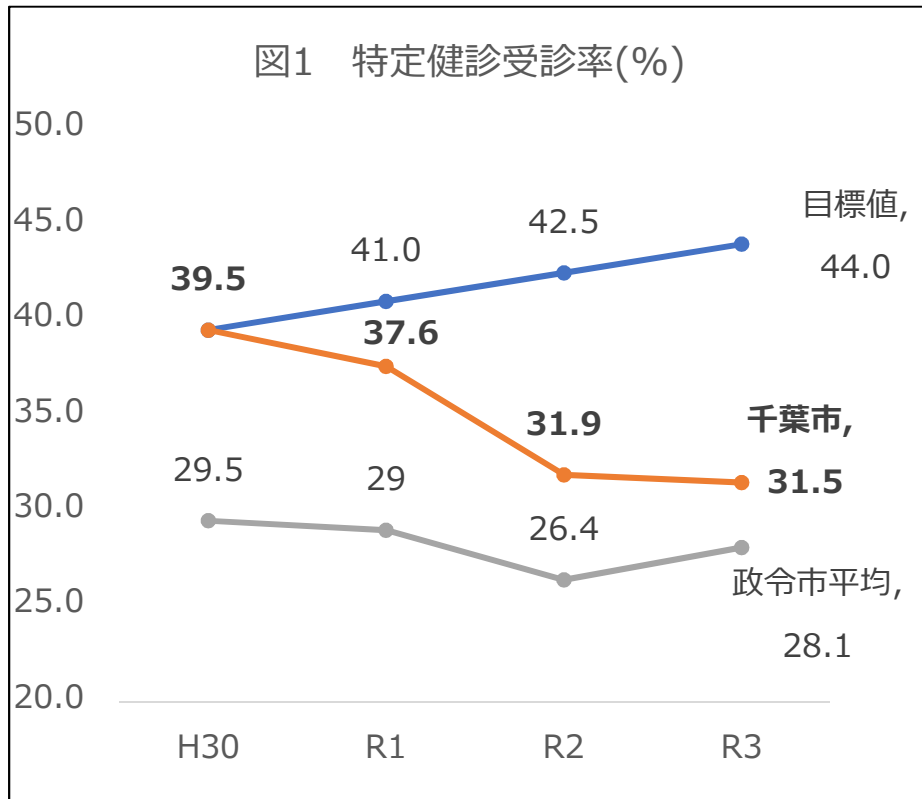
## **(1) 令和3年度個別保健事業評価**

1 第2期千葉市国民健康保険データヘルス計画

① 令和3年度 特定健康診査・特定保健指導の実施状況

- 特定健診の受診率は**31.6%**で、令和2年度と比べ、**0.3%減**となる。
- 特定保健指導の実施率**15.6%**は、令和2年度と比べ、**1.5%減**となる。
- 千葉市の受診率・保健指導実施率は、**政令市平均より高い**。

(1位 受診率 仙台市 45.4% 保健指導実施率 福岡市 29.3%)

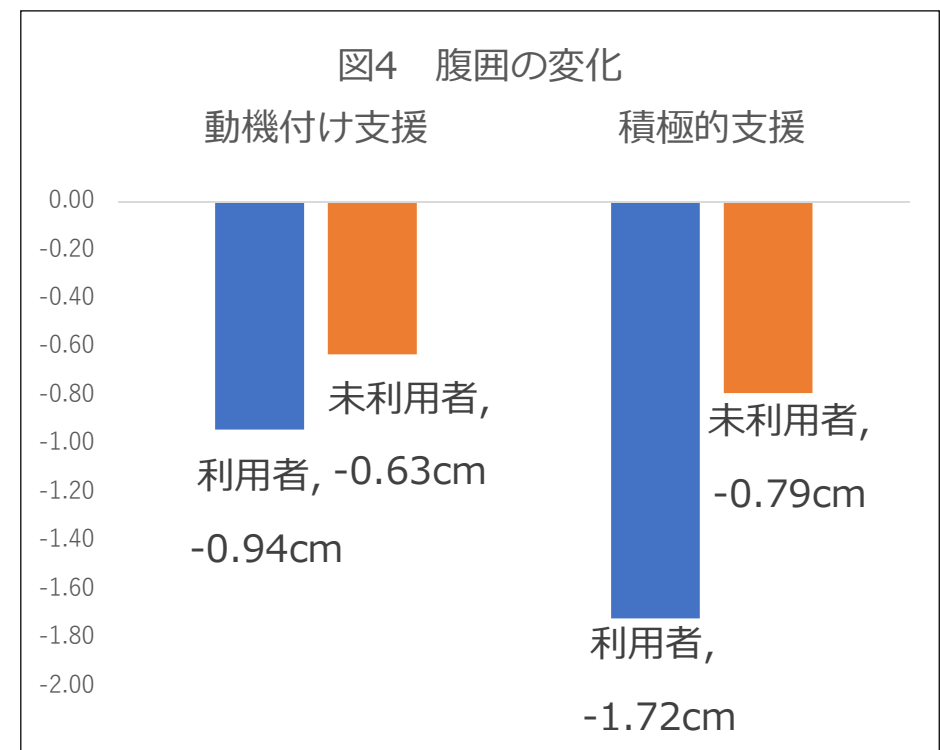
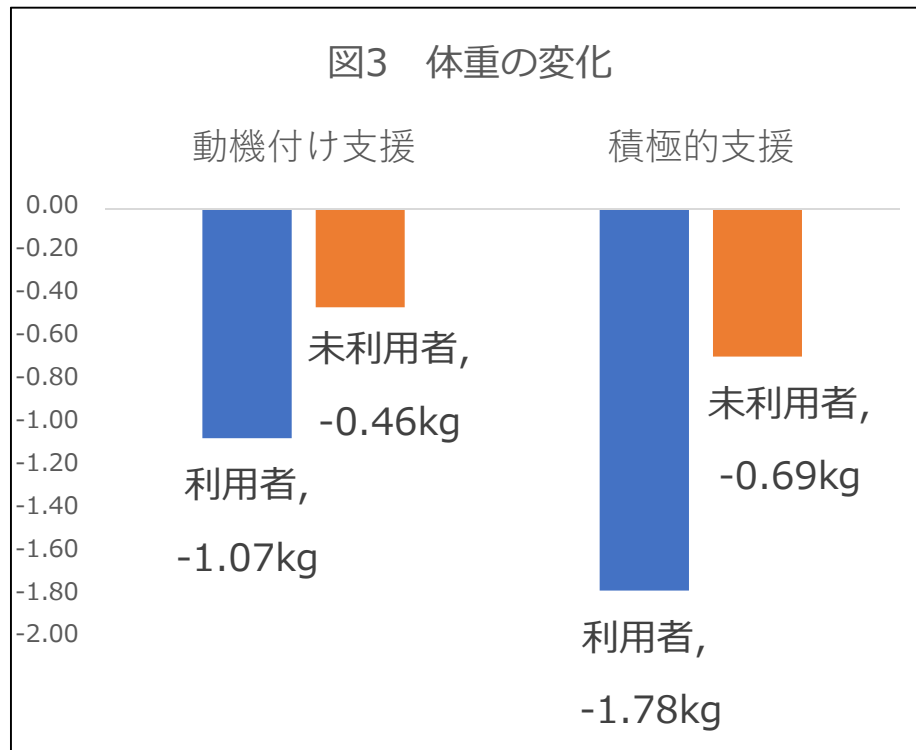


# 1 第2期千葉市国民健康保険データヘルス計画

## ② 特定保健指導の実施状況 終了者の結果

○令和2年度の特定保健指導対象者における、  
令和3年度の健診結果（体重・腹囲）を確認した。

○特定保健指導の利用者と未利用者を比較すると、  
保健指導の利用者の方が**体重・腹囲の翌年度の減少幅が大きい**



\*  $p < 0.05$  :保健指導終了者と未終了者の比較 (t検定)

# **1 第2期千葉市国民健康保険データヘルス計画**

## **(2) 令和4年度個別保健事業の取り組み**

1 第2期千葉市国民健康保険データヘルス計画  
 ③ 令和4年度 特定健診の受診率向上に向けた取り組み

○未受診者への受診勧奨

表1 実施状況 (R5.1月時点)

勧奨グループ	送付月	送付件数(件)	受診者数(人)	受診率(%)
① 未経験者 (3年間未受診の人)	7月	60,606	1,711	<b>2.8</b>
② 不定期に受診している人	1回目	26,598	5,905	<b>22.2</b>
	2回目*1	22,925		
③ 前年度国保に加入した人	9月	11,320	957	<b>8.5</b>
④ 40歳の人	10月	1,412	71	<b>5.0</b>
合計	-	122,861	8,644	<b>7.0</b>

\*1 ② 不定期に受診している人 (2回目) : 1回目に送付した人のうち、受診していない人へ再度送付。

\*2 受診率は、1回目の送付対象者を分母とし集計。

- ・ 勧奨後の反応 「はがきがきたので受けようと思った。」  
 「新型コロナウイルス感染症が流行していたので、昨年受けなかった。  
 今年は受けようと思う。」

(参考) 勧奨はがき NO1

A 未経験者

(中面)

健診の対象である事を認識してもらう

千葉市国民健康保険 特定健康診査対象の方にお知らせです

健診を受けている人の医療費※は  
**1万円以上も安いです!**

健診を受けている人	健診を受けていない人
<b>1,348円</b>	<b>12,766円</b>
<small>(国保連合会千葉市国保R2年度累計データより)</small>	<small>※生活習慣病の医療費(年額)</small>

健診にかかる時間は  
受付から終了まで **約1時間**  
苦しい検査はありません

自己負担は **500円**  
自費だと約10,000円です

特定健診は、メタボリックシンドロームに着目した生活習慣病予防のための健康診断です。

受診券を使わずに職場健診や個人で人間ドック等を受けた方へ  
**健診結果のご提供をお願いします**

申請方法 所定の申込書と健診結果の写しを、健康支援課に提出してください。

申請期間 令和5年5月末日まで

詳しくは   
スマホで、かんたん電子申請はこちら→

謝礼 (500円相当) クオカード または ちばシティポイント

※年度内に受診券を使って「千葉市特定健康診査」や「千葉市一日人間ドック」を受診された方、保険診療による検査の結果は対象外となります。

特定健診を受けてください! 通院中の方も対象です。かかりつけ医にご相談ください。

健診を受けないと損をする。  
お金について掲載し、興味を引く。受けている人の方が医療費が安い→健診受けてと呼びかけ

未経験者の中には、特定健診を受けずに自費で人間ドックや職場健診を受けている人もいます。健診結果の提供を呼びかけ。

・ 未経験者の約4割が通院中のため、受診の呼びかけ

(表面)

内容が複雑にならないように、情報を整理し必要な情報のみ掲載。

特定健診の申し込み方法 | 予約はカンタン! |

12月以降は選みあいますので予約がとりやすくなります  
**受診はお早めに!**

受診券を確認する 受診券は5月にお送りしています。受診券を紛失された方はこちらから再発行できます→

医療機関を選ぶ 受診券に同封されている医療機関一覧をご覧ください。パソコン・スマホからはこちら

医療機関に予約する 新型コロナの感染状況等により、健診の実施や予約の制限が行われている場合があります。医療機関へご確認ください

特定健診の検査内容

採血 尿検査 眼底測定 血圧測定 問診 身体測定

健診費用 | 500円 (個人で受けると約10,000円です)  
当日の持ち物 | ①受診券 ②国民健康保険証  
マスクの着用をお願いします

本状は受診券ではありません  
※すでに受診済の方は、行き違いの失礼をご容赦ください

40~50歳の未経験者が多い。  
すぐアクセスできるように、二次元バーコード掲載。

行動変容を促しにくい層なので、受診するための動作指示を明確に記載。

(参考) 勧奨はがき NO2

コロナ禍で受診を控えていた方もいるはず。「コロナ禍での体調の変化はないか？」や感染に不安がある方に対して、「感染対策しているため、安心して受診してください」と呼びかけ

**B:不定期に受診している人**

千葉市国民健康保険 特定健康診査対象の方で今年度まだ受診されていない方にお送りしています

「健診控え」していませんか？  
**毎年受診することが早期発見につながります**

早期発見・予防に活かせるのが特定健診！

健診を受けるとコロナ禍の生活で身体におきている変化がわかります。

医療機関では、院内感染防止ガイドライン等により感染予防対策をしていますので、安心して受診できます。

健診を受ける → 変化に気づく → 予防する

健診にかかる時間は 受付から終了まで <b>約1時間</b>	自己負担は <b>500円</b> 自費だと約10,000円です	特定健診は、メタボリックシンドロームに着目した生活習慣病予防のための健康診断です。
--------------------------------------	--	---

**必ず！今年も特定健診を受けましょう！**

**C:前年度国保に加入**→以前の加入もとで受診していた方が含まれるため、千葉市の特定健診について案内

千葉市国民健康保険 千葉市国民健康保険に加入中の皆様へ

**国保加入者の健康診断は千葉市が実施します**

毎年1回必ず受診しましょう

健診にかかる時間は  
受付から終了まで  
**約1時間**

自己負担は **500円**  
 個人で受けると約10,000円  
 千葉市が健診費用を補助しています

**健康サポート(特定保健指導)について**  
 健診結果から生活習慣病の発症リスクが高い方を対象に、医師や保健師などの専門職があなたの生活習慣の改善に向けたサポートをします。(無料)

特定健診とは、日本人の死亡原因の6割を占める生活習慣病予防のための健康診断です

**D:40歳**→40歳から健診が始まることを周知

令和4年度40歳になる国民健康保険にご加入の方へ 40歳から特定健診を毎年受診しましょう

**「若いからまだ大丈夫」は危険です！**

40歳以降から生活習慣病のリスクが上がります。

自覚症状がなく進行する生活習慣病を**毎年の健診で見つけます。**

高血圧症の割合

年齢	割合
30歳以下	約2%
40歳代	約5%
50歳代	約12%
60歳代	約22%
70~74歳	約32%

40代以降急激に増える！

健診にかかる時間は  
**約1時間**

自己負担は **500円**  
 個人で受けると約10,000円  
 千葉市が健診費用を補助しています

**健康サポート(特定保健指導)について**  
 健診結果から生活習慣病の発症リスクが高い方を対象に、医師や保健師などの専門職があなたの生活習慣の改善に向けたサポートをします。(無料)

特定健診とは、日本人の死亡原因の約6割を占める生活習慣病の予防のための健康診査です



# 1 第2期千葉市国民健康保険データヘルス計画

## ④ 令和4年度 特定保健指導の実施率向上に向けた取り組み

報告事項1

- 生活習慣の改善により生活習慣病を予防するため、特定保健指導において、歩数や心拍、睡眠状態などを記録するICT機器を導入（スマートシティ推進課実証事業）

- 実施状況：対象者13人 初回面接利用者 10人

※ウェアラブル端末は、保健指導終了後、贈呈

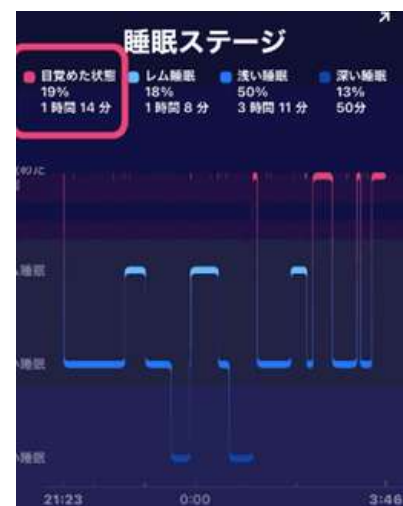
歩数



心拍数



睡眠状況



ウェアラブル端末機器のイメージ





## 2 第3期千葉市国民健康保険データヘルス計画 策定について

## 2 第3期千葉市国民健康保険データヘルス計画策定について

### (1) データヘルス計画の実施スケジュール

- 現行の第2期は、令和5年度まで。
- 次期計画となる第3期計画の策定は、令和4～5年度に行う予定。



### (2) 第3期計画の策定スケジュール (R6.4月からR12.3月までの6か年計画)

R4年度	R5年度				R6～R11年度
1～3月	4～6月	7～9月	10～12月	1～3月	R.6.4月～R12.3月
● 素案策定		● 素案提示 △ 国保運営協議会 △ 医師会 △ 国保連合会	● 最終案策定	● 最終案提示 △ 国保運営協議会 △ 医師会 ● 3月末発出	第3期計画