

## 第3期深浦町国民健康保険保健事業実施計画（第3期データヘルス計画）

## -概要版-

令和6年度（2024年度）～令和11年度（2029年度）

## 1 基本的事項

## 1. データヘルス計画の趣旨・目的等

データヘルス計画の趣旨	
「日本再興戦略」において、「全ての健康保険組合に対し、レセプト等のデータの分析、それに基づく加入者の健康保持増進のための事業計画として「データヘルス計画」の作成・公表、事業実施、評価等の取組を求める」ことが掲げられた。これを踏まえ、PDCAサイクルに沿った効果的かつ効率的な保健事業の実施を図るための保健事業の実施計画（データヘルス計画）を策定する。	
データヘルス計画の目的	
「健康寿命の延伸」「医療費の適正化」	
計画の位置づけ	
データヘルス計画は特定健康診査等実施計画と一体的に、関連する町の計画（健康ふかうら21・食育推進計画（健康増進計画）、深浦町高齢者福祉計画・介護保険事業計画）と協調して策定する。 また、「高齢者の医療の確保に関する法律」に基づく「第4期特定健康診査等実施計画」を一体化して策定する。	
関係者連携	
健康推進課が中心となって、国民健康保険主管の福祉課と協議し、関係部局や関係機関の協力を得て、保険者の健康課題を分析し、計画を策定する。また、福祉課の後期高齢者医療担当や介護保険担当、県の生活保護部局（西北地方福祉事務所）・保健衛生部局（五所川原保健所）と連携してそれぞれの健康課題を共有するとともに、後期高齢者や生活保護受給者の健康課題も踏まえて保健事業を展開する。	
計画の評価	個別事業の評価
設定した評価指標に基づき、計画の最終年度のみならず、令和8年度に進捗確認及び中間評価を実施する。また、計画の最終年度である令和11年度においては、その次の期の計画の策定を円滑に行うため、当該最終年度の上半期に仮評価を行う。	個別の保健事業の評価は年度ごとに行うことを基本として、計画策定時に設定した保健事業ごとの評価指標に基づき、事業の効果や目標の達成状況を確認する。達成状況が想定に達していない場合は、ストラクチャーやプロセスが適切であったか等を確認の上、目標を達成できなかった原因等を検討し、次年度の保健事業の実施やデータヘルス計画の見直しに反映させる。

## 2. データヘルス計画の構成

基本構成			
計画策定に際しては、まず、KDBシステムや公的統計等を用いて死亡、介護、医療、健診などの関連データを分析し、地域における健康課題を抽出する。健康課題の整理に際しては、以下の生活習慣病の進行イメージに沿って、特に保健事業における介入により予防可能な疾患に着目する。 次に、整理した健康課題及び前期計画の振り返りを踏まえ、計画目的及び目標を設定した上で、目標達成のために取り組むべき保健事業の優先順位付けを行い、各事業の評価指標を設定する。			
生活習慣病の進行イメージ			
不健康な生活習慣	生活習慣病予備群 メタボリックシンドローム	生活習慣病	生活習慣病重症化 死亡・介護

【出典】厚生労働省 新たな健診・保健指導と生活習慣病対策

## 2 健康課題の抽出～目的・目標の設定

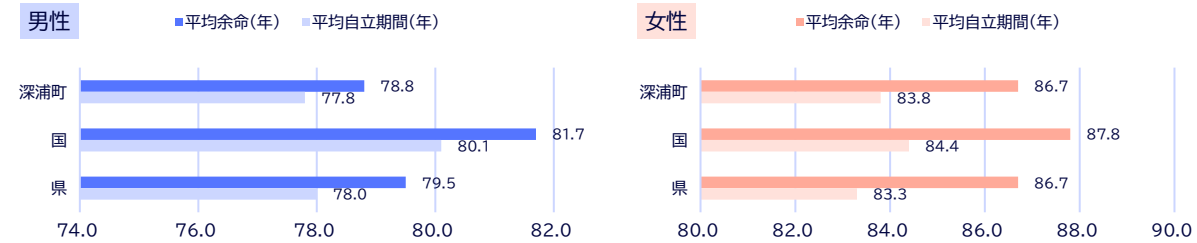
### 1. 死亡・介護・生活習慣病重症化（入院医療・外来（透析））

#### 【平均余命・平均自立期間】

男性の平均余命は78.8年で、国・県より短い。国と比較すると、-2.9年である。女性の平均余命は86.7年で、県と同程度で、国より短い。国と比較すると、-1.1年である。

男性の平均自立期間は77.8年で、国・県より短い。国と比較すると、-2.3年である。女性の平均自立期間は83.8年で、国より短い。国と比較すると、-0.6年である。

#### 平均余命・平均自立期間

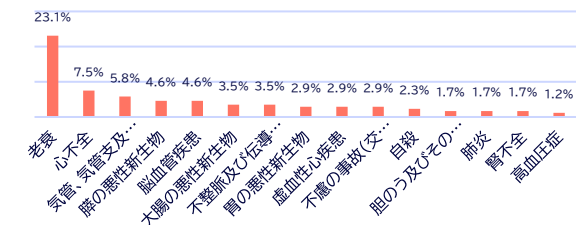


#### 【死亡】

保健事業により予防可能な重篤な疾患について、令和3年の死因別の順位と割合をみると、「脳血管疾患」は第4位（4.6%）、「虚血性心疾患」は第8位（2.9%）、「腎不全」は第12位（1.7%）と、いずれも死因の上位に位置している。

平成29年から令和3年までの標準化死亡比は、男性では「心疾患（高血圧を除く）」は102.5、「脳血管疾患」は80.3、「腎不全」は76.7、女性では「心疾患（高血圧を除く）」は96.0、「脳血管疾患」は83.2、「腎不全」は90.8となっている。

#### 死亡割合\_上位15疾患



#### 標準化死亡比 (SMR)

死因	標準化死亡比 (SMR)		
	深浦町		国
	男性	女性	
心疾患（高血圧性を除く）	102.5	96.0	100
脳血管疾患	80.3	83.2	100
腎不全	76.7	90.8	100

#### 【介護】

要介護認定者の有病割合をみると、「心臓病」は55.3%、「脳血管疾患」は17.9%となっている。

#### 要介護認定者の有病割合

疾病名	要介護・要支援認定者（1・2号被保険者）		国	県	同規模
	該当者数（人）	割合			
糖尿病	93	14.9%	24.3%	22.0%	22.6%
高血圧症	327	49.5%	53.3%	49.6%	54.3%
脂質異常症	184	28.3%	32.6%	27.4%	29.6%
心臓病	371	55.3%	60.3%	55.1%	60.9%
脳血管疾患	112	17.9%	22.6%	21.8%	23.8%
がん	65	9.7%	11.8%	9.0%	11.0%
精神疾患	302	44.0%	36.8%	35.0%	37.8%
うち_認知症	240	34.8%	24.0%	23.1%	25.1%
アルツハイマー病	195	28.7%	18.1%	17.6%	19.0%
筋・骨格関連疾患	354	50.8%	53.4%	44.6%	54.1%

**【生活習慣病重症化】入院医療・外来（透析）**

「虚血性心疾患」及び「脳血管疾患」を含む「循環器系の疾患」の入院医療費は入院医療費全体の13.0%を占めており、「腎不全」の外来医療費は、外来医療費全体の6.0%を占めている。

生活習慣病における重篤な疾患のうち「虚血性心疾患」及び「脳血管疾患」の入院受診率はいずれも国より低く、「慢性腎臓病（透析あり）」の受診率は国より低い。

疾病分類（大分類）別\_入院医療費\_循環器系の疾患

疾病分類（中分類）別\_外来医療費\_腎不全

疾病分類（大分類）	医療費（円）	入院医療費に占める割合	疾病分類（中分類）	医療費（円）	外来医療費に占める割合
循環器系の疾患	37,319,400	13.0%	腎不全	27,730,670	6.0%

受診率（被保険者千人当たりレセプト件数）\_生活習慣病における重篤な疾患

重篤な疾患	深浦町	国	国との比
虚血性心疾患	3.2	4.7	0.67
脳血管疾患	8.6	10.2	0.84
慢性腎臓病（透析あり）	24.8	30.3	0.82



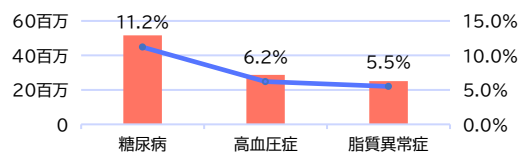
**2. 生活習慣病**

**【生活習慣病】外来医療、健診受診者のうち、受診勧奨対象者**

生活習慣病基礎疾患の外来医療費に占める割合は「糖尿病」が11.2%、「高血圧症」が6.2%、「脂質異常症」が5.5%となっている。基礎疾患及び「慢性腎臓病（透析なし）」の外来受診率は、「慢性腎臓病（透析なし）」が国より低い。

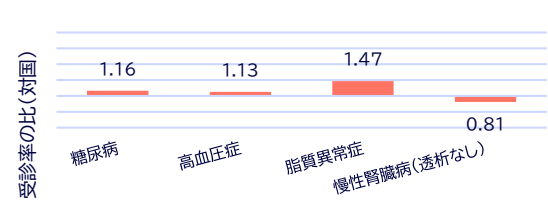
疾病分類（中分類）別\_外来医療費\_基礎疾患（男女合計）

疾病分類（中分類）	医療費（円）	外来医療費に占める割合
糖尿病	51,606,320	11.2%
高血圧症	28,723,890	6.2%
脂質異常症	25,093,360	5.5%



受診率（被保険者千人当たりレセプト件数）\_基礎疾患

基礎疾患及び慢性腎臓病（透析なし）	深浦町	国	国との比
糖尿病	756.7	651.2	1.16
高血圧症	981.0	868.1	1.13
脂質異常症	836.6	570.5	1.47
慢性腎臓病（透析なし）	11.7	14.4	0.81



受診勧奨対象者のうち服薬が確認されていない人の割合は、血糖ではHbA1cが6.5%以上であった人の14.0%、血圧ではI度高血圧以上であった人の48.7%、脂質ではLDL-C140mg/dl以上であった人の81.3%、腎機能ではeGFR45ml/分/1.73m<sup>2</sup>未満であった人の0.0%である。

特定健診受診者における受診勧奨対象者（血糖・血圧・脂質・腎機能）の服薬状況

血糖（HbA1c）	該当者数（人）	服薬なし（人）	服薬なし_割合	血圧	該当者数（人）	服薬なし（人）	服薬なし_割合
6.5%以上7.0%未満	18	1	5.6%	I度高血圧	158	78	49.4%
7.0%以上8.0%未満	22	5	22.7%	II度高血圧	24	8	33.3%
8.0%以上	3	0	0.0%	III度高血圧	11	8	72.7%
合計	43	6	14.0%	合計	193	94	48.7%
脂質（LDL-C）	該当者数（人）	服薬なし（人）	服薬なし_割合	腎機能（eGFR）	該当者数（人）	服薬なし（人）	服薬なし_割合
140mg/dL以上160mg/dL未満	80	70	87.5%	30ml/分/1.73m <sup>2</sup> 以上45ml/分/1.73m <sup>2</sup> 未満	2	0	0.0%
160mg/dL以上180mg/dL未満	42	29	69.0%	15ml/分/1.73m <sup>2</sup> 以上30ml/分/1.73m <sup>2</sup> 未満	0	0	0.0%
180mg/dL以上	12	10	83.3%	15ml/分/1.73m <sup>2</sup> 未満	0	0	0.0%
合計	134	109	81.3%	合計	2	0	0.0%

### 3. 生活習慣病予備群・メタボリックシンドローム

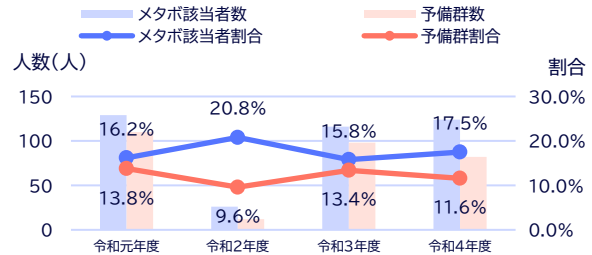
#### 【生活習慣病予備群】メタボ該当者・メタボ予備群該当者

令和4年度特定健診受診者の内、メタボ該当者は124人（17.5%）であり、国・県より低い。メタボ予備群該当者は82人（11.6%）であり、国・県より高い。令和4年度と令和元年度の該当者割合を比較すると、メタボ該当者の割合は1.3ポイント増加しており、メタボ予備群該当者の割合は2.2ポイント減少している。

メタボ該当者数・メタボ予備群該当者数

深浦町

	深浦町		国	県
	対象者数(人)	割合	割合	割合
メタボ該当者	124	17.5%	20.6%	20.8%
メタボ予備群該当者	82	11.6%	11.1%	10.8%

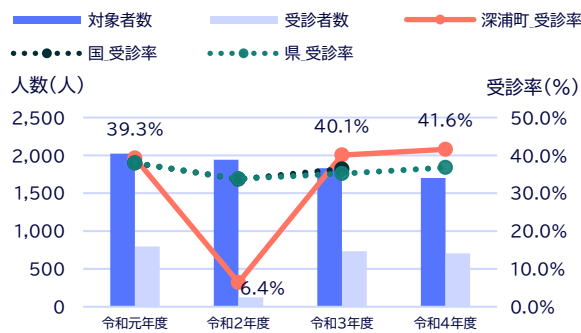


### 4. 不健康な生活習慣

#### 【生活習慣】特定健診受診率・特定保健指導実施率

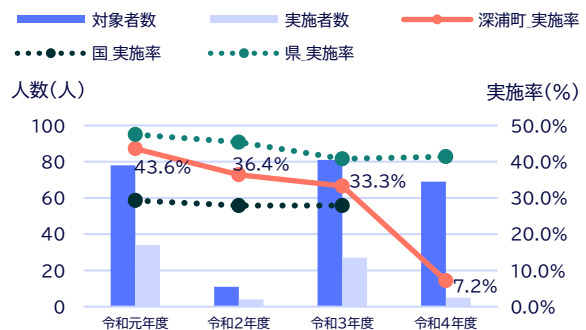
令和3年度の特定健診受診率は40.1%で、国・県より高い。

特定健診受診率（法定報告値）



令和3年度の特定保健指導実施率は33.3%で、県より低い、国より高い。

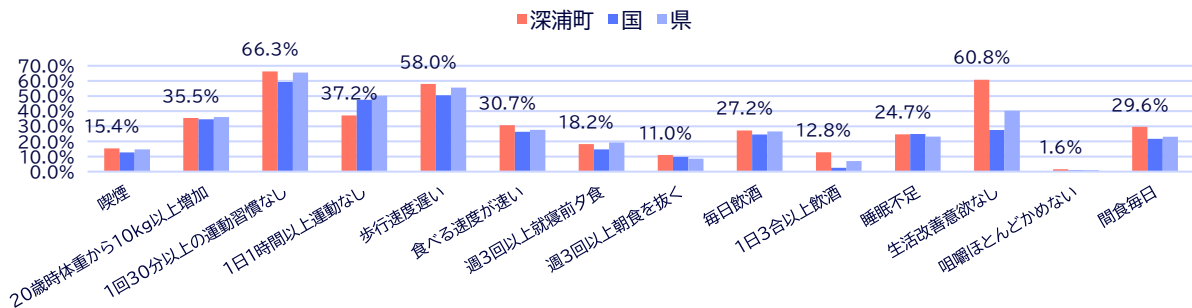
特定保健指導 実施率（法定報告値）



#### 【生活習慣】質問票の回答割合

令和4年度の特定健診受診者の内、国や県と比較して喫煙「1回30分以上の運動習慣なし」「歩行速度遅い」「食べる速度が速い」「週3回以上朝食を抜く」「毎日飲酒」「1日3合以上飲酒」「生活改善意欲なし」「咀嚼ほとんどかめない」「間食毎日」の回答割合が高い。

質問票項目別回答者の割合



## 5. 健康課題の整理

分析結果	健康課題
<p><b>◀生活習慣病重症化予防</b></p> <p>保健事業により予防可能な重篤疾患を見ると、虚血性心疾患・脳血管疾患・腎不全はいずれも令和3年の死因の上位に位置している。心疾患（高血圧を除く）・脳血管疾患・腎不全の平成29年～令和3年の標準化死亡比（SMR）を見ると、心疾患については男女とも国と同程度であるものの、脳血管疾患および腎不全については男女ともにSMRが100以下の値を示している。令和4年度の虚血性心疾患・脳血管疾患の入院受診率は国と比べて低く、SMRの水準と合わせて考えると発生頻度は国と同程度もしくはやや少ない可能性が考えられる。また、慢性腎臓病の外来受診率は透析あり・なしともに国と比べて低く、腎不全のSMRが低いことも踏まえると、深浦町では腎機能が低下している人が国と比較して少ない可能性が考えられる。これらの重篤な疾患の原因となる動脈硬化を促進する糖尿病・高血圧・脂質異常症外来受診率を見ると、いずれも国より高く約1.1倍～1.5倍となっている。一方、特定健診受診者においては、血糖・血圧・脂質に関して受診勧奨判定値を上回っているものの該当疾患に関する服薬がないものが血糖では約1.5割、血圧では約5割、血中脂質では約8割存在している。</p> <p>これらの事実から、深浦町では基礎疾患を有病しているものの外来治療に至っていない有病者が一定数存在しており、より多くの基礎疾患の有病者を適切に治療につなげることで、虚血性心疾患・脳血管疾患・腎不全といった重篤な疾患の発症を抑制できる可能性が考えられる。</p>	<p>A</p> <p>重篤な疾患の発症を防ぐことを目的に、健診を受診し受診勧奨判定値を超えた者に対して適切に医療機関の受診を促進することや保健指導が必要。</p>
<p><b>◀生活習慣病発症予防・保健指導</b></p> <p>特定健診受診者の内、受診勧奨判定値を超えた人の割合・メタボ該当者の割合・メタボ予備群該当者の割合は令和2年度コロナ禍による健診受診者が大幅に減少した年を除き大きな変化は見られない。令和4年度は災害の影響があったため、令和3年度でみると、特定保健指導実施率は国と比べて高く、比較的多くのメタボ該当者・予備群該当者に保健指導が実施できていると考えられる。</p> <p>今後さらに保健指導実施率を高め、多くのメタボ該当者・予備群該当者に保健指導を実施することができれば、メタボ該当者・予備群該当者を減少させることができる可能性があると考えられる。</p>	<p>B</p> <p>メタボ該当者・予備群該当者の悪化を防ぎ、減少させることを目的に、特定保健指導実施率と特定保健指導対象者の減少率の向上が必要。</p>
<p><b>◀早期発見・特定健診</b></p> <p>特定健診受診率は国と比べて高い一方で、特定健診対象者の内、約2割が健診未受診者かつ生活習慣病の治療を受けていない健康状態が不明の状態にあることから、本来医療機関受診勧奨や特定保健指導による介入が必要な人が特定健診で捉えられていない可能性が考えられる。</p>	<p>C</p> <p>適切に特定保健指導や重症化予防事業につなぐことを目的に、特定健診受診率の向上が必要。</p>
<p><b>◀健康づくり</b></p> <p>特定健診受診者における質問票の回答割合を見ると、食習慣の改善が必要と思われる人の割合が高い。このような食習慣が継続した結果、体重増加を伴い、高血糖や高血圧、脂質異常の状態に至り、動脈硬化が進行した結果、最終的に急性心筋梗塞・脳血管疾患・腎不全の発症に至る者が多い可能性が考えられる。また、国や県と比較して「喫煙」「運動習慣なし」の回答割合も高い。</p>	<p>D</p> <p>生活習慣病の発症・進行、重篤疾患の発症を防ぐことを目的に、被保険者における食習慣改善、運動習慣定着、喫煙予防・禁煙の取組が必要。</p>
<p><b>◀介護予防・一体的実施</b></p> <p>介護認定者における有病割合を見ると、心臓病・脳血管疾患といった重篤な疾患は前期高齢者に比べ後期高齢者の方が多い。また、医療費の観点では、狭心症・心筋梗塞・慢性腎臓病（透析あり）・慢性腎臓病（透析なし）の医療費が総医療費に占める割合が国保被保険者よりも後期高齢者の方が多い。</p> <p>これらの事実から、国保被保険者への生活習慣病の重症化予防が、後期高齢者における重篤疾患発症の予防につながる可能性が考えられる。また、国や県と比較して「咀嚼良好」の回答割合が低く、後期高齢者の「食べにくくなった」の回答割合は国より高い。</p>	<p>E</p> <p>将来の重篤な疾患の予防のために国保世代への重症化予防が必要。</p>
<p><b>◀社会環境・体制整備</b></p> <p>重複服薬者が15人、多剤服薬者が4人存在することから、医療費適正化・健康増進の観点で服薬を適正化すべき人が一定数存在する可能性がある。後発医薬品の使用割合は、県と比較して高く、国の目標値を達成している。</p>	<p>F</p> <p>国保被保険者の将来の低栄養リスクを予防することを目的に、口腔衛生の取組が必要。</p> <p>G</p> <p>医療費適正化・健康増進のために、重複・多剤服薬者に対する服薬の適正化と後発医薬品の普及啓発が必要。</p>

## 6. データヘルス計画の目標・評価指標（目標値）・保健事業

### 【目標】・目標ア 生活習慣病対策（健康課題A～Eに対応）

生活習慣の改善、生活習慣病発症・重症化予防に取り組むことで、適切な健康管理と受診行動を促し、被保険者の健康の保持増進を図る。

### ・目標イ 適正受診対策（健康課題Fに対応）

重複・多剤服薬等の受診行動の適正化を促し、後発医薬品の普及啓発を行い、医療費の適正化を図る。

### 【評価指標（目標値）・保健事業】 ※★は青森県が設定した共通の評価指標

#### ◀生活習慣病重症化予防 ▶介護予防・一体的実施

健康課題	評価指標	計画策定時 (R4)	目標値 (R11)
A・E	虚血性心疾患の入院受診率（件/千人）	3.2	2
	脳血管疾患の入院受診率（件/千人）	8.6	7
	慢性腎臓病（透析あり）の外来受診率（件/千人）	24.8	23
	特定健診受診者の内、HbA1cが8.0%以上の者の割合★	0.4%	0.3%
	40～64歳のHbA1cが8.0%以上の者の割合★	0.8%	0.6%
	65～74歳のHbA1cが8.0%以上の者の割合★	0.2%	0.1%
	特定健診受診者の内、HbA1cが6.5%以上の者の割合★	6.1%	5%
	特定健診受診者の内、血圧がⅠ度高血圧以上の者の割合	27.3%	25%
	特定健診受診者の内、LDL-Cが140mg/dl以上の者の割合	18.9%	16%
	特定健診受診者の内、HbA1cが6.5%以上で糖尿病のレセプトがない者の割合★	11.6%	9%
	特定健診受診者の内、血圧がⅠ度高血圧以上で服薬なしの者の割合	48.7%	43%
	特定健診受診者の内、LDL-Cが140mg/dl以上で服薬なしの者の割合	81.3%	70%
	保健事業名		事業概要
①生活習慣病重症化予防（医療機関受診勧奨）		特定健診の結果が医療機関受診勧奨判定値の者に対して、受診勧奨を実施する。	
②生活習慣病重症化予防（健康教室）		特定健診の結果が有所見・医療機関受診勧奨判定値の者に対して、保健指導プログラムを実施する。	
③糖尿病性腎症重症化予防		糖尿病性腎症ハイリスク者（未受診・治療中断・特定健診結果ハイリスク者等）に対して、保健指導・受診勧奨プログラムを実施する。	

#### ◀生活習慣病発症予防・保健指導

健康課題	主な項目	計画策定時 (R4)	目標値 (R11)
B	特定健診受診者の内、メタボ該当者の割合	17.5%	15%
	特定健診受診者の内、メタボ予備群該当者の割合	11.6%	10%
	特定健診受診者の内、血圧が収縮期血圧130mmHg以上又は拡張期血圧85mmHg以上に該当する者の割合★	52.3%	47%
	特定保健指導実施率★	7.2%	60%
	40～64歳の特定保健指導実施率★	0%	60%
	65～74歳の特定保健指導実施率★	10.8%	60%
	特定保健指導による特定保健指導対象者の減少率★	32.1%	38%
	40～64歳の特定保健指導による特定保健指導対象者の減少率★	44.4%	50%
	65～74歳の特定保健指導による特定保健指導対象者の減少率★	26.3%	32%
	保健事業名		事業概要
④特定保健指導		特定健診の結果が「動機付け支援」「積極的支援」の者に対して、生活習慣を改善するための保健指導を実施する。	

#### ◀早期発見・特定健診

健康課題	主な項目	計画策定時 (R4)	目標値 (R11)
C	特定健診受診率★	41.6%	60%
	40～64歳の特定健診受診率★	36.6%	60%
	65～74歳の特定健診受診率★	44.5%	60%
	保健事業名	事業概要	
⑤特定健診受診率向上事業	データ分析し、未受診理由等に応じた特定健診受診勧奨を個別通知により実施する。		

#### ◀健康づくり

健康課題	主な項目	計画策定時 (R4)	目標値 (R11)
D	特定健診受診者の内、質問票における3食以外間食_毎日の回答割合	29.6%	24%
	特定健診受診者の内、質問票における運動習慣ありの回答割合★	33.7%	39%
	特定健診受診者の内、質問票における質問票における喫煙の回答割合★	15.4%	14%
	保健事業名	事業概要	
	⑥食生活改善推進事業	町民を対象とした町内の集会施設での「地区栄養教室」や食生活改善の広報を実施する。	
	⑦壮年期健康づくり事業	壮年期（40～64歳）等に対象に、運動習慣を身に着けるための運動教室プログラムを実施する。	
⑧QOL健診	特定健診受診者を対象に、弘前大学が生活習慣病予防と健康づくりを目的として開発したQOL健診を実施する。		
⑨受動喫煙予防・禁煙対策	5月の「深浦町たばこ対策強化月間」に、広報による啓発を実施する。		

#### ◀介護予防・一体的実施

健康課題	主な項目	計画策定時 (R4)	目標値 (R11)
F	特定健診受診者の内、前期高齢者における低栄養傾向者（BMI20kg/m <sup>2</sup> 以下）数の割合★	18.6%	16%
	特定健診受診者の内、50～74歳の咀嚼良好の回答割合★	69.9%	75%
	保健事業名	事業概要	
⑩成人歯科保健事業	歯周疾患の早期発見や口腔衛生意識の向上を図るため、40・50・60・70歳の者を対象に歯周病検診を実施する。		

#### ◀社会環境・体制整備

健康課題	主な項目	計画策定時 (R4)	目標値 (R11)
G	対象者の重複・多剤服薬状況の改善割合	※R4対象者なし	100%
	後発医薬品の使用割合★	84.8%	85%
	保健事業名	事業概要	
	⑪適正受診・適正服薬促進事業	同一疾病に対し重複して医療機関を受診し、医薬品の処方を受けている者を抽出し、被保険者の健康の保持と医療費適正化を目的とした保健指導を実施する。	
⑫後発医薬品使用促進事業	後発医薬品は、患者の負担軽減や医療保険財政の改善に資することから、被保険者に対して、後発医薬品の使用を促進するための個別通知を実施する。		