

# 平成20年度から メタボリックシンドロームに着目した 「特定健康診査・特定保健指導」がはじまります。

平成20年度から、当共済組合は、地方公務員等共済組合法に基づき、高齢者の医療の確保に関する法律で義務付けられた“特定健康診査・特定保健指導”を実施します。

## 特定健康診査・特定保健指導とは

特定健康診査・特定保健指導とは、高齢者の医療の確保に関する法律に基づき、全ての医療保険者（共済組合・健康保険組合・政管健保・市町村国保等）が、加入する被保険者（組合員）や被扶養者を対象として内臓脂肪症候群に着目した生活習慣病の予防を行う事業です。

## 内臓脂肪症候群（メタボリックシンドローム）とは

平成17年4月に、日本内科学会等内科系8学会が内臓脂肪症候群（メタボリックシンドローム）（以下「メタボリックシンドローム」といいます。）の疾患概念と診断基準を示しました。

メタボリックシンドロームとは、腹部の内臓まわりに脂肪がたまった「内臓脂肪型肥満（腹囲が男性：85 cm以上、女性：90 cm以上）」に加え、血糖値・中性脂肪値・血圧値のうち、いずれか2つ以上の数値が高い状態をいいます。

メタボリックシンドロームの方は、糖尿病や脂質異常症、高血圧症などの生活習慣病を発症しやすくなるといわれています。

## メタボリックシンドロームに着目する理由

しかし、内臓脂肪型肥満に起因する糖尿病や脂質異常症、高血圧症などの生活習慣病は予防可能であり、また、発症してしまった後でも、血糖や血圧などをコントロールすることによって、心筋梗塞などの心血管疾患や脳梗塞などの脳血管疾患、人工透析を必要とする腎不全などへの進展や重症化を予防することは可能であるとされています。

メタボリックシンドロームに着目する理由は、自分の身体状況を詳細にデータで示すことができるため、健診受診者にとって理解しやすく、生活習慣改善に向けて明確な動機づけができるとされているからです。

## 新たな特定健康診査・特定保健指導

これまで、事業主が行う健診や市町村の基本健診は、個別疾病の早期発見、早期治療が目的となっており、健診後の保健指導は、要精検、要治療となった方に対する受診勧

奨、また、高血圧症や脂質異常症、糖尿病、肝臓病などの有病者を中心に行われてきました。

新たな特定健康診査・特定保健指導は、このメタボリックシンドロームに着目し、その要因となっている生活習慣を改善するための保健指導を行い、糖尿病などの有病者や予備群を減少させることに重点を置いたものとなります。

## 国の方針

平成 17 年 12 月に政府・与党医療改革協議会から示された「医療制度改革大綱」においては、中長期的な医療費の伸びの適正化を図るため、特定健康診査・特定保健指導の実施により生活習慣病のリスク要因の減少を図り、平成 20 年度からの 5 年間で糖尿病などの生活習慣病の有病者・予備群を 25 %削減することを政策目標としています。

## 特定健康診査・特定保健指導の対象者は

当共済組合に加入している 40 歳～74 歳までの組合員及び被扶養者が対象となります。

## 特定健康診査・特定保健指導は当共済組合が行います。

組合員の方の特定健康診査・特定保健指導

組合員の方については、事業主が行う定期健康診断を受けることにより、当共済組合が行う特定健康診査を受けたものとみなされるため、新たに特定健康診査を受診する必要はありません。

当共済組合は、事業主からこの定期健康診断の結果の提供を受け、その結果を基に、指導が必要である方に特定保健指導を実施します。

被扶養者の方の特定健康診査・特定保健指導

被扶養者の方については、現在、市町村が老人保健事業として行う基本健診を受診されていますが、平成 20 年度からはそれに変えて、当共済組合が実施する特定健康診査を受診していただくこととなります。

当共済組合は、この特定健康診査の結果を基に、指導が必要である方に特定保健指導を実施します。

## 特定健康診査・特定保健指導の方法は？

特定健康診査は、腹囲、血圧、LDL コレステロール値などの測定を行うとともに、生活習慣に関する質問を行います。

特定保健指導は、この健診結果と質問の回答内容により生活習慣病のリスク要因の数を算定し、その数により受診された方を階層化し指導レベルを判定します。

リスク要因の多い方に対しては、医師や保健師、管理栄養士などが積極的に働きかけ、確実に行動変容を促すことを目指して頂きます。

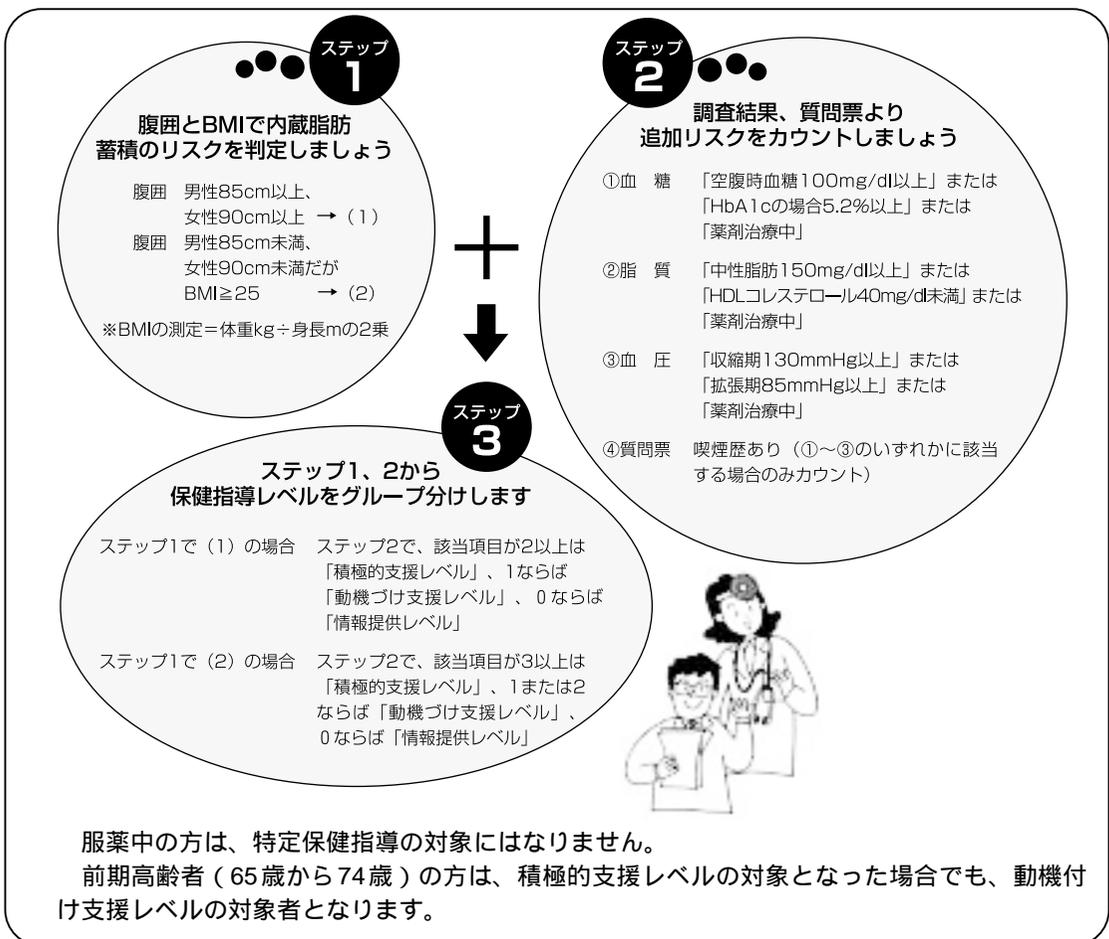
リスク要因の数が比較的少ない方に対しては、生活習慣の改善に向けての動機づけを行うこととします。

現在リスクのない方などには、適切な生活習慣あるいは健康の維持・増進につながる情報提供を行うこととなります。

つまり、特定健康診査・特定保健指導は、健診結果から本人が自分の身体状況を理解し、個人の行動変容を目指した保健指導を行うもので、その指導に当たっては、対象者の考えや行動変容のステージ（準備状態）を考慮した、個別性を重視した指導を行います。

## 階層化・指導レベルの判定

具体的な階層化と指導レベルの判定方法は、下記のとおりです。皆さんも定期健康診断の結果を用いてご自身がどこに該当するか調べてみてはいかがでしょうか。



特定健康診査・特定保健指導の具体的な実施については、追ってお知らせします。