

---

# 小金井市国民健康保険特定健康診査等実施計画

---

平成 20 年 2 月

小金井市市民部保険年金課



# はじめに

小金井市長



平成17年12月に承認された「医療制度改革大綱」を踏まえ、「生活習慣病予防の徹底」を図るため、平成20年4月から、各医療保険者に対して、糖尿病等の生活習慣病に関する健康診査及び特定健診の結果により健康の保持に努める必要がある者に対する保健指導の実施が義務付けられました。また、その政策目標として、平成27年度には平成20年と比較して糖尿病等の生活習慣病有病者・予備群を25%減少させることとして、中長期的な医療費の伸びの適正化を図ることとされたところです。

小金井市国民健康保険においても、この制度に対応し政策目標を達成するために、効果的・効率的な健診・保健指導を実施することから、「特定健康診査等基本指針」に基づき、平成20年度から平成24年度までの「小金井市国民健康保険特定健康診査等実施計画」を定める運びとなりました。

本計画の策定に際しましては、被保険者の皆さまから、健診・保健指導の実施時期や実施体制、自己負担に関するお考え等を、アンケート調査という形でいただきました。また、小金井市国民健康保険運営協議会に本計画の策定について諮問し、ご了承をいただいたところです。

小金井市国民健康保険は、本計画に基づき特定健康診査及び特定健康指導を実施し、その数値目標を達成するために、一層の努力をしてまいります。

国民健康保険の被保険者をはじめとする市民の皆さま及び関係者の方々のご理解とご協力をお願い申し上げます。



－ 目次 －

第1章	計画の策定にあたって	1
1	特定健診・特定保健指導の導入の趣旨	1
2	メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）に着目する意義	1
3	計画の枠組み	3
1	計画の性格と位置づけ	3
2	計画の期間	3
3	計画の対象者	3
4	計画の推進体制	3
第2章	小金井市の現状	4
1	小金井市の人口および国民健康保険被保険者の現状	4
2	被保険者の健康課題	5
1	健診からみる健康課題	5
2	医療費からみる健康課題	6
3	主要死因	10
3	特定健診等に対する被保険者の意識	11
第3章	特定健診・特定保健指導実施計画のフレーム	16
1	特定健診・特定保健指導実施の基本的な考え方	16
2	達成しようとする目標	16
1	目標値の設定	16
2	計画の目標値	16
3	特定健診等の対象者見込み数（後期高齢者を除く）	17
第4章	特定健診・特定保健指導の実施	19
1	特定健診の実施について	19
1	特定健診の実施方法	19
2	健診項目	19
3	運営管理	20
2	特定保健指導（動機づけ支援・積極的支援）の実施について	22
1	特定保健指導の実施方法	22
2	保健指導の内容	22
3	運営管理	23
第5章	個人情報の保護	25
第6章	特定健康診査等実施計画の公表・周知	25
第7章	特定健康診査等実施計画の評価および見直し	26
第8章	その他の事項	27
< 資料編 >		
1	アンケート票見本	31
2	受診券、利用券見本	32
3	地域資源例	34



## 第1章 計画の策定にあたって

### 1 特定健診・特定保健指導の導入の趣旨

わが国では、近年、高齢化の急速な進展にともない、疾病全体に占めるがん、虚血性心疾患、脳血管疾患、糖尿病等の生活習慣病の割合が増加し、医療費、死亡原因等においても生活習慣病の占める割合が大きくなっています。国民の受療の実態においても、加齢に伴い生活習慣病の外来受療率が増加し、75歳付近を境にして生活習慣病を中心とした入院受療率が上昇しています。

特に、生活習慣病の中でも、心疾患、脳血管疾患等の重要な危険因子である糖尿病、高血圧症、高脂血症等の有病者は増加しており、その発症前の段階であるメタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）が疑われる人も相当数にのぼります。さらに、国が平成12年から推進している健康づくり施策「21世紀における国民健康づくり運動（健康日本21）」の中間評価における暫定直近実績値では、糖尿病有病者・予備群および肥満者の増加（20歳から60歳代男性）や、野菜摂取量の不足、日常生活における歩数の減少等、国民の健康状態及び生活習慣の改善が見られない、もしくは悪化している現状が見られます。

こうした現状を踏まえ、今般の医療制度改革（「医療制度改革大綱」平成17年12月1日）により、国・都道府県・医療保険者が各々目標を定めて、生活習慣病予防のためにそれぞれの役割に応じた取組みを進めることになりました。特に、医療保険者は、「高齢者の医療の確保に関する法律」により、平成20年4月から、糖尿病等の生活習慣病に関する健康診査（以下、特定健診）および特定健康診査の結果により健康の保持に努める必要があるとされた人に対する保健指導（以下、「特定保健指導」）を実施することになりました。

### 2 メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）に着目する意義

メタボリックシンドロームとは、内臓脂肪型肥満を共通の要因として、高血糖、脂質異常、高血圧等を呈する病態であり、それぞれの症状が重複した場合、虚血性心疾患、脳血管疾患等の発症リスクは高くなります。

つまり、内臓脂肪型肥満に起因する糖尿病、脂質異常症、高血圧は、内臓脂肪を減少させることで予防可能であり、またそれらを発症した後でも、血糖や血圧等を適切にコントロールすることで、虚血性心疾患、脳血管疾患、腎不全等への進展・重症化は予防することができるといえます。

特定健診・特定保健指導にメタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）の概念を導入することにより、健診受診者にとって、生活習慣と健診結果、疾病発症との関係が理解しやすくなり、生活習慣の改善に向けての明確な動機づけが可能になると考えられます。

## 特定健診・特定保健指導の位置づけとその特徴

		これまでの健診・保健事業								これからの健診・保健事業																								
根拠	対象	30歳	40歳	50歳	60歳	70歳	75歳以上	改正	根拠	対象	30歳	40歳	50歳	60歳	70歳	75歳以上																		
老人保健法	住民	基本健康診査 ※ 40歳の者に肝炎ウイルス検診を実施						改正 老人保健法の	高年齢者医療確保法	75歳の住民以上	生活機能評価 ※ 65歳以上の者						改正 健康増進法の	高年齢者医療確保法	加国入保者	特定健康診査・特定保健指導 ※ 40～74歳の国保加入者対象						改正 介護保険法の	介護保険法	75歳以上	後期高齢者医療制度					
		歯周疾患検診 ※ 40・50歳									特定健康診査・特定保健指導 ※ 40～74歳の国保加入者対象																							
		骨粗しょう症健診 ※ 35～70歳の5歳刻みの女性									上乗せ健康診査 ※ 35歳以上の住民対象 無保険者（生活保護受給者等）に対する特定健康診査に相当する健康診査 肝炎ウイルス検診 歯周疾患検診 骨粗しょう症健診																							
健康増進法	住民	がん検診 ※ 胃がんは35歳以上の者（妊娠中の者を除く） ※ 子宮がんは20歳以上の昨年度未受診の者 ※ 乳がんは、視診・触診のみの健診は25～39歳の者、視診・触診・マンモグラフィによる検診は40歳以上の昨年度未受診の者 ※ 肺がん、大腸がんは40歳以上						改正 介護保険法の	健康増進法	住民	がん検診						改正 介護保険法の	介護保険法	75歳以上	がん検診														
		健康教育 ※ 市内在住の者および基本健康診査受診者									健康教育																							
		健康相談 ※ 市内在住の者									健康相談																							
介護保険法	介護保険被保険者	介護予防事業 ※ 65歳以上の者						改正 介護保険法の	介護保険法	介護保険被保険者	介護予防事業 ※ 65歳以上の者						改正 介護保険法の	介護保険法	75歳以上	介護予防事業 ※ 65歳以上の者  生活機能評価 ※ 65歳以上の者														
介護予防事業 ※ 65歳以上の者						介護予防事業 ※ 65歳以上の者																												
生活機能評価 ※ 65歳以上の者						生活機能評価 ※ 65歳以上の者																												

	これまでの健診・保健指導
健診・保健指導の関係	健診に付加した保健指導
特徴	プロセス（過程）重視の保健指導
目的	個別疾患の早期発見・早期治療
内容	健診結果の伝達、理想的な生活習慣に係る一般的な情報提供
保健指導の対象者	健診結果で「要指導」と指定され、健康教育等の保健事業に参加した者
方法	一時点の健診結果のみに基づく保健指導 画一的な保健指導
評価	アウトプット（事業実施量）評価 実施回数や参加人数
実施主体	市町村

最新の科学的知識と、課題抽出のための分析

行動変容を促す手法

	特定健診・特定保健指導
内臓脂肪型肥満に着目した生活習慣病予防のための保健指導を必要とする者を抽出する健診	内臓脂肪型肥満に着目した生活習慣病予防のための保健指導を必要とする者を抽出する健診
結果を出す保健指導	結果を出す保健指導
内臓脂肪型肥満に着目した早期介入・行動変容	内臓脂肪型肥満に着目した早期介入・行動変容 リスクの重複がある対象者に対し、医師、保健師、管理栄養士等が早期に介入し、行動変容につながる保健指導を行う
自己選択と行動変容	自己選択と行動変容 対象者が代謝等の身体のメカニズムと生活習慣との関係を理解し、生活習慣の改善を自らが選択し、行動変容につなげる
健診受診者全員に対し、必要度に応じ、階層化された保健指導を提供	健診受診者全員に対し、必要度に応じ、階層化された保健指導を提供 リスクに基づく優先順位をつけ、保健指導の必要性に応じて「情報提供」「動機づけ支援」「積極的支援」を行う
健診結果の経年変化及び将来予測を踏まえた保健指導	健診結果の経年変化及び将来予測を踏まえた保健指導 データ分析等を通じて集団としての健康課題を設定し、目標に沿った保健指導を計画的に実施 個々人の健診結果を読み解くとともに、ライフスタイルを考慮した保健指導
アウトカム（結果）評価	アウトカム（結果）評価 糖尿病等の有病者・予備群の25%減少
医療保険者	医療保険者



### **3** 計画の枠組み

#### **1** 計画の性格と位置づけ

この計画は、国の特定健康診査等基本指針（法第 18 条）に基づき、国民健康保険者である小金井市が国民健康保険被保険者に対して策定する計画であり、東京都医療費適正化計画と十分な整合性を図るものとします。

#### **2** 計画の期間

この計画は、5 年間を一期とし、第 1 期は平成 20 年度から平成 24 年度とします。また、以降 5 年ごとに見直しを行います。

#### **3** 計画の対象者

この計画の対象者は、小金井市の40歳から74歳までの国民健康保険被保険者とします。

#### **4** 計画の推進体制

保険年金課と健康課が協力して計画の進行管理や評価にあたることとし、また、関係する介護福祉課とも連携して計画の推進にあたります。

## 第2章 小金井市の現状

### 1 小金井市の人口および国民健康保険被保険者の現状

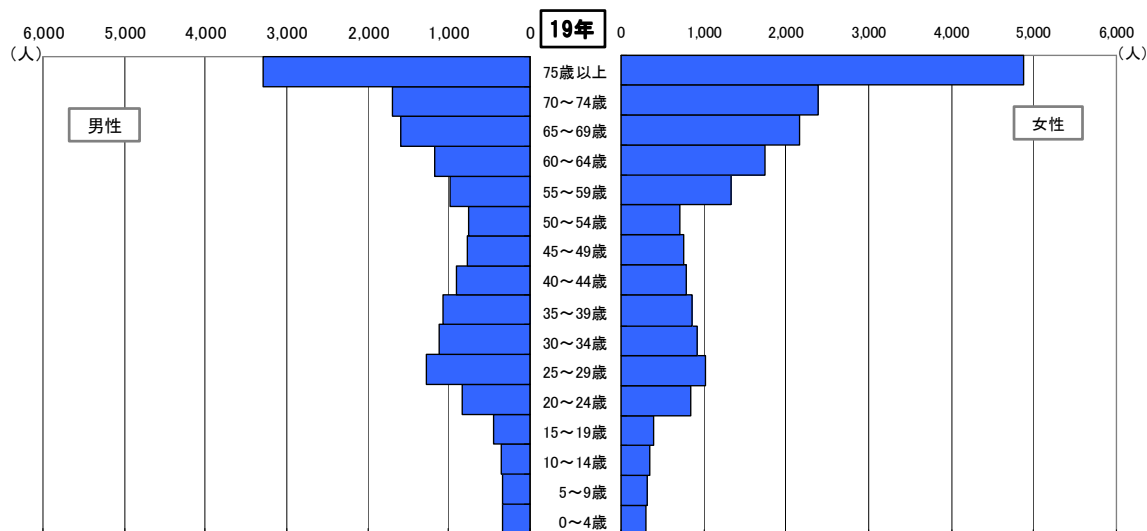
小金井市の人口は、平成19年4月1日現在、112,060人で、高齢化率（人口に占める65歳以上人口の割合）は17.6%と全国平均、東京都平均と比べて低い水準にあります。また、国民健康保険被保険者は36,743人で、国民健康保険加入率は32.8%と全国平均、東京都平均と比べて低い水準にあります。

国民健康保険被保険者数について年齢階層別にみると、特定健診・特定保健指導の対象年齢である40～74歳の被保険者は17,786人で、被保険者全体の48.4%を占めています。

小金井市の人口と国民健康保険被保険者数

	全国 (平成18年10月1日)	東京都 (平成18年10月1日)	小金井市 (平成19年4月1日)
全人口	127,770千人	12,659千人	112,060人
40～74歳人口	57,501千人	5,564千人	46,985人
高齢化率	20.8%	19.1%	17.6%
国民健康保険被保険者数	47,657.6千人	4,842.7千人	36,743人
国民健康保険加入率	37.3%	38.3%	32.8%

年齢階層別の被保険者数



(資料) 小金井市資料、平成19年4月1日現在。

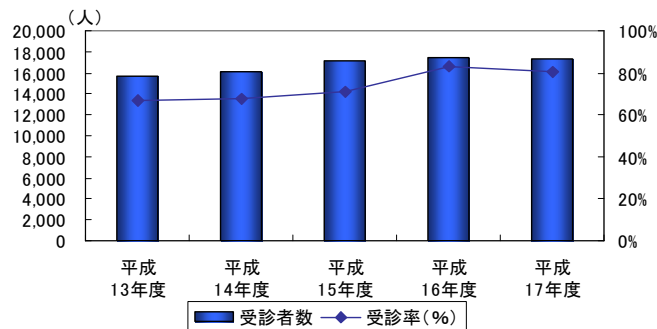
## 2 被保険者の健康課題

### 1 健診からみる健康課題

#### ① 健診受診状況

小金井市の基本健診の状況を見ると、受診者数は1万7千人程度、受診率は80%程度で推移しています。

小金井市における基本健診受診状況の年度推移



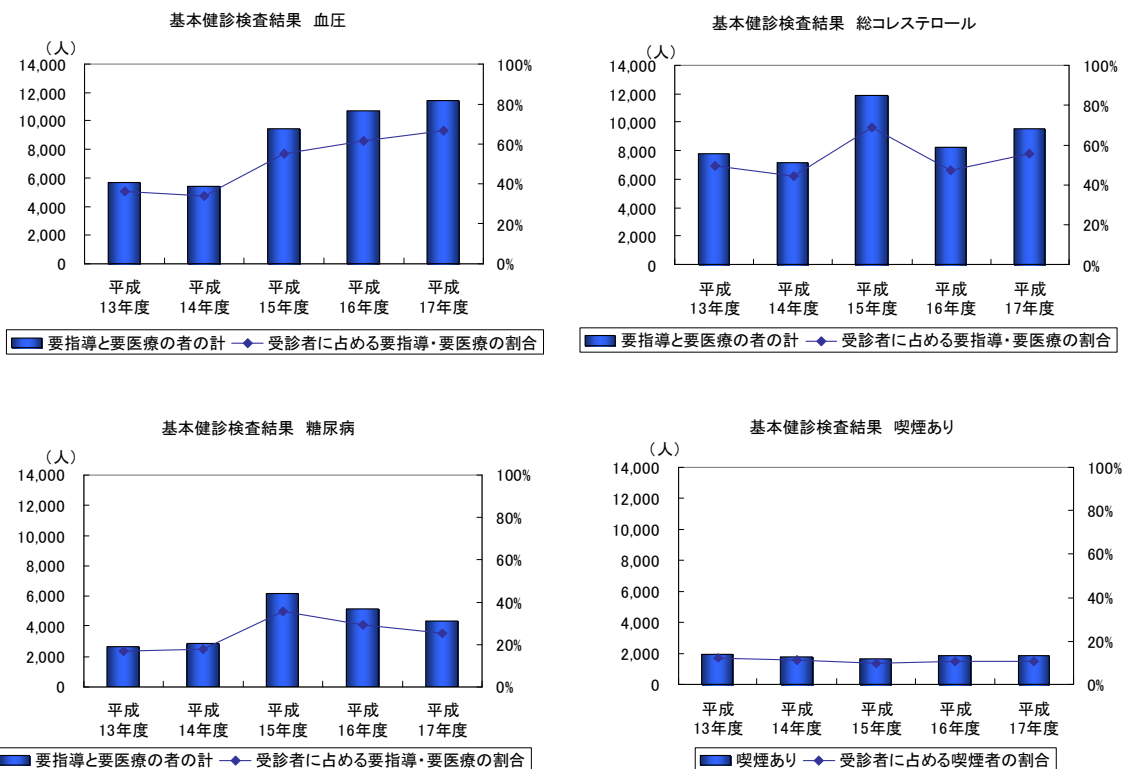
#### ② 基本健康診査の年度推移にみる被保険者の健康課題

小金井市の基本健診の検査結果について、血圧を見ると、要指導と要医療の者の合計が1万人程度、受診者に占める割合は60%程度で増加傾向となっています。

また、総コレステロールを見ると、要指導と要医療の者の合計が9千人前後、受診者に占める割合は50%程度で推移しています。糖尿病では、要指導と要医療の者の合計が4千～5千人程度、受診者に占める割合は20～30%程度で減少傾向となっています。

さらに、喫煙状況を見ると、喫煙ありの者の合計が1,800人程度、受診者に占める割合は10%程度で横ばいに推移しています。

小金井市における基本健診検査結果

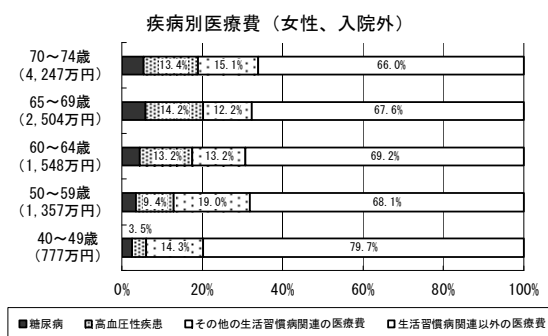
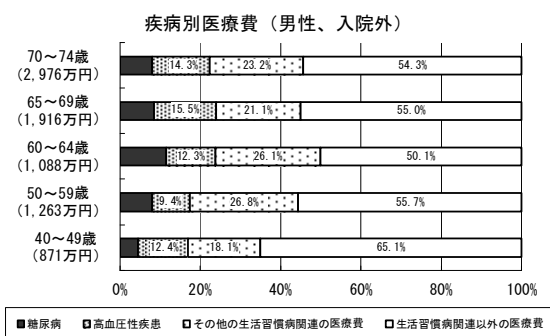
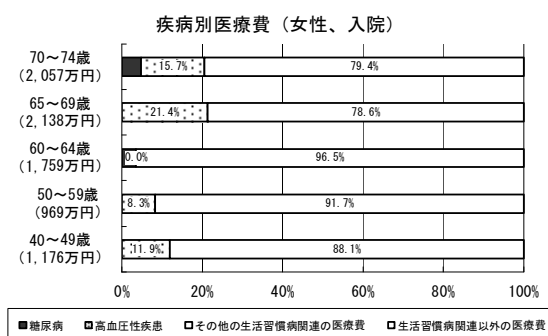
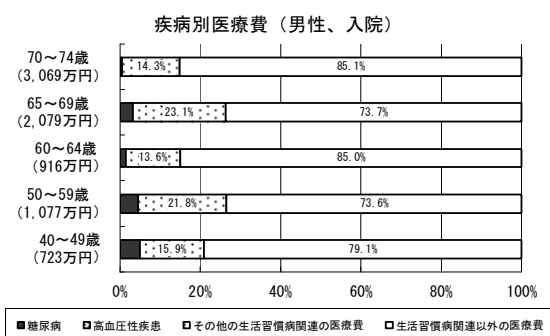
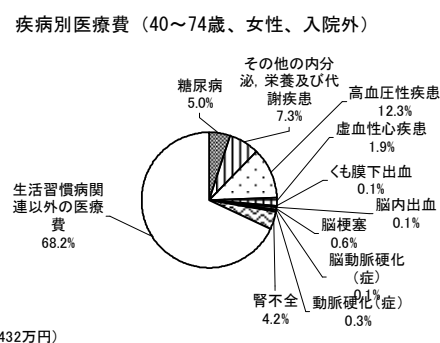
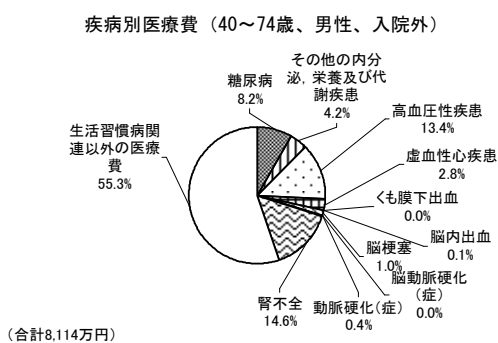
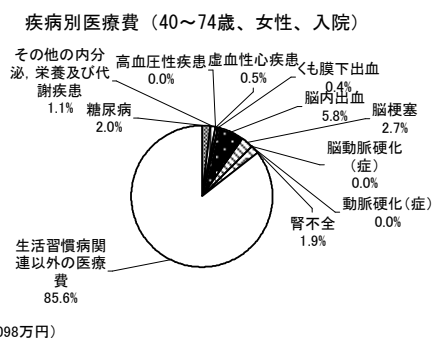
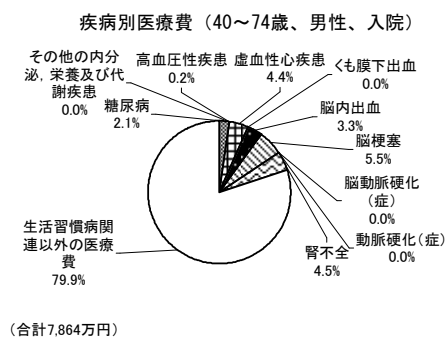


## 2 医療費からみる健康課題

### ① 国民健康保険者のレセプトにみる生活習慣病の状況

平成18年11月診療分の国民健康保険者のレセプト（診療報酬明細書）のデータを基に、生活習慣病の医療費を見ると、生活習慣病の医療費が全医療費に占める割合は、女性では1～3割、男性では2～4割となっています。生活習慣病の予防が、医療費適正化に向けても大きな効果を持つと考えられます。

#### 小金井市における国民健康保険被保険者の疾病別医療費



また、同様に平成18年11月診療分の国民健康保険者のレセプトデータを基に、小金井市における疾病別医療費の上位10疾病をみると、40歳を境に生活習慣病にかかる医療費が急増しており、また、年齢階級が上がるにつれて上位となる傾向にあります。

### 小金井市における国民健康保険被保険者の疾病別医療費（上位10疾病）

～39歳	医療費(円)	件数(件)	40～49歳	医療費(円)	件数(件)	50～59歳	医療費(円)	件数(件)
統合失調症、統合失調症型障害及び妄想性障害	3,450,380	125	統合失調症、統合失調症型障害及び妄想性障害	3,566,970	73	統合失調症、統合失調症型障害及び妄想性障害	8,015,460	87
気分[感情]障害(躁うつ病を含む)	2,754,570	124	その他の消化器系の疾患	2,983,760	36	腎不全	5,846,330	15
その他の急性上気道感染症	2,538,490	415	他に分類されないもの	2,144,100	31	高血圧性疾患	2,462,440	266
その他の血液及び造血器の疾患並びに免疫機構の障	2,211,660	4	腎不全	2,069,890	7	糖尿病	1,993,940	106
喘息	2,178,480	233	気分[感情]障害(躁うつ病を含む)	1,924,890	64	気管、気管支及び肺の悪性新生物	1,686,960	6
他に分類されないもの	1,997,710	101	胃の悪性新生物	1,414,310	3	その他の内分泌、栄養及び代謝疾患	1,519,860	124
皮膚炎及び湿疹	1,558,030	279	脳梗塞	1,355,160	3	その他の悪性新生物	1,435,890	23
腸管感染症	1,537,810	146	高血圧性疾患	1,347,380	84	その他の神経系の疾患	1,410,240	60
その他の消化器系の疾患	1,523,920	72	脳内出血	1,200,690	4	他に分類されないもの	1,211,930	41
脳性麻痺及びその他の麻痺性症候群	1,395,890	11	その他の悪性新生物	1,021,500	8	その他の筋骨格系及び結合組織の疾患	1,049,050	36

60～64歳	医療費(円)	件数(件)	65～69歳	医療費(円)	件数(件)	70～74歳	医療費(円)	件数(件)
統合失調症、統合失調症型障害及び妄想性障害	4,008,810.00	39	高血圧性疾患	6,507,260.00	645	高血圧性疾患	10,125,730.00	958
悪性リンパ腫	3,748,750.00	2	統合失調症、統合失調症型障害及び妄想性障害	4,518,760.00	31	他に分類されないもの	8,927,260.00	168
高血圧性疾患	3,383,600.00	377	脳梗塞	3,950,040.00	43	腎不全	7,744,750.00	22
腎不全	3,158,980.00	11	虚血性心疾患	3,904,440.00	73	その他の心疾患	6,675,680.00	111
糖尿病	2,669,230.00	109	糖尿病	3,783,990.00	234	糖尿病	5,725,640.00	315
関節症	2,416,420.00	32	白血病	3,771,760.00	4	統合失調症、統合失調症型障害及び妄想性障害	5,244,780.00	41
結腸の悪性新生物	2,408,890.00	17	その他の内分泌、栄養及び代謝疾患	3,558,430.00	312	その他の内分泌、栄養及び代謝疾患	4,722,700.00	430
喘息	1,930,970.00	38	肺炎	3,256,420.00	10	その他の悪性新生物	4,442,140.00	82
その他の神経系の疾患	1,738,540.00	49	他に分類されないもの	3,069,930.00	87	白内障	4,147,710.00	211
その他の内分泌、栄養及び代謝疾患	1,619,400.00	181	その他の悪性新生物	2,999,360.00	40	脊椎障害(脊椎症を含む)	3,749,870.00	258

75歳～	医療費(円)	件数(件)
高血圧性疾患	33,729,250	2,347
脳梗塞	32,096,940	342
他に分類されないもの	22,033,530	381
その他の心疾患	21,054,320	389
骨折	20,603,950	168
腎不全	17,856,670	60
虚血性心疾患	17,413,280	377
その他の悪性新生物	15,503,690	191
糖尿病	13,226,430	586
脊椎障害(脊椎症を含む)	11,594,110	634

### (参考) 東京都における国民健康保険被保険者の疾病別医療費

～39歳	医療費(円)	件数(件)	40～49歳	医療費(円)	件数(件)	50～59歳	医療費(円)	件数(件)
喘息	576,151,700	57,466	統合失調症、統合失調症型障害及び妄想性障害	499,678,520	8,896	腎不全	1,012,972,910	2,992
統合失調症、統合失調症型障害及び妄想性障害	536,726,620	13,530	腎不全	339,227,140	1,059	統合失調症、統合失調症型障害及び妄想性障害	769,464,290	8,714
他に分類されないもの	525,879,160	19,985	他に分類されないもの	211,067,810	5,952	高血圧性疾患	709,818,680	61,006
その他の急性上気道感染症	505,814,600	77,403	良性新生物及びその他の新生物	189,485,310	6,306	糖尿病	536,304,970	22,372
その他の損傷及びその他の外因の影響	426,147,850	27,133	高血圧性疾患	167,875,120	13,248	他に分類されないもの	392,842,020	9,457
その他の消化器系の疾患	330,388,770	13,503	糖尿病	159,452,680	6,758	その他の悪性新生物	363,484,170	3,539
皮膚炎及び湿疹	323,218,500	55,846	その他の消化器系の疾患	146,188,280	5,351	その他の消化器系の疾患	286,920,220	8,327
腸管感染症	296,690,540	33,661	その他の神経系の疾患	137,518,360	6,554	虚血性心疾患	271,197,020	4,246
その他の神経系の疾患	294,036,050	10,724	気分[感情]障害(躁うつ病を含む)	124,562,070	7,997	その他の内分泌、栄養及び代謝疾患	266,548,010	20,375
良性新生物及びその他の新生物	276,823,170	9,453	脳性麻痺及びその他の麻痺性症候群	113,200,430	547	その他の神経系の疾患	264,763,280	9,640

60～64歳	医療費(円)	件数(件)	65～69歳	医療費(円)	件数(件)	70～74歳	医療費(円)	件数(件)
高血圧性疾患	802,170,170.00	70,311	高血圧性疾患	1,270,309,860.00	106,877	高血圧性疾患	1,721,345,110.00	129,989
腎不全	752,885,490.00	2,356	腎不全	1,071,192,730.00	3,306	腎不全	1,124,449,970.00	3,531
糖尿病	546,324,800.00	23,454	糖尿病	784,751,970.00	34,614	糖尿病	1,011,711,260.00	40,277
統合失調症、統合失調症型障害及び妄想性障害	444,093,160.00	4,019	その他の悪性新生物	660,168,700.00	6,879	その他の悪性新生物	802,334,880.00	9,618
その他の悪性新生物	405,598,360.00	4,208	他に分類されないもの	628,002,540.00	13,731	虚血性心疾患	788,194,750.00	14,820
他に分類されないもの	374,456,070.00	9,026	虚血性心疾患	548,445,130.00	10,215	他に分類されないもの	778,441,070.00	17,989
虚血性心疾患	356,885,010.00	5,783	その他の内分泌、栄養及び代謝疾患	413,212,450.00	34,562	その他の心疾患	599,734,990.00	12,752
その他の消化器系の疾患	285,749,570.00	7,662	その他の心疾患	409,774,910.00	9,364	脳梗塞	569,853,220.00	12,833
その他の内分泌、栄養及び代謝疾患	279,813,710.00	22,814	統合失調症、統合失調症型障害及び妄想性障害	403,321,090.00	3,730	その他の内分泌、栄養及び代謝疾患	537,001,720.00	40,928
その他の心疾患	243,998,680.00	5,820	その他の消化器系の疾患	400,277,050.00	11,486	その他の消化器系の疾患	505,445,010.00	14,806

75歳～	医療費(円)	件数(件)
高血圧性疾患	4,115,599,400	248,848
脳梗塞	2,692,863,950	40,531
腎不全	2,040,955,240	7,075
骨折	2,005,554,020	15,740
他に分類されないもの	1,971,037,550	38,803
その他の心疾患	1,951,056,200	34,874
糖尿病	1,732,452,140	57,375
虚血性心疾患	1,598,257,070	36,469
その他の悪性新生物	1,588,929,270	19,494
その他の消化器系の疾患	1,221,569,900	29,141

## ② 生活習慣病の個別疾病における年齢階層別の医療費

平成18年11月診療分の国民健康保険者のレセプトデータを基に、生活習慣病の個別疾病について、年齢階層別に医療費を見ていくと、高血圧性疾患、糖尿病は、一人当たり医療費（医療費総額／被保険者数）、受診率（レセプト件数／被保険者数）共に高い状況になっています。年齢が高くなるにつれその値も大きくなっていきます。ただし、東京都と比較してほぼ低い値となっています。

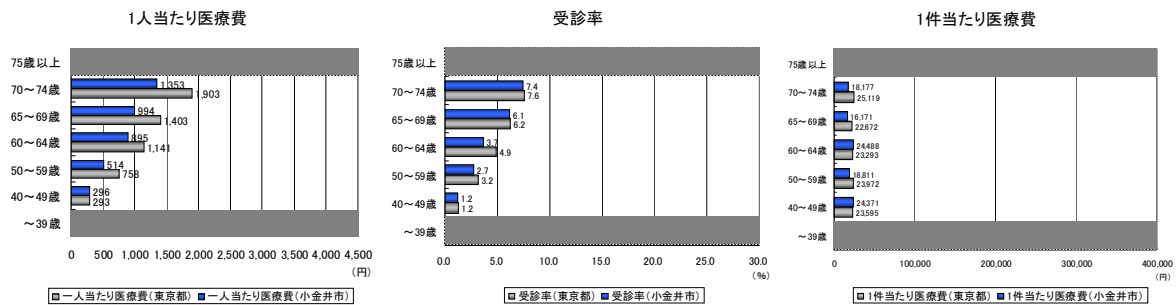
糖尿病の合併症である「糖尿病性腎不全」を含む腎不全は、一人当たり医療費、1件当たり医療費（医療費総額／レセプト件数）共に高い状況になっています。人工透析による医療費の増大が考えられます。また、東京都と比較して40、50歳代の1人当たり医療費が若干高く、また、50歳代や70～74歳の1件当たり医療費が高くなっています。

脳内出血は、年齢の若い層の1件当たり医療費が高い状況になっています。投薬や手術などの治療を複合的に受けていることが予想されます。また、東京都と比較して1人当たり医療費、1件当たり医療費がほとんどの年齢階層において高くなっています。

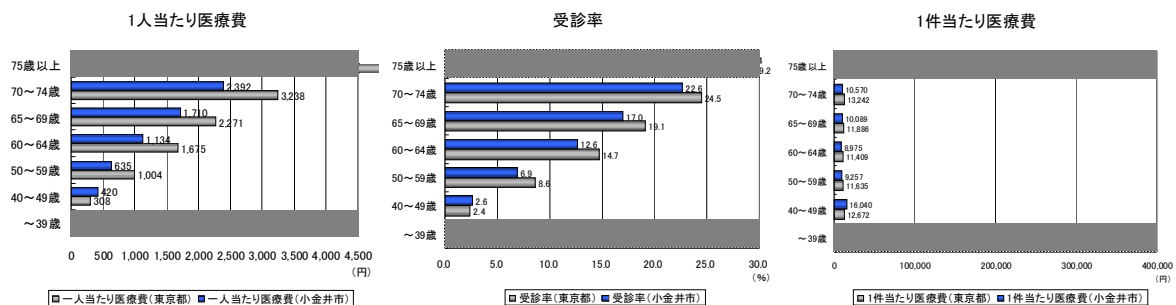
脳血管性疾患による後遺症を残すと、介護が必要な状態にもなります。

### 小金井市における国民健康保険被保険者の年齢階層別の医療費

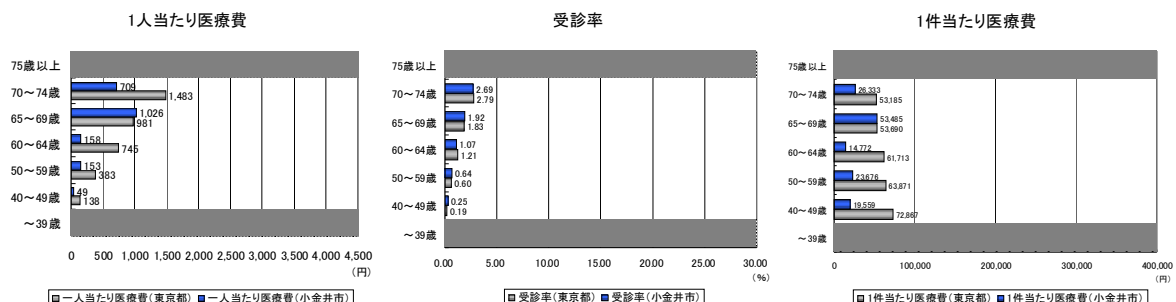
#### ◆ 糖尿病



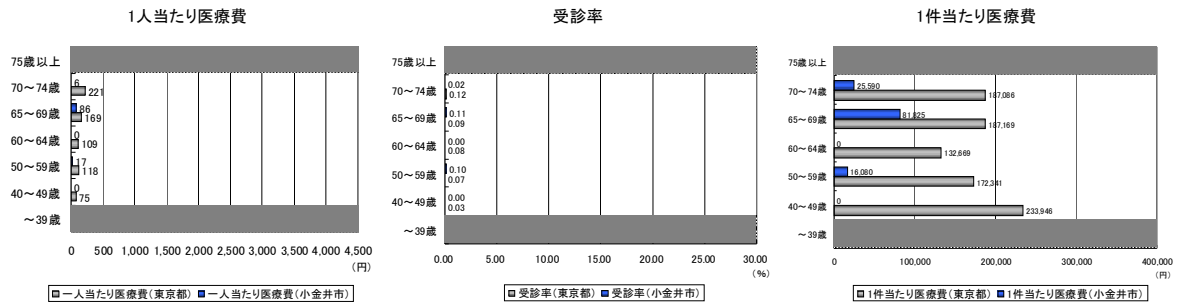
#### ◆ 高血圧性疾患



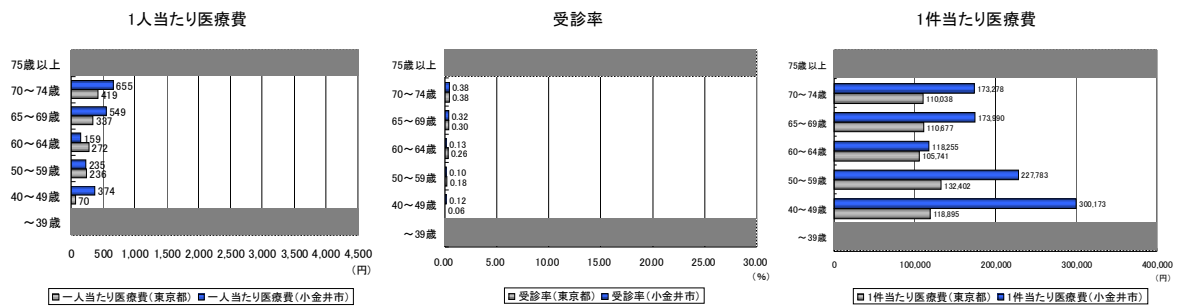
#### ◆ 虚血性心疾患



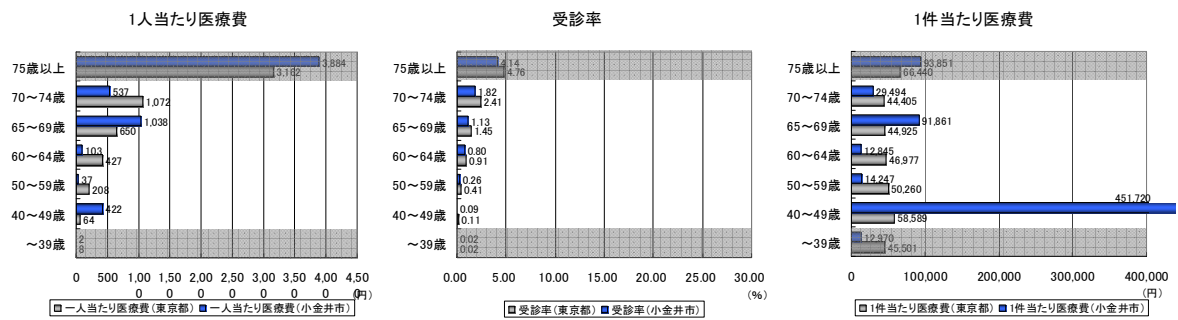
◆ くも膜下出血



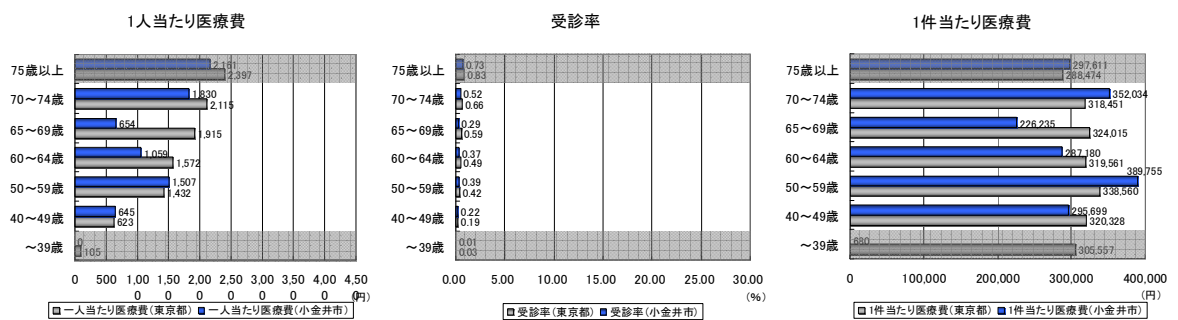
◆ 脳内出血



◆ 脳梗塞



◆ 腎不全



『疾病別医療費分析システム 2006年11月』(東京都国民健康保険団体連合会)を基に作成

### 3 主要死因

年次別主要死因の上位 7 位の状況は下記の通りとなります。メタボリックシンドロームにより発症リスクが高まる心疾患、脳血管疾患等が主要死因の上位となる傾向にあります。

小金井市における年次別主要死因の順位

単位:人

年	平成13年	平成14年	平成15年	平成16年	平成17年
総数	647	539	620	624	653
順位					
1	悪性新生物 222(34.3%)	悪性新生物 236(43.8%)	悪性新生物 201(32.4%)	悪性新生物 233(37.3%)	悪性新生物 250(38.3%)
2	心疾患 91(14.1%)	心疾患 93(17.3%)	心疾患 95(15.3%)	心疾患 89(14.3%)	心疾患 89(13.6%)
3	脳血管疾患 76(11.3%)	脳血管疾患 76(14.1%)	脳血管疾患 67(10.8%)	脳血管疾患 74(11.9%)	脳血管疾患 70(10.7%)
4	肺炎 63(9.7%)	肺炎 75(13.9%)	肺炎 63(10.2%)	肺炎 46(7.4%)	肺炎 66(10.1%)
5	脳梗塞 41(6.3%)	急性期心筋梗塞 37(6.9%)	自殺 21(3.4%)	自殺 23(3.7%)	自殺 18(2.8%)
6	気管支及び 肺の悪性新生物 41(6.3%)	自殺 14(2.6%)	不慮の事故 15(2.4%)	不慮の事故 22(3.5%)	不慮の事故 17(2.6%)
7	急性期心筋梗塞 38(5.9%)	糖尿病 8(1.5%)	糖尿病 11(1.8%) 慢性閉塞性 肺疾患 11(1.8%) 肝疾患 11(1.8%)	糖尿病 10(1.6%) 腎不全 10(1.6%)	腎不全 11(1.7%)

『小金井市の保健衛生 平成18年度版』より抜粋



### 3 特定健診等に対する被保険者の意識

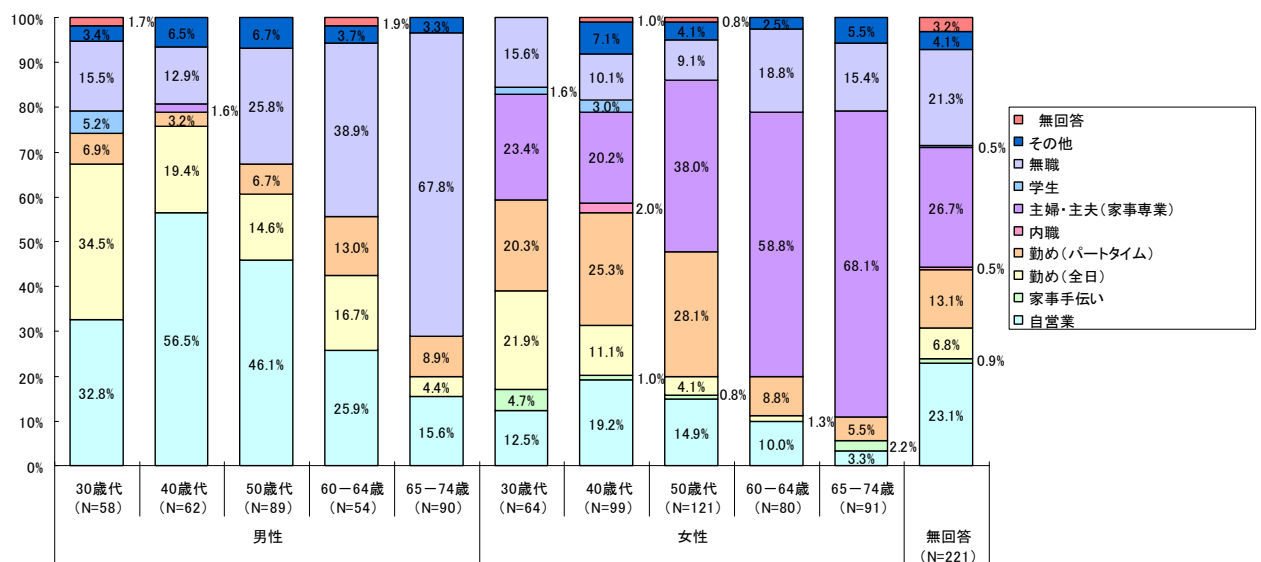
小金井市が実施した特定健診・特定保健指導についてのアンケート結果<sup>1</sup>を基に、国民健康保険被保険者の健診受診状況や特定健診等に対する意識を見る。

まず、対象者の特性として、男性では30歳代は「勤め（全日）」が最も多く、次いで「自営業」が多くなっています。40～50歳代になると、「自営業」が最も多く、次いで「勤め（全日）」「無職」が多くなっており、60～64歳および65～74歳では「無職」が最も多く、次いで「自営業」が多くなっています。一方、女性では30歳代は「主婦（家事専業）」が最も多く、次いで「勤め（全日）」が多くなっています。40～50歳代では「主婦（家事専業）」および「勤め（パートタイム）」が多くなっており、60～64歳および65～74歳になると「主婦（家事専業）」が最も多く、次いで「無職」が多くなっています。

次に、過去1年間で健診を受けなかった人は男女共に若年層で多く、その理由としては「健診を受けられることを知らなかった」「忙しいから」が挙げられています。

特定健診に対する希望について見ると、時間帯は30・40歳代の男性では「土日（日中）」、50歳代以降の男性および女性では「平日（日中）」を希望する人が最も多くなっています。また、特定健診に当たっての自己負担は、男女共にほとんどの年齢階層で約7割が許容しています。

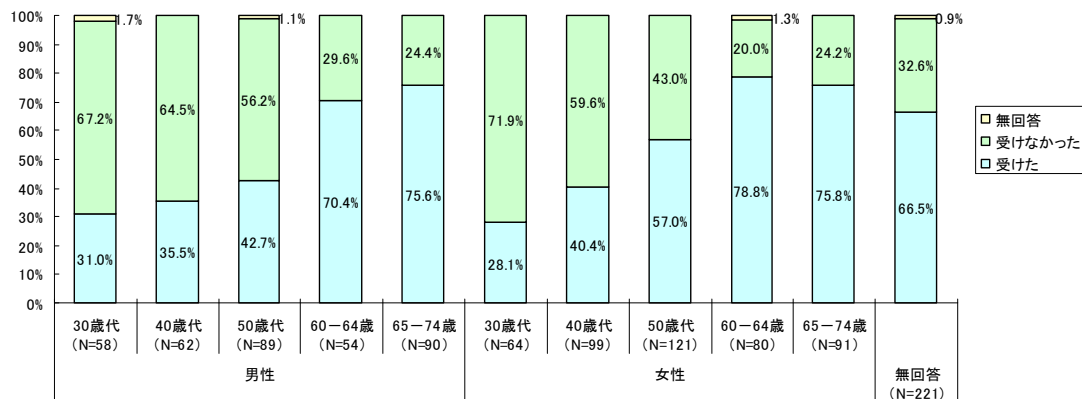
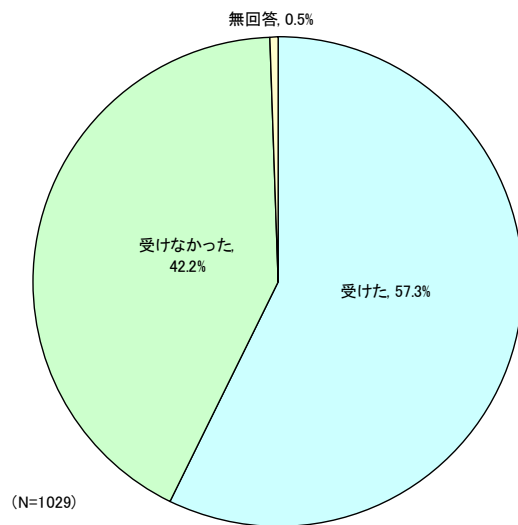
特定健診・特定保健指導についてのアンケートの対象者特性



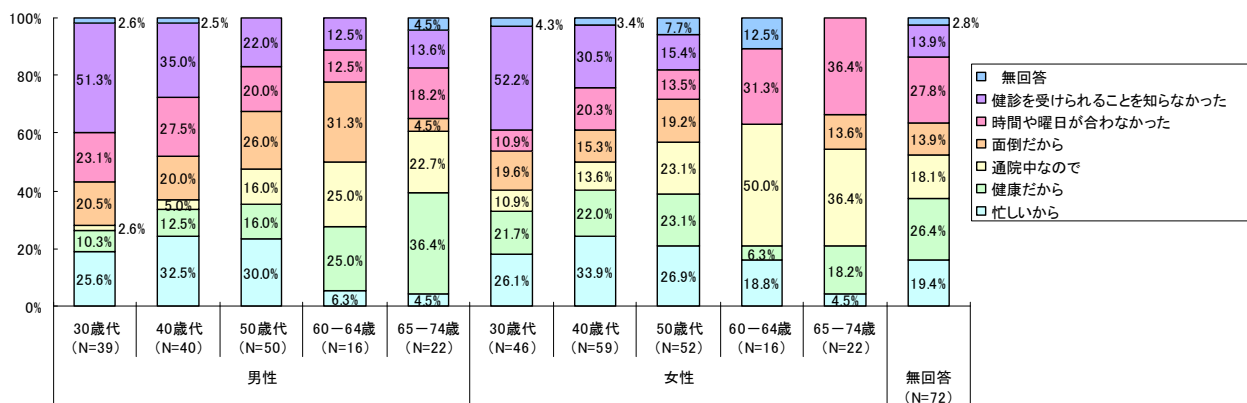
<sup>1</sup> 平成19年6～7月に、小金井市の国保被保険者2900人を無作為抽出して実施。回収は1029人(回収率35.5%)。

## 国民健康保険被保険者の特定健診に対する意識

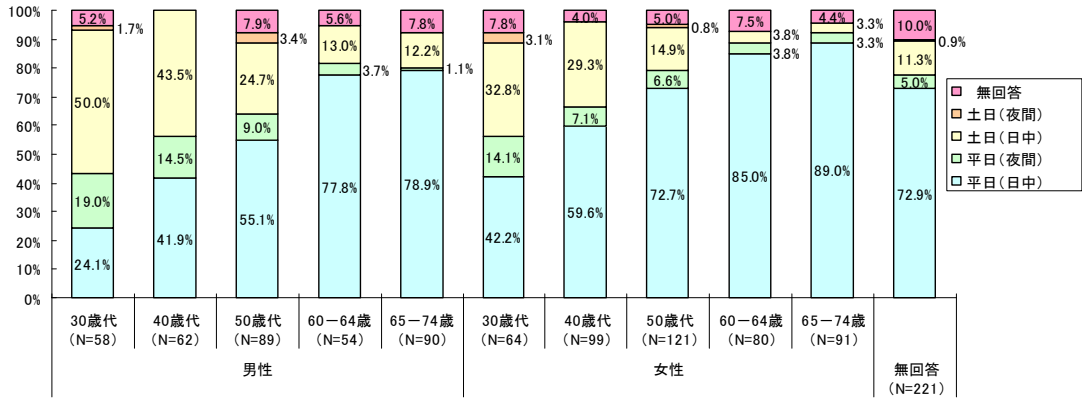
### 過去1年間の健診受診状況



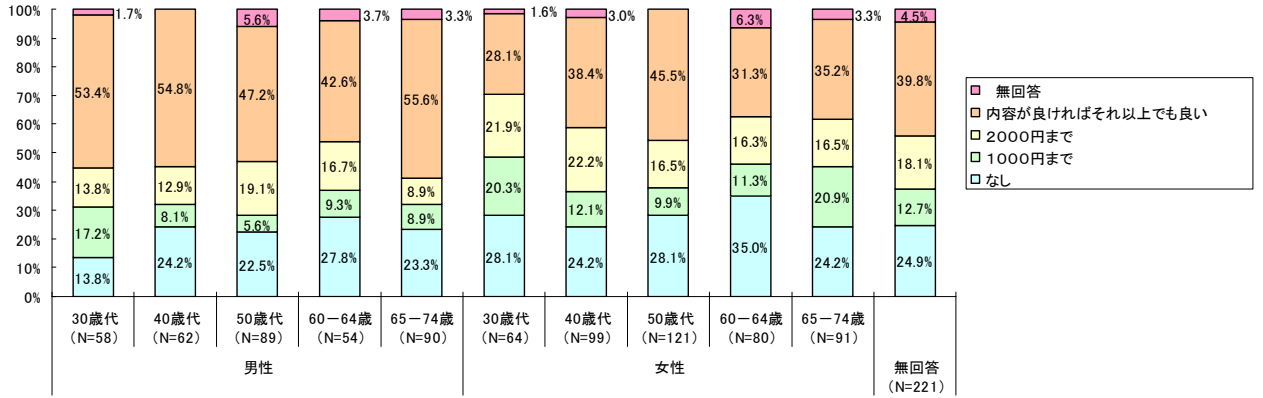
### 健診を受けなかった理由



### 健診の希望時間帯



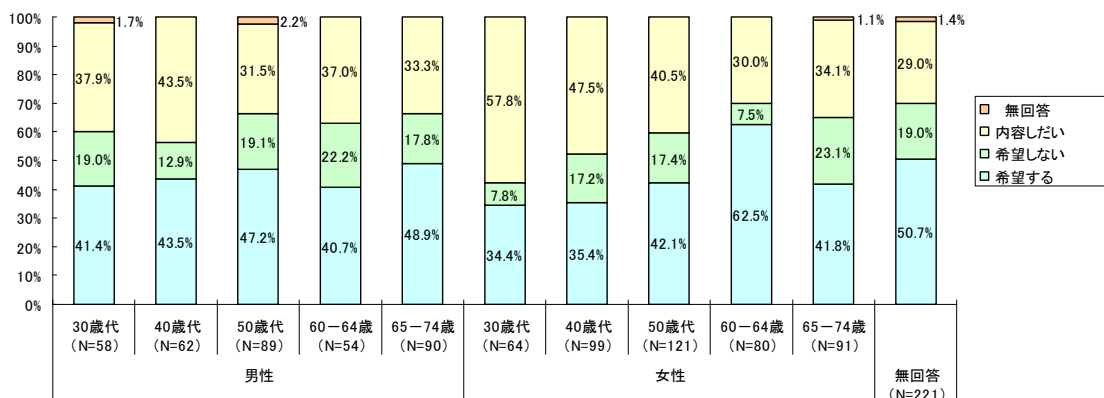
### 健診の自己負担



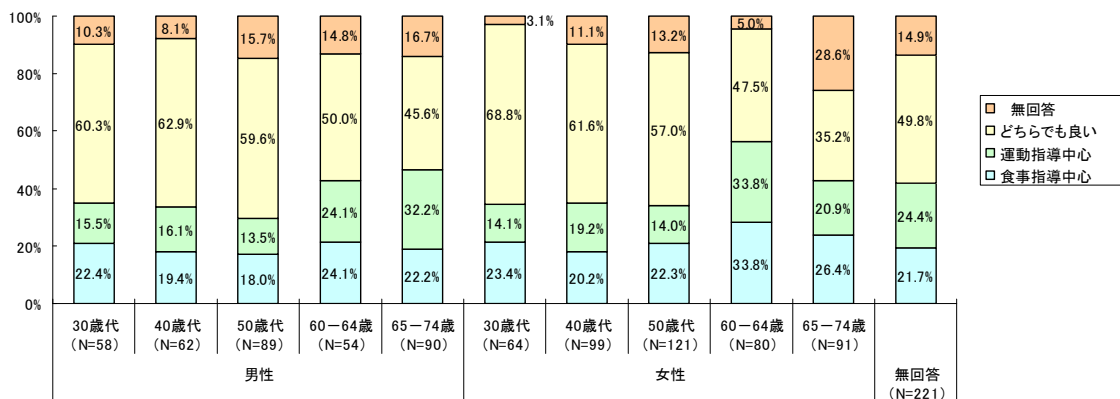
一方、特定保健指導については、男女共にほとんどの年齢階層で利用を希望しており、内容は「食事指導中心」を希望する人が比較的多くなっています。形態は「個別指導中心」を希望する人が多いものの、「グループ指導中心」に対するニーズも見られます。時間帯は、30・40歳代の男性では「土日（日中）」、50歳代以降の男性および女性は「平日（日中）」を希望する人が最も多く、実施場所については男女共にほとんどの年齢階層で「地域の身近な場所」を希望しています。特定保健指導に当たっての自己負担は、男女共にほとんどの年齢階層で約5～6割が許容しています。

### 国民健康保険被保険者の特定保健指導に対する意識

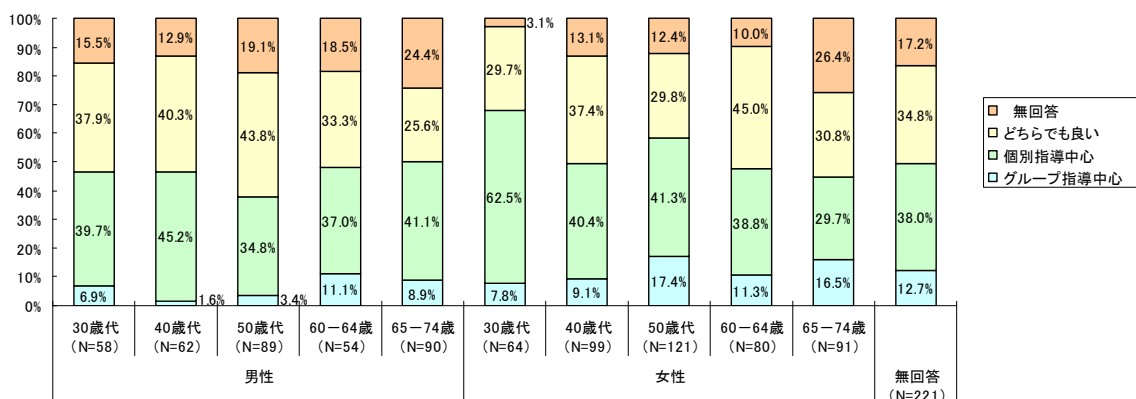
#### 保健指導の利用希望



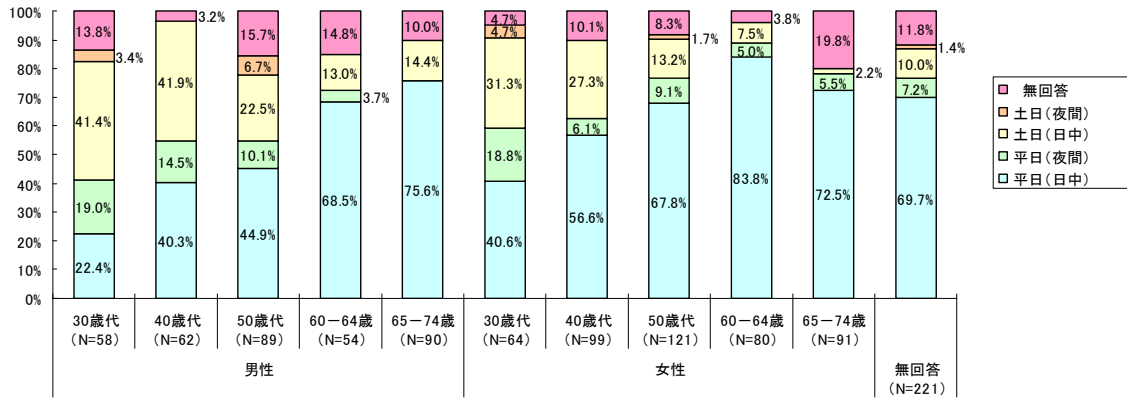
#### 保健指導の希望内容



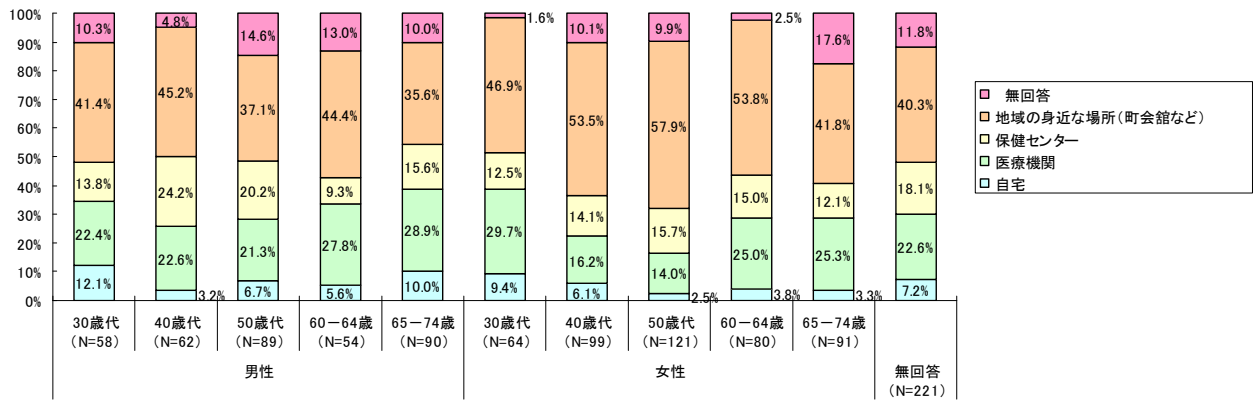
#### 保健指導の希望形態



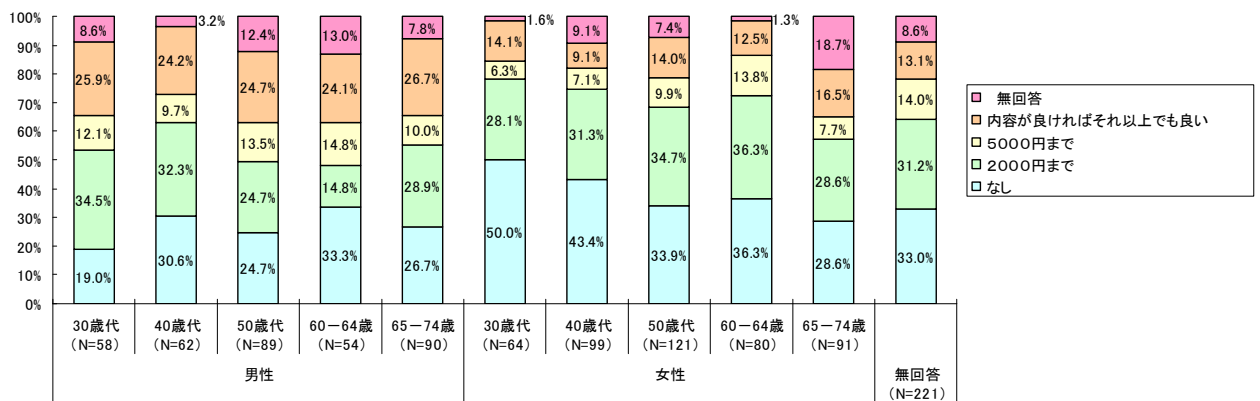
### 保健指導の希望時間帯



### 保健指導の希望実施場所



### 保健指導の自己負担



### 第3章 特定健診・特定保健指導実施計画のフレーム

#### 1 特定健診・特定保健指導実施の基本的な考え方

特定健診・特定保健指導は、下記の考え方に基づき実施します。

- 特定健診は、従来の基本健康診査の実施体制を踏襲した形で実施する。
- 特定保健指導における目標設定の際には、対象者本人による設定（個別性）を促し、フォローアップと中間評価の際には、柔軟な健康活動の促進と評価の見直し（継続性）に留意する。
- 特定保健指導の積極的支援プログラムは、食事・栄養に関する取り組みに重点を置く。
- 特定保健指導における初回面接は、個別支援もしくはグループ支援を選択できるようにする。また、最終評価は、可能であれば面接形式により行う。積極的支援プログラムにおける中間評価は、個別もしくはグループによる面接を行う。

#### 2 達成しようとする目標

##### 1 目標値の設定

本計画の実行により、メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）の該当者・予備群が平成24年度までに10%減少（平成27年度までに25%減少）することを目標とし、中長期的な医療費の伸びの適正化を図ることとします。特定健診等の実施及び成果に係る目標値を以下の項目について設定すると共に、その達成に向けた取り組みを強化します。

- 特定健診の受診率
- 特定保健指導の実施率
- 目標設定時と比した内臓脂肪症候群の該当者・予備群の減少率

##### 2 計画の目標値

国が定めた特定健康診査等基本指針に掲げる参酌標準を基に、小金井市国民健康保険における目標値を下記のとおり設定します。

小金井市における特定健康診査等の目標値

	平成20年度	平成21年度	平成22年度	平成23年度	平成24年度
特定健診の受診率 （又は結果把握率）	30%	35%	45%	55%	65% （国：70%）
特定保健指導の 受診率 （又は結果把握率）	20%	25%	30%	35%	45% （国：45%）
内臓脂肪症候群の 該当者・予備群の 減少率	—	—	—	—	平成20年度比 10%減少 （国：10%）

### 3 特定健診等の対象者見込み数（後期高齢者を除く）

小金井市の国民健康保険被保険者は、小金井市における人口推計、国保被保険者加入率を勘案し、平成20年度には29,172人、平成24年度には29,323人になると予想されます。

#### ① 特定健診対象者数

小金井市の特定健診対象者は平成20年度で17,809人、平成24年度には18,239人と予想されます。また、健診受診率の目標値を平成20年度の時点で30%、平成24年度で65%とすると、健診対象者は、平成20年度で5,343人、平成24年度で11,856人となります。

小金井市における健診対象者数

	平成20年度	平成21年度	平成22年度	平成23年度	平成24年度
40～64歳	10,128人	10,225人	10,322人	10,419人	10,516人
65～74歳	7,681人	7,691人	7,703人	7,714人	7,723人
計	17,809人	17,917人	18,025人	18,133人	18,239人

小金井市における健診受診者数の目標値

	平成20年度	平成21年度	平成22年度	平成23年度	平成24年度
健診受診率	30.0%	35.0%	45.0%	55.0%	65.0%
健診受診者数	5,343人	6,271人	8,111人	9,973人	11,856人

#### ② 特定保健指導者数

小金井市の特定保健指導の対象者の出現率については、国が示した下記の出現率を用います。さらに、保健指導実施率の目標値を平成20年度の時点で20%、平成24年度で45%とすると、保健指導実施者数の目標値は、平成20年度で256人、平成24年度で1,281人となります。

支援内容別の出現率(階層化出現率)

	年齢	動機づけ支援	積極的支援
出現率	40～64歳	11.0 %	15.2 %
	65～74歳	21.0 %	

小金井市における保健指導対象者数

	平成20年度	平成21年度	平成22年度	平成23年度	平成24年度
動機づけ支援	818人	959人	1,239人	1,521人	1,806人
積極的支援	462人	544人	706人	871人	1,039人
合計	1,280人	1,503人	1,945人	2,392人	2,845人

小金井市における保健指導実施者数の目標値

	平成20年度	平成21年度	平成22年度	平成23年度	平成24年度
保健指導実施率	20.0%	25.0%	30.0%	35.0%	45.0%
保健指導実施者数 【動機づけ支援】	164人	240人	372人	532人	813人
保健指導実施者数 【積極的支援】	92人	136人	212人	305人	468人
保健指導実施者数 【合計】	256人	376人	584人	837人	1,281人



## 第4章 特定健診・特定保健指導の実施

### 1 特定健診の実施について

#### 1 特定健診の実施方法

特定健診は、小金井市医師会に委託して実施します。実施は、対象者を40～64歳と65～74歳の2グループに分けて、時期をずらして行います。実施にあたり、健診の受診券を6月上旬（40～64歳対象）と9月上旬（65～74歳対象）に発行します。

特定健診の実施方法

	内容
実施体制	小金井市医師会に委託
実施場所	小金井市医師会傘下の医療機関（最寄りの医療機関）
実施期間	毎年度6月～1月 （①40～64歳：6月～10月、②65～74歳：9月～1月）
実施時間帯	各医療機関の開業時間（土曜日開業の医療機関もあり）
実施形態	対象者は、事前に送付された受診券および国民健康保険の被保険者証を医療機関の窓口へ提出して受診。
受診券の発行	健診の受診券を、年度内2回に分けて発行。 （①40～64歳：6月上旬、②65～74歳：9月上旬） 受診券の有効期間は4ヶ月。

#### 2 健診項目

健診項目は、「標準的な健診・保健指導プログラム（確定版）」（平成19年2月、厚生労働省健康局）第2編第2章に記載されている項目に基づき、以下のとおりとします。

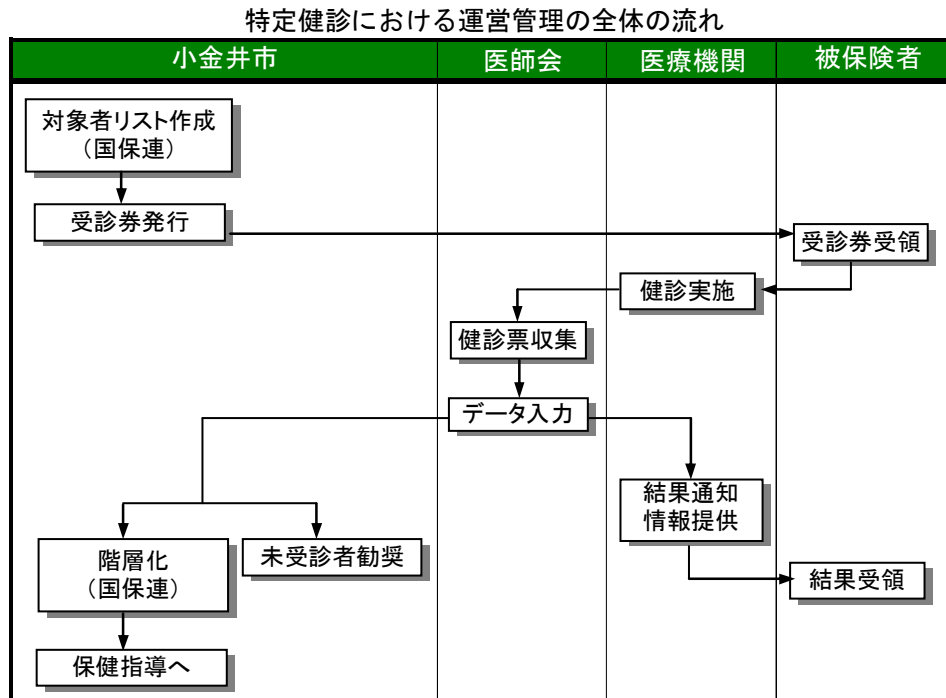
特定健診の健診項目

<p>&lt;基本的な健診の項目&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"><li>○ 質問項目</li><li>○ 身体計測（身長、体重、BMI、腹囲）</li><li>○ 身体診察、血圧測定、</li><li>○ 血液検査（中性脂肪、HDLコレステロール、LDLコレステロール）</li><li>○ 肝機能検査（AST、ALT、<math>\gamma</math>-G T）</li><li>○ 血糖検査（空腹時血糖及びHbA1C）</li><li>○ 尿検査（尿糖、尿蛋白）</li></ul> <p>&lt;詳細な健診の項目（医師の判断で実施）&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"><li>○ 医師の判断により実施</li></ul>
---

### 3 運営管理

#### ① 全体の流れ

特定健診における運営管理の全体の流れとして、以下を想定します。



#### ② 対象者への通知と受診方法

対象者を40歳～64歳、65歳～74歳の2グループに分けて、40歳～64歳の対象者については6月上旬、65～74歳の対象者については9月上旬に受診券を送付します。受診券の有効期間は4ヶ月とします。

対象者は、受診券と国民健康保険の被保険者証を医療機関の窓口に掲示して受診します。対象者の自己負担はありません。

#### ③ 周知方法

特定健診については、以下の3つのアプローチにより周知していきます。

- 市報への掲載（特集・コーナーの作成、シリーズ化する等）
- ホームページへの掲載
- パンフレット・チラシの配布、商店街とのタイアップによる取り組み

#### ④ 運営体制

特定健診の運営にあたり、対象者の捕捉、受診券の印刷、未受診者の抽出は保険年金課において、受診券の発送、未受診者への受診勧奨通知の発送は健康課において行います。

#### ⑤ 生活機能評価との一体的な実施

特定健診の実施にあたり、介護福祉課との連携により生活機能評価との一体的な実施に取り組みます。

具体的には、介護福祉課が市内65歳以上の住民（要介護1以上を除く）に生活機能評価に係る基本チェックリストを郵送・回収し、生活機能評価の血液検査が必要な対象者を抽出します。結果、特定健診の対象者でかつ生活機能評価の血液検査の対象者である場合には、特定健診の受診券の送付時に生活機能評価の検査票を同封し、特定健診と生活機能評価の血液検査を併せて実施します。

## 2 特定保健指導（動機づけ支援・積極的支援）の実施について

### 1 特定保健指導の実施方法

特定保健指導は、小金井市の企画、管理のもと、民間事業者に委託して実施します。特定保健指導は、特定健診受診月の2ヶ月後から開始します。

なお、特定保健指導を受けた人が保健指導終了後も継続的な取り組みを続けるために、保健指導修了者による仲間づくりや既存の健康活動グループへの参加、地域の健康施設の活用等を促すなど、関連事業や関係施設等との連携を図ります。地域全体で、一人ひとりの生活習慣改善に向けた取り組みを支援する環境を整えていきます。

特定保健指導の実施方法

	内容
実施体制	民間事業者に外部委託
実施場所	<初回面接・中間評価・最終評価> 市の福祉会館で実施（平成20年度時点では市内1箇所の予定） <2回目以降> 面接、電話などにより実施
実施期間	毎年度8月～翌年3月（いずれも保健指導開始月）
実施時間帯	随時（日中以外に、夜および土日にも設定）
利用券の発行	階層化の結果に応じ、動機づけ支援対象者、積極的支援対象者に対し、健診受診後の翌々月をめどに、利用券を個人宛にて送付。

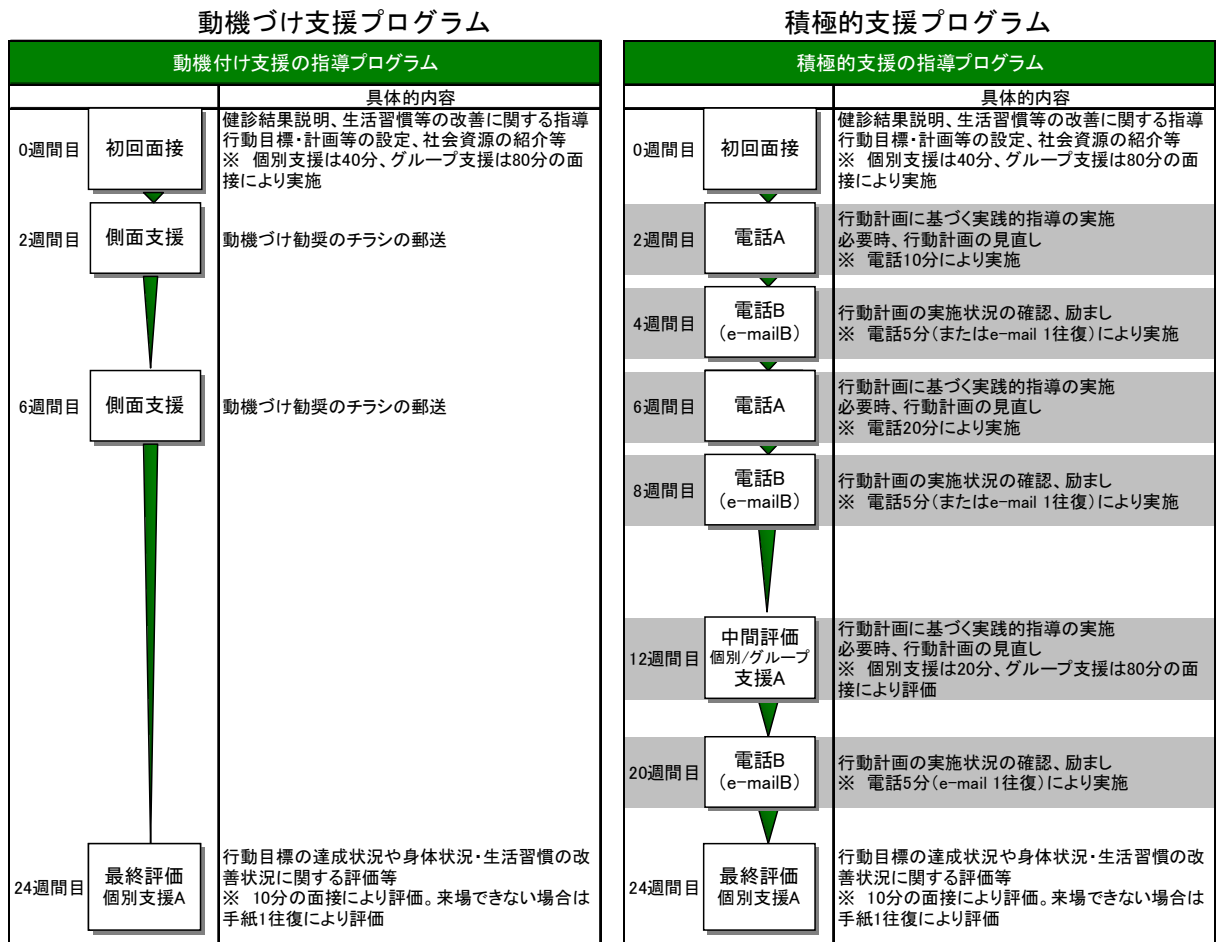
### 2 保健指導の内容

保健指導における実施内容は、「標準的な健診・保健指導プログラム」第3編第3章に記載されている内容を基に、「情報提供」「動機づけ支援」「積極的支援」の3区分により実施します。「積極的支援」のプログラムにおいては、食事・栄養に関する取り組みに重点を置きます。

保健指導は、目標設定と目標達成に向けたフォローアップ、中間評価、最終評価から構成します。目標設定の際には対象者本人による設定（個別性）を促し、フォローアップと中間評価の際には柔軟な健康活動の促進と評価の見直し（継続性）に留意します。なお、保健指導の実施は、医師、保健師、管理栄養士等が中心となって行います。

「動機づけ支援」「積極的支援」の標準的なプログラムとして、次のようなものを想定します。「動機づけ支援」「積極的支援」ともに、初回面接は個別支援もしくはグループ支援を選択できるようにし、最終評価は可能であれば面接を行います。また、「積極的支援」の中間評価も、個別支援もしくはグループ支援により行います。

## 特定保健指導における指導の流れ

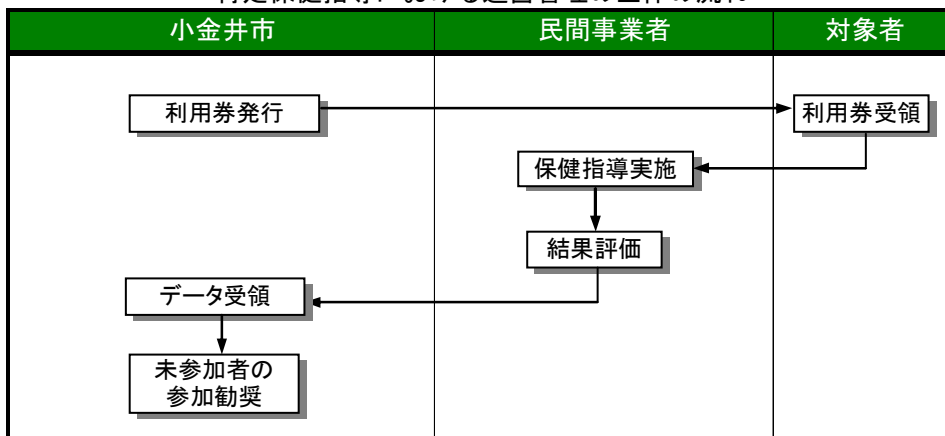


### 3 運営管理

#### ① 全体の流れ

特定保健指導における運営管理の全体の流れとして、以下を想定します。

#### 特定保健指導における運営管理の全体の流れ



## ② 対象者への通知と利用方法

特定保健指導については計画対象者のうち、動機づけ、積極的支援対象者のみに対して、健診受診後の翌々月をめぐりに、個人宛に利用券を送付します。

対象者は、利用券と国民健康保険証を保健指導実施機関の窓口に提示します。対象者の自己負担はありません。

## ③ 周知方法

特定保健指導については、以下の3つのアプローチにより周知していきます。

- 市報への掲載（特集・コーナーの作成、シリーズ化する等）
- ホームページへの掲載
- パンフレット・チラシの配布、商店街とのタイアップによる取り組み

## 第5章 個人情報保護

健診・保健指導で取り扱う健康情報は、個人情報の保護に関する法律およびこれに基づくガイドライン、市の個人情報保護規定等を踏まえた対応を行います。その際には、個人情報の管理・保護に十分に配慮しつつ、効果的・効率的な健診と保健指導を実施します。

健診・保健指導結果の取り扱いについては次のとおりとします。

- ① 医師会、健診機関、事業所等から提出された健診・保健指導結果のデータは、代行機関である国保連合会に管理・保管を委託します。
- ② 医師会、健診機関、事業所等が他の代行機関へ委託する場合は個人結果データについての守秘義務等に十分注意することを契約書に定め、委託先の契約遵守状況を管理します。
- ③ 個人が医療保険者に健診結果を提出した場合は医療保険者がデータ化し、保存します。
- ④ 医療保険者間のデータ移動については「高齢者の医療の確保に関する法律第27条」に規定されているとおり新保険者が旧保険者に求めることができますが、請求の際は受診者からの同意をとります。(本来は保険者が変わっても、個人が経年的に管理していることが望ましいので、個人管理の普及啓発にも努めます。)
- ⑤ 代行機関である国保連合会から受領したデータは国への実績報告のため、国が示す標準様式に準じ、電子化して医療保険者が保管年限を5年とし保管します。途中資格喪失等で加入者でなくなった場合は、異動年度の翌年度末まで保管することとします。
- ⑥ 医師会、健診機関、事業所等委託契約に際し、個人情報の厳重な管理や目的外使用の禁止等を契約書に定め、委託先の契約遵守状況を管理します。

## 第6章 特定健康診査等実施計画の公表・周知

本計画の公表・周知については、市報（特集・コーナーの作成、シリーズ化する等）およびホームページへの掲載、パンフレット・チラシの配布、商店街とのタイアップによる取り組みを活用して広報します。

## 第7章 特定健康診査等実施計画の評価および見直し

本計画については、小金井市保険年金課および健康課において進行管理および評価・見直しを行い、小金井市国民健康保険運営協議会に対し、その結果を報告します。

評価にあたり、評価の視点と評価の単位に着目した評価フレームを設定します。評価には、特定健診・特定保健指導を実施する際の物的資源、人的資源、組織的資源などの実施体制について評価するもの（ストラクチャ評価）、保健医療従事者及び健診・保健指導対象者の活動状況など取り組みの過程について評価するもの（プロセス評価）、事業の実施量など実施結果について評価するもの（アウトプット評価）、有病者や予備軍の数、生活習慣病に関する医療費など成果について評価するもの（アウトカム評価）があります。この中で、アウトカム評価については、特定健診・特定保健指導の成果が数字となって現れるのは数年後になることが想定されるので、健診・問診結果や特定保健指導を受ける前後で実施する身体測定、および生活と健康行動に関する調査の結果などを用いて、評価を補うものとします。

評価フレームに基づいた評価項目（評価指標）

		評価の単位	
		個人	事業
評価の視点	ストラクチャ		予算、人員体制 実施場所、実施内容、 監理運営体制・方法（業者選定方法、 プログラム内容の決定方法、業者との 連絡のとり方等）
	プロセス		実施・運営方法（使用教材、プログラム 内容等） ⇒参加者による評価を含む
	アウトプット	目標継続状況	特定健診受診者数、受診率 特定保健指導実施者数、実施率 特定保健指導の中断者数、中断率
	アウトカム	生活習慣改善意識の変化度 健診・問診結果の改善度 医療費の改善度	参加者の生活習慣改善意識の変化度 参加者の健診・問診結果の改善度 参加者の医療費の改善度

### 【ストラクチャ・プロセス評価】

- ① 事業の人員体制、実施場所、実施内容、管理運営体制について評価します。
- ② 複数の事業者が関わっている場合、各事業者選定のプロセス、また事業実施主体である保険者による事業者の管理運営体制、事業内容の標準化のあり方等について評価します。その際、事業の実施後に評価を行うだけでなく、事業実施中から随時評価を行い、質の担保を図るよう心がけます。
- ③ 参加者から実施事業者の運営方法等についてアンケートにより事業者のプロセス評価を行うこととします。

### 【個人単位でのアウトプット・アウトカム評価】

- ① 健診・問診結果、医療費等について、特定健診および特定保健指導実施の前後で比較



し、改善傾向にあるかどうかについて評価します。

- ② 特定保健指導参加者については、参加期間中の目標の継続状況、そのための実践内容等についても評価を行います。
- ③ 評価結果については、個人に通知します。

#### 【事業単位でのアウトプット・アウトカム評価】

- ① 特定健診・特定保健指導の実施数、実施率、脱落率等のアウトプットについて、地域、事業者、事業全体などの単位で評価します。
- ② 参加者の健診・問診の結果や医療費等のアウトカムについて、参加前後での変化状況を地域、事業者単位で比較します。さらに、事業全体としては、参加者と非参加者の比較を行い、事業の効果について確認します。
- ③ 上記アウトプット、アウトカムについては、性・年齢階層を考慮すると同時に、可能な場合には経年的な評価を行います。

## 第8章 その他の事項

計画については、小金井市保険年金課および健康課において進行管理および評価・見直しを行い、小金井市国民健康保険運営協議会に対し、その結果を報告します。

特定保健指導を受けた人が保健指導終了後も継続的な取り組みを続けられるように、保健指導修了者による仲間づくりや既存の健康活動グループへの参加、地域の健康施設の活用等を促進するなど、関連事業や関係施設等との連携を図ります。

介護保険法による65歳以上の高齢者を対象とした生活機能評価と連携を図り、該当者には特定健診受診券を送付する際に、生活機能評価の検査票をあわせて送付します。



< 資料編 >



# 1 アンケート票見本

(往信表面)

切手	〒	—
小金井市〇〇〇 〇〇 〇〇 様		
<健診及び保健指導についてのアンケート> ※この調査は無記名調査です。あなたのお名前やご住所をご記入いただくことはございません。 ※調査対象者は、国民健康保険の被保険者から無作為に抽出いたしました。 ※本件に関するお問合せ先は以下のとおりです。 小金井市市民部保険年金課 国保給付係 電話 042-387-9833 (直通)		

(往信裏面)

切手	〒	184-8504
小金井市本町六丁目6番3号 小金井市市民部保険年金課 国保給付係 行き		
<健診及び保健指導についてのアンケート> あなたについておかがいします。		
性別は	1 男性      2 女性	
年齢は (4月1日時点)	1 30~34 歳	2 35~39 歳    3 40~44 歳
	4 45~49 歳	5 50~54 歳    6 55~59 歳
	7 60~64 歳	8 65~69 歳    9 70~74 歳
職業は	1 自営業	2 家事手伝い
	3 勤め(全日)	4 勤め(パートタイム)
	5 内職	6 主婦・主夫(家事専業)
	7 学生	8 無職
	9 その他( )	
同居のご家族は (あてはまるものすべてに○)	1 あなたのみ	2 配偶者    3 兄弟姉妹
	4 子・子の配偶者	5 孫      6 親
	7 その他( )	

(復信表面)

<健診及び保健指導についてのアンケート>

あなたについておかがいします。

性別は	1 男性      2 女性	
年齢は (4月1日時点)	1 30~34 歳	2 35~39 歳    3 40~44 歳
	4 45~49 歳	5 50~54 歳    6 55~59 歳
	7 60~64 歳	8 65~69 歳    9 70~74 歳
職業は	1 自営業	2 家事手伝い
	3 勤め(全日)	4 勤め(パートタイム)
	5 内職	6 主婦・主夫(家事専業)
	7 学生	8 無職
	9 その他( )	
同居のご家族は (あてはまるものすべてに○)	1 あなたのみ	2 配偶者    3 兄弟姉妹
	4 子・子の配偶者	5 孫      6 親
	7 その他( )	

(復信裏面)

健診についておかがいします。

過去1年間の健診や人間ドックの受診は(各種がん検診・妊産婦健診・歯科健診等は含みません)(あてはまるもの全てに○)	1 受けた ⇒ 受けた健診の種類は [ 1 市の健診 2 職場や学校の健診 3 自費による人間ドック等 ] 2 受けなかった ⇒ 理由は [ 1 忙しいから 2 健康だから 3 通院中なので 4 面倒だから 5 時間や曜日が合わなかった 6 健診を受けられることを知らなかった ]
可能な自己負担額は(1回あたり)	1 なし    2 1000円まで    3 2000円まで    4 内容が良ければそれ以上でも良い
希望する時間帯は	1 平日(日中)    2 平日(夜間) 3 土日(日中)    4 土日(夜間)
平成 20 年度から健診結果によって受けることになる、保健指導(病気に関する知識や食事、運動、生活習慣についての指導)についておかがいします。	
保健指導を受けることについて	1 希望する 2 希望しない ⇒ 理由は [ 1 忙しいから 2 健康だから 3 通院中なので 4 面倒だから ] 3 内容したい
希望する支援の方法は(あてはまるもの全てに○)	1 支援内容は [ 1 食事指導中心 2 運動指導中心 3 どちらでも良い ] 2 指導形態は [ 1 グループ指導中心 2 個別指導中心 3 どちらでも良い ]
希望する時間帯は	1 平日(日中)    2 平日(夜間) 3 土日(日中)    4 土日(夜間)
希望する実施場所は	1 自宅      2 医療機関 3 保健センター 4 地域の身近な場所(町会館など)
可能な自己負担額は(3ヶ月の指導期間を通して)	1 なし    2 2000円まで    3 5000円まで    4 内容が良ければそれ以上でも良い

★ ご協力ありがとうございました ★

## 2 受診券、利用券見本

### 【特定健診受診券】

#### 特定健康診査受診券

平成XX年XX月XX日 交付

受診券整理番号	XXXXXXXXXX
氏名	(※カタカナ表記)
性別	N
生年月日	(※和暦表記)

有効期限	平成XX年XX月XX日
------	-------------

健診内容	実施形態	実施項目	窓口の自己負担		保険者負担上限額	
			負担額	負担率		
特定健診	基本項目	個別				
		集団				
	詳細項目※	個別				
		集団				
その他	追加項目	個別				
		集団				
	生活機能評価	生活機能チェック	個別			
			集団			
		生活機能検査	個別			
			集団			
	人間ドック	個別				
		集団				

※詳細項目は基本項目の結果により医師の判断で実施

保険者等	所在地							
	電話番号							
	番号							
	名称							

契約とりまとめ機関名	
支払代行機関番号	
支払代行機関名	

【特定保健指導利用券】

特定保健指導利用券

平成XX年XX月XX日 交付

利用券整理番号	XXXXXXXXXX
受診券整理番号	XXXXXXXXXX
氏名	(※カタカナ表記)
性別	X
生年月日	(※和暦表記)

有効期限	平成XX年XX月XX日
------	-------------

特定保健指導区分	窓口の自己負担※		保険者負担 上限額
	負担額	負担率	
積極的支援			

※原則、特定保健指導開始時に全額徴収

保 険 者 等	所在地							
	電話番号							
	番 号							
	名 称							

契約とりまとめ機関名	
支払代行機関番号	
支払代行機関名	

### 3 地域資源例

活動や事業についてご質問等がございましたら各団体・施設にお問い合わせ下さい。

◆ 地域の組織、団体	場所	TEL
◇保険医療関係		
小金井市医師会	本町 1-3-3	042-381-8533
歯科医師会	本町 5-10-17 高杉ビル 301	042-385-0303
東京都多摩府中保健所	府中市宮西町 1-26-1 (府中合同庁舎内)	042-362-2334
◇スポーツ振興関係		
(財) 小金井市体育協会	関野町 1-13-1 (都立小金井公園内小金井市総合体育館内)	042-384-4001
NPO 法人 黄金井倶楽部	桜町 2-2-31 (上水公園運動施設管理棟内)	042-406-2280
◇コミュニティ関係		
小金井市老人クラブ		
自治会組織		

◆ 地域の運動施設	場所	TEL
◇公共施設		
小金井市総合体育館	関野町 1-13-1	042-386-2120
小金井市栗山公園健康運動センター	中町 2-21-1 (栗山公園内)	042-382-1001
◇民間施設		
小金井トレーニングセンター	緑町 5-4-15	042-383-4806
メガロス武蔵小金井	緑町 5-3-24	042-380-9100
シャトーアスレチッククラブ小金井	本町 6-5-3 (シャトー小金井 B1F, B2F)	042-384-2311
東急スポーツオアシス武蔵小金井	本町 5-38-36	042-388-0109
はり・きゅう・マッサージとフィットネスの癒しの空間 「WELLNESS SUPPLY」	貫井北町 1-6-16	042-324-3640

◆ 小金井市成人保健事業	場所	TEL
成人健康相談	小金井市保健センター	042-321-1240
出張健康相談	婦人会館	042-383-1137
栄養個別相談	小金井市保健センター	042-321-1240

◆ 小金井市スポーツ振興事業	場所	TEL
トレーニングルームプログラム	小金井市総合体育館	042-386-2120
いきいき健康スポーツ教室	小金井市総合体育館	042-386-2120
水泳教室	小金井市栗山公園健康運動センター	042-382-1001
なんでもやってみようスポーツ教室	小金井市総合体育館	042-386-2120
ヘルシーフィットネス教室	小金井市総合体育館	042-386-2120
エアロビクス教室	小金井市栗山公園健康運動センター	042-382-1001
ウォーターエクササイズ	小金井市栗山公園健康運動センター	





