

# 特定健康診査・ 特定保健指導が始まる



不二越病院 健診センター係長  
杉田 和成

平成20年4月よりメタボリックシンドロームに着目した特定健康診査と特定保健指導が始まります。今回の不二越病院だよりでは、これらが一体どのようなものか、不二越健康保険組合の被保険者の方々の健康診査が一体どのような形に変わるのかということ、健康診査の説明を交えながら簡単に説明したいと思います。

## 1 労働安全衛生法による健康診査

健康診査はもともと皆さんの健康保持、増進、疾病予防の為に進んでいますが、法律的には、会社は労働安全衛生法上の義務がある為、実施しているという事にもなります。会社は法律で決められた項目は必ず健康診査を年に1回従業員に受けさせて、その結果を労働基準監督署に報告しなければなりません。従って健康診査のお金も個人ではなく会社が払うのが一般的です。この労働安全衛生法で決められた健康診査の内容は現在39歳以下(35歳を除く)は定期健康診査項目、35歳と40歳以上は定期健康診査項目プラス心電図と血液検査となっています。定期健康診査項目とは「身長、体重、視力、聴力、尿検査、血圧測定、胸部X線検査、医師の診察」になり、併し不二越では現在春定期健康診査と呼ばれる健康診査で実施しています。不二越グループ会社共、法定の健康診査は必ず年に1回は実施しています。(各項目の細かい規定は省略してあります)

## 2 労働安全衛生法以外の健康診査 (不二越健康保険組合の事業としての健康診査)

先に挙げた法定の項目以外にも、健康診査で受けている項目があると思いますが、それらは会社責任の健康診査ではなく、殆どが不二越健康保険組合による事業になります。バリウムを飲んで行う胃腸X線検査と便を提出して行う大腸がん検査は、不二越健康保険組合が費用を負担しており、会社の健康診査と同時に進んでいます。又、節目ドックや希望ドック、脳ドック、婦人科健診も不二越健康保険組合が費用を負担して実施しており、我々の疾病予防や早期発見に大いに役立っています。(その他血液検査等の健保のオプション事業もあり)

また、昨年からは併し不二越では若年層の血液検査を実施する事になりましたが、この検査は、健保事業ではなく、法律義務でもない、会社の福利厚生の意味合いでの実施という事になります。(人間ドックは健保事業ですが、中に会社義務の法定項目が含まれていますので、節目対象者と健康保険組合に希望を出した方は、必ず受診しなければなりません)

健康診査でもおまかには法律で決まった会社責任のものとは健保事業という種類のものを受けているという事をご理解いただけましたでしょうか？

## 3 不二越健康保険組合義務による 特定健康診査・特定保健指導

今までは健康診査の実施義務は会社にだけあったのですが、平成20年4月から特定健康診査・特定保健指導というものが、保険者(我々)の場合不二越健康保険組合に義務付けられる事となりました。対象者は40歳以上、75歳未満の全国民です。

### I 特定健康診査

特定健康診査とは、どんなものかと申し上げますと、先程申し上げました労働安全衛生法の定期健康診査項目から、視力、聴力、胸部X線検査を抜いて、腹囲測定と血液検査を追加したのようになります。来年度からは労働安全衛生法の健康診査にも35歳と40歳以上には腹囲が加わりますので、いわば①に書き加えた会社責任の労働安全衛生法の健康診査に含まれる形になります。ちょっと分かりにくいかもしれませんが、健康診査の内容は腹囲が加わって、一部血液検査が追加されるだけでさほど大きくは変わりません。実施の責任者は、会社だけではなく会社と健康保険組合の二者になります。(各項目の細かい規定は省略してあります)



### II 特定保健指導

健康診査の内容はさほど大きく変わりませんが、そのあとに内臓脂肪に着目した保健指導を実施することが、不二越健康保険組合に義務付けられます。ここが大きく変わる点です。健康診査の結果レベルに応じた指導を不二越健康保険組合が実施していくこととなります。

#### ① 特定健康診査のデータによって受診者を4つのレベルに分ける

- A 積極的支援レベル
- B 動機付け支援レベル
- C 情報提供レベル
- D その他(A、B、C)のランク分け条件に合致しない人

#### ② 各レベルに合った指導を実施

A Bは一定の個人面談やグループ指導、手紙やメールのやり取り等を実施し、6ヶ月後に評価を実施する。情報提供も行う。Cは各人の健康診査の結果に基づいた、情報を送付し意識付けをしてもらう。

国は、国民の健康と、医療費削減の為に、各人の生活習慣を保健指導によって改善させて、疾病を未然に防ぐ事が重要だと考えたのです。この保健指導を富山県内の被保険者の皆様に対しては、不二越病院が実施させて頂きます。既に健康保険組合連合会のモデル事業で本年度から一部の皆様には、保健指導を実施させて頂いておりますが、四月からは40歳以上の全ての方々がこの特定健康診査の対象になります。その内2/3割の方が、保健指導の対象となると予想しております。県外の被保険者の皆様は、不二越健康保険組合が契約した機関が、特定健康診査、特定保健指導を実施していく形を検討中です。

#### 4 健康診査はどう変わるか？

不二越の健康診査と、グループ会社の方々の健康診査では若干ルールが違う所もあるのですが、おまかに申し上げますと、今の春と秋の健康診査が逆になります。理由は、血液検査等の詳しい項目がある方の健康診査を先に実施して、

## 特定健康診査・ 特定保健指導のイメージ

### 健診

腹囲の測定や生活習慣の質問票から、内臓脂肪の蓄積によるリスクを判定します。

### 健診結果に基づいて レベル分け

(メタボリックシンドローム有病者  
および予備群の早期抽出)

### 保健指導

医師や保健師から生活習慣改善についての指導を受けます。面接、手紙からITを活用したもので、個人の行動変容につながる保健指導を行います。

### 生活習慣の改善



### 健康

法律で定められた健康診査を年度の前半に受診してもらい、その結果に基づいた保健指導を年度内に実施するためです。(安全衛生の年度は4月～3月です)

不二越の健康診査で説明させて頂くと、今までの春定期健康診査は10月以降に、今までの秋定期健康診査と生活習慣病健診は4月から8月までの間に実施する形となります。40歳以上の節目、希望ドックは、今までも少し実施時期を早めまして、4月から9月の間に行います。ドックを受けた方は他の前半の健康診査は行いません。これら健康診査の結果を元に、対象になられた方には保健指導を実施致します。

## 5 健康保険組合へのペナルティ

5年後に健康保険組合ごとに健康診査結果の評価があり、健康保険組合全体で健康診査データの良化の見られな所にはペナルティが良化が見られた所にはご褒美があります。今回の制度は、健康保険組合が国に支払う後期高齢者支援金をプラスイナス10%増減と増減させるという評価制度を設けています。これはどういうことかといいますと、我々

不二越健康保険組合員皆でがんばって少し痩せないと、5年後に健康保険料が上がる恐れがあるということです。メタボリックシンドロームの人だけが対象ではありません。この保健指導は、予備群の方がメタボリックシンドロームにならない事も目指しているのです。引つかる基準はメタボリックシンドロームよりもずっと厳しくなっています。是非、組合員皆で保険料が上がりたくないよう、健康的なライフスタイルに取り組みしましょう。(今回の内容には、被扶養者の方々の事を含みませんが、したが、被扶養者の方々も不二越健康保険組合の実施義務の下、特定健康診査・特定保健指導を受ける事になります)

ちなみに私自身は、この保健指導のモデルとなって当院のスタッフ達に指導を受けましたが、8月よりも、この原稿を書いている11月現在で10kg痩せて血液のデータも随分良くなりました。当時98kgありましたが今は88kgです。当院のスタッフと共に正しく目標を立てて取り組めば必ず成果は上がります。不二越病院健診センターでは、5人の保健師を中心にこの事業に取り組みしていきますのでどうぞ宜しくお願い致します。