

## 特定健康診査・特定保健指導制度とは

- 医療制度改革大綱(平成17年12月1日政府・与党医療改革協議会)において、糖尿病等の患者・予備群の減少等の計画的な医療費の適正化対策を推進する一環として、「生活習慣病予防について保険者の役割を明確化し、被保険者・被扶養者に対する効果的・効率的な健診・保健指導を義務付けるなど、本格的な取り組みを展開する」こととされた。
- 平成18年6月、医療制度改革大綱に基づく医療改革関連法が公布され、高齢者の医療の確保に関する法律(昭和57年法律第80号。以下「高確法」という。)に内臓脂肪の蓄積に起因した生活習慣病に関する特定健康診査及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ものに実施する特定保健指導の実施が保険者に義務づけられ平成20年4月から施行された。(高確法第20条、第24条)
- 特定健康診査及び特定保健指導では、身体活動・食生活・喫煙等に関する不適切な生活習慣が引き金となり、肥満、血糖高値、動脈硬化症から起こる虚血性心疾患、脳血管疾患、糖尿病等で、保健指導により疾病の発症や重症化が予防できるものを対象としている。

## 1. 特定健診・特定保健指導の実施根拠

高確法においてすべての医療保険者は、40歳から74歳の加入者に対し特定健診・特定保健指導を実施することが義務付けられた(高確法第20条及び第24条)。

## 2. 特定健診について

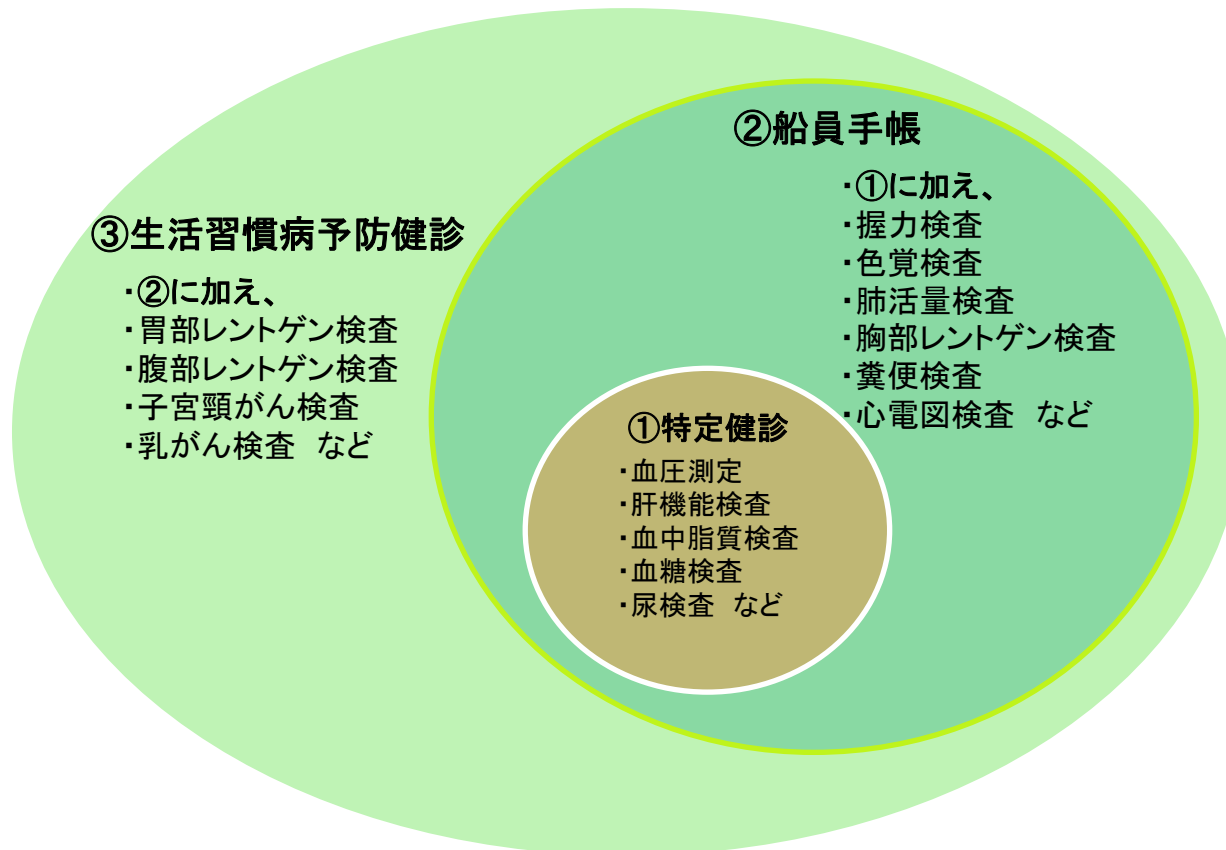
- 特定健診の検査項目については、特定健康診査及び特定保健指導の実施に関する基準(平成19年厚生労働省令第157号)第1条で定められている。
- 加入者は、特定健診に相当する健康診査を受け、その結果を証明する書面の提出を受けたときは特定健康診査を実施したものとみなされる。(高確法第20条)
- 協会が実施している生活習慣病予防健診及び船員手帳健康証明書は特定健診の検査項目をすべて網羅しており、上記の「特定健診に相当する健康診査」に該当する。

※ 生活習慣病予防健診、船員手帳健康証明書、特定健診の検査項目については4ページを参照。

## 生活習慣病予防健診・船員手帳健康証明書・特定健診の検査項目の概念図

下図からわかるように、生活習慣病予防健診を受診すれば、船員手帳健康証明書の検査項目をすべて満たしており、かつ船員手帳健康証明書も取得することができる。（※一部未実施機関あり。詳細は次ページ）

また、特定健診に相当する健診にも該当する。



# 生活習慣病予防健診、船員手帳健康証明書、特定健診の検査項目一覧

項目	内容	生活習慣病予防健診 (一般健診)	船員手帳	特定健診
理学的検査	胸部聴打診・腹部触診・膝蓋腱反射	●	●	●
身体測定	身長・体重・BMI・腹囲	●	●	●
	握力(右・左)	●	●	
	視力(右・左)・色覚	●	●	
聴力検査	聴力検査	●	●	
肺機能検査	肺活量	●	●	
血圧測定	坐位	●	●	●
尿検査	糖・蛋白・潜血(特定健診除く)	●	●	●
糞便検査	便潜血反応(2日法)	●	●	
心電図検査	安静時12誘導	●	●	
血液生化学的検査	空腹時血糖、ヘモグロビンA1c、随時血糖のいずれか一つ	●	●	●
	総コレステロール・中性脂肪・LDLコレステロール(non-HDLコレステロール)・HDLコレステロール	●	●	○1
	総ビリルビン・総蛋白量・GOT・GPT・γ-GTP・アルカリフォスファターゼ・LDH	●	●	○2
	尿酸・クレアチニン(eGFR)	●	●	●
血液学的検査 (一般検査)	赤血球数、白血球数・血色素測定・ヘマトクリット値	●	●	●
血清反応検査	HBs抗原(B型肝炎検査)	△1		
	HCV抗体(C型肝炎検査)	△2		
胸部レントゲン検査	直接撮影 大角1枚	●	●	
胃部レントゲン検査	直接撮影、透視及び四つ切8枚(スポット含む)	●		
子宮頸部細胞診検査	陰脂膏顕微鏡検査(スメア法)	△3	△3	△3
乳がん検査	マンモグラフィ1方向・2方向	△3	△3	△3
前立腺がん検査	腫瘍マーカーPSA	△3	△3	△3

○1・・・検査項目は、中性脂肪、LDLコレステロール(non-HDLコレステロール)、HDLコレステロール

○2・・・検査項目は、GOT、GPT、γ-GTP

△1・・・検査を希望する方に実施

△2・・・過去に同じ検査を受けたことのない方のうち検査を希望する方に実施

△3・・・検査を希望する方に実施(年齢制限あり)

船員保険の生活習慣病予防健診委託機関は255機関(平成29年4月時点)あり、そのうち船員手帳健康証明書の交付を受けることができる機関は246機関(96.5%)となっている。

### 3. 特定保健指導について

- 健診の結果により健康の保持に努める必要がある者を特定保健指導対象者とする(特定健診及び特定保健指導に関する実施基準)。

また、特定保健指導対象者をリスクに応じて動機付け支援対象者と積極的支援対象者に分け、それぞれ特定保健指導(健康づくり支援)を行う。

#### <特定保健指導の基準>

腹囲	追加リスク	④喫煙歴	特定保健指導対象	
	①血糖 ②脂質 ③血圧		40-64歳	65-74歳
≥85cm(男性) ≥90cm(女性)	2つ以上該当	/	積極的支援	動機付け支援
	1つ該当	あり なし		
上記以外でBMI≥25	3つ該当	/	積極的支援	動機付け支援
	2つ該当	あり なし		
	1つ該当	/		

※ ①血糖: 空腹時血糖100mg/dl、またはHbA1c5.6%以上

②脂質: 中性脂肪150mg/dl以上、またはHDLコレステロール40mg/dl未満

③血圧: 収縮期130mmHg以上、または拡張期85mmHg以上

出典: 厚生労働省  
(平成29年度都道府県ブロック会議資料)

- 特定保健指導(健康づくり支援)を行うためには、上記のリスクに該当するかどうか確認する必要があるため、船員保険部では、

①特定健診受診者

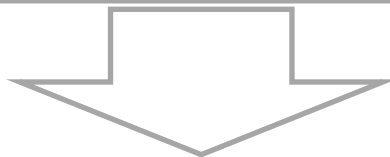
②生活習慣病予防健診受診者

のほかに、③船員手帳健康証明書の結果の提供依頼を行っている。

- 船員手帳健康証明書の結果、保健指導対象者になった者に対して、自宅宛てに保健指導の利用案内を送付し、特定保健指導(健康づくり支援)等を積極的に実施している。

## 4. 特定健診及び特定保健指導の基本的な考え方

- 食べ過ぎや運動不足等の不健康な生活習慣が糖尿病、高血圧症、脂質異常症、肥満症(以下「糖尿病等」という。)といった生活習慣病の発症を招き、生活習慣の改善がないとこのような疾患が重症化し、虚血性心疾患や脳卒中等の発症に至る。
- したがって若い時から生活習慣の改善に取り組むことより、糖尿病等の生活習慣病の予防対策を進め、糖尿病等を発症しない境界域の段階で留めることができれば、加入者の生活の質の維持及び向上を図りながら医療費の伸びの抑制を実現することが可能となる。
- 糖尿病等の生活習慣病は、内臓脂肪の蓄積に起因するものであり、肥満に加え、高血糖、高血圧等の状態が重複した場合には、虚血性心疾患、脳血管疾患等の発症リスクが高くなる。このため、内臓脂肪症候群(メタボリックシンドローム)の概念に基づき、その該当者及び予備群に対し、運動習慣の定着やバランスのとれた食生活などの生活習慣の改善を行うことにより、糖尿病等の生活習慣病や、これが重症化した虚血性心疾患、脳卒中等の発症リスクの低減を図ることが可能となる。



- 特定健診は、糖尿病等の生活習慣病の発症や重症化を予防することを目的として、メタボリックシンドロームに着目し、この該当者及び予備群を減少させるために特定保健指導を必要とする者を的確に抽出するために行うもの。
- 特定保健指導は、内臓脂肪の蓄積に着目し、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うことにより、対象者が自らの生活習慣における課題を認識して行動変容と自己管理を行うとともに、糖尿病等の生活習慣病を予防することを目的とするもの。  
特定健診の結果に基づき、特定保健指導の対象者を選定し階層化することにより、特定保健指導を必要とする者の状態に見合った支援を行っている。