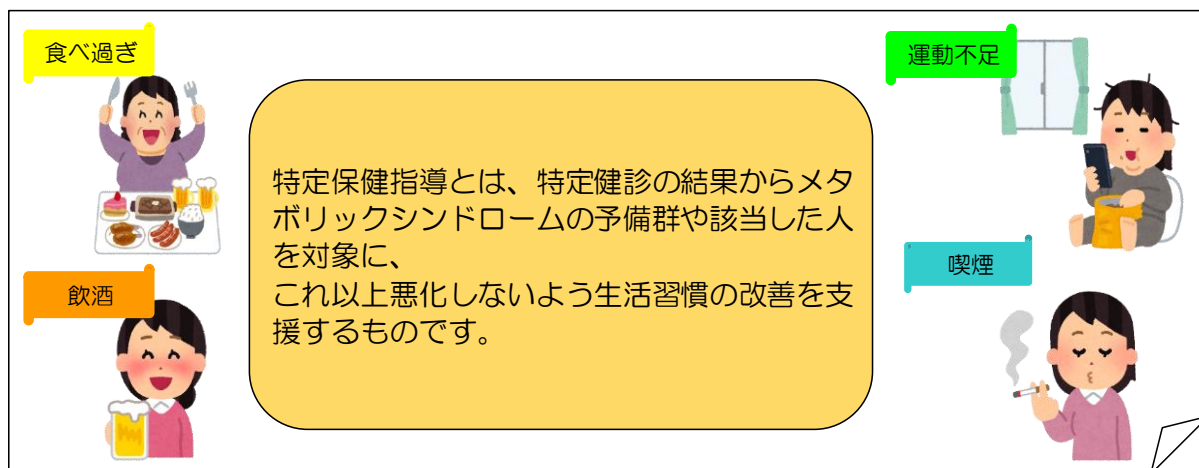


令和5年度（iDA 健保の40歳～74歳の皆さまへ）

特定健康審査・特定保健指導の実施について

※特定健診を受け健康リスクを指摘された方は、ICT 活用による特定保健指導を受けましょう（※fitbit かフォーミュラー食を選択ができます）



加入者の生活習慣病予防と医療費適正化をめざす特定健康審査・特定保健指導は、その実施率に健保組合間の格差が大きいことが明らかとなっています。

保険者機能の強化を図る策として後期高齢者支援金の加算・減算が段階的に引き上げられ、特定健診・特定保健指導の実施率が低いところには上限 10%までのペナルティ加算が、実施率が高くかつ他の保健事業を実施している健保組合にはインセンティブ減算が付与されることとなっています。

国・都道府県の医療費適正化計画に基づき、内臓脂肪症候群（メタボリックシンドローム）の該当者及び予備群を減少させる目標を掲げ、健保組合が加入員の健康の保持・増進のお手伝いをするというものです。

なお、iDA 健保の提供する一般健診・生活習慣病健診・人間ドック健診のいずれかを受ければ特定健診の健診項目を満たしますので必ず受診してください。

1. 特定健診・特定保健指導とは何ですか

特定健診は、メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）該当者及び予備群を減少させることを目的として実施いたします。
※1

そのため健康リスクの高い方に対しては特定保健指導（積極的支援、動機付け支援）を行います。

特定健診は保健指導の対象者となるかどうかを判断するための健診で、その健診項目は表1のとおりです。

特定保健指導では、健診結果から自らの健康状態を認識し、生活習慣改善のための行動目標を設定・実行できるよう、医療専門職より個々人の特性やリスクに配慮しま

す。

また、ICT を活用した支援を行いますので受診しやすい保健指導です。

※1 メタボリックシンドロームとは、内臓脂肪の蓄積により、糖代謝異常（糖尿病等）、脂質代謝異常（高脂血症等）、高血圧などの動脈硬化の危険因子が、一個人に集積している状態をいいます。

(表1)

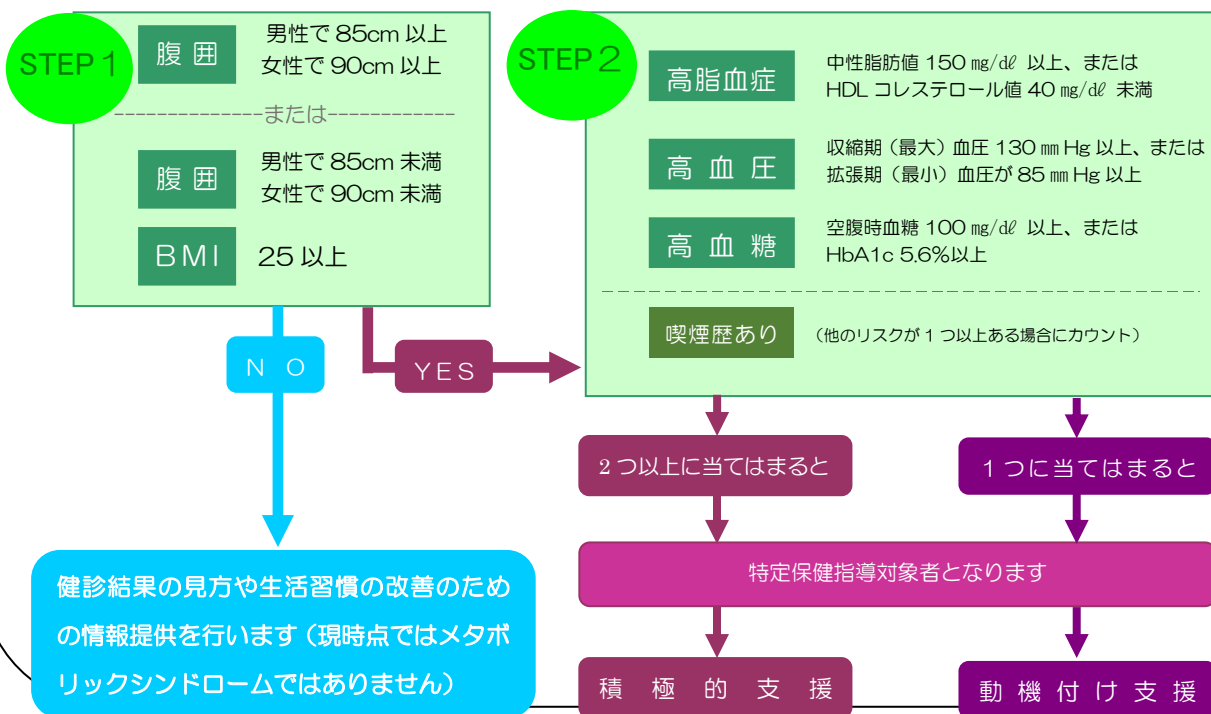
**特定健診項目
必須項目**

- 質問票（服薬歴、喫煙歴等）
- 身体計測（身長、体重、BMI、腹囲）
- 理学的検査（身体診察）
- 血圧測定
- 血液検査
 - ・ 脂質検査（中性脂肪、HDL コレステロール、LDL コレステロール）
 - ・ 血糖検査（空腹時血糖または HbA1c、随時血糖）
 - ・ 肝機能検査（GOT、GPT、 γ -GTP）
 - ・ 検尿（尿糖、尿蛋白）

詳細な健診の項目（一定の基準の下、医師が必要と認めた場合に実施）

- 心電図
- 眼底検査
- 貧血検査（赤血球数、血色素量、ヘマトクリット値）
- 血清クレアチニン検査（eGFR による腎機能の評価を含む）

※一般健診・生活習慣病健診を受けた場合でも上記項目について結果データを iDA 健保が受領できれば、特定健診を受けたことになります。

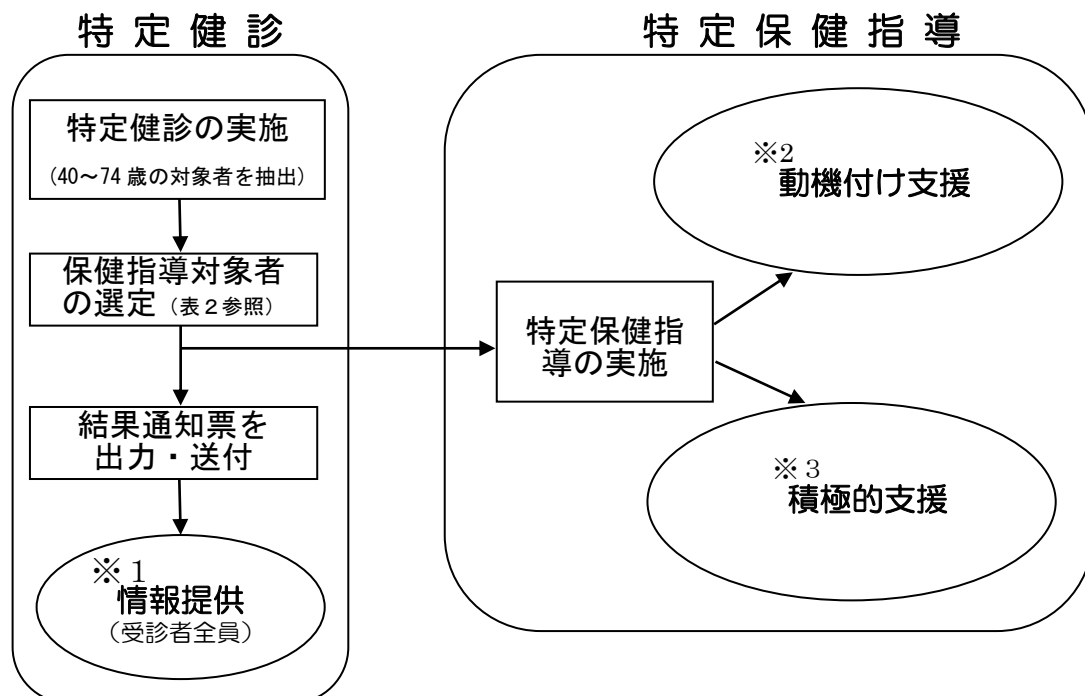


2. 特定健診の実施にあたって

特定健診につきましては、iDA 健康保険組合が提供しているいずれかの健康診断を受診いただければ特定健診項目受診を満たします。

健診の受診後は、国の示す目標値をもとに作成する特定健診等実施計画に基づき階層化し、一定の基準で特定保健指導対象者を選定し、当該対象者に保健指導を実施することとしております。

なお、特定保健指導は、提携しているバリューHR の ICT 活用の特定保健指導の実施時に fitbit の付与かフォーミュラー食を使ったものの選択ができます。



※1 生活習慣病の特性や生活習慣の改善のための情報提供。個人に合わせた情報を提供します。

※2 ICT 個別面接を原則1回行い、対象者が自らの生活習慣を振り返り行動目標を立て行動に移し、その生活が継続できることを目指した支援。初回面接から実績評価を行うまでの期間は3カ月経過後となります。保険者の判断で後日、通信等（mail等を利用）を利用して評価を行います。

※3 初回面接による支援を行い、3カ月以上の定期的・継続的な支援（ICT等を利用）を行い、対象者が自らの生活習慣を振り返り行動目標を立て行動に移し、その生活が継続できることを目指した支援。後日、通信等を利用して評価を実施することや3カ月後の実績評価の終了後にさらに独自のフォローアップ等も行えます。

3. 会社へのお願い

特定健診・特定保健指導の制度により、会社と健保組合のコラボヘルスが重要となります。

健保組合ではバリューHR と提携し、皆様の健康度の向上と生活習慣病予防のため特定健診・特定保健指導を実施するとともに、生活習慣の見直しについての情報提供やサポートを行ってまいります。

国は特定健診受診率、特定保健指導実施率やメタボリックシンドロームの該当者及び予備群の減少率について目標値を示し、健康保険組合はそれを参考に実施計画を作成します。

この実施計画の達成度合いにより、高齢者医療制度[※]への支援金額がペナルティによる増額またはインセンティブによる減額措置が実施されています。

支援金の増減は、皆様の保険料等のご負担に影響を及ぼす可能性がありますので、健診や保健指導を積極的に受け、健康管理に努めることが大切になります。

○会社におかれましては、社員の健康維持と健保の安定財政につながる特定健診受診率・特定保健指導実施率の向上のため、指導実施等について、業務上の配慮等で会社のご協力をお願いいたします。

○ご家族が当健保組合以外で生活習慣病健診・人間ドックをお受けになった場合でもそのデータをご提供くださりますよう、特定保健指導の対象となられた場合の面接等のご協力もお願いいたします。

○特定健診・特定保健指導の実施計画と達成状況については、健康推進委員会等でデータヘルス事業の一環として公表いたします。

○個人情報の取り扱いについては、個人情報保護法および当健保組合のプライバシーポリシーを遵守いたします。

○健診等保健事業は加入者の健康保持・増進のため今後ともデータヘルス計画に基づき効率的に実施して参ります。

○今年度より HbA1c の数値に着目した、糖尿病重症化予防プログラムも行います。