

## 特定健康診査・特定保健指導について

平成20年4月より、内臓脂肪型肥満に着目した「特定健康診査」、「特定保健指導」の実施が医療保険者（健康保険組合）に義務付けられています。

IBM健保組合で実施する健康診断は「特定健康診査」の健診項目を含んでいます。毎年1回健康診断を必ず受けましょう。

特定保健指導はリスクの程度に応じて「動機付け支援」と「積極的支援」があり、生活習慣の改善を促し、生活習慣病を予防しようという考えから行われるものです。40歳以上75歳未満が対象となりますが、IBM健保組合では若年層から適切な生活習慣を定着させることが重要と考え、40歳未満の該当者も対象としています。対象者の方には個別にご案内しますので、生活習慣病の予防・早期発見のため必ず参加をお願いします。

また、特定保健指導やページ下部の重症化予防プログラムには該当しない場合も、健診結果を確認していただき、再検査や精密検査等を必要とする場合には、すみやかに医療機関を受診してください。

### 特定保健指導対象の判断基準



\*両方を測定している場合は空腹時血糖値の結果を優先する

◎リスクの高さに応じて次のように階層分けします。

腹囲	①血糖、②脂質、③血圧のリスク	喫煙歴 <sup>注1</sup>	対象者40～64歳	対象者65～74歳
男性85cm以上 女性90cm以上	2つ以上該当	なし	積極的支援	動機付け支援
	1つ該当	あり		
上記以外で BMIが25以上 <sup>注2</sup>	3つ以上該当	なし	積極的支援	動機付け支援
	2つ該当	あり		
	1つ以上該当	なし		

注1) 喫煙歴の斜線欄は、階層化の判定が喫煙歴の有無に関係ないことを意味します。注2) BMI = 体重(kg) ÷ 身長(m) ÷ 身長(m)

\*問診票(質問票)で服薬中(高血圧、脂質異常、糖尿病)の方は対象となりません。

#### ◎利用可能対象者

特定健康診査を受診し、上記の表に該当する方。なお、IBM健保組合では40歳未満の該当者も対象としています。

#### ◎業務委託先

- ・(株) 保健支援センター
- ・(株) ベネフィット・ワン
- ・(公財) パブリックヘルスリサーチセンター
- ・(株) メルシー

#### ◎ご案内

対象者の方には直接業務委託先より個別にご案内します。

#### ◎個人負担金

全額IBM健保組合負担

#### ◎重要!!

特定健康診査・特定保健指導の実施率が悪い健康保険組合には、国に納める「後期高齢者支援金」が加算される施策がとられています。「後期高齢者支援金」は保険料より納付されていますので、加入者の方へも負担が大きくなる可能性があります。それを避けるためにも、特定健康診査は毎年全員が、特定保健指導はご案内のあった方は辞退せずに、必ず受けていただけるようご協力をお願いします。

## 重症化予防プログラムについて

IBM健保組合ではQOL(生活の質)の低下や医療費の増大を抑えるために、糖尿病と循環器疾患の重症化予防プログラムにも取り組んでいます。

#### ◆糖尿病

糖尿病に起因する透析者等を抑制するため、健康診断でHbA1cの値が7.4%以上だった方へ受診状況を確認させていただき、希望者へは「糖尿病専門医の紹介」や「定期支援サポート」<sup>\*1</sup>をいたします。また、HbA1c値の長期コントロール不良の方には、CGM(持続血糖測定)を体験していただき、ご自身の血糖変動を確認できるプログラムをご案内いたします。その結果より主治医と連携したサポートも実施いたします。対象者の方には個別にご案内いたします。

\*1 定期的な治療状況の確認や有効的な医療機関受診ができるよう専門職がサポートします。

◎業務委託先 (社) 専門医ヘルスケアネットワーク

#### ◆循環器疾患

生活習慣病通院中の方々の健診結果や医療レセプトを分析し、循環器疾患(心筋梗塞、脳梗塞)など重篤な疾病の発症リスクが高い者を抽出し、対象者には主治医と連携しながら、専門医療スタッフによる6ヶ月間の重症化予防プログラムをご案内します(社員のみの)<sup>\*2</sup>。

40歳から65歳のご家族で健康診断を受診した方は、健康診断結果より健康リスク分析<sup>\*3</sup>にて、同性同年代と比較し循環器疾患リスクが高い者を対象に保健指導を実施します(家族のみ)。保健指導対象以外の方でも、健康リスク分析にて1.1倍以上の方には分析結果をお知らせします。

\*3 健康リスク分析は、国立がん研究センター社会と健康研究センターと国立国際医療研究センターの監修のもと制作された発症予測システムにより試算された発症危険度。

#### ◎業務委託先

\*2 (株) PREVENT \*3 (公財) パブリックヘルスリサーチセンター