

特定健診～結果を読み、結果に学ぶ～ 第3回

これで健康が期待できますか？！ ～特定保健指導～



日本赤十字社熊本健康管理センター 名誉所長 小山和作

✦ そもそも保健指導とは何なのか

今回は特定保健指導について述べてみたいと思うが、実は、この「保健指導」の本当の意味を、受診者も医療保険者も、さらには医療スタッフも十分に理解しているかどうか心配になったので、2つの点について指摘しておきたい。

その1つは、健診は保健指導を実施するための手段であるということ。保健指導のない健診はやりっぱなしで健診とはいえない。

2つめは、保健指導の目的についてだが、「体重や血圧、血糖値など問題のある数値を指摘し、それを改善し、適正な健康状態にすること」と、ほとんどの保健指導の本には書いてある。間違いではない。しかし、我々が目指すべきは、「予防医学としての保健指導をすること」である。心身ともに元気で、人としてあるべき姿として、仕事も思い切り働き、家族とも楽しい時間を持ち、80歳でも90歳になっても生きがいのある人生を送る、まさにすてきな生き方を目指すこと、それこそが保健指導の目標であろうと考える。

さて、保健指導の原則論はこれくらいにして、今回の特定保健指導の話に戻ることとする。

✦ 健診データを基に対象者をはっきりさせる

前回は述べたとおり、この特定健診・特定保健指導事業はあくまでメタボ健診であり、その保健指導である。従って、肥満のない人は最初から特定保健指導の対象にはならない。各検査項目いずれかに異常があっても、である。その他にも、特定保健指導の対象にならない人がいる。肥満があっても血圧や血糖値、血液脂質に異常がない人、また、これらの症状で現在治療中（服薬中）の人（表1）も、対象にはならない。

表1. 服薬状況（質問票より）

（単位：人）

	評価対象者* (受診者)	高血圧		脂質異常症		糖尿病	
		治療中の人	%	治療中の人	%	治療中の人	%
熊本県	98,313	26,742	27.2%	12,083	12.3%	4,343	4.4%
全国	6,926,924	2,075,416	30.0%	1,172,897	16.9%	394,940	5.7%

* 「評価対象者数」について

「特定健康診査及び特定保健指導実施基準第1条第1項各号に掲げる特定健康診査の項目の一部が実施できなかったために、『特定健康診査受診者数』には算定できないものの、積極的支援および動機づけ支援あるいは特定保健指導の非対象者（腹囲とBMIの結果および血圧、血液脂質、血糖値、喫煙の結果で判定）と確定できる者を、『特定健康診査受診者数』に加えた数」とされる。（厚労省保険局長発「保険者が社会保険診療報酬支払基金に提出する特定健康診査等の実施状況に関する結果について」より）



ところで、21年度の結果がまだ来ていないので、初年の20年度のデータで検証するしかないことをお断りしておく。

まずは、1年間でどれくらいの人が保健指導を受けたのかを見ると、表2のごとく、前回もいったとおりにスタート時点での受診者が少ないのだから、保健指導を受ける人は当然少ない。前頁に述べたとおり保健指導の対象にならない人を除いて、熊本県では16,767人が保健指導の対象者の数である。それは受診者98,075人の17.1%にすぎない。全国平均よりはやや高い。

しかし、その対象者の中で実際に保健指導を受けた人は5,101人、わずか30.4%にすぎない。それでも全国平均の約2倍で、全国都道府県別に見て7位であった。それを受診者数から見ると5.2%にすぎず、さらに熊本県の国保の対象者総数からするとわずかに1.4%である。全国レベルではもっと悪く、受診者の2.3%、国保対象者総数からすると0.7%という数字である。

表2. 特定健診受診者に占める保健指導対象者割合(熊本県と全国)

(単位:人)

	対象者 総数 A	受診者 B	受診率 B/A	保健指導 対象者 C	割合 C/B	実践者 (終了者) D	対保健指導 対象者 割合 D/C	対受診 者割合 D/B	対対象 者総数 割合 D/A
熊本県	354,336	98,075	27.7%	16,767	17.1%	5,101	30.4% (全国7位)	5.2%	1.4%
全国	22,550,174	6,942,839	30.8%	1,011,126	15.2%*	160,516	15.9%	2.3%	0.7%

*表2は、2つの表を結合しており、この割合は受診者Bに対する割合(C/B)ではなく、評価対象者に対する割合となっている。

表2(再掲)

(単位:人)

	保健指導 対象者	動機付け支援			積極的支援		
		支援対象者	利用者	終了者	支援対象者	利用者	終了者
熊本県	16,767	11,378 (67.9%)	4,617 (40.6%)	4,022 (35.3%)	5,389 (32.1%)	1,660 (30.8%)	1,079 (20.0%) (全国5位)

✦ 保健指導の対象者はこのままでいいのか

保健指導をしなければ、人は健康にならない。これまで山ほど健診をしてきて、健康度が改善しなかったところか、病人は増え、医療費がピンチになった。だから医療改革の鳴り物入りで今回の特定健診・特定保健指導事業が始まった。それも数年の準備期間を経て始まったのに、この結果である。このままではおそらく、所期の目的に沿った成果は期待できないのではなかろうか、大いに疑問符のつくところである。

保健指導の対象者はこれでいいのか、さらに突っ込んで、次回に検討を加えたい。

※表1、2とも、国保中央会「第7回市町村国保における特定健診・保健指導に関する検討会」(平成22年3月29日開催)参考資料より(平成21年9月速報値、同年12月時点における特定健診データ管理システム登録分ならびに特定健診保健指導実施状況アンケートでの回答の集計結果)。