

令和5年度分担研究成果報告書

5.健康診査・保健指導における効果的な実施に関する研究

研究分担者	古井祐司	東京大学未来ビジョン研究センター
研究協力者	横山芳乃	東京大学未来ビジョン研究センター
	中尾杏子	東京大学未来ビジョン研究センター
	井出博生	東京大学未来ビジョン研究センター

研究要旨

本研究では、保健事業の核となる特定健康診査・特定保健指導の効果を最大化する要素を抽出し、今後の制度設計に資することを目的とし、1年度は自治体における特定健診の実施率を向上させる要素分析を、2年度は被用者保険における特定保健指導の効果分析を行った。

その結果、市町村による取組状況と特定健診実施率との明確な関連を示す項目は一部であった。国保新規加入者に対して、加入手続きの際に健診の案内の「あり」の市町村は「なし」に比べて健診実施率が5ポイント以上高く、健診会場までの移動手段を提供している場合に集団健診実施率は11ポイント高かった。本研究を通じて特定健康診査の実施率に関する現場の工夫が明文化されたことで、知見の抽出につながった一方で、取組と特定健診の実施率に明確な関連を見出すのは困難であった。今後、取組に割り当てたカテゴリーの充実も含めて、施策情報を標準化していくことが重要と考えられる。

被用者保険における特定保健指導の効果分析結果からは、内臓脂肪症候群の該当者割合を下げるために、特定保健指導の実施率、特定保健指導による改善率いずれも上げていくことの必要性が示唆された。特定保健指導の実施率すなわち「量」と特定保健指導による改善率すなわち「質」の間に相関は認められなかった。特定保健指導の「量」「質」を共に上げていくことで、内臓脂肪症候群の該当者割合というアウトカム改善につながると考えられ、今後は特定保健指導の改善率を上げることを重視した保健事業のさらなる推進が必要といえる。

行政的な意義としては、実施率を上げる現場での取組が明文化され、知見として共有されれば、市町村格差の是正や事業設計の負担軽減につながる。また、第4期特定健康診査・特定保健指導でも重視されるアウトカムを向上させるために必要な要素を抽出し、知見として体系化する研究を引き続き進めていく。

健指導による健康改善（アウトカム）の観点から分析を行う。

A. 研究目的

特定健康診査・特定保健指導は制度導入時から実施率は上昇したものの、近年は横ばいの状況になっている。今後、実施率の向上を通じて、メタボリックシンドローム該当者割合を一層減少させ、住民や勤労者の健康課題の解決に資する事業設計とすることが求められる。

このような背景のもと、本研究では保健事業の核となる特定健康診査・特定保健指導の効果を最大化する要素を抽出し、今後の制度設計に資することを目的とする。1年度は自治体における特定健診の実施率（アウトプット）、2年度は職場の特定保

B. 研究方法

1 自治体における特定健診の実施率分析

（1）対象

A県の35市町村国民健康保険

（2）方法

①市町村国保の保健事業の担当者に研究の趣旨および概要を説明した。

②市町村が実施している特定健康診査の方法および体制について、それぞれの市町村担当者が整理表に記載した。新型コロナ禍の影響を鑑みて、過去3年分とした。

- ③保健事業に精通する4名の専門家チームが整理表を確認し、実施率向上の視点から実施している取組をカテゴリー化し、県内市町村向けアンケート調査票を設計した。
- ④さらに、県内で実施率およびその伸びが大きい2市町と県庁にヒアリングを行い、整理表に記載された内容の理解を深め、市町村の現況に応じたアンケート項目（表現を含む）になるよう努めた。
- ⑤県内の市町村にアンケート調査を実施し、特定健康診査の実施率を向上させるための取組の実施状況について把握した。
- ⑥アンケート調査結果と特定健診の実施率を比較して、実施率を上げる可能性がある要素を検討した

2 健康保険組合による特定保健指導の効果分析

（1）対象

第2期データヘルス計画の中間評価において「データヘルス・ポータルサイト」（健康保険組合の共通様式）に共通の評価指標を入力した845の健康保険組合を対象とした。健康保険組合の共通評価指標のデータを用いて、保険者の属性による影響を考慮したうえで、特定保健指導の実施率、改善率と内臓脂肪症候群該当者割合との関係を分析した。

（2）方法

共通の評価指標5指標のうち、「特定保健指導実施率」および「特定保健指導による特定保健指導対象者の減少率」の高低により組合を4群に分類し、4群間での「内臓脂肪症候群該当者割合」の違いを比較した。群間比較においては、共分散分析により加入者数の対数、被保険者の男性割合、被保険者の平均年齢、特定健診実施率を共変量として調整したうえで比較した。

3 共済組合による特定保健指導の効果分析

（1）対象

被保険者の基本情報、2年分（令和2年度・3年度）の特定健診・特定保健指導データ。当該年度の保健指導の利用者、かつ翌年度に特定健診を受診している者。

（2）方法

①行動計画による成果の比較

設定した行動計画及びその改善による翌年度の健診結果の違いを検証する。

②モニタリング状況による成果の比較

モニタリング状況の違いによる翌年度の健診結果の違いを検証する。

（倫理面への配慮）

情報管理については関連の制度・ガイドラインを順守して行う。なお、本研究では、個人情報扱いは扱わない。

C. 研究結果

1 特定健康診査の実施率分析

市町村による取組状況と特定健診実施率との明確な関連を示す項目は一部であった。国保新規加入者に対して、加入手続きの際に健診の案内の「あり」の市町村は、「なし」に比べて健診実施率が5ポイント以上高くなっていた。また、健診会場までの移動手段を提供している場合には、提供していない市町村に比べて、集団健診実施率は11ポイント高かった。本研究を通じて特定健康診査の実施率に関する現場の工夫が明文化されたことで、知見の抽出につながった一方で、取組と特定健診の実施率に明確な関連を見出すのは困難であった。今後、取組に割り当てたカテゴリーの充実も含めて、情報を標準化していくことが重要と考えられる。

2 特定保健指導の効果分析結果

内臓脂肪症候群該当者割合は被保険者における男性割合、平均年齢および特定保健指導対象者割合と有意な正の相関が認められ、特定健康診査実施率、特定保健指導実施率、特定保健指導による特定保健指導対象者の減少率とは有意な負の相関が認められた。特定健康診査および特定保健指導の実施率は加入者数の対数と負の相関が認められた。また、特定保健指導実施率と特定保健指導による特定保健指導対象者の減少率には有意な相関は認められなかった。

また、内臓脂肪症候群該当者割合（令和元年度）における特定保健指導（平成30年度）の実施率と改善率の高低で分類した4群間の差異を共分散分析にて比較検定したところ、実施率・改善率いずれも低い群と比較して、実施率・改善率のいずれかが高い他の3群は内臓脂肪症候群該当者割合が

有意に低く、実施率・改善率いずれも高い群は翌年度の内臓脂肪症候群該当者割合が最も低いことが確認された。

一方、特定保健指導において設定した行動計画別の検査値の変化については、飲酒は喫煙などを設定した場合に中性脂肪やHbA1cが未設定者に比較して改善している傾向があった。設定した行動計画が改善した場合にも、体重や脂質の改善傾向がうかがえた。また、運動や腹囲、血圧、血糖のモニタリングは該当するリスク改善にプラスに働いていた。

D. 考察

特定健康診査の実施率に関する現場の工夫が明文化されたことで、知見の抽出につながった一方で、取組と特定健診の実施率に明確な関連を見出すのは困難であった。今後、取組に割り当てたカテゴリーの充実も含めて、情報を標準化していくことが重要と考えられる。今回は1つの県での特定健診に関する試行であり、今後は他県や他の保健事業での検証を進めていく。

被用者保険における特定保健指導の効果分析結果からは、内臓脂肪症候群の該当者割合を下げるために、特定保健指導の実施率、特定保健指導による改善率いずれも上げていくことの必要性が示唆された。特定保健指導の実施率すなわち「量」と特定保健指導による改善率すなわち「質」の間に相関は認められなかった。特定保健指導の「量」「質」を共に上げていくことで、内臓脂肪症候群の該当者割合というアウトカム改善につながると考えられ、今後は特定保健指導の改善率を上げることを重視した保健事業のさらなる推進が必要といえる。

行政的な意義として、本研究成果は効果的・効率的な制度設計のための基礎資料になると考えられる。また、効果を上げる現場での取組が明文化され、知見として共有されれば、保険者格差の是正につながることが期待される。

E. 結論

本研究では、特定健康診査・特定保健指導の効果を上げる構造や知見の明文化を行

った。引き続き、保健事業の効果を最大化するための実証研究を進める必要性が示された。特に、第4期特定健康診査・特定保健指導で重視されるアウトカムを向上させるための必要な要素を抽出し、知見として体系化する研究を引き続き進めていく。

F. 健康危機情報

特になし。

G. 研究発表

1. 論文発表

中尾杏子,井出博生,古井祐司. 健康保険組合における特定保健指導の実施率・改善率と内臓脂肪症候群該当者割合との関連. 厚生 の指標. 2023;70(15):15-19

2. 学会発表

古井祐司.標準予防を実現するデータヘルス.第60回日本医療・病院管理学会学術総会 特別講演,オンライン開催.2022

古井祐司.地域・職場を活性化するメタボリックシンドローム対策.第22回日本糖尿病情報学会 教育講演,オンライン開催.2022

中尾杏子,井出博生,上村晴子,古井祐司. 市町村国保における特定保健指導事業の実施率・成果をあげる工夫の分析. 第82回日本公衆衛生学会総会,つくば市. 2023

横山芳乃,中尾杏子,上村晴子,井出博生,古井祐司. 特定健康診査の受診率向上に向けた知見の抽出. 第82回日本公衆衛生学会総会,つくば市. 2023

3. その他

健康保険組合連合会. 健康保険組合保健事業マニュアル(第Ⅰ編 健康保険組合と保健事業).2023.分担執筆) (古井祐司,井出博生,中尾杏子)

H. 知的所有権の取得状況

1. 特許取得

特になし。

2. 実用新案登録

特になし。

3. その他

特になし