

# 第4期名古屋市国民健康保険 特定健康診査等実施計画

## 1章 特定健康診査・特定保健指導

- 1.1 特定健康診査・特定保健指導の目標値
- 1.2 特定健康診査の対象者数(見込み)・目標実施者数
- 1.3 特定保健指導の対象者数(見込み)・目標実施者数
- 1.4 特定健康診査の実施体制
- 1.5 特定健康診査の実施項目
- 1.6 特定保健指導の実施体制



## 1.1 特定健康診査・特定保健指導の目標値

特定健康診査等基本指針において特定健康診査実施率60%、特定保健指導実施率60%と示されていますが、本市国民健康保険の特性や状況を踏まえ、第4期特定健康診査等実施計画期間の達成目標値を設定します。

|                 | 令和6年度 | 令和7年度 | 令和8年度 | 令和9年度 | 令和10年度 | 令和11年度 |
|-----------------|-------|-------|-------|-------|--------|--------|
| 特定健康診査<br>目標実施率 | 33.4% | 34.4% | 35.5% | 36.5% | 37.6%  | 38.6%  |
| 特定保健指導<br>目標実施率 | 7.5%  | 8.5%  | 9.5%  | 10.5% | 11.6%  | 12.6%  |

## 1.2 特定健康診査の対象者数(見込み)・目標実施者数

策定した目標実施率から、特定健康診査の対象者数(見込み)及び目標実施者数を設定します。

(単位:人)

|                     | 令和6年度   | 令和7年度   | 令和8年度   | 令和9年度   | 令和10年度  | 令和11年度  |
|---------------------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|
| 特定健康診査<br>対象者数(見込み) | 283,500 | 281,600 | 281,100 | 281,500 | 283,000 | 285,300 |
| 特定健康診査<br>目標実施率     | 33.4%   | 34.4%   | 35.5%   | 36.5%   | 37.6%   | 38.6%   |
| 特定健康診査<br>目標実施者数    | 94,600  | 97,000  | 99,700  | 102,800 | 106,300 | 110,100 |

## 1.3 特定保健指導の対象者数(見込み)・目標実施者数

策定した目標実施率から、特定保健指導の対象者数(見込み)及び目標実施者数を設定します。

(単位:人)

|                     | 令和6年度  | 令和7年度  | 令和8年度  | 令和9年度   | 令和10年度  | 令和11年度  |
|---------------------|--------|--------|--------|---------|---------|---------|
| 特定健康診査<br>実施者数      | 94,600 | 97,000 | 99,700 | 102,800 | 106,300 | 110,100 |
| 特定保健指導<br>対象者数(見込み) | 10,900 | 11,100 | 11,500 | 11,800  | 12,200  | 12,700  |
| 特定保健指導<br>目標実施率     | 7.5%   | 8.5%   | 9.5%   | 10.5%   | 11.6%   | 12.6%   |
| 特定保健指導<br>目標実施者数    | 800    | 900    | 1,100  | 1,200   | 1,400   | 1,600   |
| 動機づけ支援<br>目標実施者数    | 600    | 700    | 800    | 900     | 1,100   | 1,200   |
| 積極的支援<br>目標実施者数     | 200    | 200    | 300    | 300     | 300     | 400     |

## 1.4 特定健康診査の実施体制

特定健康診査(個別健康診査と集団健康診査)は、以下のような体制で行います。

|                | 個別健康診査                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 集団健康診査                  |
|----------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|
| 実施内容           | <div>基本的な健診項目</div> <div>+</div> <div>4月1日時点の年齢や検査結果に応じて<br/>詳細な健診項目(追加項目)を実施</div>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                         |
| 実施場所           | 市内の健診実施医療機関                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 区役所やショッピングモール等の利便性の高い施設 |
| 実施時期           | 当該年度6月～3月                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 当該年度7月～3月(年度によって変動あり)   |
| 周知・案内          | <p>①周知方法</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・本市公式ウェブサイトや広報誌などに記載する。</li> <li>・特定健康診査対象者に受診券等を配布する。また、受診券に同封されたパンフレットにて個別健康診査の案内、集団健康診査の案内を記載する。</li> <li>・人工知能(AI)を活用した分析結果から、特定健康診査の受診勧奨効果が高いとされる特定健康診査受診対象者を抽出し、これらの方にナッジ理論を活用した受診勧奨を実施する。</li> </ul> <p>②受診券送付対象者</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・特定健康診査を実施する年度の4月1日時点において名古屋市国民健康保険加入者のうち、当該年度中に40～74歳となる人。</li> <li>・当該年度4月～9月までの名古屋市国民健康保険新規加入者のうち、当該年度中に40～74歳となる人。</li> <li>・当該年度5月～3月に75歳となる人。ただし、75歳到達以後は除く。</li> </ul> |                         |
| 自己負担額          | 無料                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                         |
| 情報提供<br>(結果説明) | <p>①特定健康診査を実施した医療機関より健診結果を受け取る。</p> <p>②健診結果より、特定保健指導の対象となった場合は、①の健診結果にてその特定保健指導該当区分を記載する。</p> <p>③特定保健指導の対象となった場合は、①と併せて名古屋市より特定保健指導該当通知を送付する。</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                         |
| 委託形態           | 外部委託(全面的)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                         |

## 1.5 特定健康診査の実施項目

特定健康診査は、以下のとおり検査を行います。

| 健康診査の種類 |          | 検査内容             |                                  |
|---------|----------|------------------|----------------------------------|
| 特定健康診査  | 基本的な健診項目 | 問診               | 生活習慣・既往歴                         |
|         |          | 身体測定             | 身長・体重、腹囲、BMI                     |
|         |          | 理学的検査            | 身体診察                             |
|         |          | 血圧測定             | 収縮期(最高)血圧<br>拡張期(最低)血圧           |
|         |          | 血中脂質検査           | HDLコレステロール<br>LDLコレステロール<br>中性脂肪 |
|         |          | 肝機能検査            | AST(GOT)・ALT(GPT)・ $\gamma$ -GTP |
|         |          | 血糖検査             | 空腹時血糖・HbA1c                      |
|         |          | 尿検査              | 糖・タンパク                           |
|         |          | 追加項目<br>(市独自の項目) | 血清クレアチニン                         |
|         |          |                  | 尿酸                               |
|         |          |                  | eGFR                             |
|         | 詳細な検査項目  | 貧血検査             | 赤血球数・ヘマトクリット値・血色素量               |
|         |          | 心電図検査            |                                  |
|         |          | 眼底検査             |                                  |

※血清クレアチニン・尿酸・eGFRは、法定項目ではないものの、名古屋市独自で基本的な健診項目としてすべての対象者に行っている。

※他健診事業として、勤務先企業等で健康診査を実施した特定健康診査の対象者から上記の基本項目(追加項目含む)が行われている場合は、特定健康診査受診と同等な健康診査として、インセンティブを活用した健診結果の収集を行っている。

## 1.6 特定保健指導の実施体制

特定保健指導(動機づけ支援と積極的支援)は、以下のような体制で行います。

|       |             | 動機づけ支援                                                                                                                                                                                                                                      | 積極的支援                         |
|-------|-------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|
| 実施内容  |             | <pre> graph TD     A[初回面接の実施] --&gt; B[生活習慣改善に係る自主的な取り組みの実施]     A --&gt; C[個別支援・グループ支援・電話支援等による継続的支援の実施]     B --&gt; D[3か月以降の実績評価]     C --&gt; D           </pre>                                                                        |                               |
| 実施場所  | 初回面接        | 特定保健指導実施医療機関 等                                                                                                                                                                                                                              | 特定保健指導実施医療機関<br>各区保健センター 等    |
|       | 継続的な支援      |                                                                                                                                                                                                                                             | 初回面接を実施した特定保健指導実施医療機関や保健センター等 |
|       | 3か月後以降の実績評価 | 面接または通信(電話又は電子メール、FAX、手紙等)                                                                                                                                                                                                                  |                               |
| 実施時期  |             | 当該年度6月～翌年度5月<br>(各区保健センターは当該年度9月～翌年度5月)<br>なお、当期間は初回面接の利用開始期間であり、利用開始後原則3か月～6か月が支援期間となるが、利用開始日が当該年度6月～翌年度5月であれば、支援期間はこの期間を過ぎても問題ない。                                                                                                         |                               |
| 実施期間  |             | 3か月又は6か月                                                                                                                                                                                                                                    |                               |
| 周知・案内 |             | <ul style="list-style-type: none"> <li>・本市公式ウェブサイトや広報誌などに記載する。</li> <li>・特定健康診査を実施した医療機関から、健診結果を受け取る際に、特定保健指導該当であることの案内・説明がある。</li> <li>・本市より特定健診実施後2か月を目安に特定保健指導の案内等を同封した特定保健指導該当通知を送付する。</li> <li>・特定保健指導対象者に電話による利用勧奨を実施している。</li> </ul> |                               |
| 自己負担額 |             | 無料                                                                                                                                                                                                                                          |                               |

|      |              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|------|--------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 実施方法 | 初回面接<br>(※1) | <ul style="list-style-type: none"><li>・生活習慣と健診結果との関係の理解、生活習慣の振り返り、メタボリックシンドロームや生活習慣病に関する知識の習得及びそれらが利用者(※2)の生活に及ぼす影響の認識から、生活習慣病の改善の必要性について説明する。</li><li>・生活習慣を改善する場合のメリットと改善しない場合のデメリットを説明する。</li><li>・食事・運動等、生活習慣の改善に必要な事項について実践的な指導を実施する。</li><li>・実施者の行動目標や実績評価の時期の設定を支援するとともに、生活習慣を改善するために必要な社会資源を紹介し、有効に活用できるように支援する。</li><li>・体重や腹囲の測定方法について説明する。</li><li>・利用者に対する面接による指導の下に、行動目標及び行動計画を作成する。</li></ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|      | 継続的な支援       | <ul style="list-style-type: none"><li>・利用者の過去の生活習慣及び行動計画の実施状況を踏まえ、利用者の必要性に応じた支援をすること。</li><li>・進捗状況に関する評価として利用者が実践している取り組み内容及びその結果についての評価を行い、必要があると認めるときは、行動目標及び行動計画の再設定を行うこと。</li><li>・行動計画の実施状況について記載したものの提出を受け、それらの記載に基づいて支援を行うこと。</li></ul> また、支援終了については、アウトカム評価とプロセス評価を合計し、180ポイント以上の支援を実施することを条件とする。<br>①アウトカム評価<br>アウトカム評価の評価時期は、初回面接から3か月以上経過後の実績評価時とする。 <ul style="list-style-type: none"><li>・腹囲2.0cm以上かつ体重2.0kg以上の減少180p</li><li>・腹囲1.0cm以上かつ体重1.0kg以上の減少20p</li><li>・食習慣の改善20p</li><li>・運動習慣の改善20p</li><li>・喫煙習慣の改善(禁煙)20p</li><li>・休養習慣の改善20p</li><li>・その他の生活習慣の改善20p</li></ul> ②プロセス評価 <ul style="list-style-type: none"><li>・個別支援(1回当たり) 70p<br/>支援1回当たり最低10分間以上</li><li>・グループ支援(1回当たり) 70p<br/>支援1回当たり最低40分間以上</li><li>・電話(1回当たり) 30p<br/>支援1回当たり最低5分間以上</li><li>・電子メール等(1往復当たり ※3) 30p</li></ul> |
|      | 3か月後以降の実績評価  | <ul style="list-style-type: none"><li>・個々の利用者に対する特定保健指導の効果について評価するものであること。</li><li>・設定した行動目標が達成されているかどうか、身体状況や生活習慣に変化がみられたかどうかについて評価を行うこと。</li><li>・実績評価は面接又は通信(電話又は電子メール・FAX・手紙等)により行うこと。</li></ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|      | 委託形態         | 外部委託(部分的)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |

※1 健診当日にすべての検査結果が判明しない場合でも、初回面接の分割実施を可能とする。  
分割実施の場合、1回目の初回面接実施後、遅くとも3か月以内に初回面接2回目を実施する。

※2 特定保健指導を利用する人。

※3 支援1往復は、特定保健指導実施者と利用者の間で支援に必要な情報の共有を図ることにより支援を完了したと当該特定保健指導実施者が判断するまで、電子メール等を通じて支援に必要な情報のやりとりを行うこと。



## 2章 個人情報保護

### 2.1 個人情報保護



## 2.1 個人情報保護

特定健康診査及び特定保健指導の受診結果等の取り扱いについて、個人情報保護の観点から適切な対応を行います。

### 2.1.1 個人情報保護に係る法令等の遵守について

- ① 個人情報の取り扱いに関しては、個人情報の保護に関する法律(平成15年法律第57号)、名古屋市個人情報保護条例(令和4年条例第56号)及び名古屋市情報あんしん条例(平成16年条例第41号)に基づいて対応します。
- ② ①に基づく職員の義務(データの正確性の確保、漏洩防止措置、従業者の監督、委託先の監督)について周知を図ります。
- ③ 特定健康診査・特定保健指導を外部に委託する際は、個人情報の厳重な管理や、目的外使用の禁止等を契約書に定めるとともに、委託先の契約遵守状況を管理していきます。

### 2.1.2 守秘義務規定について

- ① 国民健康保険法(昭和33年12月27日法律第192号)  
第120条の2 保険者の役割若しくは職員又はこれらの職にあった者が、正当な理由なしに、国民健康保険事業に関して職務上知得した秘密を漏らしたときは、一年以下の懲役又は百万円以下の罰金に処する。
- ② 高齢者の医療の確保に関する法律(昭和57年8月17日法律第80号)  
第30条 第28条の規定により保険者から特定健康診査等の実施の委託を受けた者(その者が法人である場合にあっては、その役員)若しくはその職員又はこれらの者であった者は、その実施に関して知り得た個人の秘密を正当な理由がなく漏らしてはならない。  
第167条 第30条の規定に違反して秘密を漏らした者は、一年以下の懲役又は百万円以下の罰金に処する。

### 2.1.3 記録の管理・保存方法について

特定健康診査及び特定保健指導の記録は、特定健診等データ管理システム(愛知県国民健康保険団体連合会提供)にて保管します。

- ① 特定健康診査実施医療機関は、特定健康診査に関するデータを電磁的方法によって作成し、愛知県国民健康保険団体連合会を通じて、本市に提出します。
- ② 特定保健指導実施医療機関は、特定保健指導に関するデータを電磁的方法によって作成し、愛知県国民健康保険団体連合会を通じて、本市に提出します。
- ③ システムの保守管理については、愛知県国民健康保険団体連合会に委託します。
- ④ 特定健康診査及び特定保健指導に関するデータの保存期間は5年間とします。ただし、被保険者が名古屋市国民健康保険の資格を継続している場合はこの限りではありません。

### 2.1.4 他の法令に基づく健診データの管理・保存方法について

事業主健診等他の法令に基づく健診を受診し、提供された健診データについての保管、管理、保存方法については2.1.3と同様とします。

## 資料

資料1 保健指導判定値及び受診勧奨判定値

資料2 被保険者への健康に関するアンケート結果



## 資料1 保健指導判定値及び受診勧奨判定値

特定健康診査検査項目の特定保健指導判定値及び受診勧奨判定値を以下に示します。

| 検査項目  |                   | 単位                      | 保健指導判定値 | 受診勧奨判定値 |
|-------|-------------------|-------------------------|---------|---------|
| 血圧    | 収縮期血圧             | mmHg                    | 130以上   | 140以上   |
|       | 拡張期血圧             | mmHg                    | 85以上    | 90以上    |
| 脂質検査  | 中性脂肪（空腹時）         | mg/dl                   | 150以上   | 300以上   |
|       | 中性脂肪（随時）          | mg/dl                   | 175以上   | 300以上   |
|       | HDL-C（HDLコレステロール） | mg/dl                   | 40未満    | —       |
|       | LDL-C（LDLコレステロール） | mg/dl                   | 120以上   | 140以上   |
| 糖尿病検査 | 空腹時血糖             | mg/dl                   | 100以上   | 126以上   |
|       | HbA1c             | %                       | 5.6以上   | 6.5以上   |
|       | 尿糖                |                         | (±) 以上  |         |
|       | 尿蛋白               |                         | (±)     | (1+) 以上 |
| 腎機能検査 | eGFR              | ml/分/1.73m <sup>2</sup> | 60未満    | 45未満    |
|       | AST(GOT)          | U/L                     | 31以上    | 51以上    |
|       | ALT (GPT)         | U/L                     | 31以上    | 51以上    |
|       | γ-GT (γ-GTP)      | U/L                     | 51以上    | 101以上   |

※データの基準は、標準的な健診・保健指導プログラム（令和6年度版）で示されている健診判定値に基づくもの。

資料2 被保険者への健康に関するアンケート結果

(n: 回答件数)                      回答数: 1,842件 (回収率30.7%)

問1 あなたは、最近の健康状態は、いかがですか？

|         | カテゴリー | 件数  | 割合    |
|---------|-------|-----|-------|
| たいへんよい  |       | 89  | 4.9%  |
| よい      |       | 446 | 24.2% |
| ふつう     |       | 940 | 51.0% |
| あまりよくない |       | 291 | 15.8% |
| よくない    |       | 61  | 3.3%  |
| 無回答     |       | 15  | 0.8%  |

問2 あなたは、日頃から健康について意識していますか？

|             | カテゴリー | 件数    | 割合    |
|-------------|-------|-------|-------|
| とても意識している   |       | 327   | 17.7% |
| まあまあ意識している  |       | 1,254 | 68.1% |
| あまり意識していない  |       | 222   | 12.0% |
| ほとんど意識していない |       | 25    | 1.4%  |
| 無回答         |       | 14    | 0.8%  |

問3 あなたは、現在通院などで治療している病気はありますか？（複数回答）

|                | カテゴリー | 件数  | 割合    |
|----------------|-------|-----|-------|
| 高血圧症           |       | 540 | 29.3% |
| 糖尿病            |       | 204 | 11.1% |
| 脂質異常症（高脂血症）    |       | 182 | 9.9%  |
| がん             |       | 74  | 4.0%  |
| 脳卒中（脳梗塞・脳出血等）  |       | 44  | 2.4%  |
| 心疾患（狭心症・心筋梗塞等） |       | 97  | 5.3%  |
| 肝疾患（がん除く）      |       | 24  | 1.3%  |
| 胃・十二指腸疾患（がん除く） |       | 48  | 2.6%  |
| 腎疾患（腎透析含む）     |       | 22  | 1.2%  |
| 婦人病            |       | 159 | 8.6%  |
| 整形外科疾患（腰痛、骨折等） |       | 219 | 11.9% |
| 認知症・精神疾患       |       | 60  | 3.3%  |
| その他            |       | 364 | 19.8% |
| 特になし           |       | 561 | 30.5% |
| 無回答            |       | 56  | 3.0%  |

問4 あなたは、「糖尿病」が進行すると、神経障害・視力障害・腎不全などを引き起こすことを知っていますか？

|                   | カテゴリー | 件数    | 割合    |
|-------------------|-------|-------|-------|
| 知っている             |       | 1,133 | 61.5% |
| 聞いたことがあるが詳しくは知らない |       | 548   | 29.8% |
| 知らない              |       | 144   | 7.8%  |
| 無回答               |       | 17    | 0.9%  |

問5 あなたは、自分が「糖尿病」になる危険がどれくらいあると考えていますか？

|        | カテゴリー | 件数  | 割合    |
|--------|-------|-----|-------|
| とてもある  |       | 96  | 5.2%  |
| まあまあある |       | 478 | 26.0% |
| あまりない  |       | 618 | 33.6% |
| ほとんどない |       | 279 | 15.1% |
| 治療中    |       | 111 | 6.0%  |
| わからない  |       | 242 | 13.1% |
| 無回答    |       | 18  | 1.0%  |

問6 あなたは、日頃の生活で「糖尿病」にならないように気を付けていますか？

|              | カテゴリー | 件数  | 割合    |
|--------------|-------|-----|-------|
| とても気を付けている   |       | 167 | 9.1%  |
| まあまあ気を付けている  |       | 920 | 49.9% |
| あまり気を付けていない  |       | 567 | 30.8% |
| ほとんど気を付けていない |       | 161 | 8.7%  |
| 無回答          |       | 27  | 1.5%  |

問7 あなたは、現在タバコを習慣的に吸っていますか？

|     | カテゴリー | 件数    | 割合    |
|-----|-------|-------|-------|
| はい  |       | 280   | 15.2% |
| いいえ |       | 1,551 | 84.7% |
| 無回答 |       | 11    | 0.6%  |

(n:回答件数) 回答数:1,842件(回収率30.7%)

問8 あなたは、日頃の生活で気を付けていることはありますか？（複数回答）

|                                        | カテゴリー | 件数    | 割合    |
|----------------------------------------|-------|-------|-------|
| 過労に注意し、睡眠、休養を十分とるよう心がけている              |       | 959   | 52.1% |
| 毎日、朝食をとるようにしている                        |       | 1,285 | 69.8% |
| 間食や甘い飲み物を控えるようにしている                    |       | 652   | 35.4% |
| 塩分を控えるようにしている                          |       | 775   | 42.1% |
| 油脂の多い食事を食べ過ぎないようにしている                  |       | 757   | 41.1% |
| カロリー過多にならないようにしている                     |       | 661   | 35.9% |
| アルコールは、1日1合以内にしている                     |       | 332   | 18.0% |
| 自宅で血圧を測定している                           |       | 583   | 31.7% |
| 体重を測っている                               |       | 886   | 48.1% |
| 近いうところは地下鉄や車などを利用せず、歩くようにしている          |       | 525   | 28.5% |
| 新聞・テレビ・雑誌・インターネットなどで健康の情報・知識を増やそうにしている |       | 638   | 34.6% |
| その他                                    |       | 73    | 4.0%  |
| 特に行っていることはない                           |       | 129   | 7.0%  |
| 無回答                                    |       | 10    | 0.5%  |

問11 あなたは、病気の重症化を防ぐために実行していることはありますか？（複数回答）

|                        | カテゴリー | 件数    | 割合    |
|------------------------|-------|-------|-------|
| 自覚症状が出たら早めに受診するようにしている |       | 1,006 | 54.6% |
| 治療が必要な場合、放置せず治療している    |       | 901   | 48.9% |
| かかりつけ医をもってしている         |       | 1,028 | 55.8% |
| かかりつけ薬局をもってしている        |       | 391   | 21.2% |
| 特にない                   |       | 201   | 10.9% |
| その他                    |       | 18    | 1.0%  |
| 無回答                    |       | 9     | 0.5%  |

問13 あなたは、「特定保健指導」に該当した場合、利用しますか？

|     | カテゴリー | 件数    | 割合    |
|-----|-------|-------|-------|
| はい  |       | 1,137 | 61.7% |
| いいえ |       | 673   | 36.5% |
| 無回答 |       | 32    | 1.8%  |

問9 あなたは、運動や食生活などの生活習慣を改善しようと思いますか？

|                              | カテゴリー | 件数  | 割合    |
|------------------------------|-------|-----|-------|
| 改善するつもりがない（必要性を感じない）         |       | 285 | 15.5% |
| 改善したいと考えているが行動に移せていない        |       | 815 | 44.2% |
| 概ね6か月以内に改善するつもり              |       | 22  | 1.2%  |
| 概ね1か月以内に改善するつもりであり、少しずつ始めている |       | 86  | 4.7%  |
| 既に改善に取り組んでいる（6か月未満）          |       | 158 | 8.6%  |
| 既に改善に取り組んでいる（6か月以上）          |       | 448 | 24.3% |
| 無回答                          |       | 28  | 1.5%  |

問10 あなたは、健康診査（職場健診なども含む）の結果で医療機関への受診の指示が出た場合どのような行動をとりますか？

|                 | カテゴリー | 件数    | 割合    |
|-----------------|-------|-------|-------|
| 1か月以内に受診する      |       | 1,308 | 71.0% |
| 2～3か月後に受診する     |       | 165   | 9.0%  |
| 自覚症状が出てきたら受診する  |       | 208   | 11.3% |
| 生活に支障が出てきたら受診する |       | 83    | 4.5%  |
| 受診しない           |       | 56    | 3.0%  |
| 無回答             |       | 22    | 1.2%  |

問12 あなたは、特定健康診査を知っていますか？

|               | カテゴリー | 件数    | 割合    |
|---------------|-------|-------|-------|
| 知っている         |       | 1,093 | 59.3% |
| 聞いたことはあるが知らない |       | 381   | 20.7% |
| 知らない          |       | 349   | 19.0% |
| 無回答           |       | 19    | 1.0%  |

問14 あなたは、健康づくりや生活習慣病予防に取り組むにあたり、どのような事業があれば継続的に取り組めると思いますか？（複数回答）

|                                        | カテゴリー | 件数  | 割合    |
|----------------------------------------|-------|-----|-------|
| 日程を指定された具体的な健診案内                       |       | 485 | 26.3% |
| 個別の電話等による健診勧奨                          |       | 77  | 4.2%  |
| 健康診断の結果説明会の開催                          |       | 189 | 10.3% |
| 健康や病気の予防についての情報提供                      |       | 459 | 24.9% |
| 実施場所や内容を工夫した保健指導                       |       | 201 | 10.9% |
| 自宅訪問による保健指導                            |       | 70  | 3.8%  |
| 少人数での健康に関する教室の開催                       |       | 139 | 7.5%  |
| 身近な会場の運動機会                             |       | 341 | 18.5% |
| 気軽にできる健康の相談                            |       | 561 | 30.5% |
| 健康づくりに取り組むことでポイントがつき、獲得ポイントによって特典がある事業 |       | 227 | 12.3% |
| 特に事業がなくても、自ら継続できる                      |       | 282 | 15.3% |
| わからない                                  |       | 331 | 18.0% |
| その他                                    |       | 45  | 2.4%  |
| 無回答                                    |       | 45  | 2.4%  |

(n:回答件数) 回答数:1,842件(回収率30.7%)

問15 あなたは、健康づくりや生活習慣を改善するうえでの情報をどこから得ていますか？（複数回答）

|                                            | カテゴリ | 件数    | 割合    |
|--------------------------------------------|------|-------|-------|
| テレビ                                        |      | 1,262 | 68.5% |
| ラジオ                                        |      | 193   | 10.5% |
| 新聞                                         |      | 742   | 40.3% |
| 雑誌・一般書                                     |      | 367   | 19.9% |
| インターネット                                    |      | 675   | 36.6% |
| SNS（ソーシャル・ネット・ワーキング・サービス）                  |      | 214   | 11.6% |
| 保健センターなどの公共機関                              |      | 59    | 3.2%  |
| 医師、薬剤師、看護師、栄養士などの医療関係者                     |      | 610   | 33.1% |
| 家族・知人・友人                                   |      | 551   | 29.9% |
| 職場や学校                                      |      | 60    | 3.3%  |
| 健康に関する講演会、講習会                              |      | 46    | 2.5%  |
| 公共施設（区役所、図書館など）や商業施設（スーパーマーケットなど）にあるパンフレット |      | 101   | 5.5%  |
| その他                                        |      | 21    | 1.1%  |
| 特になし                                       |      | 96    | 5.2%  |
| 無回答                                        |      | 11    | 0.6%  |

問18 あなたは、「フレイル」という言葉と内容は知っていますか？

|              | カテゴリ | 件数  | 割合    |
|--------------|------|-----|-------|
| 言葉、内容とも知っている |      | 469 | 25.5% |
| 言葉のみ知っている    |      | 362 | 19.6% |
| 知らない         |      | 969 | 52.6% |
| 無回答          |      | 42  | 2.3%  |

問19-1 1回あたり30分以上の運動・スポーツをどれくらいしていますか？

|          | カテゴリ | 件数  | 割合    |
|----------|------|-----|-------|
| ほぼ毎日     |      | 278 | 15.1% |
| 週に4～5日程度 |      | 186 | 10.1% |
| 週に2～3日程度 |      | 363 | 19.7% |
| 週に1日以下   |      | 301 | 16.3% |
| しない      |      | 687 | 37.3% |
| 無回答      |      | 27  | 1.5%  |

問16 あなたは、どのような頻度で健康診査を受けていますか？

|                       | カテゴリ | 件数  | 割合    |
|-----------------------|------|-----|-------|
| 毎年受けている               |      | 922 | 50.1% |
| 毎年ではないが、2～3年に一度は受けている |      | 352 | 19.1% |
| 4年以上受けていない            |      | 301 | 16.3% |
| 一度も受けたことがない           |      | 216 | 11.7% |
| 無回答                   |      | 51  | 2.8%  |

問17 あなたは、どのような理由で健康診査を受診しませんでしたか？（複数回答）

|                      | カテゴリ | 件数  | 割合    |
|----------------------|------|-----|-------|
| 受診方法や受診先が分からない       |      | 60  | 11.6% |
| 忙しくて受診する時間がない        |      | 147 | 28.4% |
| 受診するのが面倒である          |      | 216 | 41.8% |
| 大きな病気が発見されるのが怖い      |      | 90  | 17.4% |
| 採血など検査が苦痛だ           |      | 43  | 8.3%  |
| 自覚症状がないため健診の必要性を感じない |      | 250 | 48.4% |
| 通院中（治療中）である          |      | 242 | 46.8% |
| 受けたい検査項目がない          |      | 26  | 5.0%  |
| その他                  |      | 105 | 20.3% |
| 無回答                  |      | 15  | 2.9%  |
| n=517                |      |     |       |

問19-2 その運動習慣はどのくらい続いていますか？

|          | カテゴリ | 件数  | 割合    |
|----------|------|-----|-------|
| 3年以上     |      | 683 | 60.5% |
| 1年以上3年未満 |      | 197 | 17.5% |
| 半年以上1年未満 |      | 86  | 7.6%  |
| 半年未満     |      | 124 | 11.0% |
| 無回答      |      | 38  | 3.4%  |
| n=1128   |      |     |       |

(n:回答件数)                      回答数:1,842件(回収率30.7%)

問20 医療機関等にかかり方で、気を付けていることはありますか？（複数回答）

|                         | カテゴリー | 件数  | 割合    |
|-------------------------|-------|-----|-------|
| 同じ病気で複数の医療機関を受診しない      |       | 583 | 31.7% |
| 休日や夜間に受診をしない            |       | 396 | 21.5% |
| お薬手帳を活用している             |       | 952 | 51.7% |
| ジェネリック医薬品(後発医薬品)を使用している |       | 903 | 49.0% |
| 同じ効能の薬をもらいすぎない          |       | 332 | 18.0% |
| セルフメディケーション※に心がけている     |       | 460 | 25.0% |
| 医療費通知を参考にしている           |       | 151 | 8.2%  |
| その他                     |       | 25  | 1.4%  |
| 特にない                    |       | 342 | 18.6% |
| 無回答                     |       | 49  | 2.7%  |

※セルフメディケーション…自分自身の健康に責任を持ち、軽度な身体の不調は自分で手当てすること

問22 年齢

|        | カテゴリー | 件数  | 割合    |
|--------|-------|-----|-------|
| 18～19歳 |       | 4   | 0.2%  |
| 20～24歳 |       | 14  | 0.8%  |
| 25～29歳 |       | 22  | 1.2%  |
| 30～34歳 |       | 38  | 2.1%  |
| 35～39歳 |       | 46  | 2.5%  |
| 40～44歳 |       | 61  | 3.3%  |
| 45～49歳 |       | 69  | 3.7%  |
| 50～54歳 |       | 80  | 4.3%  |
| 55～59歳 |       | 95  | 5.2%  |
| 60～64歳 |       | 191 | 10.4% |
| 65～69歳 |       | 459 | 24.9% |
| 70～74歳 |       | 751 | 40.8% |
| 無回答    |       | 12  | 0.6%  |

問21 性別

|     | カテゴリー | 件数    | 割合    |
|-----|-------|-------|-------|
| 男性  |       | 748   | 40.6% |
| 女性  |       | 1,072 | 58.2% |
| その他 |       | 4     | 0.2%  |
| 無回答 |       | 18    | 1.0%  |

問23-1 身長(cm)

|         | カテゴリー | 件数  | 割合    |
|---------|-------|-----|-------|
| 130-134 |       | 1   | 0.1%  |
| 135-139 |       | 8   | 0.4%  |
| 140-144 |       | 17  | 0.9%  |
| 145-149 |       | 101 | 5.5%  |
| 150-154 |       | 348 | 18.9% |
| 155-159 |       | 365 | 19.8% |
| 160-164 |       | 366 | 19.9% |
| 165-169 |       | 275 | 14.9% |
| 170-174 |       | 218 | 11.8% |
| 175-179 |       | 76  | 4.1%  |
| 180-184 |       | 22  | 1.2%  |
| 無回答     |       | 45  | 2.5%  |

(n:回答件数) 回答数:1,842件(回収率30.7%)

| 問23-2 体重(kg) | カテゴリ | 件数  | 割合    |
|--------------|------|-----|-------|
| 30-39        |      | 30  | 1.6%  |
| 40-49        |      | 360 | 19.5% |
| 50-59        |      | 618 | 33.6% |
| 60-69        |      | 461 | 25.0% |
| 70-79        |      | 200 | 10.9% |
| 80-89        |      | 83  | 4.5%  |
| 90-99        |      | 19  | 1.0%  |
| 100kg以上      |      | 14  | 0.8%  |
| 無回答          |      | 57  | 3.1%  |

| 問25 同居家族    | カテゴリ | 件数    | 割合    |
|-------------|------|-------|-------|
| いる          |      | 1,484 | 80.6% |
| いない(ひとり暮らし) |      | 347   | 18.8% |
| 無回答         |      | 11    | 0.6%  |

| <参考>BMI      | カテゴリ   | 件数    | 割合    |
|--------------|--------|-------|-------|
| 18.5未満       | 低体重    | 181   | 9.8%  |
| 18.5以上25.0未満 | 普通体重   | 1,202 | 65.3% |
| 25.0以上30.0未満 | 肥満(1度) | 322   | 17.5% |
| 30.0以上35.0未満 | 肥満(2度) | 52    | 2.8%  |
| 35.0以上40.0未満 | 肥満(3度) | 15    | 0.8%  |
| 40.0以上       | 肥満(4度) | 6     | 0.3%  |
| 無回答          |        | 64    | 3.5%  |

| 問24 居住区 | カテゴリ | 件数  | 割合    |
|---------|------|-----|-------|
| 千種区     |      | 141 | 7.7%  |
| 東区      |      | 72  | 3.9%  |
| 北区      |      | 142 | 7.7%  |
| 西区      |      | 133 | 7.2%  |
| 中川区     |      | 148 | 8.0%  |
| 中区      |      | 67  | 3.7%  |
| 昭和区     |      | 107 | 5.8%  |
| 瑞穂区     |      | 128 | 6.9%  |
| 熱田区     |      | 87  | 4.7%  |
| 中川区     |      | 193 | 10.5% |
| 港区      |      | 85  | 4.6%  |
| 南区      |      | 66  | 3.6%  |
| 守山区     |      | 87  | 4.7%  |
| 緑区      |      | 189 | 10.3% |
| 名東区     |      | 105 | 5.7%  |
| 天白区     |      | 79  | 4.3%  |
| その他     |      | 2   | 0.1%  |
| 無回答     |      | 11  | 0.6%  |

| 問26 職業    | カテゴリ | 件数  | 割合    |
|-----------|------|-----|-------|
| 自営業       |      | 538 | 29.2% |
| パート・アルバイト |      | 349 | 19.0% |
| 常勤職       |      | 46  | 2.5%  |
| 学生        |      | 13  | 0.7%  |
| 家事専業      |      | 263 | 14.3% |
| 無職        |      | 514 | 27.9% |
| その他       |      | 115 | 6.2%  |
| 無回答       |      | 4   | 0.2%  |





**第3期名古屋市国民健康保険  
保健事業実施計画(データヘルス計画)**  
(令和6年度～11年度)

**第4期名古屋市国民健康保険  
特定健康診査等実施計画**  
(令和6年度～11年度)

令和6年3月



名古屋市国民健康保険特定健康診査  
イメージキャラクター「メタボリックマ」

編集・発行 名古屋市健康福祉局生活福祉部保険年金課  
〒460-8508 名古屋市中区三の丸三丁目1番1号  
電話番号 052-972-2567  
ファックス 052-972-4148