

令和 2 年 12 月 18 日	資料 1
第 2 回東京都保険者協議会 第 2 回特定健診・特定保健指導特別部会	

令和 2 年度  
第 2 回 東京都保険者協議会  
報告事項

東京都保険者協議会

## 目 次

- (1) 令和 2 年度 各種会議開催状況について . . . . . 1
- (2) 研修会の開催について . . . . . 8
- (3) 「特定健康診査・特定保健指導の円滑な実施に向けた要望書」の提出について . . . 10
- (4) 日本健康会議の 2020 年度における保険者協議会の達成要件(宣言 3)の報告について  
. . . . . 17
- (5) 「東京都保険者協議会における協働の取組」について . . . . . 22

## (1) 令和2年度 各種会議開催状況について

### ①東京都保険者協議会について

#### ○第1回（令和2年7月10日（金））-書面開催-

##### 【議決事項】

- 第1号議案 令和2年度 東京都保険者協議会会長、副会長及び監事の選出について
- 第2号議案 令和元年度 東京都保険者協議会事業報告について
- 第3号議案 令和元年度 東京都保険者協議会関係業務会計歳入歳出決算について
- 第4号議案 令和2年度 東京都保険者協議会関係業務会計歳入歳出予算補正について

##### 【報告事項】

- (1) 令和元年度 東京都保険者協議会監査報告について
  - 令和2年度 各種会議開催状況等について
  - 令和2年度 特定健診等集合契約締結状況について
- (2) 後発医薬品（ジェネリック医薬品）に関するアンケート結果について

##### 【協議事項】（意見聴取）

- (1) 「特定健康診査・特定保健指導の円滑な実施に向けた要望書」について
- (2) 特定健康診査・特定保健指導の実施率向上の取組について
  - ①特定健康診査・特定保健指導の実態に関する調査 報告書（速報版）
  - ②被用者保険向けパンフレットの作成について

##### 《主な協議内容》

書面による開催とし、議決事項（第1号～4号議案）について承認を得た。

「特定健康診査・特定保健指導の円滑な実施に向けた要望書」について事務局案を提示し、意見聴取を行った。取りまとめた要望書を事務局にて厚生労働省に持参することとした。

また、特定健康診査・特定保健指導の実態に関する調査報告書（案）及び被用者保険向けパンフレット（案）について意見聴取を行った。今後、保健活動部会にて協議を行い、第2回の本会議において最終（案）の協議を行うこととした。

## ②東京都保険者協議会データ分析部会について

### ○第1回（令和2年6月30日（火））-書面開催-

#### 【議題】

- (1) 令和2年度 東京都保険者協議会データ分析部会 部会長及び副部会長の選出について  
【承認】
- (2) 令和元年度 東京都保険者協議会データ分析部会 事業報告【報告】
- (3) 令和2年度 東京都保険者協議会データ分析部会の取組について【報告】
- (4) 令和2年度以降の取組について【意見聴取】

#### 《主な協議内容》

書面による開催とし、部会長及び副部会長の選出を行い、承認を得た。  
令和2年度以降の取組について意見聴取を行い、第2回にて協議を行うこととした。

### ○第2回（令和2年10月27日（火））

#### 【議題】

- (1) 日本健康会議の2020年度における保険者協議会の達成要件（宣言3）の達成状況の報告について
- (2) 令和2年度 データ分析に関する研修会の実施について
- (3) 令和2年度の取組について
- (4) 令和3年度以降の取組について
- (5) その他

#### 《主な協議内容》

令和2年度「データ分析に関する研修会」の開催状況を報告し、令和3年度 同研修会の開催形式について協議を行った。

また、第1回にて意見聴取を行った内容をもとに、令和2年度の取組として健康スコアリングレポートの共有方法及び令和3年度以降の取組の方向性について協議を行った。



### ③東京都保険者協議会保健活動部会について

#### ○第1回（令和2年6月23日（火））-書面開催-

##### 【議題】

- (1) 令和2年度 東京都保険者協議会保健活動部会 部会長及び副部会長の選出について  
【承認】
- (2) 令和元年度 東京都保険者協議会保健活動部会事業報告【報告】
- (3) 令和2年度 東京都保険者協議会保健活動部会の取組について【報告】
- (4) 保険者協議会の協働の取組について【意見聴取】
  - ①促進月間の設定とその取組
  - ②都が実施するイベント等への後援
- (5) 特定健康診査・特定保健指導の実施率向上の取組について【意見聴取】
  - ①特定健康診査・特定保健指導の実態に関する調査 報告書（速報版）
  - ②被用者保険向けパンフレットの作成について

##### 《主な協議内容》

書面による開催とし、部会長及び副部会長の選出を行い、承認を得た。  
令和2年度の取組としてインターネット調査の報告書及びパンフレット作成について意見聴取を行い、第2回にて協議を行うこととした。

#### ○第2回（令和2年10月2日（金））

##### 【議題】

- (1) 日本健康会議の2020年度における保険者協議会の達成要件（宣言3）の達成状況の報告について
- (2) 令和2年度 各研修会について
  - ①特定保健指導等プログラム研修会の実施
  - ②保健事業に関する研修会の実施
- (3) 保険者協議会の協働の取組について
  - ①促進月間と促進月間における取組等
  - ②特定健診等の受診率向上のための被用者保険向けパンフレットの作成
  - ③後発医薬品使用促進ポスターの作成
- (4) 特定健康診査・特定保健指導の実態に関する調査 報告書（案）について
- (5) その他

##### 《主な協議内容》

令和2年度「特定保健指導等プログラム研修会【初級編】【専門職編】【中・上級編】」の開催状況及び開催予定を報告し、令和2年度「保健事業に関する研修会」については、動画配信サイトを利用した研修を行うことについての承認を得た。

促進月間及び促進月間における来年度以降の事業の取組については意見徴収を行った。  
また、パンフレット及びポスターの作成については、事務局案を提示し内容について協議を行った。

○第3回（令和2年11月26日（木））

【議題】

- (1) 保険者協議会の協働の取組について
  - ①特定健診等の受診率向上のための被用者保険向けパンフレットの作成
  - ②後発医薬品使用促進ポスターの作成
  - ③「感染症予防対策」の情報提供
- (2) 令和3年度 特定保健指導等プログラム研修会及び保健事業に関する研修会について
  - ①各研修会の開催形式
  - ②各研修会の開催時期及び開催回数
  - ③特定保健指導等プログラム研修会（初級編）テーマ及び講師候補
- (3) 令和3年度の取組について
- (4) その他

《主な協議内容》

パンフレット及びポスターについては、保険者協議会委員及び保健活動部会委員の意見聴取結果をもとに修正した案を提示し、協議を行った。

また、令和3年度「特定保健指導等プログラム研修会【初級編】【専門職編】【中・上級編】」「保健事業に関する研修会」の開催形式・時期及び回数について協議を行い、【初級編】についてはテーマ及び講師の選定を行い、テーマと講師の候補者が決定したため、事務局にて講師との日程調整等を実施することとした。

④東京都保険者協議会特定健診・特定保健指導特別部会について

●会議の開催について

○第1回（令和2年7月10日（金））-書面開催- ※東京都保険者協議会との合同開催

《主な協議内容》

令和2年度 特定健診等集合契約締結状況について中間報告を行った。

また、東京都保険者協議会ホームページのアクセス数について報告を行った。



●令和2年度 集合契約について

【令和2年度代表保険者】健康保険組合連合会東京連合会

令和2年度 特定健診等集合契約締結状況

契約状況	特別区	市町村	島しょ	保健指導機関	合計
締結	31	30	4	2	67
合意	0	0	0	0	0
折衝中	0	0	0	0	0

2020/11/2

地区医師会	特定健診 契約状況	実施期間					特定保健指導 契約状況	実施期間										
		令和	年	月	日	～		年	月	日	令和	年	月	日				
1	千代田区	令和	2	4	1	～	3	3	31		令和			～				
	神田	令和	2	4	1	～	3	3	31		令和			～				
2	中央区	令和	2	5	11	～	3	3	31	締結	令和	2	4	1	～	3	3	31
	日本橋	令和	2	5	11	～	3	3	31		令和				～			
3	港区	令和	2	8	1	～	2	11	30		令和				～			
4	新宿区	令和	2	6	1	～	3	3	31		令和				～			
5	文京区	令和	2	6	15	～	3	3	31		令和				～			
	小石川	令和	2	6	15	～	3	3	31		令和				～			
6	下谷	令和	2	5	1	～	3	3	31		令和				～			
	浅草	令和	2	5	1	～	3	3	31		令和				～			
7	墨田区	令和	2	6	1	～	3	3	31		令和				～			
8	江東区	令和	2	4	1	～	3	3	31	締結	令和	2	4	1	～	3	3	31
9	品川区	令和	2	6	18	～	3	1	31		令和				～			
	荏原	令和	2	4	1	～	3	3	31		令和				～			
10	目黒区	令和	2	6	1	～	3	1	31		令和				～			
11	大森	令和	2	6	1	～	3	3	31		令和				～			
	田園調布	令和	2	4	1	～	3	3	31		令和				～			
	蒲田	令和	2	4	1	～	3	3	31		令和				～			
12	世田谷区	令和	2	6	25	～	3	3	31	締結	令和	2	6	25	～	3	3	31
	玉川	令和	2	6	25	～	3	3	31	締結	令和	2	6	25	～	3	3	31
13	渋谷区	令和	2	6	8	～	3	3	31		令和				～			
14	中野区	令和	2	6	1	～	3	3	31		令和				～			
15	杉並区	令和	2	4	1	～	3	3	31	締結	令和	2	4	1	～	3	3	31
16	豊島区	令和	2	7	1	～	3	1	31		令和				～			
17	北区	令和	2	8	1	～	2	10	31		令和				～			
18	荒川区	令和	2	10	1	～	3	3	31		令和				～			
19	板橋区	令和	2	8	17	～	2	11	30	締結	令和	2	4	1	～	3	3	31
20	練馬区	令和	2	7	1	～	3	3	31		令和				～			
21	足立区	令和	2	6	30	～	3	3	31		令和				～			
22	葛飾区	令和	2	8	1	～	2	11	30	締結	令和	2	8	1	～	3	3	31
23	江戸川区	令和	2	4	1	～	3	3	31		令和				～			



地区医師会	特定健診 契約状況	実施期間					特定保健指導 契約状況	実施期間					
		令和	年	月	日	～		年	月	日	令和	年	月
24	八王子市	締結	令和	2	6	1	～	3	3	31		令和	～
25	立川市	締結	令和	2	6	1	～	3	3	31		令和	～
26	武蔵野市	締結	令和	2	6	1	～	3	3	31		令和	～
27	三鷹市	締結	令和	2	5	1	～	3	3	31		令和	～
28	青梅市	締結	令和	2	6	1	～	2	11	30		令和	～
29	府中市	締結	令和	2	7	1	～	2	12	28		令和	～
30	昭島市	締結	令和	2	9	1	～	3	3	31		令和	～
31	調布市	締結	令和	2	5	26	～	3	1	31		令和	～
32	町田市	締結	令和	2	4	1	～	3	3	31		令和	～
33	小金井市	締結	令和	2	6	1	～	3	3	31		令和	～
34	小平市	締結	令和	2	7	1	～	3	1	31		令和	～
35	日野市	締結	令和	2	5	26	～	3	3	31		令和	～
36	東村山市	締結	令和	2	6	1	～	3	3	31		令和	～
37	国分寺市	締結	令和	2	6	1	～	3	3	31		令和	～
38	国立市	締結	令和	2	4	1	～	3	3	31		令和	～
39	西東京市	締結	令和	2	7	1	～	2	12	18		令和	～
41	福生市	締結	令和	2	8	1	～	2	10	31		令和	～
42	狛江市	締結	令和	2	7	20	～	3	3	31		令和	～
43	東大和市	締結	令和	2	6	1	～	3	3	31		令和	～
44	清瀬市	締結	令和	2	8	1	～	2	12	31		令和	～
45	東久留米市	締結	令和	2	7	1	～	2	11	30		令和	～
46	武蔵村山市	締結	令和	2	6	1	～	3	3	31		令和	～
47	多摩市	締結	令和	2	6	1	～	3	3	31		令和	～
48	稲城市	締結	令和	2	4	1	～	3	3	31		令和	～
49	あきる野市	締結	令和	2	8	1	～	2	11	30		令和	～
50	羽村市	締結	令和	2	6	1	～	2	10	31		令和	～
51	瑞穂町	締結	令和	2	6	15	～	2	10	31		令和	～
52	日の出町	締結	令和	2	6	1	～	2	10	31		令和	～
54	檜原村	締結	令和	2	5	7	～	3	3	31		令和	～
55	奥多摩町	締結	令和	2	7	1	～	3	3	31		令和	～

特定保健指導は行わない

特定保健指導実施機関	特定保健指導 契約状況	実施期間							
		令和	年	月	日	～	年	月	日
株式会社 ベネフィット・ワン	締結	令和	2	4	1	～	3	3	31
SOMPOヘルスサポート株式会社	締結	令和	2	4	1	～	3	3	31

代表保険者と実施機関との契約状況		実施機関と各島しょ地区との実施期間								
島しょ地区実施機関	特定健診 契約状況	実施島しょ	実施期間							
			令和	年	月	日	～	年	月	日
公益財団法人 東京都予防医学協会	締結	神津島村	令和	2	10	11	～	2	10	14
		新島村	令和	～						
医療法人社団 こころとからだの元氣プラザ	締結	利島村	令和	2	9	4	～	2	9	6
		三宅村	令和2年9月26日(土)・27日(日) ・29日(火)・30日(水)							
		小笠原村	母島 令和2年11月15日(日)・16(月) 父島 令和2年11月18日(水)～23日(月)							
医療法人社団 七星会 カスガメディカルクリニック	締結	八丈町	令和	2	12	20	～	2	12	25
医療法人社団 藤清会 大島医療センター	締結	大島町	令和2年6月21日(日) 令和2年7月5日(日)・19日(日) 令和2年8月16日(日) 令和2年9月6日(日)・13日(日)							

※当初は集合契約締結の予定だったが、新型コロナウイルス感染症の影響により、令和2年度は住民健診のみの対応となった。

●令和3年度 特定健診等集合契約代表保険者について

令和2年11月27日(金)に「全国土木建築国民健康保険組合」に引継ぎを行った。



## ⑤東京都保険者協議会医療計画等検討部会について

### ●会議の開催について

#### ○第1回（令和2年7月10日（金））-書面開催-

##### 【議決事項】

第1号議案 令和2年度 東京都保険者協議会医療計画等検討部会 部会長及び副部会長の選出について

##### 【報告事項】

- (1) 東京都外来医療計画について
- (2) 「都民医療費の現状と今後の取組（第二期東京都医療費適正化計画）」の実績評価への平成29年度実績追記について

##### 《主な協議内容》

書面による開催とし、議決事項（部会長及び副部会長選出）について承認を得た。

また、東京都外来医療計画及び都民医療費の現状と今後の取組（第二期東京都医療費適正化計画）の実績評価への平成29年度実績追記について報告を行った。

## (2) 研修会の開催について

### ○令和2年度 特定保健指導等プログラム研修会【初級編】開催

動画配信期間	令和2年7月20日(月)9時00分から 令和2年8月14日(金)23時59分		
申し込み保険者数	226 保険者		
テーマ	講師名		動画再生回数
研修Ⅰ	特定健診・特定保健指導制度について	東京大学未来ビジョン研究センター データヘルス研究ユニット 客員研究員 柿沼美智留氏	892回
研修Ⅱ	歯科から考える生活習慣病対策	神奈川歯科大学大学院歯科学研究科 災害医療・社会歯科学講座 教授・博士(歯科) 山本龍生氏	565回
研修Ⅲ	新型タバコのリスク -タバコ問題全般・ 新型コロナ問題も-	地方独立行政法人大阪府立病院機構 大阪国際がんセンター がん対策センター 疫学統計部 副部長 田淵貴大氏	505回

#### 《研修会の目的》

特定健診・特定保健指導等を円滑に進めるために必要な基礎的な知識を習得するため、初任者向けに特定健診等業務に従事している担当者の資質向上を図ることを目的とした研修会

### ○令和2年度 特定保健指導等プログラム研修会【専門職編】開催

	第1回	第2回
開催日	令和2年9月25日(金)	令和2年9月30日(水)
参加人数	66名	54名
場所	東京都医師会館 2階講堂	
テーマ	講師名	
研修	「食生活の変化で生まれた新たな課題 -時間栄養学と腸脳相関-」	
	東京都立大学 名誉教授 プレミアム・カレッジ 特任教授 篠田 粧子 氏	

#### 《研修会の目的》

保健事業の課題として、食事・栄養に関する効果的な特定保健指導について知識や技術をより深く習得するため、特定保健指導に携わる医療従事者の方を対象に資質向上を図ることを目的とした研修会



○令和2年度 特定保健指導等プログラム研修会【中・上級職編】開催

		第1回	第2回
開催日		令和2年10月14日(水)	令和2年10月21日(水)
参加人数		78名	71名
場所		東京都医師会館 2階講堂	
テーマ		講師名	
研修	「特定保健指導のこれまでとこれから～実施率をあげるためのポイントと工夫～」	帝京大学大学院 公衆衛生学研究科 研究科長・教授 福田 吉治 氏	

《研修会の目的》

データヘルス計画に基づく効果的な保健事業の実施についての必要な知識を習得するため、特定健診等業務に3年以上従事している担当者の資質向上を図ることを目的とした研修会

○令和2年度 データ分析に関する研修会 開催

動画配信期間		令和2年7月20日(月)9時00分から 令和2年8月14日(金)23時59分	
申し込み保険者数		245 保険者	
テーマ		講師名	動画再生回数
研修	第2期データヘルス計画・中間評価について	東京大学未来ビジョン研究センター データヘルス研究ユニット 特任教授 古井 祐司 氏	765回

《研修会の目的》

医療保険者は、糖尿病重症化予防や特定健診・特定保健指導、後発医薬品の使用促進等の施策に対し、データ分析及びデータに基づいた効果的な保健事業を行うことが求められていることから、業務に従事する担当者向けに関連する知識や技術を習得することを目的とした研修会

○令和2年度 保健事業に関する研修会 開催

動画配信期間		令和2年12月1日(火)9時00分から 令和2年12月18日(金)23時59分	
申し込み保険者数		205 保険者	
テーマ		講師名	動画再生回数
研修	コロナ禍だからできる実施率とりテラシーを爆上げする保健指導	順天堂大学大学院 医学研究科 先端予防医学・健康情報学 特任教授 福田 洋 氏	507回 (12月17日時点)

《研修会の目的》

医療保険者は、特定健診・特定保健指導等の効果的な保健事業を行うことが求められることから、業務に従事する担当者向けに関連する知識や技術を習得することを目的とした研修会

### (3) 「特定健康診査・特定保健指導の円滑な実施に向けた要望書」の提出について

令和2年7月10日の第1回東京都保険者協議会（書面開催）において、特定健康診査・特定保健指導の円滑な実施に向けた要望について意見を求め、とりまとめた要望書を以下のとおり提出した。

#### 【提出日】

令和2年10月15日（木）14:00～

#### 【提出先】

厚生労働省保険局 医療介護連携政策課

医療費適正化対策推進室 室長 新畑 覚也 氏

医療費適正化対策推進室 保健事業推進専門官 三井 尚美 氏

#### 【提出者】

東京都保険者協議会事務局

東京都国民健康保険団体連合会 企画事業部 保健事業課長 日暮 雄一郎

東京都国民健康保険団体連合会 企画事業部 保健事業課 保健事業推進係長 北野 菜穂子

※当日は、限られた時間での対応のため、新規要望内容を中心に説明を行った。

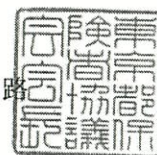




東保協発第 38 号  
令和 2 年 10 月 15 日

厚生労働省保険局 医療介護連携政策課  
医療費適正化対策推進室  
室長 新畑 覚也 様

東京都保険者協議会  
会長 加島 保路



特定健康診査・特定保健指導の円滑な実施に向けた要望について

平素、本協議会の事業運営に関しまして、格別のご高配を賜り厚く御礼申し上げます。

さて、本協議会では、平成 20 年 4 月から保険者に義務付けられた特定健康診査・特定保健指導を円滑に実施するため、保険者や関係団体との調整を図るとともに、実施にあたっての課題について、制度開始当初より厚生労働省に対し要望を行ってまいりました。

保険者においては、特定健康診査・特定保健指導の実施率の向上に鋭意取り組んでおりますが、有効な対策を講じることに大変苦慮しております。

また、今般の新型コロナウイルス感染症の流行により、特定健康診査・特定保健指導の実施についても影響が生じております。

つきましては、特定健康診査・特定保健指導を着実に実施し、保険者全体で更なる実施率の向上を達成するための課題を取りまとめた別紙要望事項について、積極的に検討し実現していただきますようお願いいたします。

【東京都保険者協議会事務局】

東京都国民健康保険団体連合会

企画事業部 保健事業課 保健事業推進係

担 当： 北野・鈴木・古川・田中

TEL： 03-6238-0151

FAX： 03-6238-0033

E-mail： hjsuishin@tokyo-kokuhoren.or.jp

## 特定健康診査・特定保健指導の円滑な実施に向けた要望について

### 要望趣旨

特定健康診査・特定保健指導については、平成30年度から第3期特定健康診査等実施計画期間が始まり、当該計画においては、本協議会が長年要望していた血清クレアチニンの検査項目等が追加された。

しかしながら、保険者においては、特定健康診査等の実施率をさらに向上させるための有効な対策を講じることに大変苦慮しているところである。本協議会においても昨年度実施した「特定健康診査・特定保健指導の実態に関する調査」の内容を取りまとめているところであるが、様々な対策を講じながらも実施率の向上に苦慮している状況であることが分かる。

さらに、今般の新型コロナウイルス感染症の流行により、特定健康診査・特定保健指導の実施について大きな影響が生じている。

については、特定健康診査等を着実に実施し、保険者全体でさらなる実施率の向上を達成するための課題について、次のとおり要望事項を取りまとめたので、積極的に検討し実現していただきたい。

### 1 新型コロナウイルス感染症流行に伴う特定健康診査・特定保健指導の実施について

新型コロナウイルス感染症の流行に伴い、「3密」（密閉・密集・密接）を避けるため、多くの保健事業等の実施が中止・延期となっている。

特に特定健康診査・特定保健指導については実施方法や実施時期等について適宜調整を行い実施しているが、このような状況により特定健康診査・特定保健指導の実施率に大きな影響が生じる可能性がある。

「保険者による健診・保健指導等に関する検討会」において検討されている実施率等に基づく保険者努力支援制度や後期高齢者支援金の加算・減算等の保険者インセンティブの取扱いについては、保険者に不利益が生じないよう配慮いただきたい。

### 2 情報通信技術を活用した面接（遠隔面接）について

#### (1) 初回面接における支援について

第3期特定健康診査等実施計画においては、情報通信技術を活用した特定保健指導の初回面接（遠隔面接）の導入を促進している。今年度の新型コロナウイルス感染症の流行に伴い、情報通信技術を活用した遠隔面接は「3密」を避ける観点からも非常に有効な手段といえる。

加えて、遠隔面接は対面での面接と同等の質を確保でき、かつ、対象者の利便性が向上することから、特定保健指導の実施率向上につながると考えられる。

については、保険者及び実施機関から導入に当たって必要な環境・体制整備等について支援



するとともに、保険者がより遠隔面接を活用できるよう、国としても促進していくこと。

## (2) 積極的支援における継続的な支援について

①電話支援の中に含まれている遠隔面接での支援については、個別支援と同等の質を確保できることから、同じポイント数を設定すること。

②遠隔によるグループ面接をグループ支援の形態の一つとして認めること。

## 3 特定健康診査データの保険者間での移動について

「保険者による健診・保健指導等に関する検討会」において、特定健康診査データの保険者間の引継ぎ及びマイナポータルを活用した特定健康診査データ関連の仕組みについて検討されているが、オンライン資格確認等システムにおける財政負担面など、課題は残されている。システム改修や運用費用等必要な経費については、保険者や実施機関等を含む関係組織と協議の上、十分な財政措置を講じるとともに迅速な情報提供に努めること。

## 4 事業者健診データについて

事業者健診データについて、実施機関から取得する場合には事業者の同意を得た上で保険者と実施機関で契約を締結する必要があるが、強制力がないため提供に関して事業者の同意が得られない場合が非常に多い。また、事業者健診と特定健康診査の項目の差異によりデータの階層化ができず特定保健指導につなげられない場合があるなど、データの取得及び活用に苦慮している。

については、次の項目について検討すること。

- ・事業者健診と特定健康診査の項目を揃えること。
- ・事業者健診データについては、実施機関から支払基金等の一元管理が可能な組織にデータを直接送付し、その情報を保険者に提供するような仕組みを構築すること。

## 5 特定保健指導の体制整備について

### (1) 特定保健指導実施機関の拡充について

第3期特定健康診査等実施計画においては、特定保健指導の実施率の向上や受診者の利便性の向上を図ることを目的に、特定保健指導の初回面接の分割実施が可能となったが、まず前提として特定保健指導を実施する医療機関が少ない状況である。

そのため、国においても実施機関の拡充に向けての施策を講じること。

### (2) 人材育成について

①第3期特定健康診査等実施計画において、初回面接・中間評価・実績評価を異なる実施機関で行う方法を選択する保険者は、特定保健指導対象者の特定保健指導の総括・管理を

行う「特定保健指導調整責任者」を置くこととされた。

特定保健指導調整責任者は、原則、特定保健指導の専門職（特定保健指導に関する専門的知識及び技術を有する者として定められている医師、保健師又は管理栄養士）であることが望ましいが、保険者の実情に応じて必ずしも特定保健指導の専門職である必要はないとされている。

専門職でない者が当該責任者を務める場合には、十分な知識を持って実務を行えるよう、国において人材育成等の支援を行うこと。

また、併せて「特定保健指導調整責任者」が行うべき事務の内容について、具体的に示すこと。

②特定保健指導全般についても、専門職の指導能力が必要とされることから、スキル向上のための人材育成等について、国としてより一層の支援を行うこと。

### (3) 効果検証について

第3期特定健康診査等実施計画においては、積極的支援対象者に対する柔軟な運用として特定保健指導のモデル実施が認められることとなったが、当該弾力化策の効果について着実に検証すること。

また、モデル実施の好事例については、引き続き、保険者への横展開に努めること。

### (4) 保健事業のPDCAに関する支援について

特定健康診査・特定保健指導の結果等をもとに行う保健事業のPDCAについて、より効果的に事業を推進していくためには、健診データやレセプトデータを紐づけた分析及び、分析結果を活用した保健事業の実施等が重要であると考えられるが、分析・活用等を行うためのノウハウがないことや人材及び体制の確保等に苦慮しているところである。

このことから、保健事業のPDCAが円滑に推進できるよう、国として人材育成やノウハウの提供等の環境整備等の支援を行うこと。

### (5) 国庫補助金（被用者保険運営円滑化推進事業費）を活用し、都道府県連合会が実施する特定保健指導のモデル事業の取組みについて

比較的小規模な健康保険組合は、都道府県連合会が実施する特定保健指導のモデル実施を取り組んでいるところであるが、当年度においては、前年度の特定健診結果を対象とすることは、当年度の計画書に反映することができず、当年度の特定健診対象者のみが対象となるため、特定保健指導のモデル実施期間が短く対象者が限定されてしまうことから、十分な効果を得られないものとする。

このことから、本事業の対象は、前年度の特定健診結果も認めるよう配慮していただきたい。



## 6 特定保健指導の判断基準について

今後の特定保健指導においては、特定健康診査の対象者を集団として捉え、当該集団の疾病予防に繋がる基本的因子の分析結果に基づいた指導を行うことが重要である。

については、現在の特定保健指導の判断基準に加え、対象者の業種・業態・年齢・性別等の状況を考慮するなど、新たな指標について研究すること。

## 7 被扶養者の特定健康診査受診率及び特定保健指導実施率の向上に関する好事例の横展開について

被扶養者の特定健康診査について、保険者として勧奨方法の工夫や受診機会を増やす等の対策をしているが、依然として受診率の向上に苦慮しているところである。

また、被扶養者の特定保健指導についても、同様に実施率向上に苦慮している。

被扶養者の特定健康診査受診率及び特定保健指導実施率の向上は、国民全体の喫緊の課題であることから、周知・啓発等を含め、国を挙げた取組みを検討すること。

併せて、好事例について調査し、国として保険者への横展開に努めること。

## 8 医療機関による特定健康診査未受診者への受診勧奨について

特定健康診査の実施率の向上のためには医療機関の協力が必要不可欠であることから、医療機関受診時に特定健康診査が未受診であることが判明した場合には受診を促すよう、国として関係団体に対し通知を発出すること。

## 9 財政措置等について

特定健康診査・特定保健指導の事業実施に係る費用については、国、都道府県及び区市町村が1/3ずつ負担することとされているが、実態は低額な補助単価により、本来国と都道府県が負担すべき金額が交付されず、国及び都道府県の負担は不十分なものとなっている。

今後さらに高齢化が進展し、医療費の増大が見込まれるなか、保健事業への取組の強化が求められており、データヘルス計画の根幹をなす特定健康診査・特定保健指導の果たす役割の重要性が増していることから、特定健康診査・特定保健指導事業を円滑かつ安定的に実施することが必要不可欠である。

については、次の項目について検討すること。

- ・補助基準単価及び補助基準内容を保険者の実態に合わせて見直すなど、特定健康診査・特定保健指導の確実な実施のための措置
- ・受診勧奨や普及啓発費用、特定健康診査のシステム関係費用等の事務経費等に対する財政支援

## 10 広報について

特定健康診査・特定保健指導について、高齢者の医療の確保に関する法律に保険者が実施することについては義務付けされているが、被保険者等が受診することについても努力義務として明記すること。

また、国においてもマスメディア等を使って、特定健康診査等を受診するよう行動変容を促すような効果的な普及啓発に努めること。



(4) 日本健康会議の2020年度における保険者協議会の達成要件  
(宣言3関係)の報告について

宣言3  
予防・健康づくりに向けて、47都道府県の保険者協議会  
すべてが地域と職域が連携した予防に関する活動を実施する。

達成要件		2020年度の 達成数	【参考】 更なる取組 の達成
大項目	小項目		
1	特定健診・保健指導の 実施率向上	47	40
	保険者横断的な医療費 の調査分析	47	47
3	特定健診データの 保険者間の移動の推進	-	47
4	保険者横断的な 予防・健康づくり等 の取組	47	47
	(5) 後発医薬品の使用促進や 重複投薬等の適正化 のための取組	-	46
宣言を達成した保険者協議会の数		47	40

47すべての保険者協議会が宣言を達成。このうち40では、更なる取組も達成。  
 > 2020年度の達成：1～4の大項目すべて達成した場合に宣言3を達成。小項目が複数ある大項目1・2については、小項目1つ以上の達成で大項目を達成とする。  
 > 更なる取組：地域でのより一層の取組の推進を目指して宣言の達成要件に加え2018年度から更なる取組の要件を設定。具体的には、大項目2・4に小項目の取組を追加し、また大項目5の取組を追加。その上で小項目が複数ある大項目1・2・4については、小項目2つ以上の達成で大項目を達成とする。



日本健康会議の2020年度における保険者協議会の達成要件（宣言3）の達成状況 回答様式

別添1

東京都保険者協議会 回答 (2020年8月1日時点)

太枠欄のうち該当があるものについて、ご記入をお願いいたします。

宣言3の達成について  
 ※大項目1から4までのいずれも満たす場合、宣言3の達成となります。  
 ※大項目1から5までのいずれも満たす場合、更なる取組の達成となります。

大項目	達成要件	※稼数回答可			取組の詳細等についての質問・回答 ※各要件に該当する場合、8月1日時点で実施した又は実施予定の具体的な内容等をご記入ください。 ※ご負担のない範囲内で簡潔にご記入をお願いします。1つの欄に複数の回答を記入しても構いません。
		2019年度中に実施済み	2020年4月1日～8月1日に実施済み	2020年度中に実施予定	
1. 特定健診・保健指導の実施率向上 ※宣言3の達成に係る大項目1の達成要件：小項目①～③のうち1つ以上の達成 ※宣言3の達成に係る大項目1の達成要件：小項目①～③のうち2つ以上の達成	小項目 ①特定健診・保健指導の実施率向上に向けて、実施率の高い保険者の取組例の共有や、保険者共同での広報活動（ポスター作成、住民や医療関係者への働きかけ等）を行っている。 ②特定健診・保健指導の実施率向上に向けて、実施率の高い保険者の取組例の共有や、保険者共同での広報活動（ポスター作成、住民や医療関係者への働きかけ等）を行っている。 ③特定健診・保健指導の実施率向上に向けて、実施率の高い保険者の取組例の共有や、保険者共同での広報活動（ポスター作成、住民や医療関係者への働きかけ等）を行っている。	○	○	○	【2019年度中に実施済み】 (1)～① 保健事業の推進に係るポスター、リーフレット及びツイートを作成し、東京都保険者協議会ホームページやイベント等で展開。 (2)～① 特定健康診査・特定保健指導等について保険者が知識を習得することを目的とした、『特定保健指導等プログラム研修会』【初級編】（6月18、28日）【中・上級編】（9月6、16日）【専門職編】（10月2、23日）を開催。 (3)～① 効果的な保健事業を展開するための必要な知識を習得することを目的とした、『保健事業に関する研修会』（12月11日）を開催（事例発表を含む）。 (3)～② 《事例発表》 テーマ：膠原病重症化予防 発表者：すかいらくグループ健康保険組合 足立区 【2020年度中に実施済み】 (1)～① 保健事業推進に係るポスターを作成し、東京都保険者協議会ホームページで展開。 (2)～① 特定健康診査・特定保健指導等について保険者が知識を習得することを目的とした研修会『特定健診・特定保健指導制度について』『歯科から考える生活習慣病対策』『新刊タバコのリスクータバコ問題全般・新型コロナウイルス問題も』を動画配信により開催（7月20日～8月14日）。 【2020年度中に実施予定】 (1)～① 保健事業推進に係るポスター、リーフレット及びツイートを作成し、東京都保険者協議会ホームページやイベント等で展開予定。 (2)～① 特定健康診査・特定保健指導等について保険者が知識を習得することを目的とした、『特定保健指導等プログラム研修会』【中・上級編】を開催予定（9月、10月）。 (3)～① 効果的な保健事業を展開するための必要な知識を習得することを目的とした、『保健事業に関する研修会』を開催予定（11月）。
		○	○	○	① 具体的な取組内容をご記入ください。 ② 質問①の回答に、実施率が高い保険者の取組例の共有が含まれる場合、共有している取組例の実施保険者名・具体的な取組内容をご記入ください。
	②集合契約の連絡調整に加えて、被用者保険の被扶養者向け健診と自治体のがん検診等の同時実施や、保険者での独自のがん検診の実施など、健診の魅力を高めるための保険者と医療関係者との連絡調整を広く行っている。	○	○	○	【2019年度及び2020年度中に実施済み】 (1) 全国健康保険協会東京支部と東京都内6区市とが「生活習慣病対策等における連携・協働」を締結し、がん検診等の受診促進を推進するための支援を行っている。 (2) 東京都保険者協議会ホームページから、東京都が管理している『とうきょう健康ステーション』区市町村がん検診担当部署』へリンクを貼付、東京都区市町村のがん検診情報が容易に閲覧出来るように掲載。（平成20年度より公開している。特定健診集会所の実施機関と併せて利用者が閲覧することにより、がん検診との同時実施を促進することを目的とする）
	③被用者保険の特定健診と国保・市町村の住民健診の共同実施など、保険者間での健診実施の委託契約の締結に向けて、保険者協議会が連絡調整や支援を行っている。	○	○	○	【2019年度及び2020年度中に実施済み】 全国健康保険協会東京支部と東京都内6区市とが「生活習慣病対策等における連携・協働」を締結し、地域の実情に応じた健康づくりなど保険者間での健診実施に向けて支援をしている。



宣言3の達成について ※大項目1から4までのいずれも満たす場合、宣言3の達成となります。 ※大項目1から5までのいずれも満たす場合、更なる取組の達成となります。		2019年度中に実施済み		2020年度中に実施済み		2020年度中に実施予定	
大項目	達成要件	2019年度中に実施済み	2020年度中に実施済み	2020年4月1日～8月1日に実施済み	2020年度中に実施済み	2020年度中に実施予定	取組の詳細等についての質問・回答 ※各要件に該当する場合、8月1日時点で実施した又は実施予定の具体的な内容を記載してください。 ※ご負担のない範囲内で簡潔にご記入をお願いします。1つの欄に複数の回答を記入しても構いません。
2. 保険者構造的な医療費の調査分析 ※宣言3の達成に係る大項目2の達成要件：小項目①～③のうち2つ以上の達成 ※宣言①～③の達成に係る大項目2の達成要件：小項目①～③のうち2つ以上の達成	<p>①国保データベース（KDB）システム等を活用した調査分析の研究会や協業者等への分析結果の提供、管内の保険者によるデータヘルスの取組事例の共有など、保険者によるデータヘルスの効果的な取組を広げている。</p> <p>②データの提供が可能な保険者から医療費データを取得するなど、保険者構造的な医療費や医療サービス利用状況等に関する分析を行い、各保険者への分析結果の提供などを行っている。</p>	○	○	○	○	○	<p>【2019年度中に実施済み】</p> <p>①データヘルス計画に基づき効果的な保健事業の実施について、必要な知識を得ることを目的とした『データ分析に関する研修会』（11月18日）を開催。</p> <p>②国民健康保険組合のデータから作成したサンプルデータと取組をグループワーク用の資料として提示し、グループワークで共有</p> <p>【サンプルデータ】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・基本情報・健診有所見者状況</li> <li>・健診有所見者状況（男女別・年齢調整）の経年推移</li> <li>・特定保健指導の効果の評価</li> </ul> <p>【取組】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・特定健診等実施率向上の取組</li> </ul> <p>【2020年度4月1日～8月1日に実施済み】</p> <p>①データヘルス計画に基づき効果的な保健事業の実施について、必要な知識を得ることを目的とした研修会『第二期データヘルス計画・中間評価について』を動画配信により開催（7月20日～8月14日）。</p>
3. 特定健診データの保険者間の移動の推進	<p>特定健診・保健指導は、医療費適正化の観点から保険者が共通で取り組む法定義務の取組である。加入者が移動した場合、法令上、旧保険者は旧保険者の求めに応じて特定健診データを提供しななければならないこととされていることの重要性を認識し、国が整備した様式やルールの周知など、管内の保険者に対する働きかけを行っている。</p>	○	○	○	○	○	<p>【2019年度中に実施済み】</p> <p>東京都区協同データ分析部会において、以下の分析結果を共有。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・具体的な分析の方法（都内の健康・医療情報にかかるとデータ分析事業報告、健康スコアリングレポート分析）</li> <li>・データ提供元（東京都、健康保険組合）</li> <li>・分析結果の共有方法（東京都保険者協議会ホームページで公表（一部、保険者協議会の構成員のみで共有））</li> </ul> <p>【2020年度中に実施予定】</p> <p>東京都保険者協議会データ分析部会において、健康スコアリングレポートの結果を共有予定。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・データ提供元（東京都、健康保険組合、国民健康保険等）</li> <li>・結果の共有方法（東京都保険者協議会ホームページで公表（一部、保険者協議会の構成員のみで共有））</li> </ul> <p>【2019年度中に実施済み】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・名称：データ分析に関する研修会</li> <li>・実施日程：令和元年11月18日（月）</li> <li>・実施主体：東京都保険者協議会</li> <li>・参加対象者：東京都内に所在地のある健康保険組合、共済組合、区市町村国民健康保険、国民健康保険組合、全国健康保険協会及び後期高齢者医療広域連合の各保険者の保健事業に係る担当者</li> </ul> <p>・テーマ：第二期データヘルス計画のPDCAを回すためのデータ活用</p> <p>・研修内容：①講義②グループワーク③質疑応答</p> <p>【2020年度4月1日～8月1日に実施済み】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・名称：データ分析に関する研修会</li> <li>・実施日程：令和2年7月20日～8月14日（動画配信）</li> <li>・実施主体：東京都保険者協議会</li> <li>・参加対象者：東京都内に所在地のある健康保険組合、共済組合、区市町村国民健康保険、国民健康保険組合、全国健康保険協会及び後期高齢者医療広域連合の各保険者の保健事業に係る担当者</li> </ul> <p>・テーマ：第二期データヘルス計画・中間評価について</p> <p>・研修内容：講義</p> <p>【2020年度4月1日～8月1日に実施済み】</p> <p>東京都保険者協議会ホームページにおいて、厚生労働省通知の周知を行った。</p>
		○	○	○	○	○	<p>① 具体的な取組内容をご記入ください。</p> <p>② 質問①の回答に、取組事例の共有が含まれる場合、共有している取組例の実施保険者名、具体的な取組の内容をご記入ください。</p> <p>実施している分析の方法等についてご記入下さい。</p> <p>人材育成の具体的な内容等をご記入下さい。</p> <p>働きかけの具体的な内容をご記入ください。</p>

宣言3の達成について ※大項目1から4までのいずれも満たす場合、宣言3の達成となります。 ※大項目1から5までのいずれも満たす場合、更なる取組の達成となります。				達成要件		2019年度中に実施済み		2020年度中に実施予定	
大項目		小項目		※複数回答可		2020年4月1日～8月1日に実施済み		2020年度中に実施予定	
4. 保険者横断的な予防・健康づくり等の取組、都道府県民の健康増進の推進体制、都道府県の中核的役割の発揮	<p>①健康教室やウォーク大会の共同開催や協賛、後発医薬品の使用促進、受動喫煙防止の働きかけ、医療費減を大切にする患者教育など、保険者横断的な予防・健康づくりや医療費適正化等の活動をしている。</p> <p>②住居の健康増進について、医療関係者、企業、大学等の幅広い関係者と認識や認識を共有し、行政と民間が協力しながら住民に働きかけ、取組を進める観点から、制度や組織の理指を踏まえて、広く居住者の関係者が一体となり健康づくりを推進する。例えば、都道府県等が中心となり「地域版日本健康会議」(又はこれに對する会議体)を、保険者協議会と連携しながら開催する、又は当該関係者の参画及び助言を得ながら保険者協議会を開催する。</p> <p>※2018年度から追加した取組</p>	○	○	○	○	○	○	○	○
<p>【2019年度中に実施済み】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>一般社団法人東京都総合健康施設振興協会が主催している「健康フェスティバル(10月1日～11月30日)」のイベント等への後援</li> <li>東京都主催の「Tokyo健康ウォーク(大腸がん検診普及啓発事業)(11月17日開催)」及び「ピニングリボンin東京(11月23日開催)」の後援を行い、参加者向けにグッズ配付による啓発事業を実施。</li> </ul> <p>【2019年度より継続実施】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>東京都保険者協議会として、促進月間を設定。また、各医療保険者共通で被保険者に対して使用出来るホースター・リーフレットを作成し、東京都保険者協議会ホームページで展開。</li> <li>《促進月間名》①禁煙週間(5月31日～6月6日) ②健康増進普及月間(9月) ③乳がん月間(10月) ④健康予防月間(11月) ⑤後発医薬品使用促進月間(2月)</li> </ul> <p>【2020年度中に実施予定】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>後発医薬品差額通知を保険薬局に持参するよう促すポスターを作成予定。(薬剤師会に加入の約4,500薬局に配布)</li> </ul>	<p>取組の詳細等についての質問・回答 ※各要件に該当する場合、8月1日時点で実施した又は実施予定の具体的な内容等をご記入ください。 ※ご負担のない範囲内で簡潔にご記入をお願いします。1つの欄に複数の回答を記入しても構いません。</p> <p>活動の具体的な内容をご記入ください。</p>	○	○	○	○	○	○	○	○
<p>4. 保険者横断的な予防・健康づくり等の取組、都道府県民の健康増進の推進体制、都道府県の中核的役割の発揮</p> <p>※宣言3の達成に係る本項目4の達成要件 項目①の達成 ※更なる取組の達成に係る本項目4の達成要件 件：小項目①～③のうち2つ以上の達成</p>	<p>① 関係者が一体となり健康づくりを推進するための会議体等について、具体的な内容をご記入ください。</p> <p>② 関係者の参画・助言を得ながらの保険者協議会の開催について、具体的な内容をご記入下さい。</p>	○	○	○	○	○	○	○	○
<p>①【2019年度中に実施済み】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>《会議体等について》</li> <li>名称(東京都健康推進プラン21(第二次)推進会議、東京都健康推進プラン21(第二次)推進会議、施策検討部会)</li> <li>実施日程(10月15日、11月19日、12月19日、1月31日、3月(書面開催))</li> <li>主催者(東京都)</li> <li>参加者(学識経験者、医療関係団体の代表、保険者団体の代表、関係団体の代表、関係行政機関の職員)</li> <li>主な議題(プラン21(第二次)の推進方策に関すること等)</li> <li>開催頻度(年5回程度)</li> <li>開催者協議会との関係(保険者協議会の構成員が保険者団体代表として当該会議に参画)</li> </ul> <p>②【2018年度以前より実施済み】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>《会議体等について》</li> <li>名称(東京都健康推進プラン21(第二次)推進会議、東京都健康推進プラン21(第二次)推進会議、施策検討部会)</li> <li>実施日程(7月7日、10月、1月、3月(予定))</li> <li>主催者(東京都)</li> <li>参加者(学識経験者、医療関係団体の代表、保険者団体の代表、関係団体の代表、関係行政機関の職員)</li> <li>主な議題(プラン21(第二次)の推進方策に関すること等)</li> <li>開催頻度(年4回程度)</li> <li>開催者協議会との関係(保険者協議会の構成員が保険者団体代表として当該会議に参画)</li> </ul>	<p>① 東京都と東京都国民健康保険団体連合会が共同で事務局運営を担っている。</p>								



宣言3の達成について ※大項目1から4までのいずれも満たす場合、宣言3の達成となります。 ※大項目1から5までのいずれも満たす場合、更なる取組の達成となります。		達成要件		
		2019年度中に実施済み	2020年4月1日～8月1日に実施済み ※複数回答可	2020年度中に実施予定
大項目	小項目	取組の詳細等についての質問・回答 ※各要件に該当する場合は、8月1日時点で実施した又は実施予定の具体的な内容等をご記入ください。 ※ご負担のない範囲内で簡潔にご記入をお願いします。1つの欄に複数の回答を記入しても構いません。		
5. 後発医薬品の使用促進や重複投薬等の適正化のための取組	後発医薬品の使用促進または重複投薬等の適正化について、後発医薬品協議会や地域の医療関係者と連携した取組（例えば、後発医薬品の使用率の実態調査や重複投薬等の適正化の先進事例の共有等）を行っている。 ※2018年度から追加した取組	○	○	<p>【2019年度中に実施済み】</p> <p>①東京都主催の「東京都後発医薬品安心使用促進協議会」に東京都保険者協議会構成員が保険者団体の代表として参加し、東京都後発医薬品安心使用促進協議会において、保険者・病院・診療所・薬局・薬局訪問指導者を対象に後発医薬品（シネプレックス/医薬品）に関するアンケートを実施。アンケート結果は保険者協議会で共有。</p> <p>②実施主体（全国健康保険協会 東京支部）具体的な取組内容（後発医薬品使用促進の取組を紹介）</p> <p>【2020年度中に実施予定】</p> <p>(1) ①-① 引き続き、東京都主催の「東京都後発医薬品安心使用促進協議会」に東京都保険者協議会構成員が保険者団体の代表として参画予定。</p> <p>(2) ①-② 後発医薬品差額通知を保険薬局に持参するよう促すポスターを作成予定。 (薬利協会に加入の約4,500薬局に配布)</p>
				<p>① 具体的にどのような取組を行っているのかご記入ください。</p> <p>② 質問①の回答に、先進事例の共有が含まれる場合、共有している取組例の実施主体（保険者名など）や具体的な取組内容をご記入ください。</p>

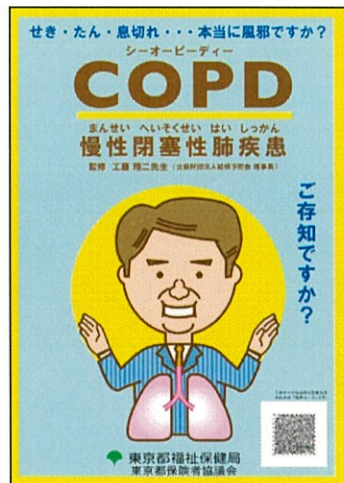


## (5) 「東京都保険者協議会における協働の取組」について

各保険者が加入者への疾病予防や健康づくりのための取組を協働で行うことで、東京都全体の取組をさらに推進するよう、令和2年度も引き続き促進月間の設定を行い、東京都保険者協議会ホームページで周知を図るほか、各保険者が活用可能な普及啓発資材やポスター等を掲載した。

促進月間名	時期
禁煙週間	5月31日(日)～6月6日(土)
健康増進普及月間	9月
乳がん月間	10月
糖尿病予防月間	11月
後発医薬品使用促進月間	2月

### 《禁煙週間（5月）》



#### 「ニコチン依存症」は病気です

「たばこをやめたくてもやめられない」…その症状は「ニコチン依存症」という病気なのかもしれません。身体的依存の働き、薬や病院での治療法があります。

#### ニコチンパッチ・ニコチンガム

ガムを噛んだら、パッチを貼ることで、体内に少量のニコチンを供給し、禁煙時のイライラを緩和します。

① ニコチンパッチやガムは どうすれば手に入るの？

薬局及び薬局で、誰でも購入できます。薬局でも処方してもらうことができます。

② 薬を使うと、どのくらいの費用がかかる？

個人差はありますが、目安として禁煙までに2〜3万円くらいがかかります。

#### 医療機関で治療する方法

最近では、一定の要件を満たせば、医療保険の適用となりました。

③ 病院での治療は、何回も通院が必要？

禁煙外来は、合計5回の通院が基本となっています。

④ 禁煙治療の費用の目安は？

保険適用：13,000円から2万円程度  
 自費診療：4万円台から6万円  
 ※医療機関や治療内容によって、異なります。

← 保険適用となる対象者の条件や、東京都内医療機関の検索情報は、こちらをご覧ください。

#### たばこをやめると太る？

「たばこをやめると太る」ということを心配して禁煙に取り組みたい方も多いのではないのでしょうか？禁煙後に起こる体重増加については、その理由を知り対処法を実行することで防ぐことができます。肥満対策はたばこ以外の方法で！

① 「禁煙すると太る」理由とは？

- 1 味覚と嗅覚が戻って、食事が美味しくなる。
- 2 口寂しさから、食欲が増える。
- 3 胃腸の血流が良くなり、消化が正常に戻る。

#### 体重増加を防ぐコツ

口寂しさを紛らわせる食べ物に注意する！  
デスク回りに紙皿ローリーの食べ物をストック準備

シュガーレスガムやキャンディ・タブレット

干し果物

冷たい水

#### バランスよく食べてこまめに運動！

階段を上る 10分 = 65kcal

掃除機をかける 15分 = 39kcal

洗濯をする 30分 = 142kcal

※消費カロリーは50歳男性、60kgの目安

令和2年3月発行  
 編集・発行 東京都対保健局保健政策推進課健康増進課  
 新宿区幸町二丁目8番1号  
 電話 03(5220)4351  
 登録番号 (31) 444

#### 禁煙成功へのセルフメソッド

## 卒煙を考えよう

たばこの煙には、7,000種類以上の化学物質が含まれており、たばこに含まれる有害物質は、心臓病や脳卒中だけでなく、消化器病やがんなども引き起こすといわれています。まずは気軽に禁煙のスタート地点に立ちませんか？

東京都福祉保健局  
東京都保険者協議会







# 「糖尿病予防月間（11月）」

### 糖尿病の重症化を防ぐ

**◎食事療法**  
早食時の食事は減らして、遅い食前量によりエネルギーを補給する。食後2時間以内に軽い散歩をする。夜間は十分な睡眠をとる。禁煙、節酒。

**◎運動療法**  
運動により、血中の糖質と脂肪の量が減り、インスリンの働きがよくなる。毎日30分以上の散歩や軽いジョギングをする。週3回以上、有酸素運動と筋力トレーニングを行う。

**◎血糖値を高くしすぎない習慣など**  
「空腹時血糖値」を毎日測定する。血糖値が高いときは、医師の指示に従って薬を飲む。血糖値が高いときは、医師の指示に従って薬を飲む。

### 健診結果の見方

～糖尿病のリスクを見つけるために～

**◎BMI値：肥満の程度を測る数値です。**  
BMI = 体重(kg) ÷ 身長(m)の2乗

BMI値	標準体重	肥満
18.5未満	18.5以上	25.0以上

**◎空腹時血糖値：血糖が高いと糖尿病が疑われます。**  
11.0mg/dL以上 [医師] 126mg/dL以上 [医師] となります。

測定値	異常な数値	異常値
測定値	126mg/dL以上	126mg/dL以上

**◎HbA1c：過去1～2ヶ月間の平均血糖値が分かります。**

測定値	異常な数値	異常値
測定値	5.6%以上	6.5%以上

**◎尿糖：+ (陽性) の場合、糖尿病が疑われます。**

測定値：測定値

測定値：測定値

測定値：測定値

### 血糖値をコントロールしましょう！

～糖尿病の重症化予防～

**Let's Begin!**

血糖値をコントロールし、合併症を予防しましょう！

血糖値が高くなると、血管が傷つき、神経障害、網膜症、腎臓病、心臓病などの合併症が起きやすくなります。血糖値をコントロールし、合併症を予防しましょう！

血糖値が高くなると、血管が傷つき、神経障害、網膜症、腎臓病、心臓病などの合併症が起きやすくなります。血糖値をコントロールし、合併症を予防しましょう！

### 高血糖が続くと、どうなる？

高血糖が続くと、毛細血管が傷つき、神経障害、網膜症、腎臓病、心臓病などの合併症が起きやすくなります。血糖値をコントロールし、合併症を予防しましょう！

高血糖が続くと、毛細血管が傷つき、神経障害、網膜症、腎臓病、心臓病などの合併症が起きやすくなります。血糖値をコントロールし、合併症を予防しましょう！

### 糖尿病予防～糖尿病の重症化予防対策～

糖尿病は、血糖値が高くなることで起こる病気です。血糖値が高くなることで、血管が傷つき、神経障害、網膜症、腎臓病、心臓病などの合併症が起きやすくなります。血糖値をコントロールし、合併症を予防しましょう！

糖尿病は、血糖値が高くなることで起こる病気です。血糖値が高くなることで、血管が傷つき、神経障害、網膜症、腎臓病、心臓病などの合併症が起きやすくなります。血糖値をコントロールし、合併症を予防しましょう！

糖尿病は、血糖値が高くなることで起こる病気です。血糖値が高くなることで、血管が傷つき、神経障害、網膜症、腎臓病、心臓病などの合併症が起きやすくなります。血糖値をコントロールし、合併症を予防しましょう！

### 糖尿病が重症化すると

糖尿病は、血糖値が高くなることで起こる病気です。血糖値が高くなることで、血管が傷つき、神経障害、網膜症、腎臓病、心臓病などの合併症が起きやすくなります。血糖値をコントロールし、合併症を予防しましょう！

糖尿病は、血糖値が高くなることで起こる病気です。血糖値が高くなることで、血管が傷つき、神経障害、網膜症、腎臓病、心臓病などの合併症が起きやすくなります。血糖値をコントロールし、合併症を予防しましょう！

糖尿病は、血糖値が高くなることで起こる病気です。血糖値が高くなることで、血管が傷つき、神経障害、網膜症、腎臓病、心臓病などの合併症が起きやすくなります。血糖値をコントロールし、合併症を予防しましょう！

### 重症化ケース① (腎臓)

糖尿病は、血糖値が高くなることで起こる病気です。血糖値が高くなることで、血管が傷つき、神経障害、網膜症、腎臓病、心臓病などの合併症が起きやすくなります。血糖値をコントロールし、合併症を予防しましょう！

糖尿病は、血糖値が高くなることで起こる病気です。血糖値が高くなることで、血管が傷つき、神経障害、網膜症、腎臓病、心臓病などの合併症が起きやすくなります。血糖値をコントロールし、合併症を予防しましょう！

糖尿病は、血糖値が高くなることで起こる病気です。血糖値が高くなることで、血管が傷つき、神経障害、網膜症、腎臓病、心臓病などの合併症が起きやすくなります。血糖値をコントロールし、合併症を予防しましょう！

### 重症化ケース② (神経障害・足病)

糖尿病は、血糖値が高くなることで起こる病気です。血糖値が高くなることで、血管が傷つき、神経障害、網膜症、腎臓病、心臓病などの合併症が起きやすくなります。血糖値をコントロールし、合併症を予防しましょう！

糖尿病は、血糖値が高くなることで起こる病気です。血糖値が高くなることで、血管が傷つき、神経障害、網膜症、腎臓病、心臓病などの合併症が起きやすくなります。血糖値をコントロールし、合併症を予防しましょう！

糖尿病は、血糖値が高くなることで起こる病気です。血糖値が高くなることで、血管が傷つき、神経障害、網膜症、腎臓病、心臓病などの合併症が起きやすくなります。血糖値をコントロールし、合併症を予防しましょう！

### 重症化ケース③ (心疾患)

糖尿病は、血糖値が高くなることで起こる病気です。血糖値が高くなることで、血管が傷つき、神経障害、網膜症、腎臓病、心臓病などの合併症が起きやすくなります。血糖値をコントロールし、合併症を予防しましょう！

糖尿病は、血糖値が高くなることで起こる病気です。血糖値が高くなることで、血管が傷つき、神経障害、網膜症、腎臓病、心臓病などの合併症が起きやすくなります。血糖値をコントロールし、合併症を予防しましょう！

糖尿病は、血糖値が高くなることで起こる病気です。血糖値が高くなることで、血管が傷つき、神経障害、網膜症、腎臓病、心臓病などの合併症が起きやすくなります。血糖値をコントロールし、合併症を予防しましょう！

### 糖尿病の重症化予防対策

糖尿病は、血糖値が高くなることで起こる病気です。血糖値が高くなることで、血管が傷つき、神経障害、網膜症、腎臓病、心臓病などの合併症が起きやすくなります。血糖値をコントロールし、合併症を予防しましょう！

糖尿病は、血糖値が高くなることで起こる病気です。血糖値が高くなることで、血管が傷つき、神経障害、網膜症、腎臓病、心臓病などの合併症が起きやすくなります。血糖値をコントロールし、合併症を予防しましょう！

糖尿病は、血糖値が高くなることで起こる病気です。血糖値が高くなることで、血管が傷つき、神経障害、網膜症、腎臓病、心臓病などの合併症が起きやすくなります。血糖値をコントロールし、合併症を予防しましょう！

### 好スタートポイント

糖尿病は、血糖値が高くなることで起こる病気です。血糖値が高くなることで、血管が傷つき、神経障害、網膜症、腎臓病、心臓病などの合併症が起きやすくなります。血糖値をコントロールし、合併症を予防しましょう！

糖尿病は、血糖値が高くなることで起こる病気です。血糖値が高くなることで、血管が傷つき、神経障害、網膜症、腎臓病、心臓病などの合併症が起きやすくなります。血糖値をコントロールし、合併症を予防しましょう！

糖尿病は、血糖値が高くなることで起こる病気です。血糖値が高くなることで、血管が傷つき、神経障害、網膜症、腎臓病、心臓病などの合併症が起きやすくなります。血糖値をコントロールし、合併症を予防しましょう！

### 相談窓口紹介

糖尿病は、血糖値が高くなることで起こる病気です。血糖値が高くなることで、血管が傷つき、神経障害、網膜症、腎臓病、心臓病などの合併症が起きやすくなります。血糖値をコントロールし、合併症を予防しましょう！

糖尿病は、血糖値が高くなることで起こる病気です。血糖値が高くなることで、血管が傷つき、神経障害、網膜症、腎臓病、心臓病などの合併症が起きやすくなります。血糖値をコントロールし、合併症を予防しましょう！

糖尿病は、血糖値が高くなることで起こる病気です。血糖値が高くなることで、血管が傷つき、神経障害、網膜症、腎臓病、心臓病などの合併症が起きやすくなります。血糖値をコントロールし、合併症を予防しましょう！

(令和2年度パンフレット追加 (全8ページ))



《後発医薬品使用促進月間（2月）》

今までも。これからも。



未来 Mirai  
信頼 Shinrai  
安心 Anshin  
ジェネリック医薬品

その先には、ひろがる笑顔。

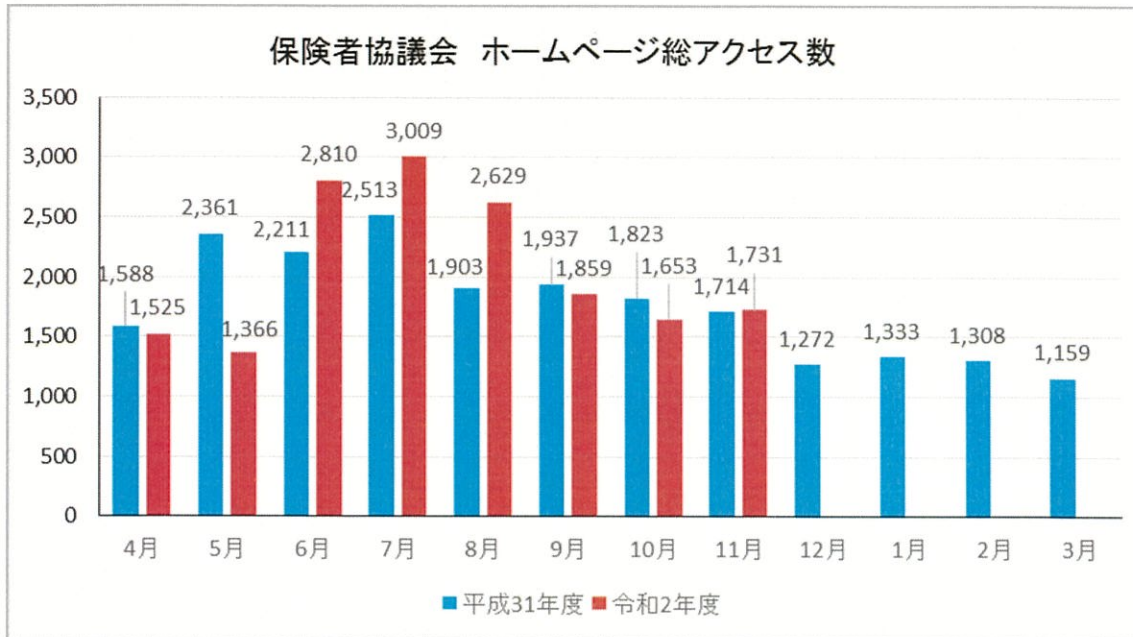
安心・信頼	未来
<p><b>安心・信頼</b> 安心・信頼は、患者さんにとって最も大切なことです。後発医薬品は、品質が高く、効果が高く、副作用が少なく、安心して服用することができます。また、後発医薬品は、価格が安く、患者さんの負担を軽減することができます。</p> <p>医師や薬剤師が安心して処方・調剤できるように、品質が高く、効果が高く、副作用が少なく、安心して服用することができます。</p>	<p><b>未来</b> 未来は、患者さんにとって最も大切なことです。後発医薬品は、品質が高く、効果が高く、副作用が少なく、安心して服用することができます。また、後発医薬品は、価格が安く、患者さんの負担を軽減することができます。</p> <p>医師や薬剤師が安心して処方・調剤できるように、品質が高く、効果が高く、副作用が少なく、安心して服用することができます。</p>

後発医薬品使用促進月間（2月） 後発医薬品の品質・効果・副作用の軽減を促す。 医師・薬剤師が安心して処方・調剤できるように。 患者さんにとって最も大切なこと。 安心して服用することができます。

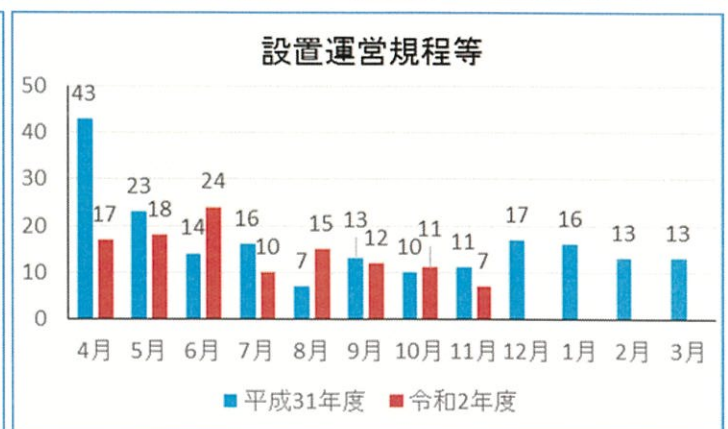
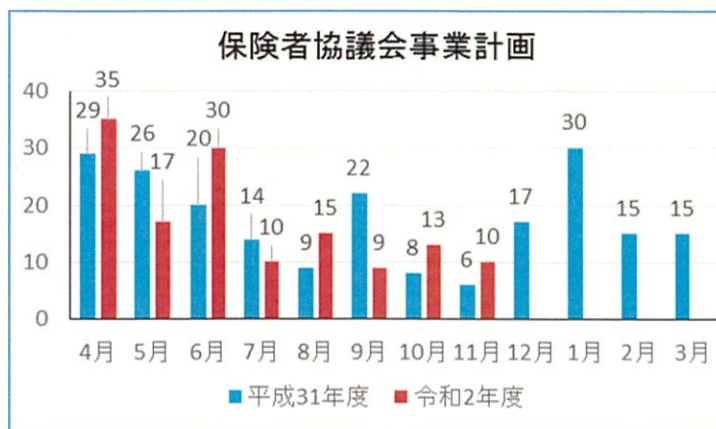
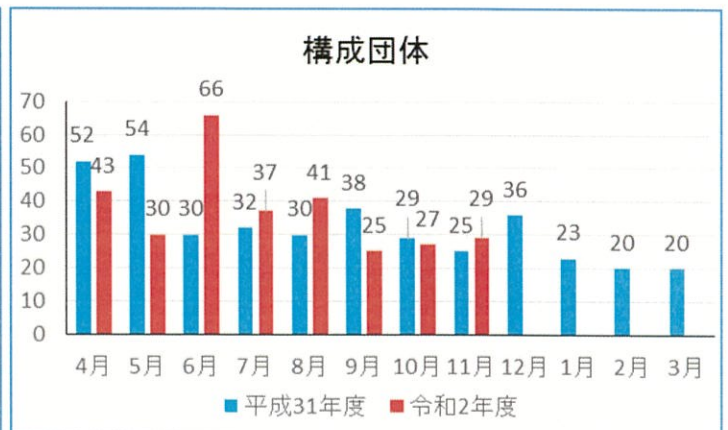
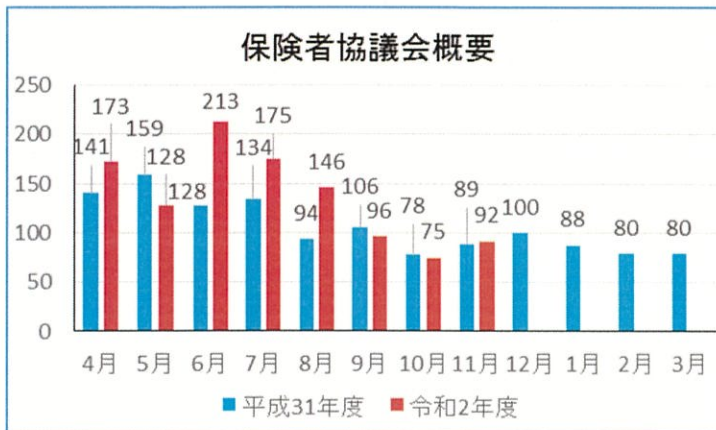
厚生労働省 医薬品・医療機器・化粧品・健康食品課 後発医薬品使用促進月間（2月） 後発医薬品の品質・効果・副作用の軽減を促す。 医師・薬剤師が安心して処方・調剤できるように。 患者さんにとって最も大切なこと。 安心して服用することができます。

《参考》 令和2年度 ー保険者協議会ホームページアクセス数ー

総アクセス数以下は、ホームページトップ画面の項目ごとのグラフとなります。



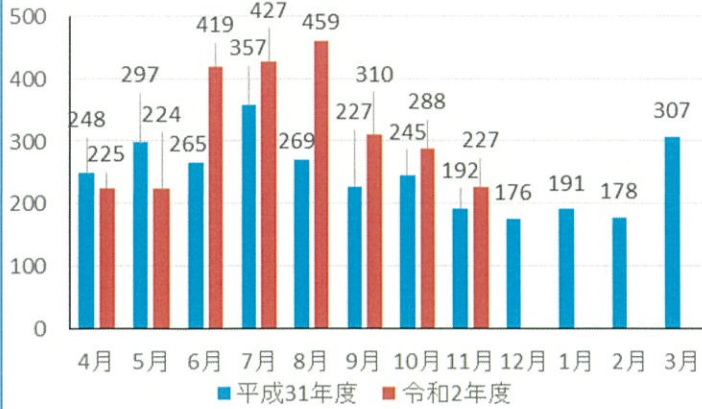
## 保険者協議会について





## 特定健診・特定保健指導集合契約（B）

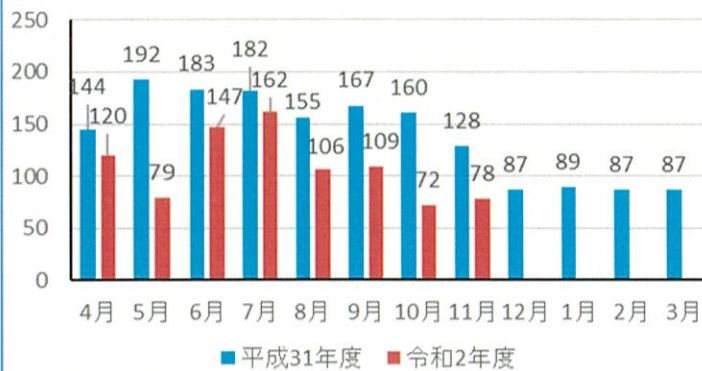
### 集合契約に関する各種届出様式



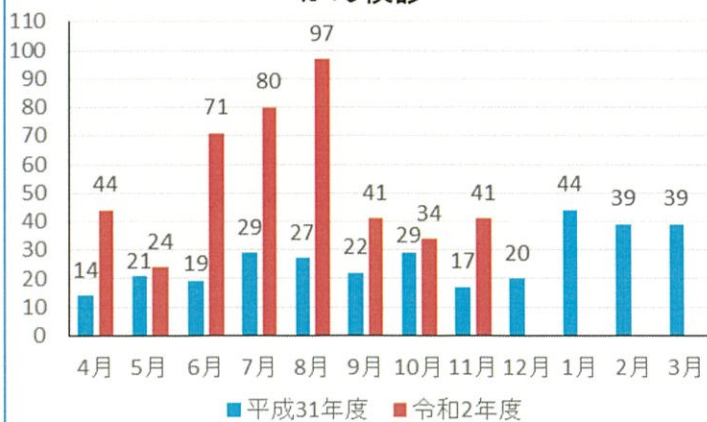
### 特定健診・特定保健指導集合契約 実施機関一覧



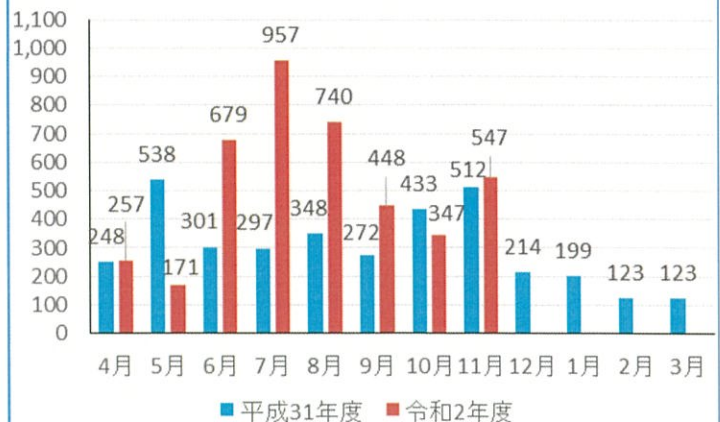
### 特定健診・特定保健指導集合契約 委託元保険者一覧



### がん検診

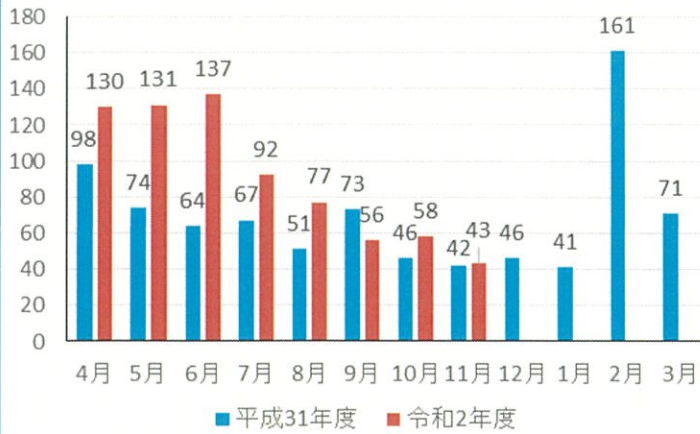


### 研修会

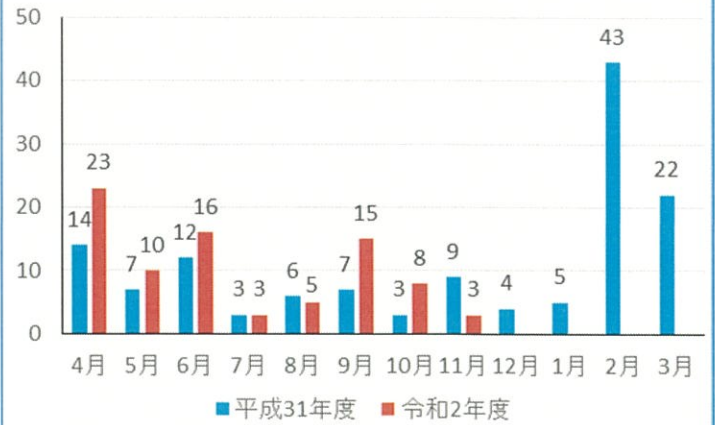


## 事業報告

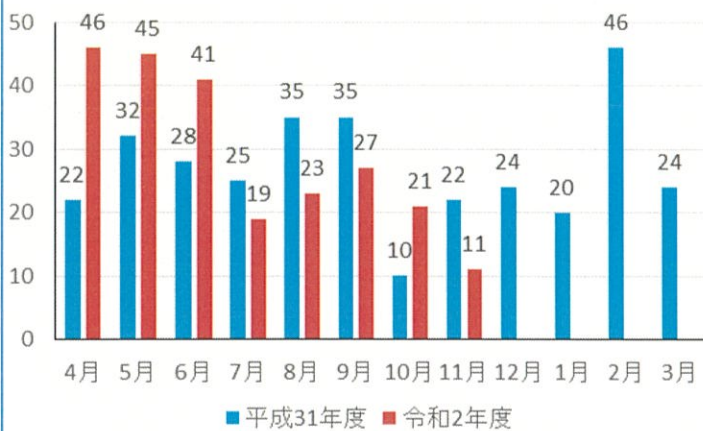
### 保険者協議会



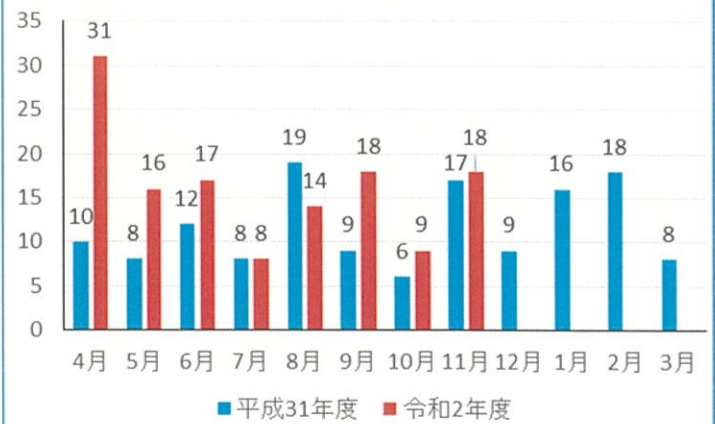
### 医療計画等検討部会



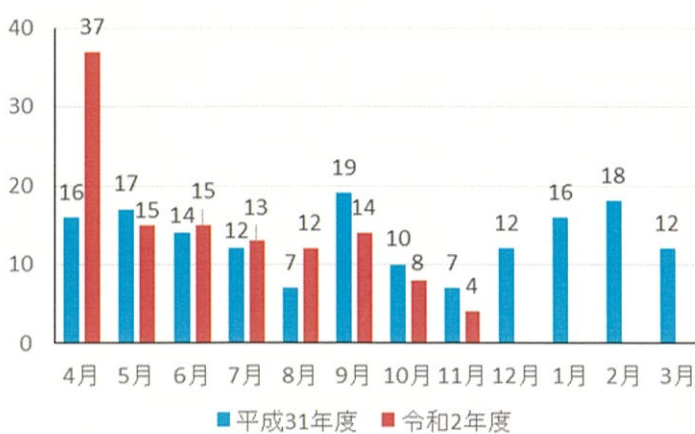
### データ分析部会



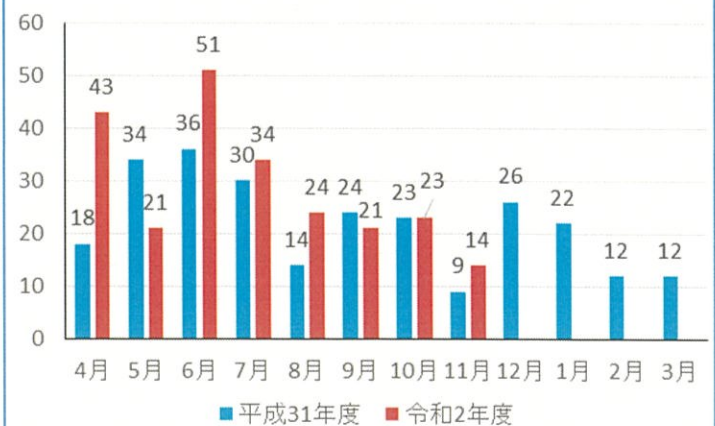
### 保健活動部会



### 特定健診・特定保健指導特別部会



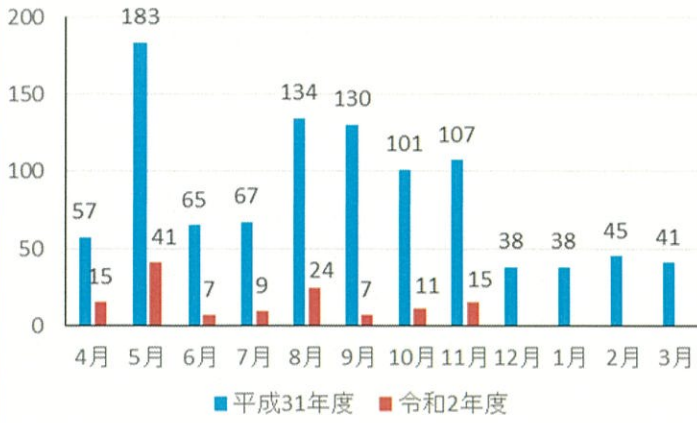
### 過去の取り組み(調査・分析関係)





## 事業報告

### 啓発事業



### 促進月間

