

第4期特定健康診査等実施計画

2026年4月
セキスイ健康保険組合

特定健康診査及び特定保健指導の実施について

平成18年の医療制度改革において、国民誰しもの願いである健康と長寿を確保しつつ、医療費の伸びの抑制にも資することから、生活習慣病を中心とした疾病予防を重視することとし、医療保険者による健診及び保健指導の充実を図る観点から、高齢者の医療の確保に関する法律に基づいて、医療保険者は、被保険者及び被扶養者に対し、糖尿病等の生活習慣病に関する健康診査及び健康診査の結果により健康の保持に努める必要がある者に対する保健指導を実施することとされた。

(1) 特定健康診査及び特定保健指導の基本的考え方

① 国民の受療の実態を見ると、高齢期に向けて生活習慣病の外来受診率が徐々に増加し75歳頃を境にして生活習慣病を中心とした入院受療率が上昇している。これを個人に置き換えてみると、食べ過ぎや運動不足等の不健康な生活習慣がやがて糖尿病、高血圧症、高脂血症、肥満症等（以下「糖尿病等」という）といった生活習慣病の発症を招き、外来通院及び投薬が始まり、生活習慣の改善がないままに、その後こうした疾患が重症化し、虚血性心疾患や脳卒中等の発症に至るという構造が浮かんでくる。

したがって、若い時から生活習慣の改善に取り組むことにより、糖尿病等の生活習慣病の予防対策を進め、糖尿病等を発症しない境界域の段階で留めることができれば、重症化の最初のステップである通院治療を受ける者を減らすことができ、この結果、国民の生活の質の維持及び向上を図りながら医療費の伸びの抑制を実現することが可能となる。

② 糖尿病等の生活習慣病は、内臓脂肪の蓄積（内臓脂肪型肥満）に起因するものであり、肥満に加え、高血糖、高血圧等の状態が重複した場合には、虚血性心疾患、脳血管心疾患等の発症リスクが高くなる。このため、内臓脂肪症候群（メタボリックシンドローム）の概念に基づき、その該当者及び予備群に対し、運動習慣の定着やバランスのとれた食生活などの生活習慣の改善を行うことにより、糖尿病等の生活習慣病や、これが重症化した虚血性心疾患、脳卒中等の発症リスクの低減を図ることが可能となる。

③ 特定健康診査は、糖尿病等の生活習慣病の発症や重症化を予防することを目的として、メタボリックシンドロームに着目し、この該当者及び予備群を減少させるための特定保健指導を必要とする者を、的確に抽出するために行う。

④ 特定保健指導は、内臓脂肪型肥満に着目し、その要因となっている生活習慣を改善するための保健指導を行うことにより、対象者が自らの生活習慣における課題を認識して行動変容と自己管理を行うとともに、健康的な生活を維持することができるようになることを通じて、糖尿病等の生活習慣病を予防することを目的とするものであり、特定健康診査の結果に基づき、特定保健指導の対象者を選定し階層化することにより、特定保健指導を必要とする者の状態に見合った支援を行うものである。

(2) 当健康保険組合における取組

当健康保険組合においては、以前より加入者の健康の保持増進及び健康管理意識の高揚を図るため生活習慣病予防健診事業を実施し、特に現役被保険者にはヘルスアップ事業として実施してきた。

このため、法令及び指針の目的や趣旨に鑑み、従来 of 被保険者に対する生活習慣病予防健診の検査項目を拡充し特定健康診査及び安全衛生法に基づく法定健診にも対応できるようにするとともに事後指導についても、独自の基準による保健指導の一部として特定保健指導にも対応できる形で充実を図ることとし、従来 of 生活習慣病予防健診事業の中で特定健康診査及び特定保健指導に取組むとともに、被扶養者については、けんぽ共同健診にて、特定健康診査の実施に取り組むことで効果的・効率的な事業実施を図っていく。

当健康保険組合の現状

当健保組合は、積水グループの事業所が加入している健保組合で、事業所は全国に所在する。概要は以下のとおりである。

【セキスイ健康保険組合 概要】（2026年3月31日現在）

適用事業所数		171 事業所
加入者数		111,586 人
	うち、被保険者	56,734 人
	うち、被扶養者	48,705 人
	うち、任意継続者	1,468 人
	うち、特例退職者	4,679 人
平均年齢	被保険者	45 歳
	被扶養者	26 歳

健康診断については、現役被保険者は当健保組合の契約医療機関にて実施しているが、特例退職被保険者、任意継続被保険者、被扶養者は契約代行機関を通じて契約した医療機関にて実施している。

特定健康診査等の実施方法に関する基本的な事項

1. 特定健康診査等の基本的考え方

日本内科学会等、内科系8学会が合同でメタボリックシンドロームの疾患概念と診断基準を示した。これは、内臓脂肪型に起因する糖尿病、高脂血症、高血圧は予防可能であり、発症した後でも血糖、血圧をコントロールすることにより重病化を予防することが可能であるという考え方を基本としている。

メタボリックシンドロームの概念を導入することにより、内臓脂肪の蓄積や、体重増加等が様々な疾患の原因になることをデータで示すことができるため、健診受診者にとって生活習慣の改善に向けての明確な動機づけができるようになる。

2. 特定健康診査等の実施に係る留意事項

特例退職被保険者、任意継続被保険者、被扶養者に対して未申込者への直接もしくは事業主並びに未申込者の被保険者を通じたハガキやメール等による受診勧奨を適時に実施して、受診率の向上に努める。

3. 事業者等が行う健康診断及び保健指導との関係

事業主と健保の共催により健康診断を実施しており、40歳以上・40歳未満を問わず、健診結果データを事業主と健保で共有する。また、事業所の産業医、保健師等により保健指導を実施している場合は、その実施状況を当健保組合へ報告し、特定保健指導対象者への特定保健指導は当健保の委託による保健師にて実施する。

4. 特定保健指導の基本的考え方

生活習慣病予備群の保健指導の第一目的は、生活習慣病に移行させないことである。そのための保健指導では、対象者自身が健診結果を理解して自らの生活習慣を変えることができるように支援することにある。

I. 達成目標

1. 第3期特定健康診査等実施状況

(1) 第3期特定健康診査実施率(%)

		2018年	2019年	2020年	2021年	2022年	2023年	国の目標
被保険者	目標実施率	99.0	99.0	99.0	99.0	99.0	99.0	—
	実施率	98.5	97.3	97.2	96.3	98.0	98.8	—
被扶養者	目標実施率	60.0	62.0	64.0	68.8	73.8	75.0	—
	実施率	49.1	51.5	45.7	51.1	53.6	56.8	—
合計	目標実施率	82.1	83.2	84.3	86.5	88.7	90.0	90.0
	実施率	78.6	79.2	76.7	78.6	81.2	83.2	—

※特例退職被保険者ならびに任意継続被保険者は被扶養者に含める

(2) 第3期特定保健指導該当率(%)

	2018年	2019年	2020年	2021年	2022年	2023年
被保険者	25.4	24.3	24.7	22.9	21.6	20.9
被扶養者	8.5	8.9	9.0	8.6	8.4	8.4
合計	21.2	20.4	21.0	19.3	18.3	17.7

※特例退職被保険者ならびに任意継続被保険者は被扶養者に含める

(3) 第3期特定保健指導実施率(%)

		2018年	2019年	2020年	2021年	2022年	2023年	国の目標
被保険者	目標実施率	21.8	26.7	37.7	47.0	55.7	61.7	—
	実施率	16.9	17.9	28.5	45.0	44.4	45.5	—
被扶養者	目標実施率	11.4	13.2	21.5	30.3	37.7	42.3	—
	実施率	2.9	2.8	5.3	8.4	10.1	7.9	—
合計	目標実施率	20.3	24.8	32.3	41.5	49.6	55.0	55.0
	実施率	15.5	16.2	26.1	40.8	40.4	41.0	—

※特例退職被保険者ならびに任意継続被保険者は被扶養者に含める

2. 第4期特定健康診査等の実施に係る目標

(1) 第3期特定健康診査実施率(目標)

2029年度における特定健康診査の実施率を90%とする(国の定める実施目標に即して設定)。この目標を達成するために、2024年度以降の実施率(目標)を以下のように定める。

目標実施率(%)

	2024年	2025年	2026年	2027年	2028年	2029年	国の実施目標
被保険者	98.5	99.0	99.0	99.0	99.0	99.0	——
被扶養者	57.9	58.4	60.5	64.7	69.0	73.4	——
合計	83.9	84.0	85.0	86.7	88.3	90.0	90.0

※特例退職被保険者ならびに任意継続被保険者は被扶養者に含める

(2) 第3期特定保健指導実施率(目標)

2029年度における特定保健指導の実施率を60%とする(国の定める実施目標に即して設定)。この目標を達成するために、2024年度以降の実施率(目標)を以下のように定める。

目標実施率(%)

	2024年	2025年	2026年	2027年	2028年	2029年	国の実施目標
被保険者	44.5	50.7	53.9	57.2	60.7	67.7	——
被扶養者	9.1	10.4	11.3	12.1	12.8	13.1	——
合計	40.3	48.8	51.7	54.6	57.5	60.0	60.0

※特例退職被保険者ならびに任意継続被保険者は被扶養者に含める

Ⅱ. 特定健康診査等の対象者数

1. 対象者数と目標実施者数

(1) 特定健康診査

①被保険者(人)

	2024年	2025年	2026年	2027年	2028年	2029年
対象者数(推計値)	34,013	33,922	34,180	34,438	34,696	34,954
目標実施率(%)	98.5	99.0	99.0	99.0	99.0	99.0
目標実施者数(a)	33,501	33,583	33,838	34,094	34,349	34,604

②被扶養者(人)

	2024年	2025年	2026年	2027年	2028年	2029年
対象者数(推計値)	19,043	19,760	19,562	19,366	19,172	18,980
目標実施率(%)	57.9	58.4	60.5	64.7	69.0	73.4
目標実施者数(b)	11,035	11,537	11,843	12,536	13,234	13,937

③合計(被保険者+被扶養者)(人)

	2024年	2025年	2026年	2027年	2028年	2029年
対象者数(推計値)	53,056	53,682	53,742	53,804	53,868	53,934
目標実施率(%)	83.9	84.1	85.0	86.7	88.3	90.0
目標実施者数(a+b)	44,536	45,120	45,681	46,630	47,583	48,541

(2) 特定保健指導

①被保険者(人)

	2024年	2025年	2026年	2027年	2028年	2029年
特定健康診査実施者	33,501	33,583	33,838	34,094	34,349	34,604
動機付け支援対象者	2,772	2,821	2,842	2,864	2,885	2,907
目標実施率(%)	37.6	50.6	54.4	58.6	63.0	67.4
目標実施者数	1,043	1,427	1,546	1,678	1,818	1,959
積極的支援対象者	4,126	4,433	4,467	4,500	4,534	4,568
目標実施率(%)	49.1	56.0	59.0	62.0	65.0	67.3
目標実施者数	2,027	2,482	2,636	2,790	2,947	3,074
保健指導対象者計	6,898	7,254	7,309	7,364	7,419	7,475
目標実施率(%)	44.5	53.9	57.2	60.7	64.2	67.7
目標実施者数(a)	3,070	3,909	4,182	4,468	4,765	5,033

※支援対象者は、動機付け支援該当率 8.4%、積極的支援該当率 13.2%で推計。

②被扶養者（人）

	2024年	2025年	2026年	2027年	2028年	2029年
特定健康診査実施者	11,035	11,537	11,843	12,536	13,234	13,937
動機付け支援対象者	726	738	758	802	847	892
目標実施率（%）	7.4	9.8	10.8	11.8	12.8	13
目標実施者数	54	72	82	95	108	116
積極的支援対象者	203	231	237	251	265	279
目標実施率（%）	15.3	12.4	12.6	12.8	13	13.2
目標実施者数	31	29	30	32	34	37
保健指導対象者計	929	969	995	1,053	1,112	1,171
目標実施率（%）	9.1	10.4	11.3	12.1	12.8	13.1
目標実施者数(b)	85	101	112	127	142	153

※支援対象者は、動機付け支援該当率 6.4%、積極的支援該当率 2.0%で推計

③合計(被保険者+被扶養者)（人）

	2024年	2025年	2026年	2027年	2028年	2029年
特定健康診査実施者	44,536	45,120	45,681	46,630	47,583	48,541
動機付け支援対象者	3,498	3,559	3,600	3,666	3,732	3,799
目標実施率（%）	31.4	42.1	45.2	48.4	51.6	54.6
目標実施者数	1,097	1,499	1,628	1,773	1,926	2,075
積極的支援対象者	4,329	4,664	4,704	4,751	4,799	4,847
目標実施率（%）	47.5	53.8	56.7	59.4	62.1	64.2
目標実施者数	2,058	2,511	2,666	2,822	2,981	3,111
保健指導対象者計	7,827	8,223	8,304	8,417	8,531	8,646
目標実施率（%）	40.3	48.8	51.7	54.6	57.5	60.0
目標実施者数(a+b)	3,155	4,010	4,294	4,595	4,907	5,186

Ⅲ. 特定健康診査等の実施方法

1. 実施場所

(1) 特定健康診査

現役被保険者は当健保組合の契約医療機関にて実施するが、特例退職被保険者、任意継続被保険者、被扶養者は契約代行機関を通じて契約した医療機関にて実施する。

(2) 特定保健指導

現役被保険者の保健指導は事業所にて実施するが、特例退職被保険者、任意継続被保険者、被扶養者は保健指導を行える外部委託機関が自宅訪問にて実施する。

2. 実施項目

実施項目は、「特定健康診査及び特定保健指導の円滑な実施に向けた手引き(第 4.1 版)」の 1-2 に記載されている健診項目とする。

3. 実施時期

現役被保険者は通年の実施とするが、その他の対象者は下記のとおりとする。

対 象 者	案内時期	実施時期
特例退職被保険者	4 月中旬	4 月～2 月
任意継続被保険者		
被扶養者		

4. 委託の有無

(1) 特定健康診査

特例退職被保険者、任意継続被保険者、被扶養者は契約代行機関を通じて契約した医療機関にて実施する。

(2) 特定保健指導

現役被保険者は、現在当健保が契約している保健師および業者、または各社の産業医ならびに保健師等の協力により保健指導を実施するが、それ以外の対象者については、外部委託機関にて実施する。

5. 受診方法(現役被保険者以外)

まず、本人が契約代行機関を通じ契約した医療機関へ直接申し込みを行い、外部委託機関へ受診券の発行を依頼する。その後、本人は、外部委託機関から送付されてきた受診券と自己負担金を持って受診する。

6. 周知・案内方法

当健保組合の機関誌「ヘルシーライフ」やホームページへの掲載をし、周知を図るとともに、現役被保険者以外には、本人宛に直接案内する。

7. 健診データの受領方法

健診のデータは、契約医療機関から紙媒体（健診結果表）を受領して、外部データ入力業者にてデータ化しクラウドで保管する。なお、データの保管年数は7年とする。

8. 特定保健指導対象者の選出の方法

特定保健指導の対象者については、可能な限り全員を対象とする。また、効果的な方法を随時検討し反映していく。

IV. 個人情報の保護

当健保組合は、「セキスイ健康保険組合個人情報保護管理規程」を遵守する。

当健保組合及び委託された健診・保健指導機関は、業務によって知り得た情報を外部に漏らしてはならない。

当健保組合のデータ管理者は、常務理事とする。またデータの利用者は、当健保組合保健事業グループ職員に限る。

外部委託する場合は、当健保組合個人情報保護管理規程に基づき、遵守事項を明記することとする。

V. 特定健康診査等実施計画の公表・周知

本計画の公表・周知は、ホームページ等にて行う。

VI. 特定健康診査等実施計画の評価及び見直し

当計画については、毎年度、実施状況や目標達成状況を踏まえ必要に応じて見直しを検討する。

VII. その他

当健保組合が保健指導を委託している保健師等については、特定健康診査・特定保健指導等の実践養成のための支援、外部の研修等に随時参加させる。