

令和5年度健康増進法に基づく「健康診査」実施マニュアル (40歳以上の生活保護受給者等の健康診査)

I 概要

1. 健康増進法に基づく健康診査の目的

医療保険に属していない者(生活保護受給者等)に対して健康の保持増進、疾病の予防及び早期発見を図るとともに、今まで同様に健康診査受診の機会を提供するために「特定健康診査」に相当する健康診査を実施するものである。(健康増進法平成15年厚生労働省令第4条の2第4号)

なお、「特定保健指導」に相当する保健指導については、健康増進法第17条の規定に基づき、希望者には一般市民として既存の相談・教室等にて対応する。

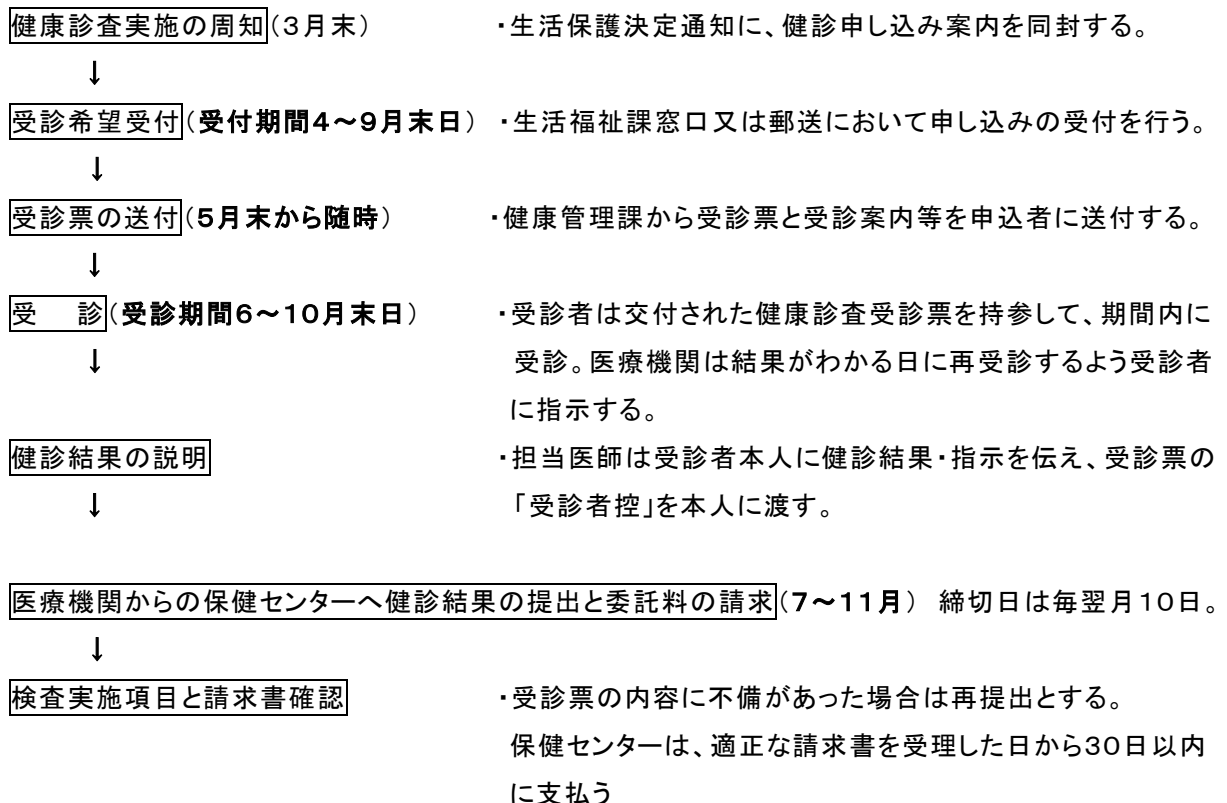
2. 対象者

40歳以上(年度末年齢)の医療保険に属していない者(生活保護受給者等)を対象とし、次に該当する者は除くものとする。なお、除外者については本人の自己判断とし、事前の調査はしない。

《対象者とししない条件》

- (1) 生活習慣病(高血圧、糖尿病、血中脂質異常、心臓病、脳卒中等)で定期的に受診している者
- (2) 生活習慣病以外の病気で定期的に受診し、同様の検査を受けている者
- (3) 病院に入院、あるいは施設に入所している者

3. 健診実施のながれ



4. 検査項目と総合判定区分

(1) 検査項目

検査項目は特定健康診査に準ずる。その他必要な検査は医療として実施する。

項目	内容
問診	服薬歴、既往歴、喫煙等の生活習慣に関する項目、自覚症状
計測	身長、体重、BMI、血圧、腹囲(75歳未満の受診者に限る)
診察	理学的所見(身体診察)
脂質検査	中性脂肪、HDLコレステロール、LDLコレステロール
肝機能	AST(GOT)、ALT(GPT)、 γ -GT(γ -GTP)
代謝系	血糖(空腹時・随時)、ヘモグロビンA1c、尿酸
尿・腎機能	検尿(尿糖、尿蛋白)、クレアチニン、e-GFR(平成28年度より追加)
胸部	胸部X線検査(75歳未満の希望者に限る)

(2) 総合判定区分

区分	内容
A	異常なし(軽度の異常を含む)
B	要指導(生活習慣の改善が必要だが、医療不要)
C	要精査(再検査、精密検査、経過観察が必要)
D	要医療(治療が必要)
E	治療継続

II 検査等の実施方法

1. 問診(質問票)

(1) 質問票の項目は、「標準的な健診・保健指導プログラム(確定版)」(厚生労働省健康局)に準ずる。

(2) 次のことを事前に確認する。

- ① 質問票に記入漏れがないか確認する。未記入箇所については、聞き取りにより記入する。
- ② 現病歴、既往歴、喫煙習慣については、確実に聴取すること。
- ③ 健康診査受診票⑩飲食についての質問は、記入があっても必ず聴取すること。

《食事の摂取について》

- ◆ 午前中に健診を実施する場合は、血糖値等の検査結果に影響を及ぼすため、健診前10時間以上は飲食物(水・お茶以外)を摂取しないこと。
- ◆ 午後から健診を実施する場合は、朝食を軽めにすると同時に、他の検査結果への影響を軽減するため、水・お茶以外の飲食物を摂取しないこと。

2. 理学的所見

(1) 視診、触診、聴打診を行う。

(2) 所見の有無を受診票に記載する。

3. 身体計測

(1) 身長計測

- ① 身長計を用いた計測を行う。計測値は少数第一位までの数値を記載する。
- ② 靴下等をはいたままの計測でもよい。
- ③ 頭部が身長計の尺柱に正位に保てない場合は、「腰曲がり」等の記載をする。

(2) 体重計測

- ① 衣服を脱ぐ必要はないが、季節により風袋重量が異なることに注意する。
- ② 計測値は少数第一位までの数値を記載する。

(3) BMIの算定

① 算定方法

$$\text{BMI} = \text{体重}(\text{kg}) \div \text{身長}(\text{m}) \div \text{身長}(\text{m})$$

- ② 算定値は少数第二位を切り捨て、少数第一位までの数値を記載する。

(4) 腹囲計測

- ① 75歳未満の者に対して腹囲測定をする。
- ② 立位、軽呼気時において、臍の高さで測定すること。
- ③ 脂肪の蓄積が著明で臍が下方に変位している場合は、肋骨下縁と前上腸骨棘の midpoint の高さで測定すること。
- ④ 詳細については別紙「腹囲測定の方法」を参考にする。

4. 血圧測定

- (1) 測定回数は、原則2回とし、その2回の測定値の平均値を用いること。ただし、実施状況に応じて、1回の測定についても可とする。
- (2) その他、測定方法の詳細は、関係団体による手引書「循環器病予防ハンドブック」等に示されているので、これを参考にする。

5. 尿検査(尿糖・尿蛋白の検査)

- (1) 原則として、中間尿を採尿すること。
- (2) 採取後、4時間以内に試験紙法で測定すること。
- (3) その他、測定方法及び判定方法については、「循環器病予防ハンドブック」等に示されているので、これを参考にする。

6. 血中脂質検査及び肝機能検査

- (1) 原則として、分離剤入りプレイン採血管を用いること。
- (2) 採血後、採血管は冷蔵または室温で保存し、12時間以内に遠心分離すること。
- (3) 血清は、測定まで冷蔵で保存し、採血から72時間以内に測定すること。
- (4) 血中脂質検査の測定方法については、トレーサビリティ(検査測定値について、測定の基準となる標準物質にあわせられることをいう。)のとれた可視吸光光度法、紫外吸光光度法等によること。
- (5) 肝機能検査の測定方法について
 - ① GOT 及び GPT 検査について
 - ・トレーサビリティのとれた紫外吸光光度法等によること。
 - ② γ -GTP 検査について
 - ・トレーサビリティのとれた可視吸光光度法等によること。
- (6) 腎機能の測定方法について
 - ・トレーサビリティのとれた可視吸光光度法等によること。

7. 血糖検査・ヘモグロビン A1c 検査及び尿酸検査

次の(1)と(2)ともに検査を行うこと(空腹時に採血できなかった場合も同様)。

(1) 血中グルコースの量の検査

- ① 空腹時血糖であるか否かを明確にすること(質問票⑩の確認聴取をすること)。
 - ・空腹時とは、10時間以上水以外の飲食をしていない状態をいう。
- ② 原則として、フッ化ナトリウム入りの採血管(血糖検査用採血管)を用いること。
- ③ 採血後、採血管内のフッ化ナトリウムなどを血液に速やかに溶かすこと。
- ④ 混和後、採血管は冷蔵で保管し、採血から6時間以内に測定または遠心分離すること。
- ⑤ 遠心分離で得られた血漿は、測定まで冷蔵で保存し、採血から72時間以内に測定すること。
- ⑥ 測定方法については、トレーサビリティのとれた電位差法、可視吸光光度法、紫外吸光光度法等によること。

(2) ヘモグロビン A1c 検査

- ① フッ化ナトリウム入りの採血管(血糖検査用採血管)またはエチレンジアミン四酢酸(EDTA)入り採血管を用いること。
- ② 採血後、採血管内のフッ化ナトリウムやエチレンジアミン四酢酸(EDTA)等を血液に速やかに溶かすこと。
- ③ 混和後、採血管は冷蔵で保管すること。
- ④ 採血後、48時間以内に測定すること。
- ⑤ 測定方法については、トレーサビリティのとれた免疫学的方法、高速液体クロマトグラフィー(HPLC)法、酵素法等によること。

(3) 尿酸検査

トレーサビリティのとれた可視吸光光度法等によること。

8. 胸部 X 線検査(75 歳未満の希望者に限る)

- (1) 撮影方法により、「1. 直接」もしくは「2. 間接」のどちらかを選択する。デジタル撮影の場合は、「1. 直接」を選択する。
- (2) 所見の有無により、「1. 所見あり」もしくは、「2. 所見なし」のどちらかを選択する。
- (3) 「1. 所見あり」の場合、心臓・肺のいずれかを選択し、必要に応じてシェーマに手書きで位置、ならびにコメントを自由記載する。(シェーマと自由記載のコメントはデータ化されません。)
- (4) 別にコメントが必要な場合には「医師の判断」のコメント欄に記載する。

III 判定基準と結果

1. データ基準値

(1) 判定値について

- ① 保健指導判定値は、「特定保健指導」の対象者選定のためのものであることから、メタボリックシンドローム予防としての判定となる。
- ② 受診勧奨判定値であっても、内容によっては受診ではなく、生活習慣を改善することを優先する場合がある。
- ③ 生活習慣病（高血圧、糖尿病、血中脂質異常、心臓病、脳卒中等）、肝機能障害の治療を受けている場合は、この判定値には当てはまらない。

(2) 判定値

項	目	単	位	保 健 指 導 判 定 値	受 診 勧 奨 判 定 値	備 考
計 測	身長	cm				小数点以下1桁
	体重	kg				小数点以下1桁
	腹囲	cm		男性 85以上 女性 90以上		小数点以下1桁
	BMI			25.0以上		小数点以下1桁 (小数点第2位切り捨て)
血 圧	収縮期	mmHg		130～139	140以上	
	拡張期	mmHg		85～89	90以上	
尿 検 査	尿蛋白※			+-	+以上	定性
	尿糖※			+-以上		定性
血 中 脂 質 検 査	中性脂肪	mg/dℓ		150～299	300以上	
	HDLコレステロール	mg/dℓ		35～39	34以下	
	LDLコレステロール	mg/dℓ		120～139	140以上	
血 糖 検 査	空腹時血糖	mg/dℓ		100～125	126以上	空腹時の測定
	ヘモグロビンA1c (NGSP 値)	%		5.6～6.4	6.5以上	小数点以下1桁
肝 機 能 検 査	AST(GOT)	IU/ℓ		31～50	51以上	
	ALT(GPT)	IU/ℓ		31～50	51以上	
	γ-GT(γ-GTP)	IU/ℓ		51～100	101以上	
腎 機 能 検 査	クレアチニン※	mg/dℓ		男性 1.01～1.09 女性 0.71～0.79	男性 1.10 以上 女性 0.80 以上	小数点以下2桁
	eGFR	mg/分/1.73 m ²		45.0～59.9	44.9以下	
痛 風	尿酸※	mg/dℓ		7.1～7.9	2.0以下 8.0以上	
問 診 (診 察)	現病歴・既往歴	質問票の①、②の確認				
	理学的所見	診察時に確認				
総 合 判 定	医師の判断	総合判定(A～E)を選択				

※人間ドック学会の基準に基づく。

2. 医師の判断(総合判定)

(1) 結果の説明

- ① 健診担当医師は健診結果の説明と、必要に応じた助言・指示を受診者本人に口頭で行うこと。
- ② 健康診査受診票の「受診者用」を本人に渡すこと

※対面による結果説明が原則となっておりますが、令和5年度につきましては、郵送による結果通知を行ってもよいこととします。ただし、受診者が対面での説明を希望する場合は、可能な限り対面による説明を実施してください。

(2) 判定区分の考え方

区 分		内 容
A	異常なし (軽度の異常を含む)	<ul style="list-style-type: none">◆ 今のところ異常はないが、生活習慣病予防のために日常生活を振り返ってみることを勧める。◆ 軽度異常がある場合は、生活習慣の見直しを勧める。◆ 1年に1回は健康診査を受診することを勧める。
B	要指導 (生活習慣の改善が必要だが、医療不要)	<ul style="list-style-type: none">◆ 医療は不要であることを説明する。◆ 生活習慣を改善することで、メタボリックシンドロームを予防することができることを説明する。◆ 1年に1回は健康診査を受診することを勧める。
C	要精査 (再検査、精密検査、経過観察が必要)	<ul style="list-style-type: none">◆ 再検査・精密検査・経過観察が必要である理由を説明する。◆ 今後の受診を勧めるにあたって、わかりやすい指示をする。
D	要医療 (治療が必要)	<ul style="list-style-type: none">◆ 今までは治療を受けていない者に対して、この判定をする。◆ 新たに医療が必要になる理由を説明し、受診勧奨の指示をする。
E	治療継続	<ul style="list-style-type: none">◆ 質問票の現病歴(①)、既往歴(②)を参考にして、治療の継続が必要である旨を説明する。

Ⅳ 結果データの提出と委託料請求

1. 結果提出と委託料の請求方法

- (1) 健康診査受診票に記入漏れがないか確認すること。(受診日・検査結果・医療機関名・医師名等)
- (2) 健康診査受診票は、受診日順(昇順)にして提出すること。
- (3) 受診票件数と請求件数が一致していること。
- (4) 委託料は、1ヶ月分の健康診査受診票(市提出用)を取りまとめ、市指定の「健康診査委託料」請求書を添えて、翌月の10日までに請求する。閉庁日に当たる場合は、翌日以降の直近の平日とする。請求書の押印漏れがないか確認して提出すること。
- (5) 市は内容を審査し、請求のあった各医療機関(口座)に支払う。。

2. 結果データの確認

- (1) 受診票の記入漏れについては返戻し、再提出とする。
- (2) 市は受診票件数と請求件数を確認して支払い手続きをとる。

3. 委託料の支払い

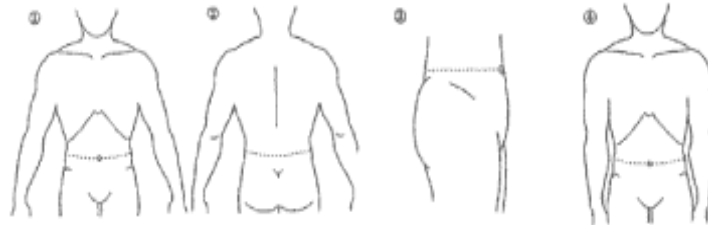
適正な請求書を受理した日から30日以内に各医療機関(口座)に支払う。

腹囲測定の方法

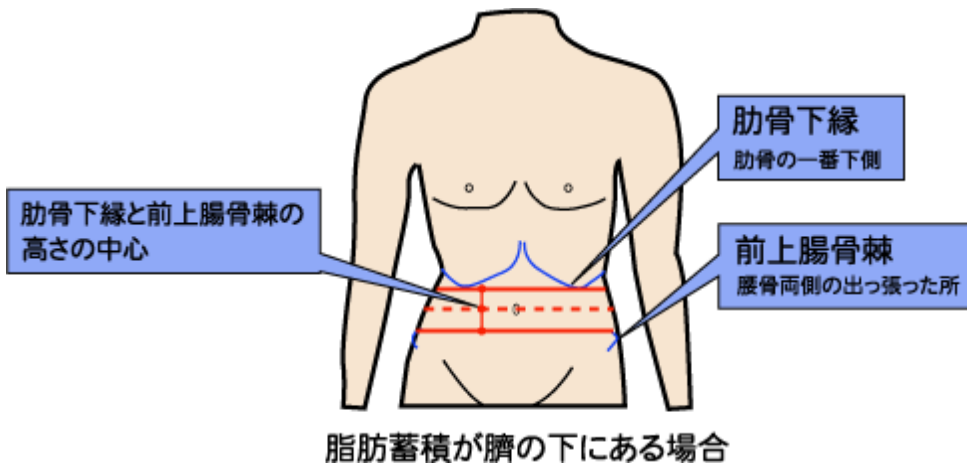
メタボリックシンドロームの診断基準に基づいて、立った状態で軽く息を吐き、へその高さ(立位臍高位)で測定します。巻尺等は水平になるように注意します。

- ◆ 腹囲は、立位でへその高さで計測します。
- ◆ 両足をそろえ、両腕は身体の横に自然に下げ、お腹に力が入らないようにします。
- ◆ 呼吸は意識せず、普通にし、呼気(はき出した)の終わりに目盛を読み取ります。
- ◆ 巻き尺が、背中や腰に水平に巻かれているかを確認します。
- ◆ 正確な計測を行うためには下着をつけないで下さい。

腹囲の測定部位



脂肪蓄積が著明でへその下に偏位している場合は、肋骨下縁と前上腸骨棘の中心の高さで測定します。明らかにへそが下に垂れ下がっている場合は、下の図のように測ることになります。へその高さではありませんから、気をつけて下さい。



注)

肋骨下縁(ろっこつかえん)・・・肋骨のいちばん下にある骨の下側

立位臍高位(りつゐさいこうゐ)・・・立った状態でへその高さ

前上腸骨棘(ぜんじょうちようこつきょく)・・・腰骨両側にある出っ張り(手でさわるとグリグリと感ずる場所)

測定のポイント

1. 測定はへその高さで水平であること
2. 吸気(息を吸う時)でなく呼気(息を吐くとき)に計測する
3. 飲食直後でないこと

腹囲測定Q&Aより: 原則的には肌に直接巻尺を使って測定しなければならない

どうしても測定者に触られたくない、お腹を見られたくないなどの理由で、腹囲の実測を拒否されることも考えられるため、このような**特段の事情**がある場合に限り、簡易な測定方法(着衣の上から)を用いることはやむを得ないと考えられる。

簡易的な測定方法であっても大きな違いが生じない方法での実施(測定者による測定方法の指導等)を前提としている。

簡易な測定についての補足:

簡易な=不正確とならないよう、「測定のポイント」通りに測定する。

自己測定を行う場合であっても、巻尺は平行になっていることを確かめることなど、測定者が対象者に測定方法を指導し、**測定者の前で対象者が測定する**。

厚生労働省:特定健康診査・特定保健指導に関するQ&A集より

測定設備、器具、人員について

1. 計測する場所はいしなど、外から視界がさえぎられたスペースが必要
2. 測定前後に衣服を脱ぐスペースの準備が必要
3. 測定者は実際に巻尺を持って計測する人と、それを補助する人のペアで行うのが望ましい
4. 女性の対象者の測定を考えると、測定は女性が行うのが現実的
5. 巻尺はガラスせんい入りの合成樹脂製で、JIS規格のものが望ましい