

腹 囲	男性85㎝以上
	女性90㎝以上
または	
BMI (体重kg/m ² ÷身長m ² の2乗) =25以上	
+	
以下の2項目以上	
①血清脂質異常 ・HDLコレステロール値=40mg/dl未満 ・中性脂肪値=150mg/dl以上のいずれか、または両方	
②血圧高値 ・最高(収縮期)=130mmHg以上 ・最低(拡張期)=85mmHg以上のいずれか、または両方	
③高血糖 ・空腹時血糖値=100mg/dl以上	

50歳を前に「若くはない」と感じていたこともあり、指導に従って少しずつ生活習慣を改善。会社の契約スポーツジムにも通い、ウォーキングや軽いジョギングも始めたところ、1カ月で

「無理は続かない」ところが「無理は続きません。できることから始めましょう」と栄養士。①夕食後のデザートを抑える②毎朝体重を量る③最寄り駅まで20分程度歩く――などの目標を立てた。「拍子抜けした」という加藤さんは「とりあえず1カ月頑張ります」と宣言した。

メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)対策で導入された特定健診制度(メタボ健診)が3年目を迎えるなか、健康保険組合の取り組みで成果が開き始めている。保健師などの指導を受けるよう積極的に勧め、メタボ予備群を含めて2割減らした例がある一方、指導を受ける人が少なく、健診結果を活用できていない健保組合も。将来的に健康で過ごせる期間(健康寿命)の差につながる可能性があるだけに、各組合には医療費分析などと合わせた情報活用が求められそうだ。

メタボ指導 成果に開き

健保組合

加入者情報の活用カギ

えるなどして、最終的に8割の受診に結びつけた。実際に特定保健指導を受けた約3000人の少なくとも

24・1%にとどまる。このうち2回目の指導も受けた人は7割のみ。メタボと診断された人が対象の「積極医療保険組合が健診や指導を実施する。へそ回りで、男性85㎝以上、女性90㎝以上であることに加え、血圧、血糖、脂質の3項目で2項目以上が基準外なら「積極的支援」、1項目なら「動機づけ支援」の対象となり、生活習慣の改善指導を受ける。

「無理は続かない」ところが「無理は続きません。できることから始めましょう」と栄養士。①夕食後のデザートを抑える②毎朝体重を量る③最寄り駅まで20分程度歩く――などの目標を立てた。「拍子抜けした」という加藤さんは「とりあえず1カ月頑張ります」と宣言した。

一方、メタボやメタボ予備群と診断されても、生活習慣の改善指導に結びつかないケースは多い。市町村運営の国民健康保険組合では全国で約700万人がメタボ健診を受診する。だが、指導対象者のうち、予備群として保健師などによる「動機づけ支援」を利用した人は全国平均で

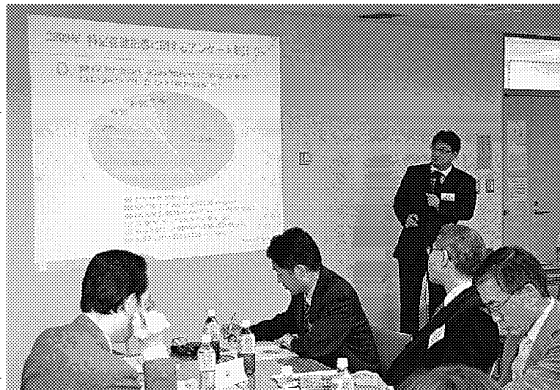
ウエストは3㎝減。その後も筋力などを続け、今年はずべて正常値となり、予備群から脱した。糖尿病治療薬などを製造、販売する同社だが、社内では30歳代から高血圧症と脂質異常症が増え、糖尿病は40歳代から急増していた。「全社的取り組みが必要」。健康保険組合の福富正大常務理事が訴えた結果、会社は昨年4月、「健康企業」を目指すと言った。

メタボ健診の受診率は低迷しており、国が定める目標値達成が厳しい状況だ。速報値ベースでは、導入した2008年度で最も低いのは市町村運営で自営業者などが加入する国民健康保険組合の30・8%。中小企業のサラリーマンなどが加入する全国健康保険協会(協会けんぽ)も27・6%、大企業のサラリーマンなどが加入する企業健康保険組合は平均で59・8%にとどまっている。

好成績組 “予備群、含め2割減も”

全国組織の「国民健康保険中央会」(国保中央会、東京・千代田)が3月末に開いた検討会では、「健診結果を対面で返却し、その

地域間格差が目立つ。都道府県別に見ると、動機づけ支援の利用率は山梨県が5割に上り、その約9割は最後まで支援が完了しているのに対し、大阪府は利用率が1割前半で、さらに半数程度しか支援が完了していないなど、地域間格差が目立つ。



サノフィの取り組みは企業健保担当者の関心を集めた(東京都中央区)

「多くの人に指導を受けさせるには健保組合の人手が足りない」。4月下旬、大手企業の健保組合担当者を集めた勉強会では、健診を指導に結びつける難しさを訴える声が聞かれた。だが、講師役を務めたサノフィの福富常務理事は「会社は労働安全衛生法で従業員の健康を守る義務がある。会社と一体となって取り組むべきだ」と助言した。

特定保健指導の実施率も12年度は45%、15年度は60%が目標。その結果、メタボとメタボ予備群を08年度比で、12年度に10%減、15年度に25%減とすることを目指す。

電子版の「ライブ」セッションでもオリジナルコラム「患者は働く」を掲載しています。

受診率、国の目標達成困難

に市町村国保が65%、協会けんぽが70%、企業健保が80%全体として70%を目指している。目標を下回ると、75歳以上を対象とする後期高齢者医療制度への支援金増額などの罰則が科される可能性があるが、保険運営者はさらなる努力を迫られている。

特定保健指導の実施率も12年度は45%、15年度は60%が目標。その結果、メタボとメタボ予備群を08年度比で、12年度に10%減、15年度に25%減とすることを目指す。