

健康寿命延伸のための調査・分析事業

～令和5年度協会けんぽ・国保特定健診結果～

【概要版】

鳥取県福祉保健部健康医療局健康政策課

令和8年6月

要約

加入者の多い協会けんぽと国保の令和5年度特定健診対象者162,987人について、性別、年齢別などに分析し、以下の結果を得ました。

- 特定健診の受診率は全体で5割程度、70歳代を除くと全ての年齢で女性の受診率の方が低い。
- 男性はメタボリックシンドローム（予備群含む）に4割が該当。
- 女性は運動習慣や身体活動ありは2～3割のみが該当。
- 血圧リスクは、男性6割、女性5割が該当し、男女共通の課題。
- 血圧リスクは、飲酒習慣あり、運動習慣なしと関連。
- 血圧値の上昇は、男女ともに加齢と基準値以上の腹囲と関連。

➡ まずは、健診受診や血圧を測定をしましょう！
血圧は全年齢130/80mmHg未満が目標！

目的・背景

【目的】

本県では、「鳥取県健康づくり文化創造プラン（第四次）」において、**健康寿命の延伸を目指し、地域や職域など社会全体で健康づくりを強力に推進する環境を整備することを重点的な取組**と位置付けています。

今回の調査・分析事業では、加入者の多い協会けんぽと国保から、40～74歳の特定健診のデータを得て公表することで、**県民自らの健康づくりの意識を醸成することなどを目的**としました。

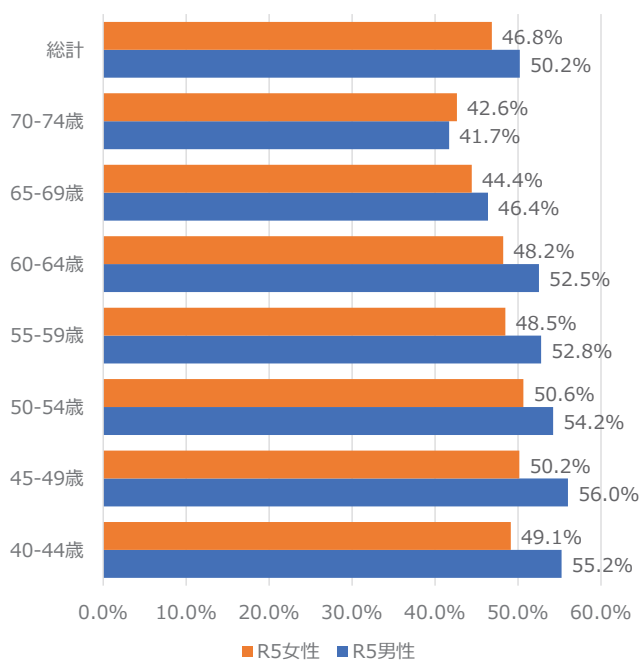
【背景】

保険者別の特定健診の統計データは公開されていますが、性別、年齢別の分析、関連項目のクロス集計など多面的な分析はできていませんでした。

今回の調査・分析事業により特定健診受診者の状況を、性別や5歳刻み年齢別に分析することで**対象を絞った啓発が可能**となり、また問診票から生活習慣等を把握することで、**生活習慣改善に向けた効果的な啓発のあり方や受診勧奨等の働きかけ**が可能となることを目指して分析を行うこととしました。

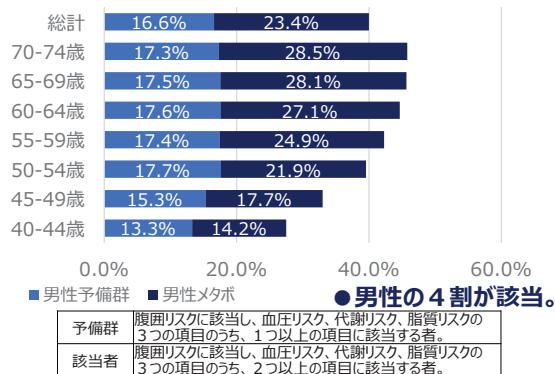
結果1

令和5年度特定健診受診率

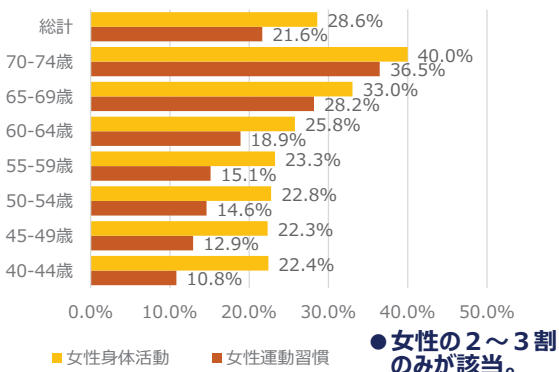


●70歳代を除くと全ての年齢で女性の受診率が低かった。

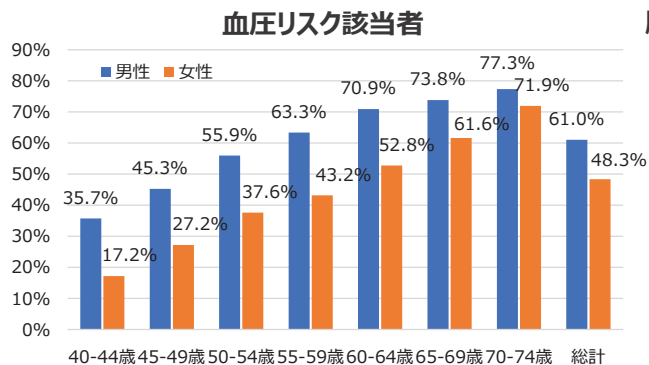
メタボリックシンドローム及び予備群（男性）



運動習慣あり、身体活動あり（女性）

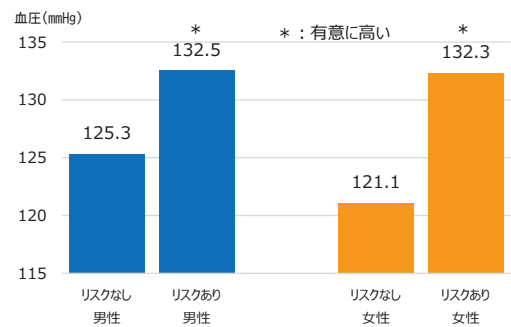


結果2

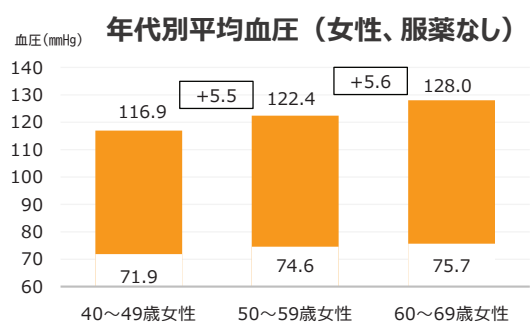
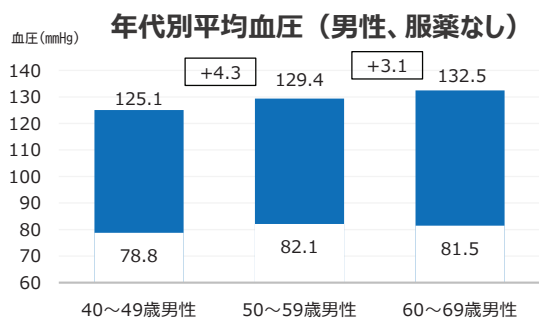


●血圧リスクは、男性6割、女性5割が該当。

腹囲リスク有無別平均収縮期血圧（服薬なし）



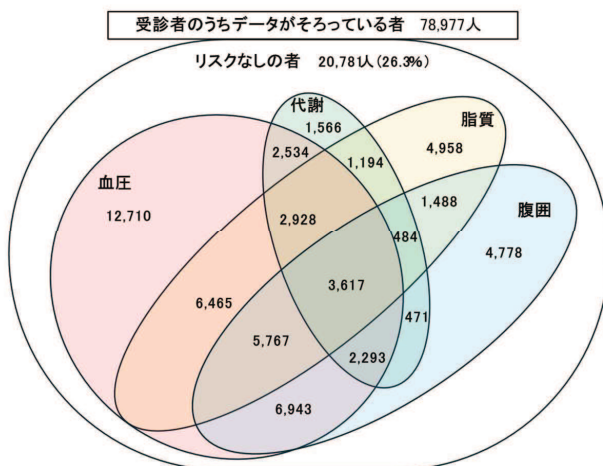
●腹囲リスクありは130mmHgを超えている。



●男女とも年代が高くなるほど平均血圧値も高くなっている。

結果3

4つのリスク（腹囲・血圧・代謝・脂質関連図）



●全リスクなしは26%にとどまり、7割以上が何らかのリスクに該当

●単一のリスクで最も多いのは血圧リスク

腹囲リスク	男性：85cm以上、女性：90cm以上の場合
血圧リスク	①②③のいずれかを満たす場合 ①収縮期血圧 ≥ 130 、②拡張期血圧 ≥ 85 、③服薬中
代謝リスク	①②③のいずれかを満たす場合 ①空腹時血糖の結果値が存在する場合：空腹時血糖 ≥ 100 ②空腹時血糖の結果値が存在しない場合：HbA1c ≥ 5.6 ③服薬中
脂質リスク	①②③のいずれかを満たす場合 ①中性脂肪 ≥ 150 、②HDL < 40 、③服薬中

血圧リスクと生活習慣の関連

		体重増加あり	飲酒頻度・量多い	運動習慣なし	歩く速度が速い	食べる速度が遅い	夕食時間が遅い
40歳代	男性	+	+		-	+	+
	女性	+	+		-		
50歳代	男性	+	+		-	+	+
	女性	+	+	+	-		
60歳代	男性	+	+	+		+	+
	女性	+	+	+	-	+	
70~74歳	男性	+	+	+	-	+	+
	女性	+		+	-		

＋：該当者で有意に血圧リスクありの割合が高い
－：該当者で有意に血圧リスクありの割合が低い

- 体重増加あり、飲酒頻度と量が多い、運動習慣なし、食べる速度が遅い、夕食時間が遅い該当者に血圧リスクの該当割合が高い
- 歩く速度が速い該当者に血圧リスクの該当割合が低い

考察

①特定健診の受診率向上

40歳になったら特定健診受診が当たり前となるような機運の醸成、まずは初めの1回、特に女性は健診以外の機会を捉えた勧奨。

②男性のメタボ改善

腹囲リスクと20歳からの体重増加などの関連と血圧値との関連や目標値を分かりやすく啓発し、また取組みやすいことから動機づけ。

③女性の運動習慣・身体活動推奨

腹囲リスクと血圧値との関連、就業の有無などの生活スタイルに応じて取組みやすい運動習慣や身体活動を推奨。

**血圧は全年齢130/80mmHg未満を目標に
血圧リスク者の減少を目指す**

おわりに

今回の分析により、まずは血圧に関する啓発を重点的に行うことで、加齢に伴うリスク該当者の増加やリスクの重複予防につなげることが重要であることが明らかになりました。

また、性別・年齢別に分析したことや各リスクの関連等を分析したことでより課題が明確となり、各年齢等の傾向に応じた啓発や働きかけに活用できる結果が得られました。

特に、40～50歳代の働く世代に向けて、地域と職域が連携しながら、ライフスタイルに応じた自らの健康課題を知り、改善に向けた行動変容の動機づけにつながるよう分かりやすい啓発を行うことで鳥取県健康寿命の延伸を目指します。

