

特定健康診査・特定保健指導の実施状況について

I 特定健康診査の状況

1 年度別特定健康診査実施率

全国の2017年度特定健康診査実施率は53.1%であり、2016年度の51.4%より1.7ポイント高くなっている。

また、本県の2017年度特定健康診査実施率は、51.4%であり、2016年度の49.6%より1.8ポイント高くなっているが、全国よりも1.7ポイント低い。

(1) 特定健康診査実施率（全国）

〈表Ⅱ-1-1〉 特定健康診査実施率（全国）

	対象者数	受診者数	特定健康診査実施率(%)
2017年度	53,876,463	28,587,618	53.1
2016年度	53,597,034	27,559,428	51.4
2015年度	53,960,721	27,058,105	50.1
2014年度	53,847,427	26,163,456	48.6
2013年度	53,267,875	25,374,874	47.6

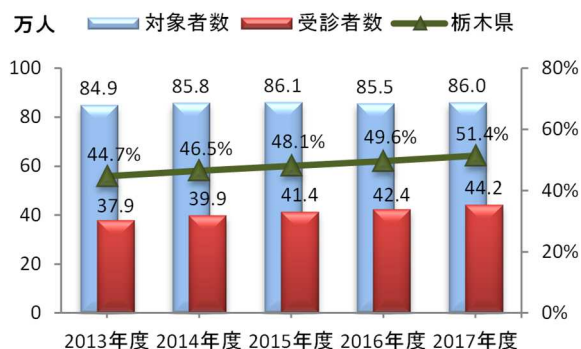


〈図Ⅱ-1-1〉 特定健康診査実施率（全国）

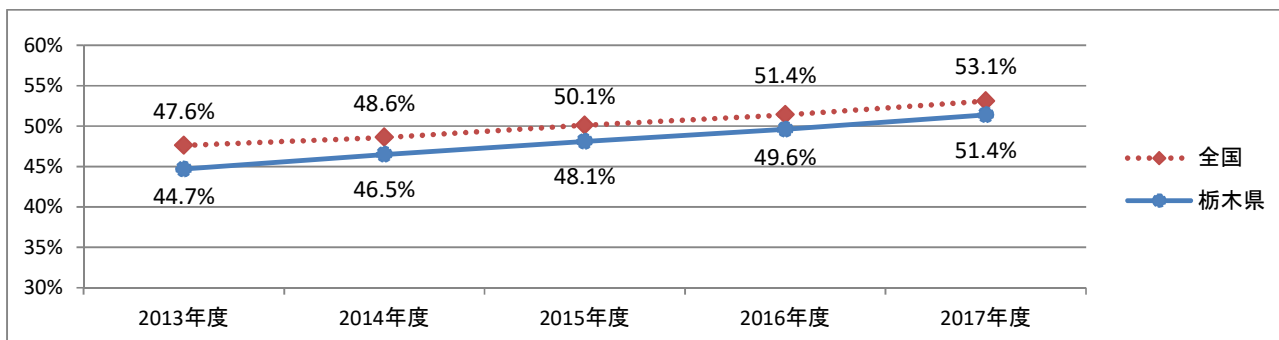
(2) 特定健康診査実施率（栃木県）

〈表Ⅱ-1-2〉 特定健康診査実施率（栃木県）

	対象者数	受診者数	特定健康診査実施率(%)
2017年度	859,588	442,071	51.4
2016年度	855,306	424,164	49.6
2015年度	861,134	413,788	48.1
2014年度	858,328	398,704	46.5
2013年度	848,885	379,293	44.7



〈図Ⅱ-1-2〉 特定健康診査実施率（栃木県）



〈図Ⅱ-1-3〉 年度別 特定健康診査実施率（全国・栃木県）

Ⅱ 特定保健指導の状況

1 年度別特定保健指導実施率

2017年度に特定保健指導の対象となった者の割合は、全国で17.2%、本県は全国よりも0.1ポイント高い17.3%であった。本県の特定保健指導対象者のうち特定保健指導を終了した者の割合は、22.5%で、全国の19.5%を3.0ポイント上回った。

(1) 特定保健指導実施率（全国）

〈表Ⅲ－1－1〉特定保健指導実施率（全国）

	特定健康診 査受診者 A	保健指導 対象者 B	(割合) (%) B/A	保健指導 終了者 C	実施 率(%) C/B
2017年度	28,587,618	4,918,135	17.2	959,129	19.5
2016年度	27,559,428	4,690,793	17.0	881,183	18.8
2015年度	27,058,105	4,530,158	16.7	792,655	17.5
2014年度	26,163,456	4,403,850	16.8	783,118	17.8
2013年度	25,374,874	4,295,816	16.9	759,982	17.7



〈図Ⅲ－1－1〉特定保健指導実施率（全国）

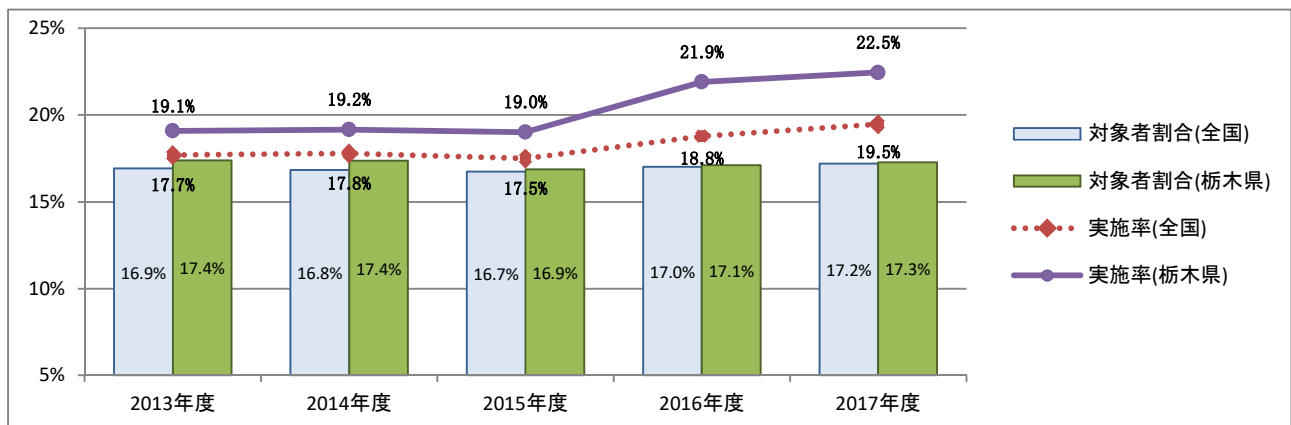
(2) 特定保健指導実施率（栃木県）

〈表Ⅲ－1－2〉特定保健指導実施率（栃木県）

	特定健康診 査受診者 A	保健指導 対象者 B	(割合) (%) B/A	保健指導 終了者 C	実施 率(%) C/B
2017年度	442,071	76,409	17.3	17,158	22.5
2016年度	424,164	72,596	17.1	15,905	21.9
2015年度	413,788	69,834	16.9	13,284	19.0
2014年度	398,704	69,226	17.4	13,272	19.2
2013年度	379,293	65,959	17.4	12,595	19.1



〈図Ⅲ－1－2〉特定保健指導実施率（栃木県）



〈図Ⅲ－1－3〉年度別特定保健指導実施率（全国・栃木県）

歩いてもらおう!

とちぎの特産品や
グルメが当たる!

※特産品は季節によって変更になる場合があります。

とちまる。健康ポイント



とちまるくん © 栃木県

応募がカードに & プレゼントが選べるように
なつたまる!



県が定める成人の1日あたりの目標歩数は男性で9000歩以上、女性で8500歩以上。
あなたは足りていますか?とちまる健康ポイントで、歩数を確認しながら健康もプレゼントもゲットしちゃおう!

とちまる健康ポイントって？

とちぎを歩いて
とちぎをもらっちゃおう!



1日5,000歩以上で毎月チャンス!
賞品もりだくさん!
みんなで参加してみない?



スマホにFUN+WALKアプリを
いれて登録するだけで準備OK!

歩いた分だけ毎月ポイントがたまるよ!
キャラを変身させてクーポンをもらえるアプリだよ!
健康もゲットできて、プレゼントもゲット!



FUN+WALK
アプリをダウンロード



Get it on
Google Play

Download on the
App Store

※基本情報登録において、必ず市町までご登録ください。

選べるプレゼント! **プレゼント抽選に応募** して、もらっちゃおう!



とちぎ和牛



栃木の高級フルーツ



とちぎのお米



温泉パスポート
おもて那須手形

他にも商品がたくさん登場します! 毎月応募受付・抽選を開催いたします。

※画像はイメージです。

応募までの流れ

ステップ1

歩数に応じて
ポイントがたまる!



ステップ2

ポイントをためて
クーポンに交換!



ステップ3

とちまる。
健康ポイント
サイトで応募しよう!



チャンス
は
毎月!!!

耳より情報

どこ
ある?

そんなときは、検索してね!



ウォーキングに役立つ情報満載!

健康づくりロード

検索



たまる
かも?

市町の
健康ポイント事業に
参加しよう!!

あなたのお住まいの市町でも健康
ポイント事業を実施しているかも。
「とちまる健康ポイント」のウェブ
サイトで確認してね!



お問合せ先 栃木県保健福祉部 健康増進課 健康長寿推進班

電話: 028-623-3094 メール: kenko-choju@pref.tochigi.lg.jp

健康長寿とちぎWEB <http://kenko-choju.tochigi.jp/>

みんなで一緒に健康づくり！

健康長寿とちぎづくり推進県民会議

登録団体・企業・サークル等を募集中！

健康長寿とちぎづくり推進県民会議とは…

県内の事業者や健康づくり関係者の皆さまと県や市町等が
一丸となって**健康長寿日本一とちぎ**の実現を目指す**健康長寿
とちぎづくり県民運動**を推進する組織です。

県民運動では
多様な主体が

- 健康づくりの意識を持って
- それぞれのフィールドで
- 特長・特性を活かして
- 主体性を持って

可能なことに
取り組みます。

生産者、販売・飲食店

生産や販売を通した
健康づくりの促進など

県民

医療、保健、福祉等

専門的な観点からの県民の
健康づくり活動の支援など

事業者

社員・職員など
従業員の
健康づくりの
促進など

みんなが主役

学校、幼稚園、
保育所等

児童、生徒の
健康づくりの
促進など

連携



協働

サークル、自治会等

自分や家族・仲間の
健康づくりなど

県、市町

重点プロジェクト

身体を動かそうプロジェクト

食べて健康！プロジェクト

栃木県脳卒中啓発プロジェクト

企業等登録3制度

とちぎのヘルシーグルメ推進店

とちぎ禁煙推進店

健康長寿とちぎ応援企業



健康長寿とちぎ

健康長寿とちぎ

検索

身体を動かそうプロジェクト

～楽しみながら仲間と一緒に続けよう！～

日常生活の中で身体を動かすよう心がけたり、職場や仲間同士で身体を動かす取組をすることにより、生活習慣病の発症予防や重症化予防を目指すプロジェクトです。



食べて健康！プロジェクト

～だれでもおいしく、かんたんに！～

健康のために必要な食事内容や食習慣について考えたり、健康によい食事を意識して選択したり、そのための環境づくりを行うなど、生活習慣病の発症予防や重症化予防を目指すプロジェクトです。

野菜摂取量の増加



食塩摂取量の減少



朝食の欠食をなくす



栃木県脳卒中啓発プロジェクト

～死亡率全国ワーストからの脱却を！～

生活習慣の改善等による発症予防や、初期症状を早期に見つけて、一刻も早く医療機関を受診することの大切さを参加団体それぞれが啓発し、広めていくプロジェクトです。

F



Face

顔の片側が下がりがむ

A



Arm

片腕に力が入らない

S



Speech

ろれつが回らない

T



Time

一刻も早く救急車を！

禁煙・受動喫煙防止の取組

敷地内や建物内禁煙等



健診受診に関する取組

健康診査受診の呼びかけ等



こころの健康に関する取組

ストレスチェックの実施等



これらのプロジェクト・3制度については、それぞれ企業・団体の参加・登録を募集しています。

とちぎのヘルシーグルメ推進店

料理の栄養成分表示や健康に配慮したメニューを提供することにより、飲食店や弁当販売店を利用する人が自分にあった食事を選択できるよう、健康的な食生活を応援するお店です。

●認定要件 ※いずれか1つ以上

- ①栄養成分表示
- ②野菜たっぷりメニューの提供
- ③ヘルシーメニューの提供
- ④栄養情報提供、ヘルシーオーダー対応

●とちぎのヘルシーグルメ推進店登録のメリット

- ①店頭ステッカーによる推進店のPR
- ②健康長寿とちぎ WEB や、県が配信するメルマガ等による情報発信
- ③とちぎ健康づくりロードのマップに掲載



とちぎ禁煙推進店

受動喫煙による健康への影響を防止するため、禁煙に積極的に取り組む、その敷地内または建物内が禁煙であることをステッカーでわかりやすく表示するお店・施設です。

●認定要件

- ①敷地内禁煙
建物内を含む敷地すべてにおいて禁煙
- ②建物内禁煙
建物内又はテナント内すべてにおいて禁煙

●とちぎ禁煙推進店登録のメリット

- ①店頭でのステッカーの掲示
- ②健康長寿とちぎ WEB に掲載
- ③健康に関する情報提供、個別支援



健康長寿とちぎ応援企業

健康づくりに関する啓発資材の提供や講演会の開催等を通じて、県民の健康づくりを応援する企業です。

●認定要件 ※いずれか1つ以上

- ①啓発資材の提供
- ②イベント・講演会等の開催
- ③寄附金の提供

●応援企業登録のメリット

- ①店頭でのステッカーの掲示
- ②健康長寿とちぎ WEB に掲載
- ③啓発資材や講演会の開催等に健康長寿とちぎ応援企業であることの表示



各プロジェクト・3制度に参加される皆さまには、県民会議員の登録もお願いいたします。

取組宣言記入例



重点プロジェクト

身体を動かそうプロジェクト

- ・従業員やメンバーの目標歩数設定（県目標：男性 9,000 歩/日、女性 8,500 歩/日）
- ・毎週〇曜日、年〇〇回のグループウォーキング
- ・従業員やメンバーに対し、週に1度、階段利用呼びかけ
- ・朝 15 分の体操運動（ラジオ体操等）
- ・身体活動を促進するイベントや講習会の開催
- ・他団体への運動指導講師派遣 ・身体活動に関する啓発資材の配布、情報発信



重点プロジェクト

食べて健康！プロジェクト

食育、食生活の改善、栄養成分表示、①～③に関する啓発資材の配布、情報発信

- ①野菜摂取量の増加（野菜を、1皿多く食べよう）
 - ・給食で、野菜の多い献立を提供 ・園児や保護者に野菜を食べよう週に1度呼びかけ
- ②食塩摂取量の減少（塩辛いものは、控えめにしよう）
 - ・お客様に減塩メニューを提供 ・従業員やメンバーに塩分の多いものを控えるよう呼びかけ
- ③朝食の欠食をなくす（朝ご飯を、毎日食べよう）
 - ・従業員やメンバー、園児等に朝食を提供 ・お客様に朝食メニューを提供

重点プロジェクト

栃木県 脳卒中 啓発プロジェクト

- ・イベント等で参加者に脳卒中の予防を呼びかける
- ・従業員やメンバーに脳卒中予防や初期症状の知識を広める
- ・事業所に血圧計を設置する
- ・高血圧対策のため、従業員やメンバーに減塩に配慮した食生活を呼びかける



禁煙・受動喫煙 防止の取組

- ・敷地内禁煙
- ・建物内禁煙
- ・禁煙ポスターの掲示
- ・毎朝の朝礼における禁煙の呼びかけ
- ・禁煙に関する講座やシンポジウム等参加



健診受診に 関する取組

- ・従業員、メンバーの健診受診率の把握
- ・管理職の人事評価項目の1つに、部下の健診受診率を採用
- ・健康診査受診率を把握
- ・協会けんぽの健康格付型バランスシート実施

こころの健康に 関する取組

- ・従業員の有給休暇取得率 〇〇% 超
- ・相談窓口・体制の設置
- ・ストレスチェック実施率 100%



年 月 日

健康長寿とちぎづくり推進県民会議会長 栃木県知事 様

企業・団体名			
代表者職氏名			
所在地			
ホームページ URL			
社員等の人数	人	公表可否(※)	可 ・ 不可
連絡先	担当者所属： 電話番号： Eメールアドレス：	職氏名： FAX番号： ※会員メールマガジン配信	要 ・ 不要

※原則として、太線枠内と以下の取組宣言内容を「健康長寿とちぎ WEB」など各種媒体に掲載させていただきます。掲載を希望する場合は「可」、希望しない場合は「不可」に○を付けてください。

※メールアドレスは会員メールマガジン配信の他、急ぎの連絡に使用させていただきます。

健康長寿とちぎづくり取組宣言

健康長寿とちぎづくり県民会議は、左面・裏面のプロジェクトや取組を推進しています。左面・裏面を参考に「誰に」「いつ、どのくらいの頻度で」「何を」を具体的に御記入ください。

実施する全ての取組を御記入ください。

は

上記のことについて取り組みます！

・左面の重点プロジェクトにあるような取組を実施する場合、同プロジェクトへの御参加をお願いします。御参加可能なプロジェクト全てにチェックをつけてください。

- 身体を動かそうプロジェクト 食べて健康!プロジェクト
 栃木県脳卒中啓発プロジェクト

取組宣言記入例



重点プロジェクト

身体を動かそうプロジェクト

- ・従業員やメンバーの目標歩数設定（県目標：男性 9,000 歩/日、女性 8,500 歩/日）
- ・毎週〇曜日、年〇〇回のグループウォーキング
- ・従業員やメンバーに対し、週に1度、階段利用呼びかけ
- ・朝 15 分の体操運動（ラジオ体操等）
- ・身体活動を促進するイベントや講習会の開催
- ・他団体への運動指導講師派遣 ・身体活動に関する啓発資材の配布、情報発信



重点プロジェクト

食べて健康! プロジェクト

食育、食生活の改善、栄養成分表示、①～③に関係する啓発資材の配布、情報発信

- ①野菜摂取量の増加（野菜を、1皿多く食べよう）
 - ・給食で、野菜の多い献立を提供 ・園児や保護者に野菜を食べよう週に1度呼びかけ
- ②食塩摂取量の減少（塩辛いものは、控えめにしよう）
 - ・お客様に減塩メニューを提供 ・従業員やメンバーに塩分の多いものを控えるよう呼びかけ
- ③朝食の欠食をなくす（朝ご飯を、毎日食べよう）
 - ・従業員やメンバー、園児等に朝食を提供 ・お客様に朝食メニューを提供

重点プロジェクト

栃木県 脳卒中 啓発プロジェクト

- ・イベント等で参加者に脳卒中の予防を呼びかける
- ・従業員やメンバーに脳卒中予防や初期症状の知識を広める
- ・事業所に血圧計を設置する
- ・高血圧対策のため、従業員やメンバーに減塩に配慮した食生活を呼びかける



禁煙・受動喫煙防止の取組

- ・敷地内禁煙
- ・建物内禁煙
- ・禁煙ポスターの掲示
- ・毎朝の朝礼における禁煙の呼びかけ
- ・禁煙に関する講座やシンポジウム等参加



健診受診に関する取組

- ・従業員、メンバーの健診受診率の把握
- ・管理職の人事評価項目の1つに、部下の健診受診率を採用
- ・健康診査受診率を把握
- ・協会けんぽの健康格付型バランスシート実施

こころの健康に関する取組

- ・従業員の有給休暇取得率〇〇%超
- ・相談窓口・体制の設置
- ・ストレスチェック実施率100%



とちぎの健康づくり情報サイト 「健康長寿とちぎWEB」

健康づくりに関する「知りたい」にお答えするサイトです。



楽しく健康づくりができるイベントはないかな？

イベントカレンダーで身近なイベント・講習会などが検索できる！

外食でもヘルシーなメニューを食べたい

「とちぎのヘルシーグルメ推進店」「とちぎ禁煙・分煙推進店」が検索できる！

しっかり禁煙しているお店は？

健康長寿とちぎWEB

健康長寿とちぎづくりとは

お知らせ・イベント情報

- お知らせ一覧
- イベント・講習会など一覧
- 各種キャンペーン/期間・週四
- カレンダーで探す
- マップで探す

健康づくりガイド

健康づくりの秘訣

健康長寿とちぎづくり
県民運動

健康長寿とちぎ
応援企業等

健康づくりカレンダー

2016年2月						
日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29					

健康づくり最新情報

お知らせ

2016.2 健康長寿とちぎWEB を開設しました。 <NEW>

健康長寿とちぎ応援企業等 最新情報

ヘルシーグルメ推進店

とちぎ禁煙推進店

健康長寿とちぎ応援企業

関連ホームページ

栃木県健康づくりロード

なぜなに？ みんなの健康づくり

おかえり、ママ

栃木県がん検診受診率向上プロジェクト

栃木県健康づくりセンター

ずっと健康でいきいき暮らし

最近、運動不足で...

たばこを吸っていて大丈夫？

知りたい健康づくり情報をカテゴリー別に探せる！

食生活が気になる



「健康長寿とちぎWEB」主なコンテンツご紹介

今月のカレンダー

←	2016年2月							→
日	月	火	水	木	金	土		
	1	2	3	4	5	6		
7	8	9	10	11	12	13		
14	15	16	17	18	19	20		
21	22	23	24	25	26	27		
28	29							

■予定あり 日祝 土
 ※日付をクリックし、記事一覧もご覧ください。
 ※マップからエリアの絞り込み表示できます。

開催エリア



お知らせ・イベント情報

県、市町、関係団体や健康長寿とちぎ応援企業等の実施する、健康づくりイベント・講習会などの開催情報を掲載します。

カレンダー(月・年)とエリアから、開催情報を検索！お近くのイベントなどをチェックして出かけてみましょう！

行って
みよう！



健康づくりの秘訣

日々の健康づくりに役立つ情報・知識を、栄養・食生活、身体活動・運動、喫煙などの分野ごとに提供します。

気になることを調べて、健康づくりの参考にしてみませんか？

役立てよう！



栄養・食生活

身体活動・運動

休養・こころの健康

喫煙

飲酒

ロコモティブシンドローム

子どもの頃からの健康づくり

働く世代の健康づくり

歯・口腔の健康づくり

検診に関する情報

生活習慣病

健康長寿とちぎづくり県民運動

「健康長寿日本一とちぎ」を目指す県民運動の様々な取組を紹介します。

重点プロジェクトに参加すると、活動内容などをサイトに書き込むことができます。あなたも参加してみませんか？

参加しよう！



健康長寿とちぎ応援企業等

「とちぎのヘルシーグルメ推進店」、「とちぎ禁煙・分煙推進店」、「健康長寿とちぎ応援企業」の登録店舗・企業情報を公開します。

マップから検索し、お出かけの際などに利用してみましょう！

利用しよう！



- *とちぎのヘルシーグルメ推進店とは？：栄養成分表示やヘルシーなメニューの提供などで健康的な食生活を応援するお店
- *とちぎ禁煙・分煙推進店とは？：禁煙・分煙の実施により受動喫煙の防止に取り組むお店・施設
- *健康長寿とちぎ応援企業とは？：様々な健康づくり啓発活動や県への寄附等により、県民の健康づくりを応援する企業

健康長寿とちぎ WEB

検索

スマホからは▶



栃木県糖尿病

治療連携チェックシート



糖尿病の患者さんの診察時には以下の内容を確認しましょう。

糖尿病連携手帳の確認

- 患者さんは手帳を持ってきましたか
- 手帳の基本情報を記入しましたか
- 合併症検査に未実施項目はありませんか



日々の診療の中で確認

- 薬は余っていませんか
- 低血糖症状とその対処法を患者さんは理解できていますか
- シックデイの対処法を患者さんは理解できていますか



連携のタイミング

- 血糖コントロールが不十分
(HbA1c8%以上が続く)
- 低血糖発作を繰り返す
- インスリン注射や自己血糖測定など
機器の指導が十分にできない
- 足の症状・病変がある

糖尿病
専門医へ

- 尿アルブミン / 尿クレアチニン比
>300mg/gCr
- eGFR<45mL/min/1.73m²
(40歳未満は、eGFR<60mL/min/1.73m²)

腎臓
専門医へ

- 目の症状がある
この1年間、眼科を受診していない

眼科医へ

- 歯や歯ぐきの症状がある
この1年間、歯科を受診していない

歯科医へ

- 栄養士の栄養指導を受けていない

栄養指導をしている
医療機関などへ

- 栃木県糖尿病重症化予防プログラム
について知りたい

県保険者協議会の
ホームページへ



- 栃木県の糖尿病対策を知りたい

県ホームページへ

