

実証事業に関する報告書

日立健康保険組合

事業名	メタボリックシンドローム予備群・該当群移行防止（メタボ化予防）対策																																								
事業実施に至る背景	<p>メタボリックシンドローム（以下、メタボ）予備群・該当群の減少をめざし、2008年度より特定保健指導に取り組んできた。特定保健指導の効果として、実施者の翌年度の階層化結果で、3割を超す実施者で、脱メタボの結果が得られた。</p> <p>一方、当該年度の階層化結果で「情報提供群」該当者の1割程度が翌年度メタボ予備群・該当群への移行が確認できている。</p> <p>全体的なメタボ予備群・該当群の減少をめざした場合、非メタボ該当群のメタボ流入を抑えることが必要であることから、今回の事業実施に至った。</p> <p>別添、報告書資料① 保健事業分布図参照</p>																																								
事業目的	メタボ非該当者群のメタボ予備群・該当群への移行防止とセルフモニタリングの実施																																								
事業内容	<p><内容></p> <p>対象者に対し、対面式の面談は実施せず、Web上で完結できる90日間の生活習慣改善支援プログラムを実施。なお、目標設定は自身で設定。</p> <p>支援者から最初の1ヶ月間は10日に1回の頻度で支援メールが届き、2～3ヶ月間はメールによる定期的な情報提供が届く。</p> <p>90日のプログラム終了後も希望者には、更に90日間セルフモニタリングができる環境を提供し、状態の保持・増進を推奨する。</p> <p><対象者></p> <ul style="list-style-type: none"> ・翌年度以降に特定保健指導該当群への移行が強く疑われる対象群 <p>基準：①BMI23～25未満、且つ、法定階層化利用項目（LDL-C追加）保健指導域該当者 ②肥満対象、且つ、法定階層化利用項目（LDL-C追加）保健指導域非該当者</p> <p><対象者選定基準表></p> <table border="1" data-bbox="347 1411 1433 2007"> <thead> <tr> <th colspan="2"></th> <th>基準①</th> <th>基準②</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td rowspan="2">肥満</td> <td>腹囲</td> <td>—</td> <td>基準値以上 (男性：85cm・女性：90cm)</td> </tr> <tr> <td>BMI</td> <td>23～25未満</td> <td>25以上</td> </tr> <tr> <td rowspan="2">血糖</td> <td>空腹時血糖</td> <td>100～125mg/dl</td> <td>99mg/dl以下</td> </tr> <tr> <td>HbA1c (NGSP)</td> <td>5.6～6.4%</td> <td>5.5%以下</td> </tr> <tr> <td rowspan="2">血圧</td> <td>収縮期血圧</td> <td>130～139mmHg</td> <td>129mmHg以下</td> </tr> <tr> <td>拡張期血圧</td> <td>85～89mmHg</td> <td>84mmHg以下</td> </tr> <tr> <td rowspan="3">脂質</td> <td>中性脂肪</td> <td>150～299mg/dl</td> <td>149mg/dl以下</td> </tr> <tr> <td>HDL-C</td> <td>35～39mg/dl</td> <td>40mg/dl以上</td> </tr> <tr> <td>LDL-C</td> <td>120～139mg/dl</td> <td>139mg/dl以下</td> </tr> <tr> <td colspan="2">服薬治療者</td> <td colspan="2">対象外</td> </tr> </tbody> </table> <p>※それぞれ生活習慣病関連疾病のレセプト情報未発生者 ※対象条件ではないものの、実施者の取組み状況を見て、希望する者は参加者に追加。</p>				基準①	基準②	肥満	腹囲	—	基準値以上 (男性：85cm・女性：90cm)	BMI	23～25未満	25以上	血糖	空腹時血糖	100～125mg/dl	99mg/dl以下	HbA1c (NGSP)	5.6～6.4%	5.5%以下	血圧	収縮期血圧	130～139mmHg	129mmHg以下	拡張期血圧	85～89mmHg	84mmHg以下	脂質	中性脂肪	150～299mg/dl	149mg/dl以下	HDL-C	35～39mg/dl	40mg/dl以上	LDL-C	120～139mg/dl	139mg/dl以下	服薬治療者		対象外	
		基準①	基準②																																						
肥満	腹囲	—	基準値以上 (男性：85cm・女性：90cm)																																						
	BMI	23～25未満	25以上																																						
血糖	空腹時血糖	100～125mg/dl	99mg/dl以下																																						
	HbA1c (NGSP)	5.6～6.4%	5.5%以下																																						
血圧	収縮期血圧	130～139mmHg	129mmHg以下																																						
	拡張期血圧	85～89mmHg	84mmHg以下																																						
脂質	中性脂肪	150～299mg/dl	149mg/dl以下																																						
	HDL-C	35～39mg/dl	40mg/dl以上																																						
	LDL-C	120～139mg/dl	139mg/dl以下																																						
服薬治療者		対象外																																							

対象基準設定 根拠	別添、報告書資料② メタボ化予防事業対象者選定基準根拠参照																																																																						
実施状況	2014 年度上期実施結果は、23 事業所 4,580 名に対し、参加勧奨を実施。(完了) 2014 年度下期実施状況 (3/23 時点)、1,065 名の対象者に対し、参加勧奨を実施。(実施中)																																																																						
事業実施体制 及び 実施の流れ	<p>実施事業所への事業説明から、プログラム終了までの流れを事業所、実施事業対象者、健保、外部委託機関のプレイヤー別に項目毎に記載</p> <p><プレイヤー別取組み項目></p> <table border="1" data-bbox="328 472 1433 1167"> <thead> <tr> <th>項目</th> <th>事業所</th> <th>対象者</th> <th>健保</th> <th>委託機関</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>事業説明</td> <td>○ ←</td> <td></td> <td>→ ○</td> <td></td> </tr> <tr> <td>事業実施確認</td> <td>○ →</td> <td></td> <td>→ ○</td> <td></td> </tr> <tr> <td>フロー等詳細説明</td> <td>○ ←</td> <td></td> <td></td> <td>○</td> </tr> <tr> <td>対象者選定</td> <td>○ ←</td> <td></td> <td>→ ○</td> <td></td> </tr> <tr> <td>対象者確定</td> <td>○ →</td> <td></td> <td>→ ○</td> <td></td> </tr> <tr> <td>全体周知*</td> <td>○ →</td> <td>→ (◎)</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>参加協力依頼**</td> <td>○ →</td> <td>→ (◎)</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>対象者への案内</td> <td></td> <td>○ ←</td> <td>→ ○</td> <td></td> </tr> <tr> <td>参加申込</td> <td></td> <td>○ →</td> <td></td> <td>○</td> </tr> <tr> <td>プログラム実施</td> <td></td> <td>○ ←</td> <td></td> <td>○</td> </tr> <tr> <td>評価</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td>○</td> </tr> <tr> <td>実施結果報告</td> <td></td> <td></td> <td>○ ←</td> <td>○</td> </tr> <tr> <td>最終報告</td> <td>○ ←</td> <td></td> <td>→ ○</td> <td></td> </tr> </tbody> </table> <p>*) 掲示板または一斉メール等で従業員全体に周知 **) 安全衛生委員会等で関係者への事業協力依頼 (一部の事業所で実施)</p>	項目	事業所	対象者	健保	委託機関	事業説明	○ ←		→ ○		事業実施確認	○ →		→ ○		フロー等詳細説明	○ ←			○	対象者選定	○ ←		→ ○		対象者確定	○ →		→ ○		全体周知*	○ →	→ (◎)			参加協力依頼**	○ →	→ (◎)			対象者への案内		○ ←	→ ○		参加申込		○ →		○	プログラム実施		○ ←		○	評価				○	実施結果報告			○ ←	○	最終報告	○ ←		→ ○	
項目	事業所	対象者	健保	委託機関																																																																			
事業説明	○ ←		→ ○																																																																				
事業実施確認	○ →		→ ○																																																																				
フロー等詳細説明	○ ←			○																																																																			
対象者選定	○ ←		→ ○																																																																				
対象者確定	○ →		→ ○																																																																				
全体周知*	○ →	→ (◎)																																																																					
参加協力依頼**	○ →	→ (◎)																																																																					
対象者への案内		○ ←	→ ○																																																																				
参加申込		○ →		○																																																																			
プログラム実施		○ ←		○																																																																			
評価				○																																																																			
実施結果報告			○ ←	○																																																																			
最終報告	○ ←		→ ○																																																																				
事業の評価指標 及びその結果	<p>評価指標：参加率、90 日後減量率</p> <p>実施結果：2014 年度上期実施分 参加率：5.5% 平均減量率：2.5% 詳細については、別添、報告書資料③参照</p> <p>2014 年度下期実施分 (3/23 時点) 参加率：13.7%</p>																																																																						
評価結果を踏 まえた今後の 事業の方向性	<p>参加率に課題はあるものの、参加者は一定の減量効果も見られるため、実施者数を増やし継続して事業を実施する予定。</p> <p>評価指標として、翌年度の特定健診結果から、検査結果数値を利用した定量的な効果測定と問診回答を利用した生活習慣の改善状況の測定を実施する予定。</p> <p>また、対象者の意識調査として、参加勧奨者全員 (参加有無にかかわらず) を対象に、Web を利用したアンケートを実施する予定。</p>																																																																						

実証事業に関する報告書

日立健康保険組合

事業名	セルフモニタリング強化対応（生活リズム可視化プログラム）																																									
事業実施に至る背景	<p>メタボ予備群・該当群の減少をめざし、特定保健指導に取り組んできたが、その効果を上げるためには、まずは特定保健指導の参加率向上が重要である。しかし、全対象者が、参加することは業種・職種等によっては難しいことも想定される。また、不参加者の中には、自身で取組み効果を獲得したいという者が存在していることも十分考えられる。</p> <p>一方、特定保健指導に参加し、一旦は改善したものの、加齢等の要因も含め、再び、メタボ群へ戻ってしまう群も少なくない。</p> <p>全体的なメタボ予備群・該当群の減少をめざした場合、不参加者が自ら生活習慣の改善に取り組むことができる対応策と、リバウンドの発生抑制への対策が必要であることから、今回の事業実施に至った。</p> <p>別添、報告書資料① 保健事業分布図参照</p>																																									
事業目的	自身の生活リズムを可視化し、セルフモニタリングの強化を行うことで生活習慣の悪化を防止																																									
事業内容	<p><内容></p> <p>リストバンド型活動量計と体組成計を利用し、自身の生活リズムや体重等のデータを数値で示し、可視化することで、自らが意識的に生活習慣の改善に取り組んでもらう90日間のセルフモニタリングプログラム。</p> <p><対象者></p> <p>本プログラムは、保健師等専門スタッフの介入がないため、一定のリスクヘッジとして、対象者は、以下の基準該当者に実施。</p> <p>基準：①BMI23～25未満、且つ、法定階層化利用項目（LDL-C追加）保健指導域該当者 ②肥満対象、且つ、法定階層化利用項目（LDL-C追加）保健指導域非該当者 ③2013年度以降特定保健指導に参加した者（特定保健指導経験者）</p> <p><対象者選定基準表></p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; text-align: center;"> <thead> <tr style="background-color: #cccccc;"> <th colspan="2"></th> <th>基準①</th> <th>基準②</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td rowspan="2" style="text-align: left;">肥満</td> <td style="text-align: left;">腹囲</td> <td>—</td> <td>基準値以上 (男性：85cm・女性：90cm)</td> </tr> <tr> <td style="text-align: left;">BMI</td> <td>23～25未満</td> <td>25以上</td> </tr> <tr> <td rowspan="2" style="text-align: left;">血糖</td> <td style="text-align: left;">空腹時血糖</td> <td>100～125mg/dl</td> <td>99mg/dl以下</td> </tr> <tr> <td style="text-align: left;">HbA1c（NGSP）</td> <td>5.6～6.4%</td> <td>5.5%以下</td> </tr> <tr> <td rowspan="2" style="text-align: left;">血圧</td> <td style="text-align: left;">収縮期血圧</td> <td>130～139mmHg</td> <td>129mmHg以下</td> </tr> <tr> <td style="text-align: left;">拡張期血圧</td> <td>85～89mmHg</td> <td>84mmHg以下</td> </tr> <tr> <td rowspan="3" style="text-align: left;">脂質</td> <td style="text-align: left;">中性脂肪</td> <td>150～299mg/dl</td> <td>149mg/dl以下</td> </tr> <tr> <td style="text-align: left;">HDL-C</td> <td>35～39mg/dl</td> <td>40mg/dl以上</td> </tr> <tr> <td style="text-align: left;">LDL-C</td> <td>120～139mg/dl</td> <td>139mg/dl以下</td> </tr> <tr> <td colspan="2" style="text-align: left;">服薬治療者</td> <td colspan="2" style="text-align: center;">対象外</td> </tr> </tbody> </table> <p>※対象条件ではないものの、実施者の取組み状況を見て、希望する者は参加者に追加。</p>					基準①	基準②	肥満	腹囲	—	基準値以上 (男性：85cm・女性：90cm)	BMI	23～25未満	25以上	血糖	空腹時血糖	100～125mg/dl	99mg/dl以下	HbA1c（NGSP）	5.6～6.4%	5.5%以下	血圧	収縮期血圧	130～139mmHg	129mmHg以下	拡張期血圧	85～89mmHg	84mmHg以下	脂質	中性脂肪	150～299mg/dl	149mg/dl以下	HDL-C	35～39mg/dl	40mg/dl以上	LDL-C	120～139mg/dl	139mg/dl以下	服薬治療者		対象外	
		基準①	基準②																																							
肥満	腹囲	—	基準値以上 (男性：85cm・女性：90cm)																																							
	BMI	23～25未満	25以上																																							
血糖	空腹時血糖	100～125mg/dl	99mg/dl以下																																							
	HbA1c（NGSP）	5.6～6.4%	5.5%以下																																							
血圧	収縮期血圧	130～139mmHg	129mmHg以下																																							
	拡張期血圧	85～89mmHg	84mmHg以下																																							
脂質	中性脂肪	150～299mg/dl	149mg/dl以下																																							
	HDL-C	35～39mg/dl	40mg/dl以上																																							
	LDL-C	120～139mg/dl	139mg/dl以下																																							
服薬治療者		対象外																																								

実施状況	<p>① 及び②：7事業所 1,309名に対し、参加勸奨を実施（完了）</p> <p>③：360名に対し、参加勸奨を実施（実施中）</p>																																																																																					
事業実施体制 及び 実施の流れ	<p>実施事業所への事業説明から、プログラム終了までの流れを事業所、実施事業対象者、健保、外部委託機関のプレイヤー別に項目毎に記載</p> <p><プレイヤー別取組み項目></p> <table border="1" data-bbox="327 392 1436 1232"> <thead> <tr> <th>項目</th> <th>事業所</th> <th>対象者</th> <th>健保</th> <th>委託機関</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>事業説明</td> <td>○ ←</td> <td></td> <td>○</td> <td></td> </tr> <tr> <td>事業実施確認</td> <td>○</td> <td></td> <td>→ ○</td> <td></td> </tr> <tr> <td>フロー等詳細説明</td> <td>○ ←</td> <td></td> <td>○</td> <td></td> </tr> <tr> <td>対象者選定</td> <td>○ ←</td> <td></td> <td>○</td> <td></td> </tr> <tr> <td>対象者確定</td> <td>○</td> <td></td> <td>→ ○</td> <td></td> </tr> <tr> <td>全体周知*</td> <td>○</td> <td>→ (◎)</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>参加協力依頼**</td> <td>○</td> <td>→ (◎)</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>対象者への案内</td> <td></td> <td>○ ←</td> <td>○</td> <td></td> </tr> <tr> <td>参加申込</td> <td></td> <td>○</td> <td></td> <td>→ ○</td> </tr> <tr> <td>装置配送</td> <td></td> <td>○ ←</td> <td></td> <td>○</td> </tr> <tr> <td>装置利用登録</td> <td></td> <td>○</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>プログラム実施</td> <td></td> <td>○</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>装置返却</td> <td></td> <td>○</td> <td></td> <td>→ ○</td> </tr> <tr> <td>評価</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td>○</td> </tr> <tr> <td>実施結果報告</td> <td></td> <td></td> <td>○ ←</td> <td>○</td> </tr> <tr> <td>最終報告</td> <td>○ ←</td> <td></td> <td>○</td> <td></td> </tr> </tbody> </table> <p>*) 掲示板または一斉メール等で従業員全体に周知</p> <p>**) 安全衛生委員会等で関係者への事業協力依頼（一部、事業所で実施）</p>	項目	事業所	対象者	健保	委託機関	事業説明	○ ←		○		事業実施確認	○		→ ○		フロー等詳細説明	○ ←		○		対象者選定	○ ←		○		対象者確定	○		→ ○		全体周知*	○	→ (◎)			参加協力依頼**	○	→ (◎)			対象者への案内		○ ←	○		参加申込		○		→ ○	装置配送		○ ←		○	装置利用登録		○			プログラム実施		○			装置返却		○		→ ○	評価				○	実施結果報告			○ ←	○	最終報告	○ ←		○	
項目	事業所	対象者	健保	委託機関																																																																																		
事業説明	○ ←		○																																																																																			
事業実施確認	○		→ ○																																																																																			
フロー等詳細説明	○ ←		○																																																																																			
対象者選定	○ ←		○																																																																																			
対象者確定	○		→ ○																																																																																			
全体周知*	○	→ (◎)																																																																																				
参加協力依頼**	○	→ (◎)																																																																																				
対象者への案内		○ ←	○																																																																																			
参加申込		○		→ ○																																																																																		
装置配送		○ ←		○																																																																																		
装置利用登録		○																																																																																				
プログラム実施		○																																																																																				
装置返却		○		→ ○																																																																																		
評価				○																																																																																		
実施結果報告			○ ←	○																																																																																		
最終報告	○ ←		○																																																																																			
事業の評価指標 及びその結果	<p>評価指標：参加申込率、利用開始率、継続率、90日後の減量率</p> <p>実施結果：特定保健指導該当群への移行が疑われる対象者への実施分</p> <p>参加申込率：34.2% 利用開始率：24.6% 継続率（利用開始者中）：55.0%</p> <p>減量者減量率：2.3%</p> <p>特定保健指導参加経験者 参加率：9.6%</p> <p>別添、個人毎結果内容資料参照</p>																																																																																					
評価結果を踏 まえた今後の 事業の方向性	<p>参加申込率は悪くないものの、参加者の装置装着前準備の負担増（事前準備の煩雑さ）が大きく、利用開始率が低い結果となったこと、更に継続率が低かったことに加え、装置のトラブルの発生とその対応等、事業開始前の試算より参加者側の負担並びにプログラム提供側の工数等費用負担も大きく、現状のプログラム内容のままでは、事業の継続実施は、費用対効果の視点、利用者の利便性の視点いずれも課題があり、改善等の検討が必要であるという結論に至った。</p> <p>そのため、現在実施中の対象者群（特定保健指導参加経験群）へのプログラムが終了後、一旦、休止とし、再検討を行いたい。</p>																																																																																					