

事業名：製造業の特性・健康課題に対応した保健指導の協働事業

主幹健保名：アドバンテスト健康保険組合	参加健保総数：4組合	うち加入者1万人未満の健保の割合：75%
対象とする業種・業態・職種	製造業・(機械器具製造業・金属工業・化学工業)・(工場・研究所勤務者)	

1. 業種等に共通する健康課題と本事業の目的

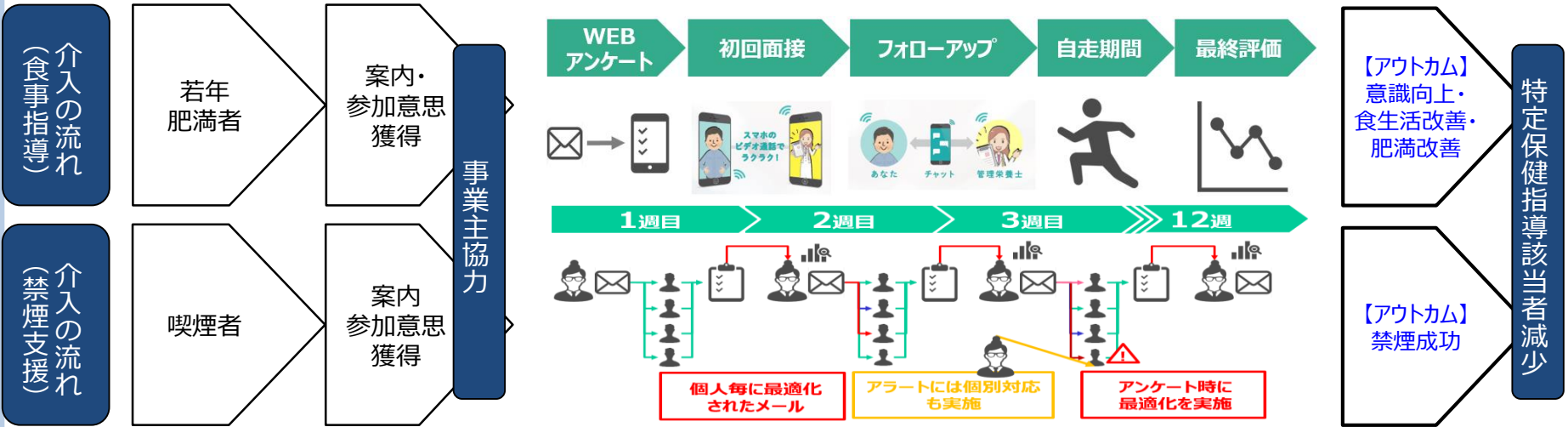
製造業（工場勤務者・研究所勤務者）は、同一の職場、類似した環境（社員食堂・喫煙所）で、あまり外出せずに働くことが多く、全体的に健康課題が多く、特に、肥満と不適切な食事習慣と喫煙率の高さが挙げられる。本コンソーシアムでは、『製造業の特性に合わせた若年層を含めた保健指導（食事指導・禁煙支援）により早期に肥満を予防し、特定保健指導レベルの該当者を減らしていく』ことを目的に協働実施する。

2. 事業内容

製造業の健康課題を協働で解決し、【アウトカム】肥満改善・禁煙成功→特定保健指導該当者減少を目指す。
このアウトカムは、健保組合共通の課題であるとともに、事業主とのコラボヘルス（健康づくりの相乗効果）の面からも達成していくことが必要である。



対象者：製造業（工場勤務者・研究所勤務者）※若年層を含む



背景

Point

- コラボヘルスによる健康づくりの相乗効果期待の高まり
健保組合による第2期データヘルス計画の推進、また、事業主における健康経営推進がされる、従業員の健康づくりについて双方が役割分担、協力の上取組み、相乗効果を挙げることが重要

参加組合においても、健康課題の解決を目指すべく積極的に保健事業を実施

コラボヘルス

参加組合の事業主においても、健康経営の一環として積極的に従業員の健康づくり事業を実施

製造業（工場勤務者・研究所勤務者）の特性

Point

- 同一の職場、類似した環境（社員食堂・喫煙所）で、あまり外出せずに働く

工場勤務者の特性

- 労働安全衛生（事故防止含む）が最優先
- 勤務時間が規則的（一部交代勤務）
- 地元採用の従業員、転勤（単身赴任含）の従業員中心
- 社員食堂や運動施設、または職場体操などを実施
- 車通勤、外出が少なく、通勤時や勤務中にあまり歩かない
- 地方にあり、比較的娯楽が少ない
- 職場に喫煙所があり、完全禁煙（時間・場所）は困難
- 比較的規模が大きく、産業医療職の配置がされており、職制を通じた指揮命令がしやすい（コラボヘルスがしやすい）

研究所勤務者の特性

- 工場勤務者と職場環境は類似（以下の点が異なると考えられる）
- 勤務時間が不規則的である（長時間労働含）
- 専門職であり、さまざまな行動に納得性を求める（納得すれば動く）
- 外出が少なく座り仕事であり、勤務中にあまり動かない
- ストレスもあり、職場に喫煙所があるので喫煙者が多い
- 事務作業や打合せ、コンピュータ作業、実験や検証など、扱う製品に応じて特性が異なることも挙げられる。

3. 主な結果・活動報告

食事指導の結果：

1. 食事指導のアウトプット

食事指導については、製造業の特性に合わせた若年層を含めた保健指導により早期に肥満を予防し、特定保健指導レベルの該当者を減らしていくことを目的に募った参加表明数のうち、約半数で指導完了を達成。

参加表明から食事指導完了までのプロセスでは、凡そ参加表明10割のうち、7割が指導を開始することができ、指導を開始した人のうち約7割が指導完了まで到達。予定している事後フォローでほぼ全数の指導を完了できる見込み。

指導の過程で個人に応じてきめ細かくメールや電話等によるアプローチをするなどの工夫で離脱数を抑えられたと評価。

食事指導	人数	割合
参加表明	172	100%
指導開始	119	69%
指導完了	86	50%

食事指導開始者のうち
約**7割**が**指導完了**を達成！

予定している事後フォローで
ほぼ**全数指導完了**の見込み！

2. 食事指導のアウトカム

(1) 食事指導による意識向上、食生活改善についてのアウトカム

指導の開始時と完了時に、食物摂取頻度、食事のとり方、食習慣、身体活動について、アンケート調査を実施し、これら全ての健康意識・行動について、食事指導を通じてより良い意識・行動に変化した(統計的に有意に高得点となった)との結果が得られた。

食事指導により
意識・行動が着実に変化！

3. 主な結果・活動報告

食事指導の結果：

2. 食事指導のアウトカム

(2) 食事指導による肥満改善についてのアウトカム

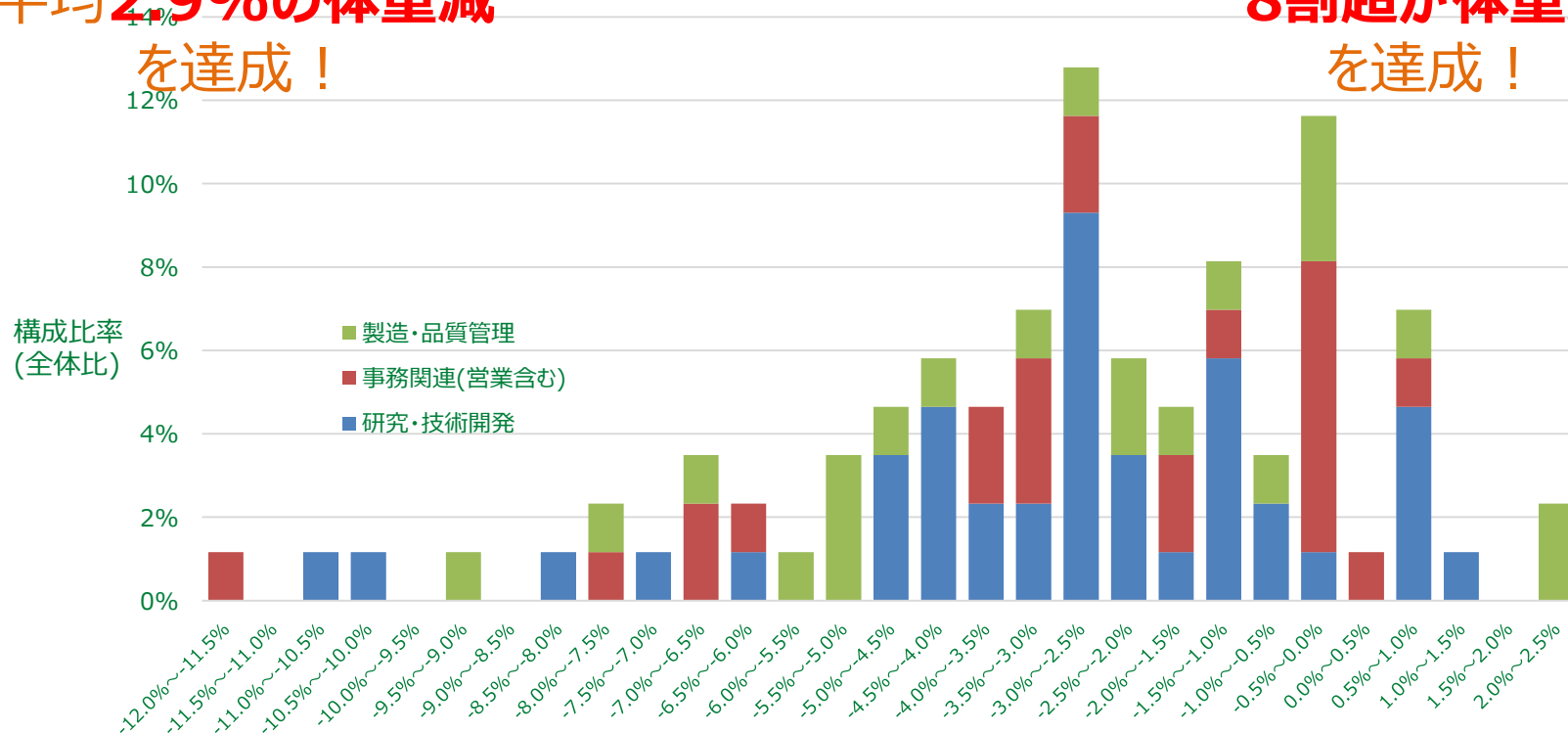
指導の開始から完了まででの体重の増減については、平均で2.9%の減少率を達成。

指導完了者のうち8割超が、体重の減少をさせることができ、どの部門についても偏りなく食事指導による効果を発現。

食事指導により
平均**2.9%**の体重減
を達成！

指導後体重増減率(部門別)

食事指導完了者のうち
8割超が体重減
を達成！



食事指導事例① A健保 製造・品質管理部門 32歳 男性

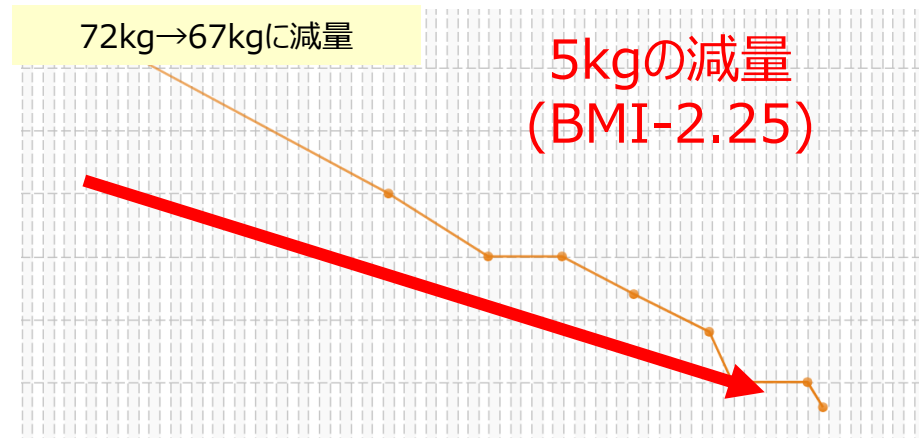
甘い飲料やお菓子の摂取頻度が多く 栄養バランスに偏りがあったが、糖質コントロールを開始することで体重の減少に成功！

■ 前提条件

- ・製造品質管理部門
- ・昼勤のみ
- ・昼食は食堂の利用がほとんど
- ・車通勤
- ・甘いお菓子、甘い飲み物の摂取が多い



甘い飲料やお菓子の摂取が多く
食べる量以上に体重が増えている



WEBアンケート

- ・健康診断の結果がよいことには自覚している
- ・就寝前2時間以内の夕食をとることがほぼ毎日
- ・甘いお菓子やスナック菓子、甘い飲み物をとることもほぼ毎日

初回面接

- ・課題は食事の量ではなく、食品のバランスが「糖質の多いもの」に偏っていることを指摘
- ・その上で1番の要因と想定される「甘い飲み物」「甘いお菓子」の頻度を減らすことを提案

フォローアップ／自走期間

- ・会話数は少ないものの、ヘルスプレーヤーの食事記録を見ながら、良い食事例、悪い食事例を提示し正しい方向へ誘導
- ・糖質のリスクを伝えることで、1番の課題であった甘い飲み物・お菓子の摂取を抑えるよう誘導

中間評価

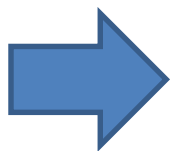
- ・食事のとり方で、就寝間際の夕食や間食・甘い飲み物の頻度を減らすなどポジティブな変化あり
- ・野菜の摂取頻度が増加
→体重が5kg減量

食事指導事例② B健保 研究管理部門 39歳 男性

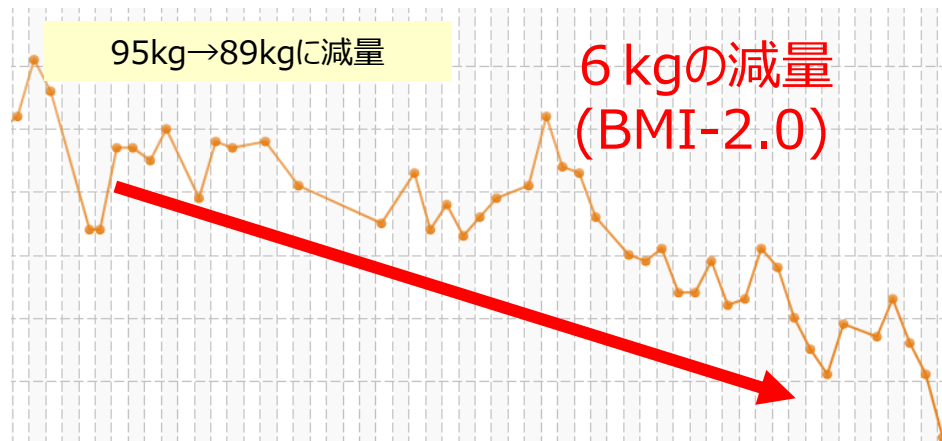
海外出張などでダイエットをしてもリバウンドなどが見られたが、
良い食事の選択のコツが見についたことで継続的な体重減少に成功！

■ 前提条件

- ・研究開発部門
- ・昼勤のみ
- ・年に120日、2カ月ほどまとまって海外出張があり多忙。
ダイエットをしても海外出張中にリバウンドしてしまう。
- ・喫煙習慣あり



海外出張を含む多忙な業務
環境からダイエットが続かない



WEBアンケート

- ・ダイエットの意思はあるが、海外出張を含む多忙な環境でリバウンドしてしまう
- ・夜はラーメンや立ち食いなどが多く、食べる速度も速い
- ・暴飲暴食傾向もあり

初回面接

- ・過去何度かダイエットに挑戦しており、痩せたい意思を確認
- ・暴飲暴食や早食いによる血糖の急上昇を抑えるため、ベジファーストやよく噛むことの習慣化を提案
- ・週に〇回など、具体的な目標を設定し、達成可否をチェック

フォローアップ／自走期間

- ・タイや中国への海外出張があったが、どのような食べ物を選ぶと良いか一緒に考え提案
- 生活環境が変わっても自分で良い食事の選択ができるよう変化していることを確認！
- ・週に1度の高頻度の励ましで、時間がない中でも運動習慣を途切れさせないようフォローアップ

中間評価

- ・出張中も糖質コントロールや野菜の摂取ができており体重の減少を達成
- ・野菜を増やす習慣が徐々に定着
- ・運動も習慣化
→体重が6 kg減量

3. 主な結果・活動報告

禁煙支援の結果：

1. 禁煙支援のアウトプット

禁煙支援についても、食事指導とほぼ同様に参加表明数のうち、約半数で指導完了を達成。

参加表明から禁煙支援完了までのプロセスでは、凡そ参加表明10割のうち、7割が支援の開始を受け始めることができ、そのうち7割超が支援完了まで到達することができた。

これは食事指導と同様に禁煙支援の過程で個人に対してきめ細かくメールや電話等によるアプローチをするなど工夫して離脱数を抑えることができたものと評価。

禁煙支援	人数	割合
参加表明	41	100%
指導開始	29	71%
指導完了	21	51%

禁煙支援指導開始者のうち
7割超が禁煙支援完了
を達成！

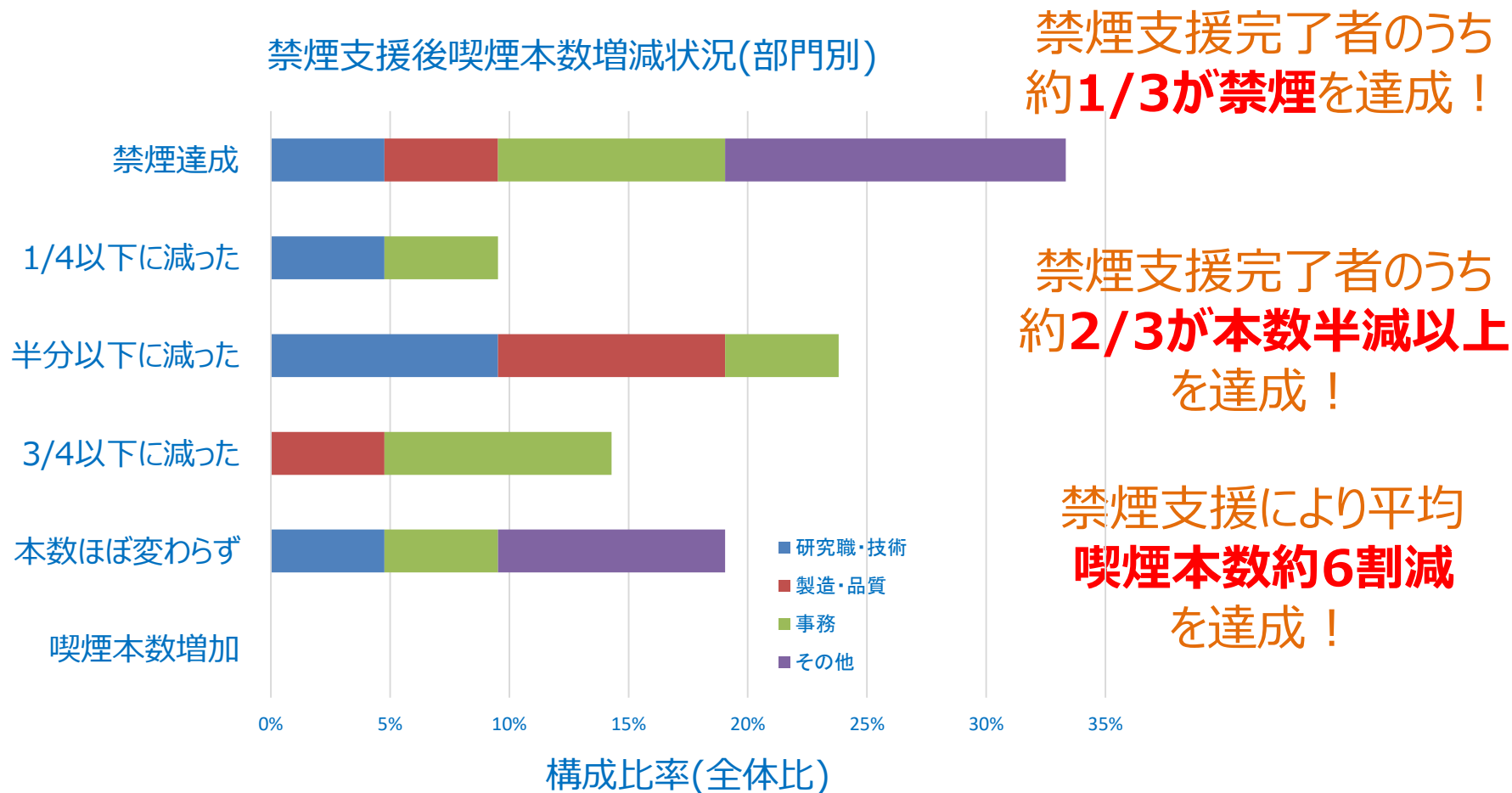
3. 主な結果・活動報告

禁煙支援の結果：

2. 禁煙支援のアウトカム

禁煙支援の開始から完了までで喫煙本数の増減については、平均で約6割減を達成。
完了者のうち約1/3が禁煙することでき、これを含め約2/3が喫煙本数の半減以上を達成できた。

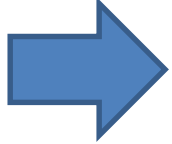
禁煙支援後喫煙本数増減状況(部門別)



過去2回に禁煙にトライするも30年喫煙状態が続いていたが、
本プログラムで禁煙継続できており改善傾向

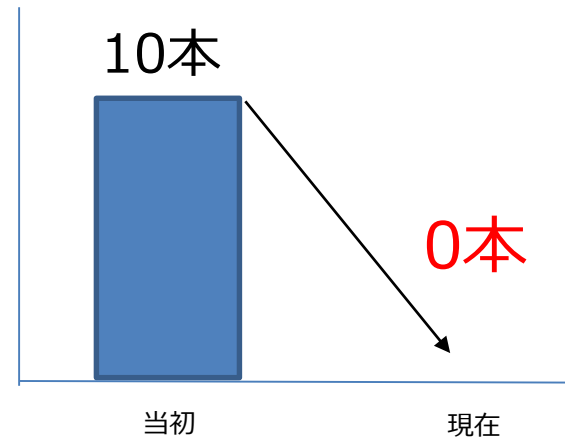
■前提条件

- ・研究技術開発部門
- ・屋内に喫煙所あり
- ・1日10本を30年に渡り喫煙
- ・過去2回禁煙にトライするも断念
- ・必要性の認識は高いが自己効力感は低く、
単独での継続が困難



喫煙環境もあり禁煙の意思
はあるが継続できない

喫煙本数
(1日あたり)



WEBアンケート

- ・過去禁煙歴があるが断念しており禁煙の自信は低い
- ・喫煙による喉の違和感など自覚はあり、禁煙の必要性は感じている
- ・1日10本を30年間継続と、タバコへの依存度は高い

1週

2週

3週

4週

5週

6週

7週

8週

中間評価

■以下内容で配信

- 1週目：なぜタバコはやめられないのか
- 2週目：ニコチン依存の仕組み
- 3週目：禁煙補助薬に関して
- 4週目：飲み会対策
- 5週目：軽いタバコの落とし穴
- 6週目：禁煙による経済的・身体的メリット
- 7週目：禁煙と体重の関係
- 8週目：加熱式タバコについて



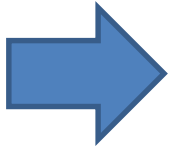
- ・対象者の質問や不安に事務局が個別に回答
- ・対象者の自信を維持できるよう励まし型のフォローアップを実施

- ・メルマガ配信3週目から喫煙本数がゼロになり、8週目まで禁煙継続
- ・「禁煙が成功するまでは、友人とのお酒の席を遠慮している」と積極的努力あり
- ・自己効力感の向上も確認

20年にわたり1日15本と喫煙状態が続いていたが、
本プログラムで禁煙継続できており改善傾向

■前提条件

- ・本社
- ・1日15本を20年に渡り喫煙
- ・過去2回禁煙にトライするも断念
- ・必要性の認識は高いが自己効力感は低く、
単独での継続が困難



禁煙の意思はあるが
継続できない

喫煙本数
(1日あたり)

15本

0本

当初

現在

WEBアンケート

・過去禁煙歴があるが断念しており禁煙の自信は低い

・1日15本を20年間継続と、タバコへの依存度は高い

1週

2週

3週

4週

5週

6週

7週

8週

中間評価

■以下内容で配信

- 1週目：なぜタバコはやめられないのか
- 2週目：ニコチン依存の仕組み
- 3週目：禁煙補助薬に関して
- 4週目：飲み会対策
- 5週目：軽いタバコの落とし穴
- 6週目：禁煙による経済的・身体的メリット
- 7週目：禁煙と体重の関係
- 8週目：加熱式タバコについて



- ・対象者の質問や不安に事務局が個別に回答
- ・対象者の自信を維持できるよう励まし型のフォローアップを実施

・メルマガ配信2週目から喫煙本数がゼロになり、8週目まで禁煙継続

・「タバコを吸いたくなったらみんなとタブレットでごまかす」など自身でも努力している

・自己効力感の向上も確認

3. 主な結果・活動報告

事業運営委員会開催状況：

1. 件名

(厚労省モデル事業) 製造業健康増進協働会 事業運営委員会

2. 日程

2020年3月10日 (火)

新型コロナウイルス感染症に関する厚労省要請に基づき、3月9日 (月) に資料を事務局 (みずほ情報総研) からメール配布し、幹事健保からの承認メール返信を以て開催とした。

3. 内容

令和元年度 レセプト・健診情報等を活用したデータヘルスの推進事業

「製造業の特性・健康課題に対応した保健指導の協働事業 (コンソーシアム)」 事業運営委員会

(1) 事業進捗・成果報告 (みずほ情報総研)

- ・本事業の目的
- ・本事業の内容、スケジュール
- ・2月末時点の進捗状況

(3) 厚労省事業報告 (みずほ情報総研)

- ・厚労省への報告様式

(4) 収支 (案) (みずほ情報総研)

- ・本事業の収入 (補助金) 及び支出 (みずほ情報総研及び
エス・エム・エス)

(2) 事例報告 (エス・エム・エス)

- ・若年肥満者に向けたオンライン食事指導
- ・禁煙希望者に向けたオンライン禁煙支援

※各健保の参加者の事例

4. 議事結果

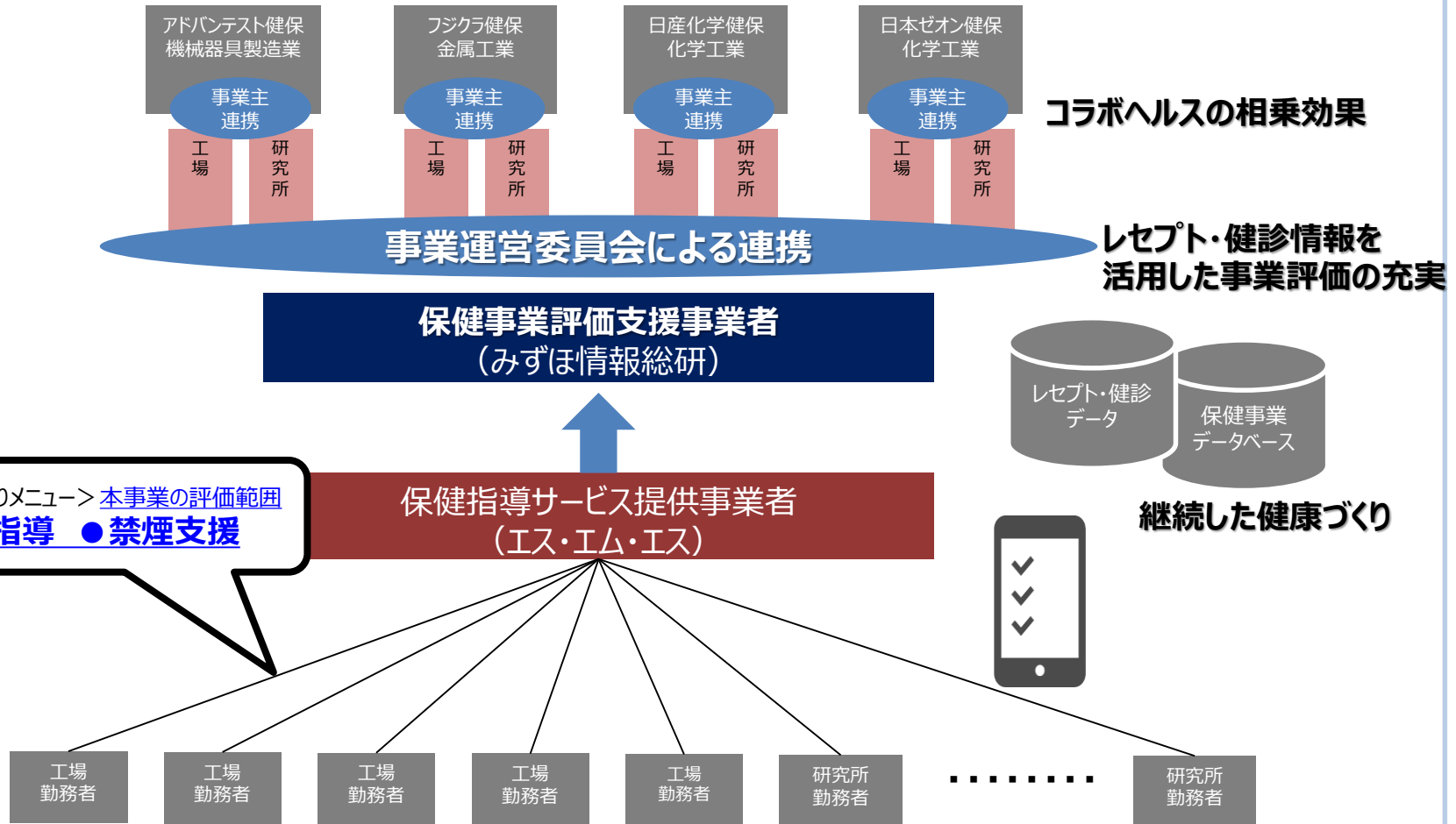
(代表幹事) アドバンテスト健康保険組合 対面での全議事承認

(幹事) フジクラ健康保険組合、日産化学健康保険組合、日本ゼオン健康保険組合 電子メールによる全議事承認

4. 共同事業の運営方針・留意点等

実施体制

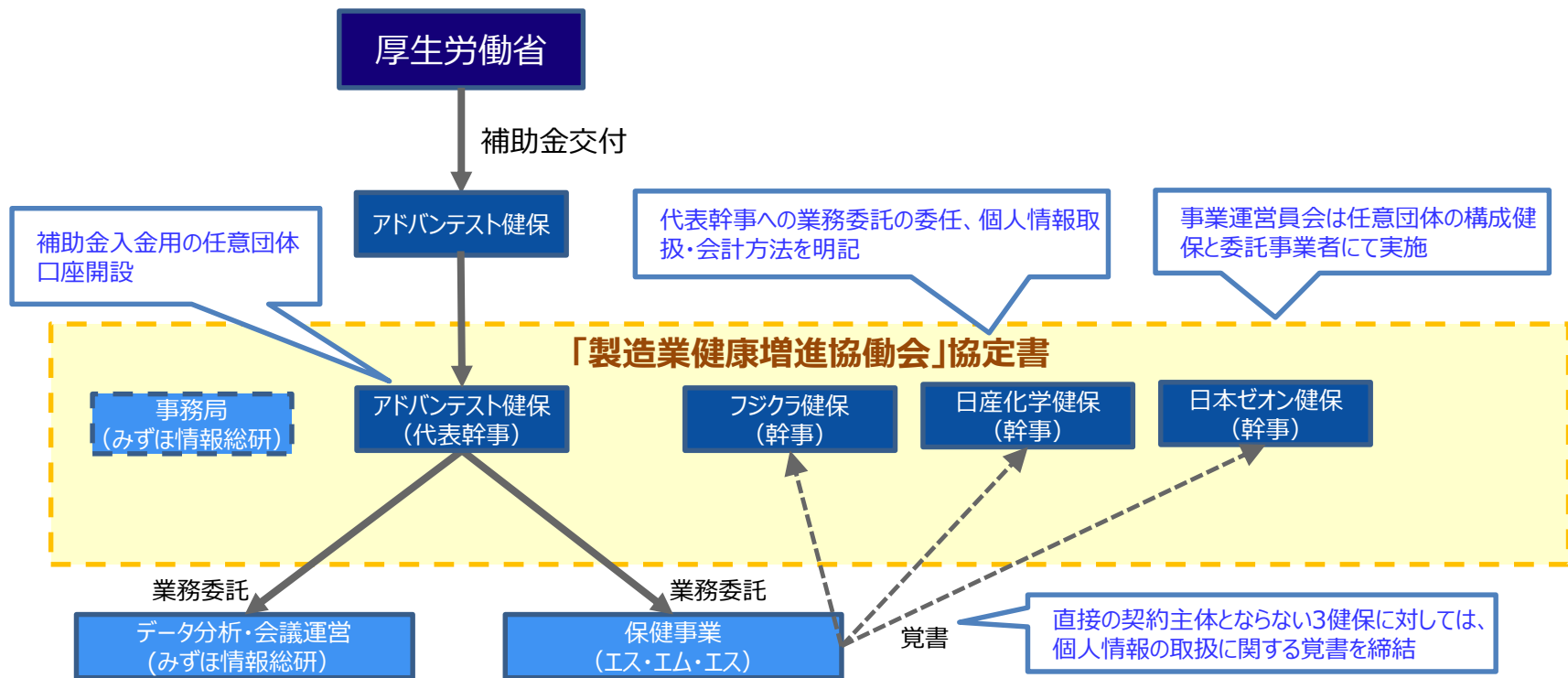
製造業健康増進協働会（任意団体）



4. 共同事業の運営方針・留意点等

契約スキーム

- 他健保分を含む補助金の会計処理や個人情報取扱範囲の整理を容易にするため、参加健保からなる本事業用の任意団体「製造業健康増進協働会」を設立
- 任意団体（契約主体は代表幹事のアドバンテスト健保）は2社と業務委託契約締結
- 任意団体は銀行口座、規約を作成し、業務委託や個人情報取扱、会計方法は本規約に明記する



5. 事業を円滑に実施するための工夫した点・改善したほうが良い点

<工夫した点>

1. 協働で保健事業を開発する工夫

(1) 民間事業者の巻き込みとターゲティングされたコンテンツ

単一健保にて保健事業を企画する場合、対象者で保健指導の対象者となる数が少なく、保健事業の開発に民間事業者を巻き込みにくい、複数健保により保健指導対象者を一定数確保できることで、保健事業開発に参加する魅力が高められ、民間事業者を巻き込んで行った。

また、対象者規模が確保できることで、ターゲティング（本コンソーシアムの場合、製造業向け）したアプローチやコンテンツを開発した。

(2) 横展開されやすく質の高い保健事業モデル

単一健保にて保健事業を企画する場合、その健保組合に特化した保健事業サービスとなってしまう、他の健保組合に適合しにくい可能性があり、スムーズに横展開できないため、事業運営員会の中で、多様な参加組合がデータ分析結果やナレッジを共有・活用することで、質の高い保健事業を開発した。

また、他の職種・業種でも適合しやすい保健事業モデル（契約調整、データのやり取り、サービス内容、分析指標等）を開発した。（横展開されやすいモデルを構築）

(3) 保健指導開発での安心感やサービス拡張性

単一健保だけでは、ICTを活用した製造業向け保健事業サービス（食事指導・禁煙支援）が、具体的にどのような効果があるのか判断が難しいことが想定されるが、事業運営員会にて「保健指導」として成立しているかチェックして保健事業開発を進めた。

5. 事業を円滑に実施するための工夫した点・改善したほうが良い点

<工夫した点>

2. 協働で保健事業を実施する工夫

(1) 事業実施の効率化

各健保組合は様々な保健事業に懸命に取り組んでいるが、一つの健保組合では対象者数が少なく、対象者よりもアプローチが遠い対象者への保健指導事業の話題について、資金や人材を割り当てることが困難（財政不足・人材不足）。質の確保された同一の保健事業であれば、健保組合が個別に、事業内容を検討、契約内容を調整して契約事務を行う必要もないことから、健保組合の事務負担を削減した。また、事業運営委員会にて、随時、各健保のノウハウが共有されることで、事業を効率的に実施した。

(2) 質の高い効果検証・改善

保健指導の参加者数、完了者数が少ない場合は、各健保組合が単独で当該事業の効果を検証し、改善策を検討することはほぼ不可能であるが、複数の参加組合により十分なデータを収集・分析し、事業運営委員会の各健保のノウハウを活かし、以下のことを可能とした。

- ・職種（工場勤務者・研究所勤務者）などの特徴を踏まえた事業効果の比較検証
- ・比較検証結果を踏まえた保健指導事業の改善策の検討（グッドプラクティスの情報共有や改善策の検討等）

(3) コストの抑制

単一健保にて事業を実施する場合、対象者への保健指導の対象者数や参加者数が少なく、事業の費用対効果（例：一人あたり経費等）がかなり低くなってしまうが、同一の保健事業を前提に、事業者にとっても、事業に必要なリソース（保健指導者の人材（医療専門職・保健師、スーパーバイザー）や場所や機材、システムリソース等）を効率的に投入した。