

事業名：働き方（接客業等）に着目した保健事業の実践に向けた共同事業

主幹健保名：すかいらーくグループ健康保険組合	参加健保総数：5組合	うち加入者1万人未満の健保の割合：60%
対象とする業種・業態・職種	接客業等（お客様のニーズに合わせて価値提供する仕事）※	

※お客様に合わせた働く場所…小規模店舗、訪問型サービス等、お客様に合わせた働く時間…シフト制（夜勤等）業務等

1. 業種等に共通する健康課題と本事業の目的

- お客様に合わせた働き方が必要な「接客業等」に従事する従業員は、生活が不規則になりがちであり、**運動・食事・睡眠等の生活習慣に起因した健康課題**を有する傾向にある。また、働く時間と場所に制約があるため、保健事業に参加することが難しく、当該健保組合にとっては、**保健事業の参加率が低いという事業課題**が存在する。（参加率向上には、事業所の協力が有効だが、事業所の担当者の協力を得られていない健保組合も多い。）
- これらの課題解決に向け、本事業では健保組合と事業所の担当者の意見交換の機会を設け、事業所担当者が職場の働き方に合わせた保健事業を設計し、実行するスキルの獲得を目的とした。加えて、健康課題に対応した健康管理ツールや機会を提供し、従業員の生活習慣の改善も目的としている。（➡ 保健事業の参加率向上および被保険者の生活習慣の改善を目指す。）

2. 事業内容

実施内容

<保健事業ワークショップ（事業所と健保組合の担当者参加）>

- ✓ 働き方を踏まえた健康課題の考え方を学ぶ。
- ✓ 自事業所の健康課題を確認。（仮説策定）
- ✓ 健康課題に対応した保健事業選択および働き方に合わせた実行計画の策定。

<働き方に応じて参加しやすい保健事業の実施>

- ✓ 保健事業の実践。健康課題および事業課題解決への効果確認。
- ✓ ワークショップにおいて、各健保組合における結果等の比較を行い、次年度に向けた評価振り返り・改善案をまとめる。

共同事業による効果

<ノウハウの共有>

- ✓ 働き方に即した保健事業の検討に関する手法を体系的に学ぶ場は少なく、学術指導も受けられる場として有効活用できる。
- ✓ 様々な実施方法を参加健保組合間で共有することで、円滑な保健事業への誘導を図ることができる。

<事業の評価・振り返り（横比較）>

- ✓ 保健事業の評価を行う上で、同様のスキームで実施した事業間での比較が可能。

<効率化・コスト削減>

- ✓ 一元的に事業者へ委託し、共通帳票の活用等を通じて、効率化（コスト削減）を図ることが可能。

目的 「保健事業の参加率向上」 および 「被保険者の生活習慣改善の実現」

そのために…

5 健保合同
保健事業ワークショップ

それぞれの職場の働き方に
合わせた保健事業を設計し
実行するスキルを習得する



健康課題解決
のためのツールや
機会の提供

働き方に合わせて選択しやすい
ツールや機会を協力企業から提供し
各社従業員の生活習慣
改善を試行する

2. 事業内容

健康課題：顧客に合わせた働き方のため、生活習慣が不規則

【解決の方向性】

時間にとらわれず参加しやすいツールや機会の提供により、自律的な生活習慣改善ができるようになる

事業課題：顧客に合わせた働き方のため、保健事業の参加率が低い

【解決の方向性】

事業所からの働きかけにより、保健事業の参加率が向上する

働き方に合った活用しやすいツール

保健事業① 集合型運動研修

事業所において、対象者の意識変容と運動実践のセミナーを実施。

時間のない対象者でも、興味の高いセミナーを短時間で体験できるなら参加するのでは。

運動実践セミナー



保健事業② 睡眠プログラム

睡眠に関する教育（イーラーニング等）を実施し、その後電話面談（複数回）。

個別対応のため、働き方に合わせて参加できるのでは。

保健事業③ 食事プログラム

食事に関する教育（TV電話面談等）を実施し、その後アプリを通じた食事指導。

個別対応のため、働き方に合わせて参加できるのでは。



お客様に合わせて働く従業員



食事は短時間でドカ食い？

担当者からの働き方に合った働きかけ

何か困ることはありますか？



保健事業担当者

- まずは店長の生活習慣をターゲットに、取り組みやすいことから実践してもらう企画を実施したい。
- 会社のイーラーニングやアンケートの仕組みを使うことで、初回の教育を実施できそう。
- 日勤シフトの対象者には、業務終了後に必ず利用する会社PCを通じてアプローチできるかも。

社員の働き方を理解している事業場の担当者と共に「働き方に合った保健事業」を計画

保健事業ワークショップを
共同事業として実施

企業の保健事業担当者が保健事業について理解し「働き方に合った働きかけ」を実践できるように

1. 健康課題の確認

データヘルス計画をベースに、働き方に合う健康課題を確認します。

- ✓ データヘルス計画を読み解く、理解する
- ✓ 課題を選ぶ、検討する

2. 解決策の検討

健康課題を解決する保健事業を選択し、働き方に合わせた実行計画をたてます。

- ✓ 施策の選択
- ✓ 組織特性に合わせた計画策定

3. 事業の試行実施

計画した保健事業を実践し、健康課題および事業課題解決への効果を確認します。

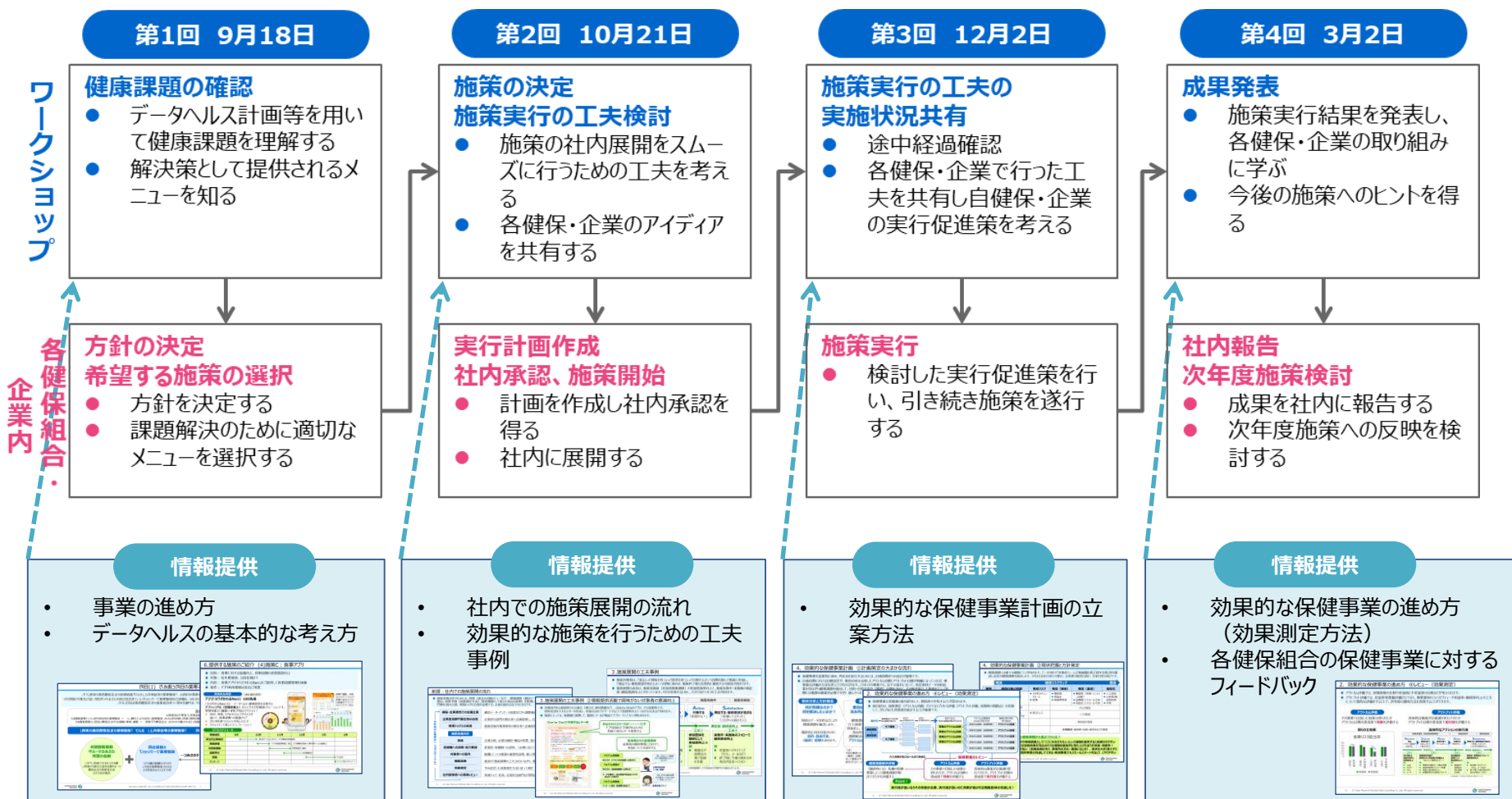
- ✓ 事業の試行実施
- ✓ 振り返り

3. 主な結果・活動報告（1）事業課題の解決に向けた取り組み

- 保健事業の参加率向上にあたっては、事業所からの積極的な働きかけが有効であることから、健保組合と事業所の保健事業担当者の意見交換の機会の創出および実行スキル向上を目指し、ワークショップを開催した。
- 事業所の保健事業担当者が、全4回のワークショップを通じて、保健事業実施における基本的な考え方を習得。さらに、自事業所の健康課題の認識、課題に即した保健事業の選定から計画・実践までを、有識者からのアドバイスを受けながら進めた。

ワークショップ実施内容

参加健保組合および事業所担当者のディスカッションを中心に構成。各回のワークショップの内容に合わせ、支援事業者や有識者から保健事業実施に当たっての情報提供も講義形式で実施し、ワークショップの内容を基に、実践を交えながら学ぶ機会とした。



3. 主な結果・活動報告（1）事業課題の解決に向けた取り組み

事業計画書・報告書フォーム

保健事業実施にあたっては、事業計画書および報告書の共通フォームを用いて計画策定から報告までを行った。

表紙

働き方（接客業等）に着目した
保健事業の実践に向けた共同事業

実施計画および報告書

2019年×月×日

会社名
健康保険組合名

方針

現状分析
※現場ニーズ、データを用いた分析等など、大きな健康課題を選択するに至るまでのロジックを表現してください。

最終目標
最終目的・目指す姿を記入します

指標： 目標値：
目標達成期限：

事業のアウトカム目標
最終的に取り組む大きな健康課題から細分化されるまでのロジックを記入（特に業務特性や、業務環境に合わせて施策を実現するために検討し、細分化した課題を記入してください）
複数の事業アウトカム目標・施策の組み合わせもできるかきり書きならべて下さい。

今回試行する施策

実施内容	概要	アウトカム目標	アウトプット目標

参考：施策展開のフローチャート

実施項目

実施項目	実施内容	実施担当者	企業	健保	納期
1 健康課題解決企画立案	健康課題整理、方針・目標・施策・効果測定方法決定、企画書作成				
2 企業担当部門責任者への説明	方針シート、健康課題に関するデータ、施策説明資料を使って説明				
3 現場トップへの説明	方針シート、健康課題に関するデータ、施策説明資料を使って説明				
4 実施計画書作成	施策展開のための実施項目決定、役割分担決定、スケジュール作成				
5 施策提供元への発注	契約、契約内容とスケジュール詳細決定				
6 会場予約	日程調整、人数予測に会場決定、予約、会場の機材・備品確認				
7 備品調達	必要な備品の洗い出し、発注				
8 医療機関への説明・協力要請	協力要請内容の整理、施策内容の説明に協力要請				
9 連絡書発行	現場トップおよび対象者への連絡書作成、発行				
10 認知度向上施策の実施・実施	web、ポスター、チラシ、メールなど各種施策の実施内容の作成と展開				
11 対象者自発的向上施策の実施・実施	機材データなどの情報提供、One to Oneアプローチの企画・実施				
12 参加率向上施策の実施	説明会での参加登録促進策などの企画と実施				

スケジュール

実施項目	計画	実績	2月
計画			
実績			
計画			
実績			
計画			
実績			
計画			
実績			
計画			
実績			
計画			
実績			
計画			
実績			
計画			
実績			
計画			
実績			
計画			
実績			

計画 実績 (日程やコメント)

進捗報告

実施状況	今後の進め方
10月度 ● ああああ ● ああああ	● ああああ ● ああああ
11月度 ● ああああ ● ああああ	● ああああ ● ああああ
12月度 ● ああああ ● ああああ	● ああああ ● ああああ
1月度 ● ああああ ● ああああ	● ああああ ● ああああ
2月度 ● ああああ ● ああああ	● ああああ ● ああああ

結果報告

アウトプット目標
方針のサイトに記載した今回の事業のアウトプットを転記してください。（複数可）

効果測定
今回施策を実行した結果、アンケートや実施率等、すぐにとれる結果データ以外に、今後集計を予定している結果データについても記入し、評価予定スケジュールも明記してください。

今後の進め方
結果を踏まえて、今後の進め方についてご記入ください

ワークショップ開催風景

ワークショップでは、健保組合と事業所担当者での課題共有および施策検討や、他健保組合・事業所との意見交換を実施するグループワークも実施した。

【保健事業実施にあたっての情報提供】



【健保組合・事業所の施策検討】



【他健保・事業所を交えてのディスカッション】



【東京大学からの講評】



3. 主な結果・活動報告（1）事業課題の解決に向けた取り組み

- 本事業における事業課題に対する評価指標には、事業所担当者の保健事業に対する意識変化等を設定し、ワークショップ実施後にアンケートを行うことで、評価を行った。
- アウトプット・アウトカム目標、共に目標値を上回る結果となり、被保険者の参加率を向上させるための事業所との連携や保健事業の実施を促進する場として、複数健保組合・事業所担当者が集合して実施するワークショップが有効であることが確認された。

アウトプット評価

「事業課題の解決」に関する指標	目標	実施結果
ワークショップの実施量	4回開催	4回開催
事業所担当者のワークショップ参加率	100%	100%

- ✓ 課題の優先順位の付け方や効果測定を行う際の指標の検討方法など、各回で順にステップアップしていくワークショップ形式としたことに加え、健保組合からの働きかけが功を奏して、事業所担当者の参加率も100%となった。

アウトカム評価

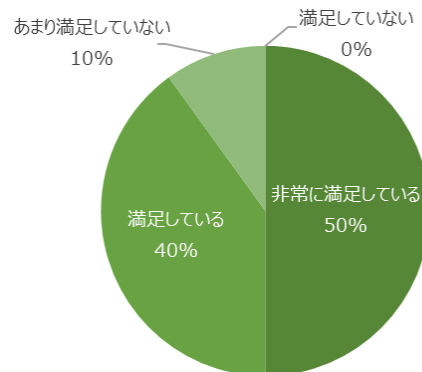
「事業課題の解決」に関する指標	目標	実施結果
ワークショップに対する満足度	ポジティブ回答 80%	ポジティブ回答 90%
ワークショップ内容の理解度	ポジティブ回答 80%	ポジティブ回答 100%
事業所担当者の保健事業継続意思	ポジティブ回答 80%	ポジティブ回答 100%

※ポジティブ回答…「大変そう思う」「そう思う」の回答比率

- ✓ ワークショップ実施後に、参加健保組合・事業所担当者に対してアンケートを実施。
- ✓ ワークショップは、東京大学未来ビジョン研究センターデータヘルス研究ユニットによる講義も含め、毎回参加者には課題が課されるなど、比較的難易度が高い内容であったが、すべての指標においてポジティブ回答比率90%以上となった。
- ✓ また、参加した健保組合からは、「事業主と健康課題の認識を共有できた」「事業主と一緒に健康施策を企画できた」「実施計画および報告書を事業主が主体となって作成した」などの回答が見られ、健保組合と事業主の協力が進んだと考えられる。

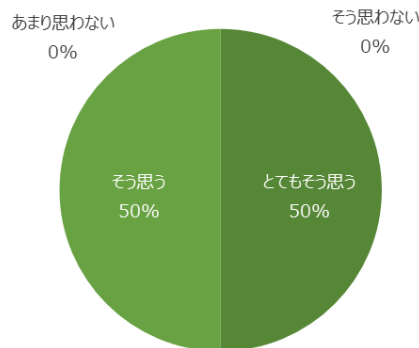
【ワークショップ満足度】

参加されたワークショップに満足していますか？
（健保事業所共通 n=10）



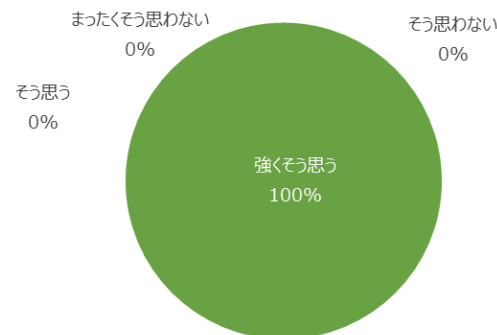
【ワークショップ理解度】

ワークショップの内容について理解していただけましたか？
（健保事業所共通 n=10）



【保健事業継続意】

今後も従業員に対する健康施策を継続して実施していきたいですか？
（事業所のみ n=5）



3. 主な結果・活動報告（2）健康課題の解決に向けた取り組み

- 各事業所の健康課題の解決に向け、各健保組合と事業所の担当者にて優先すべき健康課題を検討し、対応する健康施策を検討した。
（※本事業では、支援事業者の選定・調整・契約実務等の手続き簡素化のため、予め用意されたメニューから健康施策を選択する方式とした。）
- 各健保組合および事業所担当者は、選択した健康施策をを基に事業所の特徴に合わせた実施方法を検討。各健保組合がそれぞれの健康課題に対するアウトプット・アウトカム目標を設定し、保健事業を実施した。

健康施策一覧

	タイトル	分類	対象	概要
A	運動/食事セミナー	運動 食事	コースによる	運動、食事、体調管理、腰痛改善などに関する7セミナーから、ご希望の組み合わせで最大4回実施
B	運動/食事セミナー + 食事アプリ	運動 食事	肥満者	運動、食事に関する4セミナーからご希望のものを1回実施、食事アプリによる食事習慣改善サポート（50名様まで）
C	食事アプリ	食事	若年 肥満者	食事アプリによる食事習慣改善サポート（100名様まで）
D	睡眠セミナー	睡眠	睡眠障害の方	睡眠に関するセミナー（チェックシート記入、保健師によるセミナー、希望者向け個別相談会含む）最大3回実施
E	睡眠セミナー + 睡眠個人指導	睡眠	睡眠障害の方	睡眠に関するセミナー1回、セルフモニタリング、保健師による1か月間の睡眠個人指導（30名様まで）
F	組織健康度 レポート	全般	全社員	ひとつの事業所について、健診・問診データに基づく組織健康度レポートを作成してご提供（イントラなどで公開）
G	eラーニング	全般	全社員	希望される社員全員向けに健康意識向上のためのeラーニング1コースをご提供

- ✓ 健康施策メニューには、TRCにおける実績（様々な健保組合における保健事業実施事例）に基づき、「接客業等」において共通する課題と考えられる「運動・食事・睡眠」に着目した内容を選定した。
- ✓ 自立した健康管理意識を対象者一人ひとりが持つことを支援することができる内容も重視。
- ✓ また、働き方に合わせ、集合研修だけでなく、ICTツールも活用したプログラムを取り入れることで、参加率の向上を目指した。

各健保組合が選択した健康施策

健保組合	実施健康施策	分類	対象者
A健保組合	運動/食事セミナー + 食事アプリ	運動 食事	肥満者
B健保組合	eラーニング(喫煙)	喫煙	喫煙者
C健保組合	体制整備と社内周知	全般	全被保険者
D健保組合	運動/食事セミナー	運動 食事	全被保険者 (希望者)
E健保組合	eラーニング(食事習慣)	食事	全被保険者

- ✓ 各健保組合および事業所は、データヘルス計画などから優先すべき健康課題を検討し、事業における方針や課題に対する目標を設定。
- ✓ そのうえで、提供される健康施策メニューから実施する施策を選択し、事業所の特徴に合わせた実施方法を検討・実施した。（なお、健保組合によっては上記健康施策メニューをアレンジしたものを実施している。）

3. 主な結果・活動報告（2）健康課題の解決に向けた取り組み

好取組事例（E健保組合）

課題

健康課題：食事習慣が悪い
問診における食習慣に関するリスク者が多い。

事業課題：研修の参加率が低い
シフト勤務者が多いため、集合研修を実施しても参加できる人が限られており、研修への参加率が低い。

工夫のポイント

①eラーニング（ICT）の活用

集合研修に参加できる人が限られているため、eラーニングを活用し、各自が空いた時間で受講できるようにした。

②事業所からの受講フォロー（事業所からの強制力を持たせた事業推進）

事業所の協力を得て、人事部から対象者に向けた案内実施や各部署の所属長への受講フォローを実施できるようにした。（←ワークショップの場で、事業所の担当者と健康課題や事業課題を共通認識とすることができたことによる効果。）

③自分ごとのコンテンツ

食事習慣の基礎知識を紹介するだけでなく、事業所の健診データ分析や業種の特徴に沿った食事のとり方の工夫などを取り上げ、受講者がより自分ごととして捉えることができる内容とした。

事業実施結果

事業実施の効果測定のため、下表の通り評価項目を定め振り返りを実施した。

	「健康課題の解決」に関する指標	目標	実施結果
アウトプット	eラーニング対象者受講率	50%	91%
アウトカム	参加者の満足度	ポジティブ回答 50%	ポジティブ回答 77.2%
	参加者の理解度	ポジティブ回答 50%	ポジティブ回答 94.1%
	参加者の意識変容度	ポジティブ回答 50%	ポジティブ回答 83.5%

※ポジティブ回答…「大変そう思う」「そう思う」の回答比率

【アウトプット】

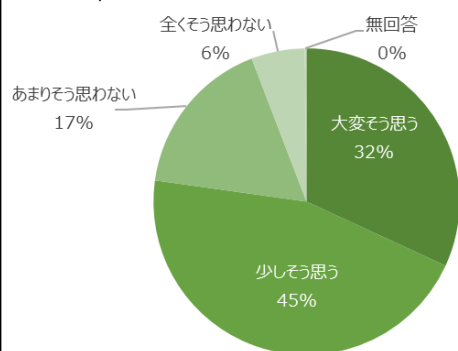
- ✓ 対象者のeラーニング受講率を指標として設定。
- ✓ 事業所の協力を得ることで、目標としていた50%を大きく上回る91%の受講率となった。

【アウトカム】

- ✓ eラーニング実施時に、受講者に対するアンケートを実施（理解度等を指標設定）。
- ✓ 「理解できた（大変そう思う、少しそう思う）」と回答した受講者が94.1%となり、目標としていた50%を大きく上回る結果となった。
- ✓ また、「食事習慣を少しでも改善してみようという気持ちが強まった（大変強まった、少し強まった）」が83.5%、「受講して良かった（大変そう思う、少しそう思う）」が77.2%と、意識変容度・満足度についても高い割合を示す結果となった。

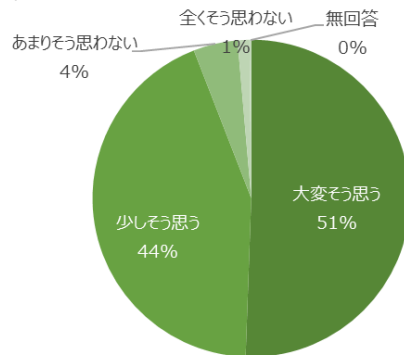
【参加者の満足度】

このeラーニングを受講して良かったと思いますか？
(n=1,663)



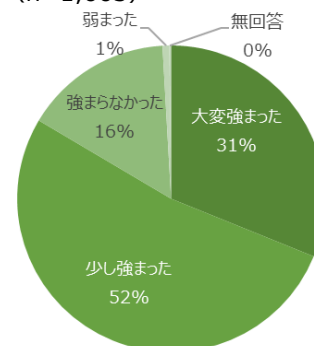
【参加者の理解度】

このeラーニングの内容は理解できたと思いますか？
(n=1,663)



【参加者の意識変容度】

このeラーニングを受講したことで、食事習慣を少しでも改善してみよう（または既に取り組んでいる健康な食事習慣を続けよう）という気持ちが強まったと思いますか？ (n=1,663)

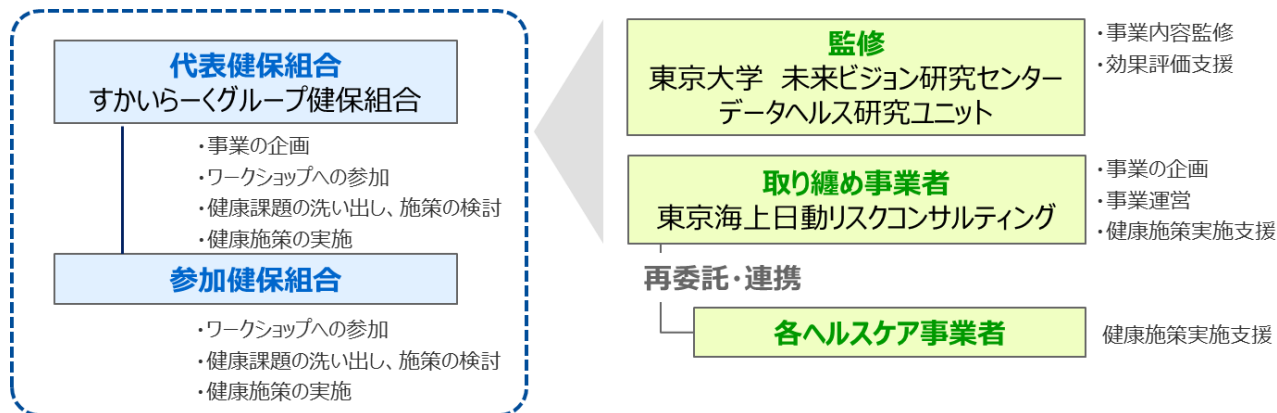


4. 共同事業の運営方針・留意点等

- 各参加健保組合の実務を簡素化するため、代表健保組合と取り纏め事業者を中心に契約・支払手続きを実施した。
- 実施する健康施策においても、手続きの煩雑化を避けるためベースの施策については選択制とし、そのうえで各健保組合の健康課題や事業所の特徴に合った施策とできるように、アレンジ可能とした。

役割分担

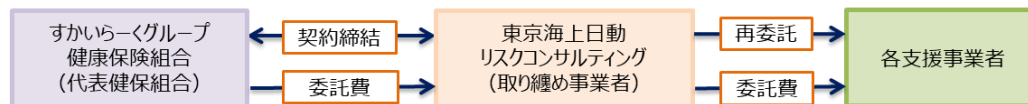
- ✓ 共同事業の役割分担は右図の通り。
- ✓ 代表健保組合および取り纏め事業者にて事業の企画を行い、東京大学の支援を得ながら事業運営。
- ✓ 各健保組合における支援事業者の選定・調整・契約実務等の事務手続きを簡素化するため、各ヘルスケア事業者から提供されるサービスをメニュー化し、実施する健康施策を選択する方式とした。



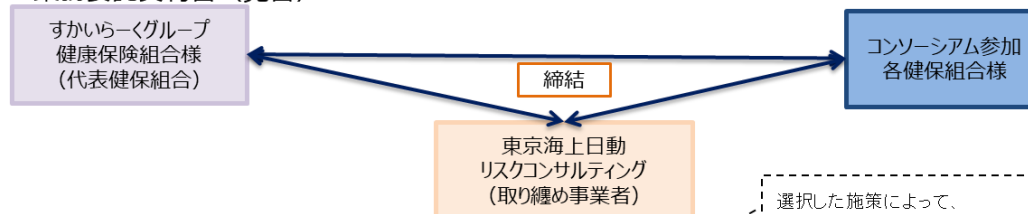
契約方法・支払方法

- ✓ 代表健保組合と取り纏め事業者にて業務委託契約を締結し、取り纏め事業者から各支援事業者へ再委託する方式とした。
(⇒各健保組合が個々に契約締結する煩雑な手続きを回避)
- ✓ また、参加健保組合の位置づけを定めるため、各参加健保組合と主幹健保組合、取り纏め事業者の三者間で覚書を締結した。
- ✓ 事業費の支払いに関しても、取り纏め事業者がハブとなることで手続きを簡素化した。

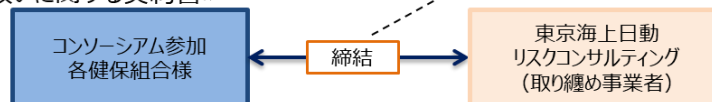
「業務委託契約書（秘密保持契約を含む） / 支払い方法」



「業務委託契約書（覚書）」



「個人情報の取り扱いに関する契約書」



選択した施策によって、各健保ごとに「個人情報の取り扱いに関する契約書」を締結

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

参加健保・事業所の感想

【良かった点】

- ・ 事業主と課題や目標の共有ができ、連携強化につながった。（健保組合）
- ・ ワークショップに参加して各健保・事業主（業種）によって様々な課題をもっており、それぞれアプローチの違いがあることがわかり参考になった。（健保組合）
- ・ 講義を聞いて、健康課題からアウトカム目標までの関連性を整理することができ、健康施策のPDCAの進め方が分かった。（事業主）
- ・ 他社の取り組みへの姿勢や現状を知ることができ、自社の取り組みを評価するきっかけとなった。（事業主）
- ・ 同じような業務状況（シフト制等）でも、しっかり健康課題に取り組んでいる他社の状況を聞くことができ、今後の取り組みへのヒントになった。（事業主）

【改善点・要望】

- ・ 国の事業としての公募のタイミングもあるが、年度内に準備・実施・結果分析までとなると非常にタイトなスケジュールだった。（健保組合）
- ・ 各健保・事業主の終了後の効果測定等を取りまとめて共有してほしい。※健診等、期間内での効果測定が実施できない事業も多いため。（健保組合）
- ・ 1回のワークショップにおいて、他健保組合の事例を聞く件数・時間を増やしてほしい。（健保組合）
- ・ もう少し全体のレベル感を合わせた方がそれぞれの発表をより自社に取り入れられたように感じた。（事業主）
- ・ もっと他企業と交流したかったため、4回開催が少なく感じた。（事業主）

工夫した点・改善点

【共同事業実施にあたっての工夫】

- ✓ 契約締結や支払業務を代表健保組合および取り纏め事業者が代表して行うことで、事務手続きを簡素化した。
- ✓ 健康施策を予め用意されたメニューから選択する方式とすることで、事業者との話し合いを円滑に進めることができるようにした。また、健康施策が複数用意されていることで、それぞれの健保組合の課題に沿った事業を実施できるようにした。

【事業（ワークショップ）実施にあたっての工夫】

- ✓ 講義とグループディスカッションを組み合わせることで、保健事業の実施方法を学ぶと共に、学んだ内容をどのように工夫していくかを他の参加者と意見交換できるようにした。また、他健保組合の取り組みを聞くことで、それぞれの健保組合が取り組みを参考にできるようにした。
- ✓ 健保組合と事業所担当者の話し合いの時間を設けることで、スピード感を持って保健事業を実施できるようにした。
- ✓ 報告書フォームを予め用意し、フォームに記載をしながら保健事業を進めることで、保健事業を実施しながら手順を学べるようにした。また、その報告書を社内報告用にも活用できるようにすることで、共同事業参加における負担感を軽減した。

【反省点・改善点】

- ✓ より有益な情報交換の場とするため、共同事業に参加する健保組合・事業所を募集する際、保健事業の実施状況や健保組合と事業主との連携状況を確認し、レベル感を合わせることが必要。
- ✓ 事業所の繁忙期や事業の評価時期（翌年度の健診を使用する等）を踏まえ、事業実施時期・期間を工夫する必要がある。（複数年度の事業とする等）
- ✓ ディスカッション時間を増やす等、ワークショップの時間配分について検討をする必要がある。
- ✓ 今年度の実施内容等をパッケージ化することで、汎用的に実施することが可能と考えられる。