事業名：若年層対策事業を通した「PFS活用型健診事前対策事業の標準モデル」の構築

健保名：兵庫県建築健康保険組合

エグゼクティブサマリー

＊『健診前チャレンジ®』は株式会社インサイツの登録商標です（登録番号：第5503249号）

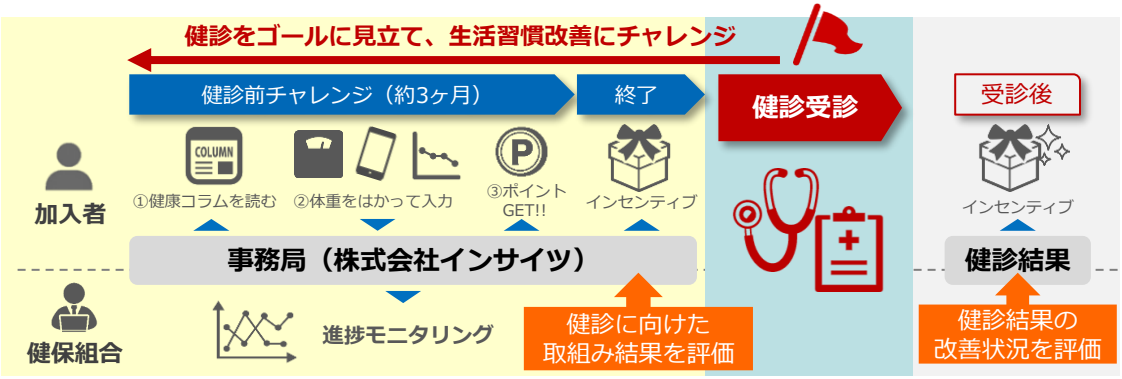
- **本事業の目的**

「健診前チャレンジ®」を複数健保組合による共同事業方式で実施することにより、
「PFS活用型健診事前対策事業の標準モデル」の構築、**及び若年層対策事業の標準課題**抽出を狙う。

- **本事業概要**

『健診前チャレンジ®』とは

健康意識が高まる機会である**健診前**に、健診をゴールに見立てた生活習慣改善プログラムに参加いただき、**健診を良い状態で迎えていただく**ことを狙った企画です。



- **報酬設計**

総費用 ＝ 1健保あたり基本料 ＋ 成果連動報酬①（体重計測週数達成報酬） ＋ 成果連動報酬②（体重変化量達成報酬）　介入成果の評価 ＋ 成果連動報酬③（事後健診時体重達成報酬）　事後健診時の評価

基礎分
成果連動分

- **本事業の成果**

保健事業としての成果
（特定保健指導相当者の減少、若年層対策の効果）

◎ **健診前の3ヶ月間プログラムによって減量に成功**
⇒チャレンジ開始時から▲2.5kg

◎ **事後健診の結果が事前健診に比べて有意に改善**

△ **若年層（39歳以下）の参加率が低迷**

PFS事業としての成果
（健診事前対策事業のロジックモデルの妥当性確認）

◎ **継続的な体重計測が体重変化に繋がるか？**
⇒10週以上入力した方の67%が▲2kg達成

◎ **チャレンジ期間の体重変化と健診結果に相関性が見られるか？**
⇒体重変化と健診時体重変化の間に強い相関（0.73）

- **補助期間終了後の継続方針**

本事業は、補助金期間終了後も実事業として実施中。既に令和6年度事業を終了し、成果及び課題を参加健保と共有した上で更なる改善を進めている（令和7年5月現在）。

1．目的

■ 課題認識

● 若年層対策の必要性と課題

- 特定保健指導の効率的な実施及び対象者減少（＝実施率向上）のためには、40歳に到達する前の段階から生活習慣の見直しに着手することが望ましいと言われている。
- 40歳未満の保健事業実施及び評価に際しては、40歳以上と同様に保険者による健診データを用いた状況把握が重要になるが、法改正によって40歳未満の事業主健診結果を保険者が活用する仕組みが整備されたものの、健保組合が事業主から全年代の健診結果を回収するのは容易ではなく、現状としては未だ若年層世代の健診データの活用は進んでいない。

● 健診結果改善を評価する事業の困難さ

- 特定保健指導にアウトカム指標が導入されるなど、健保組合による保健事業の多くにおいて「成果志向」が広がり始めているが、翌年度の健診結果が改善することを成果目標とみなす事業等、複数年を前提とした事業の実施やその評価を行うことは、年度予算を前提とした年度契約が一般的であること、また年度を跨いだデータの紐付け作業に対応できる職員不足等の面から、多くの健保組合では困難であるのが実状である。

■ 本事業の目的

「健診前チャレンジ®」を複数健保組合による共同事業方式で実施することにより、以下2つの目的の達成を狙う。

健診前チャレンジ®：健康意識が高まる機会である健診前に、健診をゴールに見立てた減量プログラムに参加いただき、健診を良い状態で迎えていただくことを狙った企画

『健診前チャレンジ®』は株式会社インサイツの登録商標です
（登録番号：第5503249号）

目的①：「PFS活用型健診事前対策事業の標準モデル」の構築

本事業は、翌年度の健診結果の改善を狙った健診事前対策事業をPFSで実施するものであり、これにより**生活習慣改善等の保健事業の成果を健診結果を用いて評価するための標準モデル構築が可能**になる。

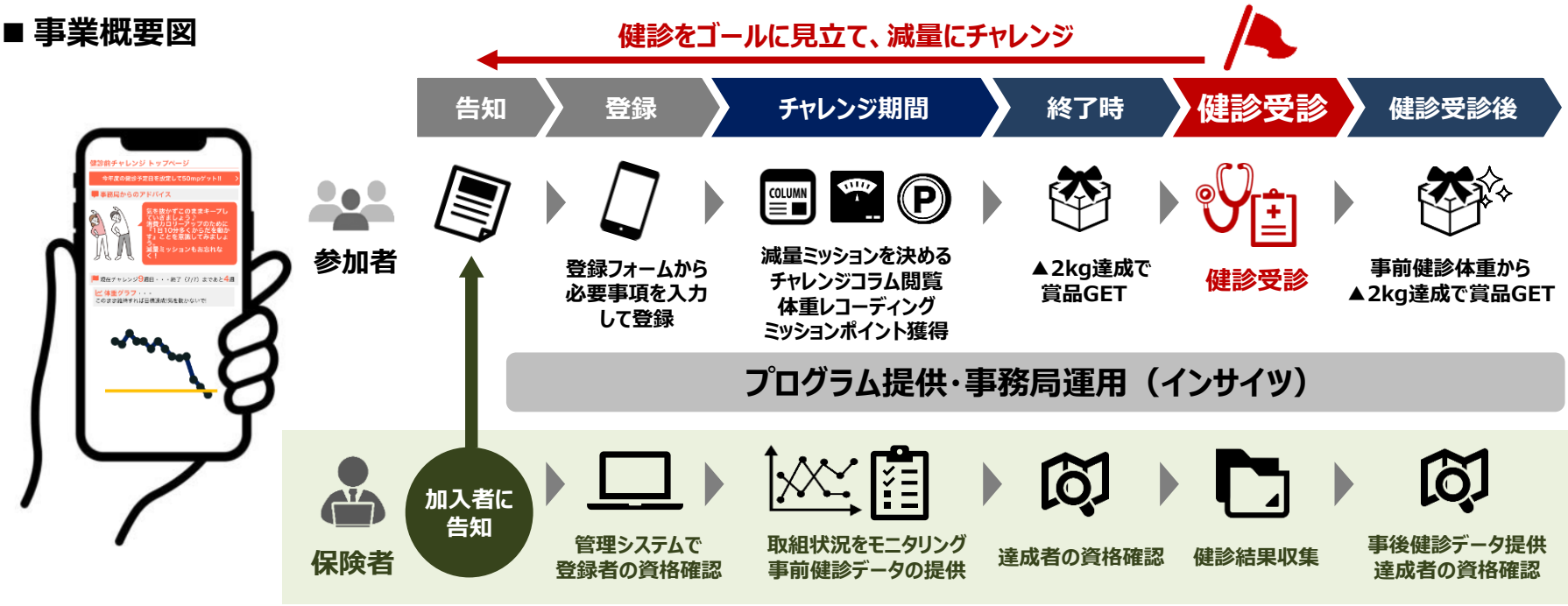
尚、本事業において使用するロジックモデル及び成果指標は、本事業で採用する介入方法のみに限定せず、**他の介入方法を用いた各種健診事前対策事業においても活用できる基礎になるものを目指している**。そのため、本モデルを構築できた暁には、**様々な健診事前対策事業における成果評価の標準的な手法の横展開**、及び**成果（健診結果の改善）志向の事業が普及する機会を創出**できるようになる。

目的②：若年層対策事業の標準課題抽出

若年層対策事業を実施する際の課題は、事業主との関係性等によって様々な違いが存在する。本事業においては、**複数の総合健保組合及び単一健保組合による共同事業方式**で取り組み、**若年層対策事業における標準課題の整理・抽出**に取り組む。

2．事業内容

■ 事業概要図

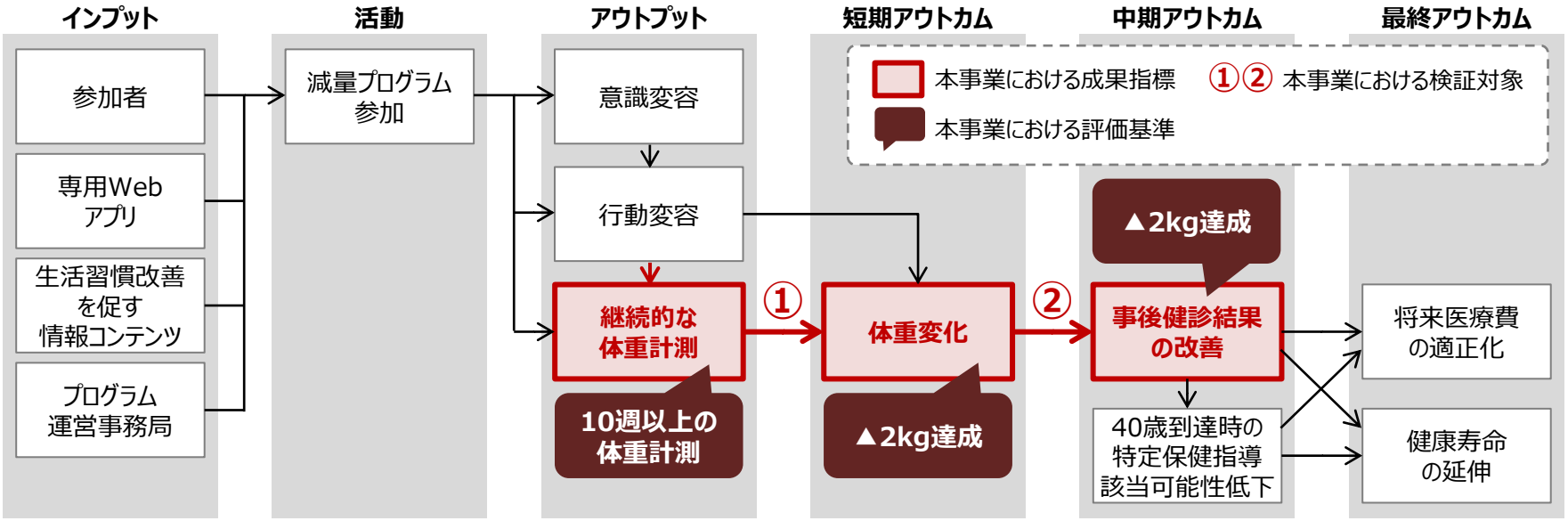


■ 本事業の特長

共同事業方式	**参加健保：兵庫県建築、大阪府電気工事、兵庫県運輸業、石塚硝子、サンデン** **共同事業方式を採ることで**、健保の個別事情の影響を受けにくく**野心的な目標設定が可能**になり、かつ**横展開を見据えた標準モデルの構築が可能**になる。尚、共同事業方式のデメリットである、各健保の健診スケジュールの違い等への対応は、同一年度内に複数回実施することによって柔軟に対応できる計画とした。
3ヶ年計画	本事業では、「令和4年度：準備」>「令和5年度：実行」>「令和6年度：検証」というマスタースケジュールを設計し、**令和5年度の健診結果を評価する（令和5年度健診を良い結果で迎える）ための3ヶ年計画**として事業を推進することにより、事例構築の難易度の高い複数年を跨いだ「PFS活用型健診事前対策事業の標準モデル」を実施した。
過去のPFS事業成果の活用（横展開）	**本事業の計画は令和3年度事業（成果連動型特定保健指導標準モデルの構築）における事業成果を参考に作成**した。これは、本事業によって得られた成果を横展開可能なモデルとして構築するための参考事例として有益と言える。加えて、令和3年度事業の主体者である石塚硝子健保にも本事業に参加していただくことにより、PFS事業としての練度を高めることに努めた。

3．PFS事業の支払条件・ロジックモデル

■ ロジックモデル



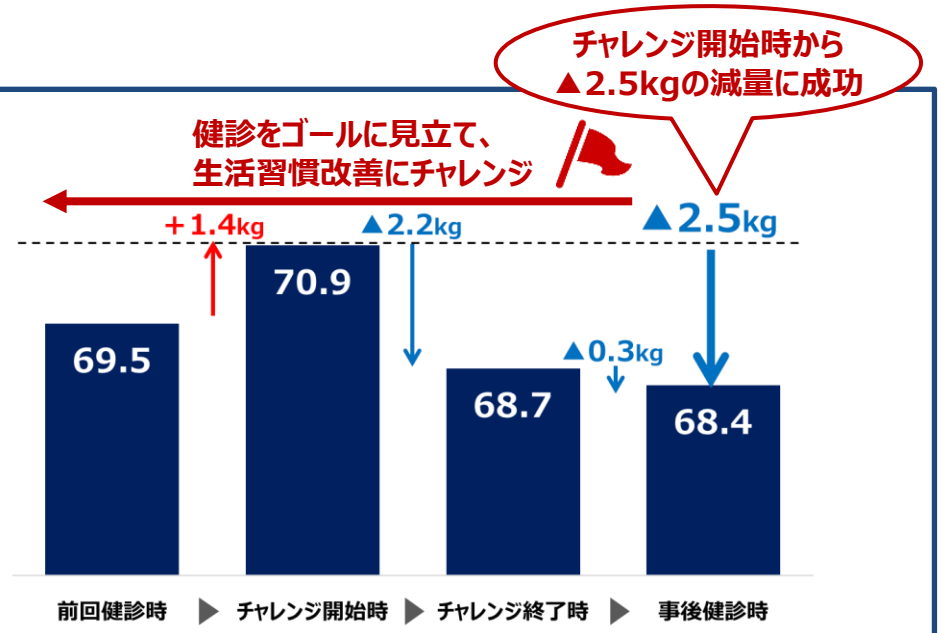
■ 支払条件

	基礎分		成果連動分	
総費用 =	① 基本料	＋	②10週以上体重計測 達成条件：プログラム期間中、合計10週以上の体重入力を実施 ＋ ③終了時体重▲2kg達成 達成条件：下記aまたはbのどちらか一方を満たす a プログラム終了時体重(kg) － プログラム開始時体重(kg) ≦ -2 b プログラム終了時体重(kg) － 事前健診時体重(kg) ≦ -2	介入成果の評価
			＋ ④事後健診時体重　▲2kg達成 達成条件：下記cまたはdのどちらか一方を満たす c 事後健診時体重(kg) － プログラム開始時体重(kg) ≦ -2 d 事後健診時体重(kg) － 事前健診時体重(kg) ≦ -2	事後健診時の評価

5．保健事業としての成果と評価

成果①：健診前の3ヶ月間プログラムによる減量に成功

- 健診前3ヶ月間の「健診前チャレンジ」により、チャレンジ開始時から▲2.5kgの減量に成功。
- チャレンジ期間終了後にリバウンドが発生せず、更なる減量傾向が見られたことから、健診に向けた意識を高めるという目的に適った事業であることを確認できた。



成果②：事後健診の結果が事前健診に比べて有意に改善

- 第三者評価機関が事前/事後の健診結果を分析・評価した結果、血圧・血糖・脂質すべての値が改善。
- また、複数の項目において統計的に有意な改善を確認。

有意差
★★ p<0.01
★ p<0.05

全対象者

血圧		
年度	収縮期血圧 (N=164)	拡張期血圧 (N=164)
R4	124.4	78.6
R5	122.2	76.8
差	▲2.2↓	▲1.8↓
有意差	★	★★

血糖		
年度	空腹時血糖 (N=114)	HbA1c (N=137)
R4	97.8	5.56
R5	95.9	5.53
差	▲1.9↓	▲0.03↓
有意差	(有意差なし)	(有意差なし)

脂質		
年度	中性脂肪 (N=164)	LDL-c (N=164)
R4	125.9	121.7
R5	109.1	120.9
差	▲16.8↓	▲0.8↓
有意差	★★	(有意差なし)

前年度健診結果が正常域以外

血圧		
年度	収縮期血圧 (N=54)	拡張期血圧 (N=48)
R4	143.3	92.8
R5	135.1	87.0
差	▲8.2↓	▲5.8↓
有意差	★★	★★

血糖		
年度	空腹時血糖 (N=29)	HbA1c (N=54)
R4	118.1	5.94
R5	108.4	5.81
差	▲9.7↓	▲0.13↓
有意差	(有意差なし)	★

脂質		
年度	中性脂肪 (N=39)	LDL-c (N=87)
R4	249.5	143.4
R5	169.2	137.0
差	▲80.3↓	▲6.4↓
有意差	★★	★

課題：若年層の参加率が低迷

- 若年層（39歳以下）の参加者の割合は23%に留まる（減量成果▲2.4kgであり全体平均と同水準）
- 健保にとっては、39歳以下は健診結果を回収しにくい、また40歳以上の対策を優先したい、という意向も見られた。

6．PFS事業としての成果・課題

成果：本事業のロジックモデルの妥当性を確認

継続的な体重計測 → ① (介入成果としての)体重変化 → ② 事後健診結果の改善

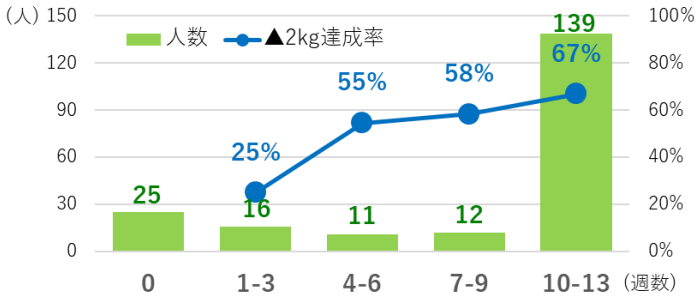
ロジックモデルの検証対象として設定した下記2点の妥当性を確認。

① 継続的な体重計測が体重変化に繋がるか？

妥当性検証結果 ◎

✓体重入力週数の増加に伴って▲2kg達成率が上昇

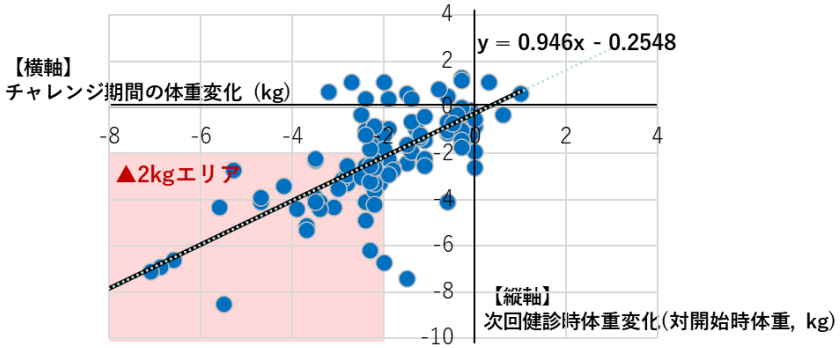
✓10週以上入力した方の3分の2 (67%) が▲2kgを達成



②チャレンジ期間の体重変化と健診結果に相関性が見られるか？

妥当性検証結果 ◎

「チャレンジ期間の体重変化」と
「事後健診時体重変化」の間に強い相関 (0.73)



課題①：健診結果回収の課題（時間を要する、回収不可の方もいることから評価可能な方が限られる）

- 健診受診の有無をタイムリーに健保が把握できるわけではないため、結果を回収できるまでの期間が読めず、回収期間を長期に設定せざるを得ない (加えて回収後には個別抽出⇒成果確認が必要になり、評価までにさらに時間を要することになる) 。
- また、全ての参加者の健診結果を回収できるわけではないため、健診結果を用いた評価が可能な方は限定的になる。

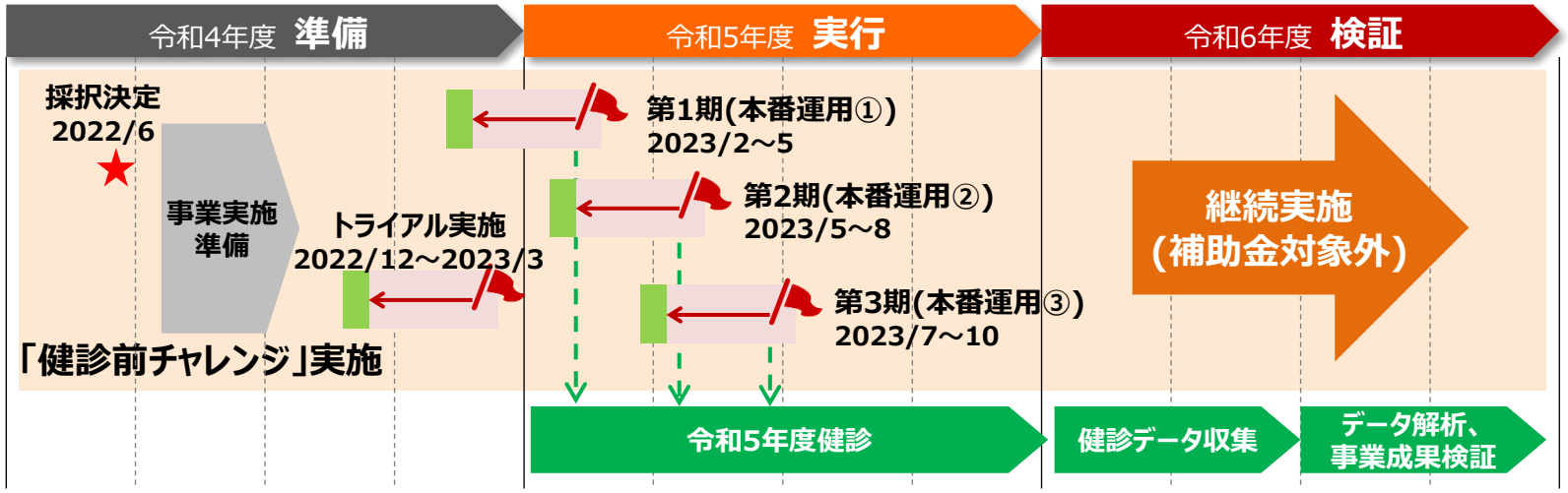
課題②：事前健診結果を用いる評価方法の課題

- 事後健診の約3ヶ月前 (＝事前健診の約9ヶ月後) の時点において、6割以上の方が事前健診時体重から1kg以上増加する傾向を確認。本事業開始前の変化の影響を大きく受けてしまうことが明らかであり、事前健診結果を基準にした評価のみでは事業成果を適正に測ることが難しい。

4．主な活動報告

■ 年間複数回の「健診前チャレンジ®」プログラム（対象者は各回で異なる）

本事業では、準備期間（令和4年度）にトライアル事業を行い、その後実行期間（令和5年度）に3回の「健診前チャレンジ」プログラムを実施、検証期間（令和6年度）において事業成果の検証を実施した。
尚、令和6年度以降も補助金対象外（健保予算）の事業として「健診前チャレンジ」プログラムが実施されている（自走化済み）。



■ 第三者評価機関による事業成果検証

本事業の第三者評価機関である一般財団法人日本健康増進財団が本事業のデータを分析し、事業成果の検証を実施した（次ページ参照）。

■ 事業運営委員会の開催

回	開催日	開催方法	主な議題
1	2022年7月21日（木）	対面＋オンライン	事業概要、実施計画
2	2023年4月25日（火）	〃	令和4年度トライアル進捗報告、令和5年度計画
3	2023年10月31日（火）	〃	令和5年度進捗報告、令和6年度（継続事業）方針
4	2024年4月23日（火）	〃	令和5年度事業報告、令和6年度（継続事業）計画
5	2024年10月17日（木）	〃	第三者評価機関による成果検証結果報告
6	2025年3月27日（木）	〃	最終報告、令和6年度（継続事業）報告

7. 参加組合に対するアンケート

アンケート回答：本事業に参加した5健保　アンケート実施時期：令和7年3月

※**赤字**：半数以上の健保が回答

■若年層対策について

1）若年層対策の重要度	**重要度が高い**	**3**
	重要度が高いが、40歳以上が優先	1
	重要度はそれほど高くない	0
	若年層対策は課題と位置付けていない	1
2）参加者獲得に関する課題	40歳以上よりも難しい	2
	40歳以上と同様に難しい **（若年層だから難易度が上がる訳ではない）**	**3**
	若年層のほうが獲得しやすい	0
3）健診結果収集に関する課題	**40歳以上よりも難しい**	**3**
	40歳以上と同様に難しい （若年層だから難易度が上がる訳ではない）	1
	40歳以上と同様であり大きな課題はない	1

■健診事前対策について

1）健診事前対策に対する期待（複数選択可）	**健診結果が改善する**	**3**
	特定保健指導該当者を減らすことができる	**3**
	健診をゴールにすることで本人の意識が上がりやすい	**4**
	事業成果が分かりやすい	2
2）健診事前対策に関する課題（複数選択可）	健診結果の収集に手間・時間がかかる	1
	前後の健診結果が揃う参加者が限定的	0
	健診時期が想定からずれる方が多い	**4**
	事前健診からチャレンジ開始までの変化が大きい	1

■PFSについて

1）保険者にとってPFSはどのような仕組みか	積極的に採用すべき	2
	理に適っているが健保にとっては採用しにくい仕組み	1
	有効性に疑問	2

※その他回答、自由記述等は省略

8. 本事業における成果及び課題の整理

- **「PFS活用型健診事前対策事業の標準モデル」構築**として取り組んだ本事業では、健診事前対策事業において狙うべき大きな成果の1つと言える特定保健指導該当者（または相当者）の減少に直接的に影響のある**減量及び健診結果の改善に成功**した。

  ◎ **健診前の3ヶ月間プログラムによって減量に成功　⇒チャレンジ開始時から▲2.5kg**

  ◎ **事後健診の結果が事前健診に比べて有意に改善**

- また、同標準モデルのための**ロジックモデルの妥当性を確認**できたことから、**健診事前対策事業とPFS方式評価の親和性は高い**と考えられる。

  ◎ **継続的な体重計測が体重変化に繋がるか？　⇒10週以上入力した方の67% が▲2kg達成**

  ◎ **チャレンジ期間の体重変化と健診結果に相関性が見られるか？**
  ⇒体重変化と健診時体重変化の間に強い相関（0.73）

- 一方で、健診事前対策事業の評価に用いる**健診結果の回収に時間を要する、回収不可の方が発生する（＝評価できる方が限られる）という課題**、また事前健診からプログラム実施までの期間（本事業では約9ヶ月間）の体重変動が大きく、**事前健診と事後健診の比較のみでは事業成果を適正に測ることが難しい**ことも明らかになった。

- このことから、PFS活用型健診事前対策事業の実施にあたっては、**健診結果を想定時期までに回収できない場合の対処方法**を予め明確にすること、及び評価において**事前健診とプログラム開始時データの両者を用いる**ことが重要と言える。

- また本事業のもう1つの目的である**「若年層対策事業の標準課題」抽出**のためのアンケート調査においては、**若年層の参加者獲得が困難**（40歳以上よりも難しい＋40歳以上と同様に難しい＝100%）であり、さらに**健診結果収集が「40歳以上よりも難しい」**（60%）という回答を得た。

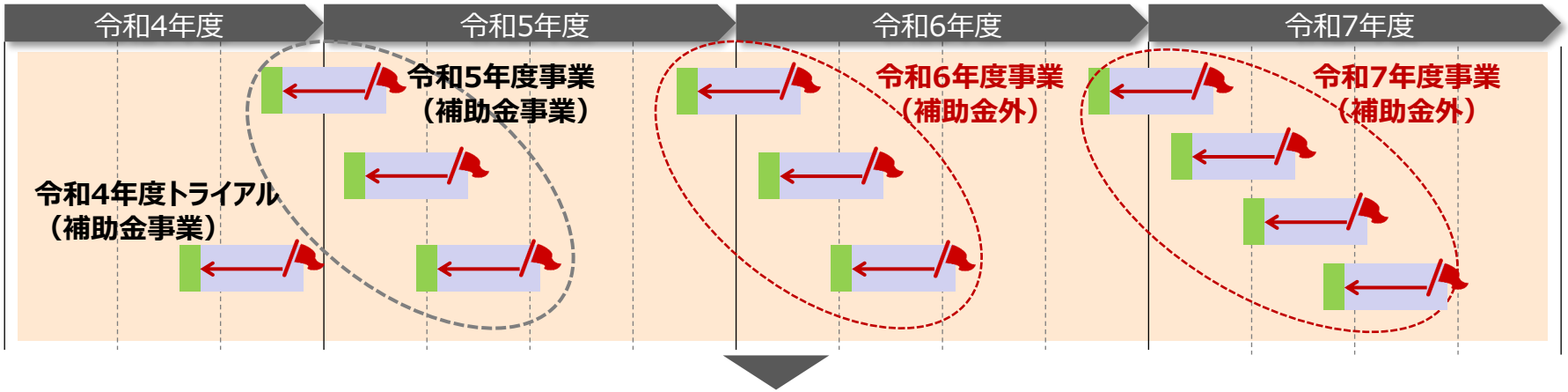
- 一方で、参加した**若年層の減量成果は全体平均と同水準**であったことから、若年層においても健診事前対策事業は有効と言え、**若年層対策事業における標準課題は「参加者獲得」及び「健診結果収集」**と位置付けられる。

9．今後の事業方針

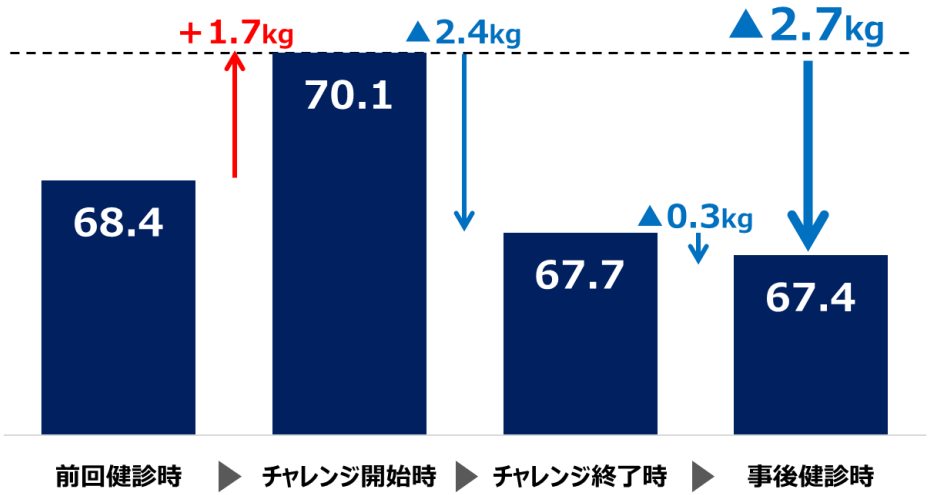
■ 継続事業として実施中

本事業は、補助金期間終了後も既に実事業として実施中。
既に令和6年度事業を終了し、その成果及び課題を参加健保と共有した上で、更なる改善を進めている（令和7年5月現在）。

令和6年度事業（補助金外事業）計画



令和6年度事業における体重変化



- ✓ 実事業（補助金外）に移行した後も、概ね補助金事業と同様の成果を得られることを確認。
- ✓ 健保にとっての利便性を上げるために、年度内回数を増加する等の改善を加えて、引き続き継続する予定。