

事業名：糖尿病重症化リスク者に対するコーチングを活用した重症化予防支援プログラム

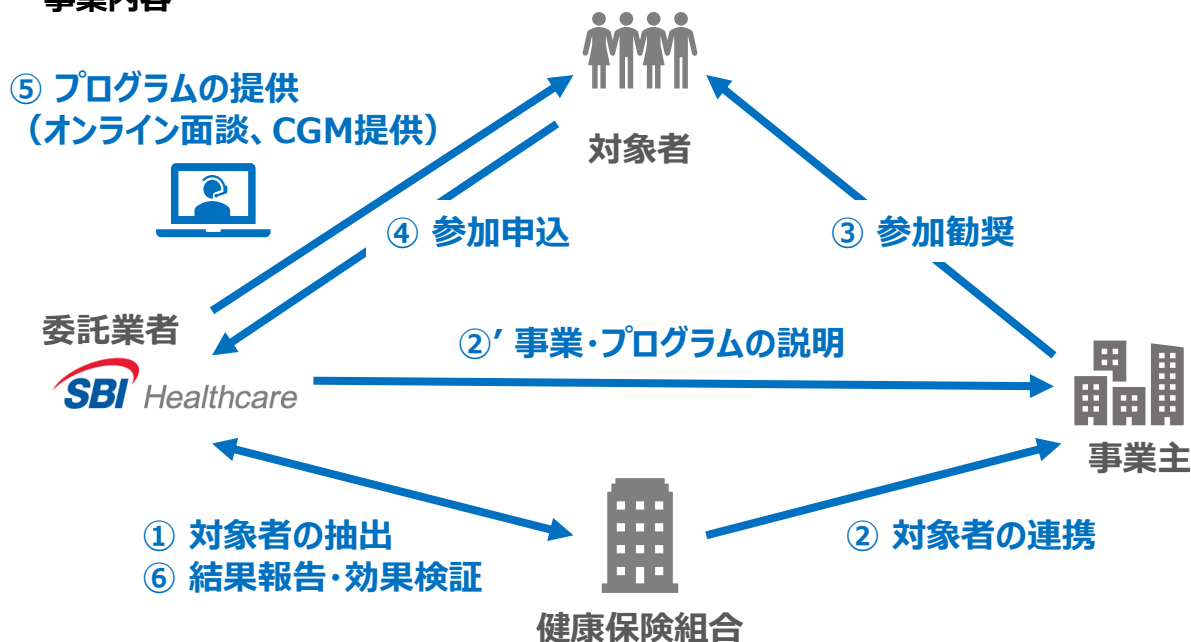
健保名：しんくみ東海北陸健康保険組合健康保険組合

エグゼクティブサマリー

背景・目的

- ✓ 糖尿病は、進行すると人工透析や脳卒中、心筋梗塞など別の重篤な病気を発症する場合もあり、本人の著しいQOLの低下や健康寿命の短縮をきたす可能性があります
- ✓ 当健保には糖尿病罹患者が一定数おり、疾患別の医療費についても糖尿病に起因する費用が二番目に多い状況です。組合員の健康改善のため、また悪化による職場離脱の防止の観点からも重症化予防を実施する必要があると考えているが、当健保は事業所が各地にあり、且つ業務の特性上多忙な人が多く保健指導の機会も取りづらいため、対面ではなくICTを用いて組合員の生活スタイルに応じた支援が必要と考えている

事業内容



- ✓ 本事業は、生活習慣病の重症化を予防すべく数値改善と生活習慣の是正を目指し、専任の管理栄養士（以下、「専門コーチ」という）が期間中マンツーマンのサポートを行うもの
- ✓ 具体的には、期間5カ月のプログラムで月に1回（前半は2週間に1回）のWeb面談と専用アプリ内のタスク管理、食事登録、1on1チャットの活用により専門コーチとの密なコミュニケーションを実施。参加者の自発的な行動を促すためコーチングを用いた支援を行う
- ✓ また、持続式グルコースモニタリング（以下、CGM）を用いた血糖値の見える化を実施。専門コーチが参加者の生活習慣と血糖トレンドの関係性を把握し、具体的な生活習慣の改善に向けた伴走をすることで行動変容を促すもの

効果・成果

<p>成果連動指標</p>	<p>1. HbA1cの改善率（定義：プログラム参加前後の血液検査によって測定されるHbA1c） 2. グルコース管理指標（GMI）の改善率（定義：プログラムの初期、後半に実施するCGM測定結果から得られるGMI）</p>	
<p>達成目標</p>	<p>下記の達成状況に応じて成果報酬を設定 成果指標①：1.2.のいずれかが、改善していること ※現状維持は含まず 成果指標②：1.2.のいずれかが、10%以上改善していること</p>	<p>参加者は1名。達成状況は以下の通り 1. HbA1c：6.4%→6.5% 2. GMI：6.5%→6.5% 未達成</p>

1. 目的

<保健事業としての目的>

【実施背景】

- ✓ 糖尿病は、**運動不足や偏った食生活、喫煙や飲酒**などの生活習慣が発症や進行に關与する疾患です。進行すると**人工透析や脳卒中、心筋梗塞**など別の重篤な病気を発症する場合もあり、本人の著しいQOLの低下や健康寿命の短縮をきたす可能性があります。
- ✓ 糖尿病の重症化・合併症を予防し、**早期に生活習慣を整えることが重要**となってきますが、ご本人に自覚症状がないケースが多く、**気付いた頃には重篤化し合併症や人工透析**に至ってしまうケースも多々あります。そのため、糖尿病と診断された段階からご本人に**自覚を促し、生活習慣の改善**に取り組むことが重要です。

【当健保の状況及び実施目的】

- ✓ 当健保には**糖尿病罹患者が一定数**おり、疾患別の医療費についても**糖尿病に起因する費用が二番目に多い**状況です。組合員の健康改善のため、また悪化による**職場離脱の防止**の観点からも重症化予防を実施する必要があると考えています。
- ✓ 当健保は事業所が各地にあり、且つ業務の特性上多忙な方が多いことから、対面での保健指導の機会も取りづらいため対面ではなく**ICTを用いて組合員の生活スタイルに応じた支援**が適切であると認識しており、SBIヘルスケア社による糖尿病重症化予防支援プログラムを採用する予定です。
- ✓ 糖尿病リスク者に対し本事業を実施することにより、該当数値の改善はもちろんのこと、**参加者本人の健康リテラシーを高め数値の改善を維持**していくことを目的としております。

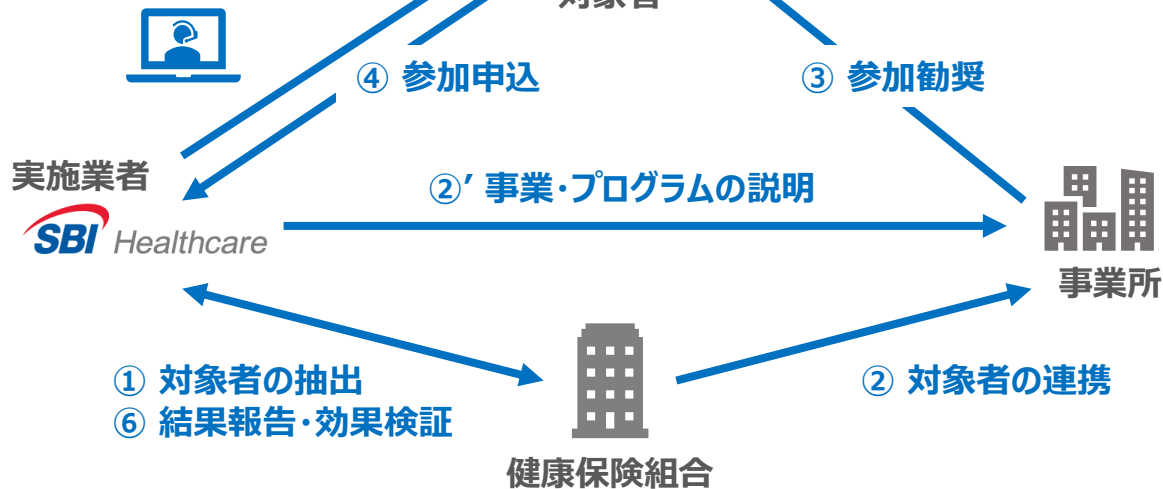
<PFS事業としての目的>

- ✓ 通院済みのアンコントロール層（要確認）に対して、PFS事業を活用した専用プログラムを提供することで、**重症化予防および将来医療費の削減**を図ることを目的とする。対象者の業務特性を踏まえ、**ICTを活用した非対面型のプログラム**を提供している点が特徴である。
- ✓ さらに、期間中に**CGMを2回使用する**ことで、自身の生活習慣と血糖変動の関係性を深く理解いただくとともに、測定結果の前後比較を可能としている。
- ✓ 当健保では従前より重症化予防事業を実施してきたものの、効果検証の難しさが課題となっていた。こうした背景を踏まえ、本事業では成果指標として**HbA1cおよびCGMの測定結果の前後比較**を設定している。これにより、生活習慣の改善にとどまらず、明確な数値改善の把握や医療費削減効果の検証が可能となる点で、付加価値の高いプログラムである。

2. 事業内容

<スキーム>

⑤ プログラムの提供 (オンライン面談、CGM提供)



- ✓ **案内方法**：事業主とのコラボヘルスによる参加勧奨を実施。初回面談日を事業主会議室で同日に設定する等、参加率向上及びスムーズな参加をサポート
- ✓ **専門コーチ**：マンツーマン対応するコーチは管理栄養士（糖尿病療養指導士）が担当。CGMの結果分析にも精通しており、パーソナライズかつ効果的な生活習慣改善のサポートが可能
- ✓ **コーチング**：参加者の自発的な行動を促すためコーチングを活用。離脱防止及びプログラム終了後のリバウンドの低減を目指す
- ✓ **アプリの活用**：定期的なWEB面談に加え専用アプリにて日々の食事・運動の課題を設定。画像解析によるAI食事登録に対する食事指導等、専門コーチとのチャットによるコミュニケーション促進

- ✓ 糖尿病リスク者に対して、専門コーチが期間中マンツーマンのサポートを実施
- ✓ 具体的には、期間5か月のプログラムで月に1回（前半は2週間に1回）のWeb面談と専用アプリ内のタスク管理、食事登録、1on1チャットの活用により専門コーチとの密なコミュニケーションを実施。CGMを活用して対象者の血糖値の見える化を実施
- ✓ 健康保険組合は、対象者の抽出及び実施事業所の選定を実施。保健事業はSBIヘルスケア社にて実施

<スケジュール>

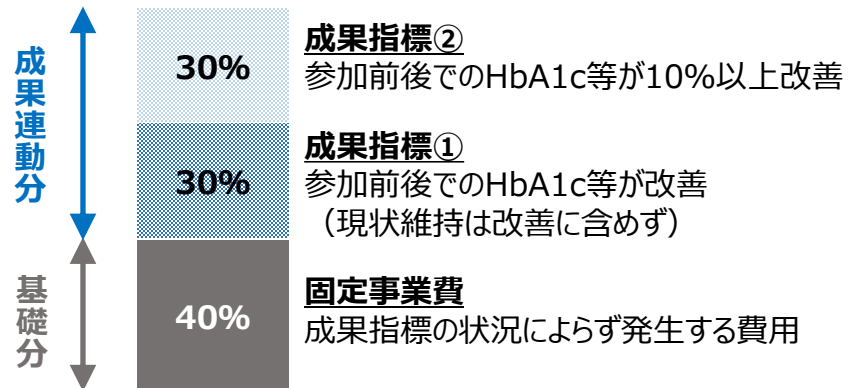


- ✓ 事業所に対して事業の実施背景・目的を丁寧に説明し、事業所からの参加勧奨を実施
- ✓ プログラム期間中（5か月）の参加状況は、実施業者より月次でレポートを受領。進捗の確認と必要に応じて参加者へのフォローアップを実施。

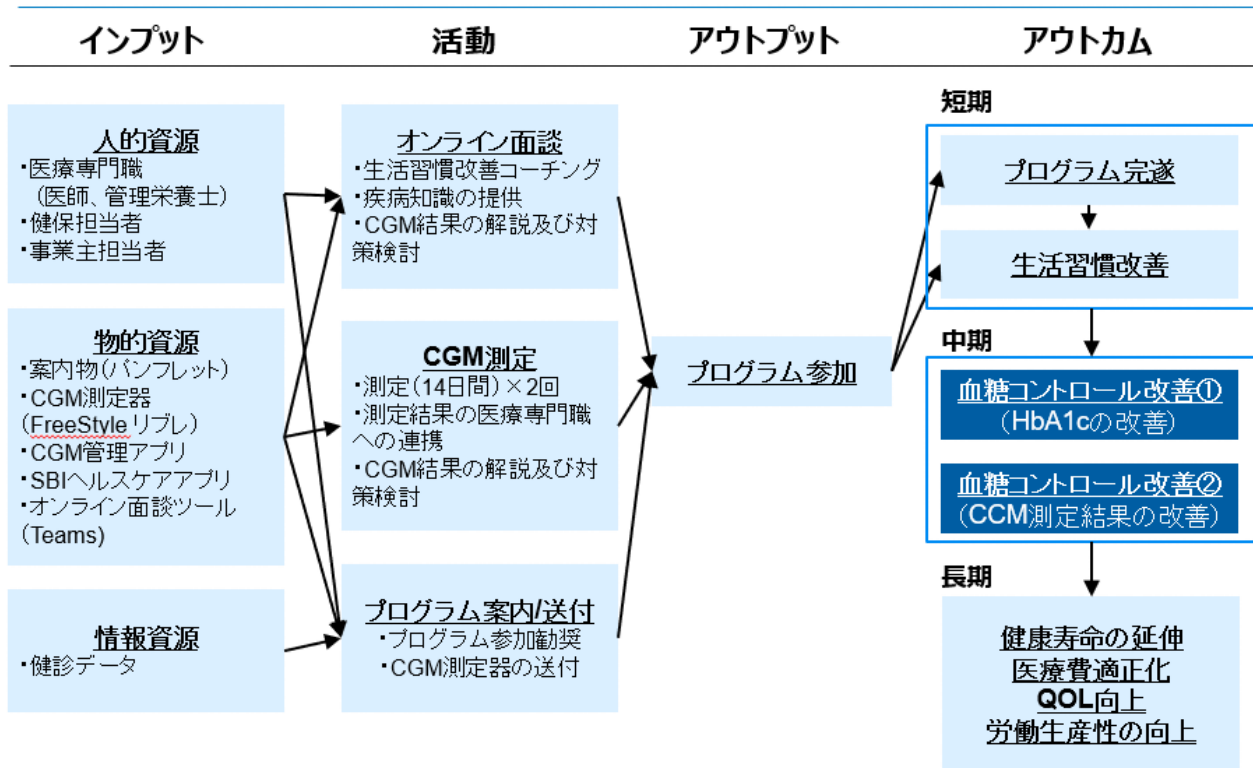
3. PFS事業の支払条件・ロジックモデル

【支払い条件】

- ✓ 成果報酬の達成状況により支払いの割合が右図のように変動
- ✓ 過去の実績（他委託業者）では、離脱者や症状が悪化した方も存在していたが、PFSの趣旨を踏まえ、参加率・完遂率等ではなく、実際の改善効果が得られた場合の成果連動分を厚く設定



【ロジックモデル】



■ = 今回のPFS事業における成果指標

4. 主な活動報告 5. 保健事業としての成果と評価

<申込率向上施策>

事業所との連携強化

- ✓ 事業開始及び参加者募集開始前に、当健保、事業所、実施業者の3者で丁寧なすり合わせを実施
- ✓ 健康保険組合が抽出した対象者に対して事業所からの参加勧奨を実現

案内パンフレット、案内方法の工夫

- ✓ 無理なく継続できるプログラムであることやCGMの活用方法などをビジュアルで説明
- ✓ 過去の参加者の実績、感想や実際に取り組む内容を記載
- ✓ テイストを変えた再案内パンフレットを作成

<参加者アンケート>

設問	回答	回答選択
プログラムに参加して良かったか	参加してよかった	参加してよかった/参加しなければよかった/どちらでもない/その他
参加して良かった（悪かった）理由	健康に関する知識を得ることができたから	自由記述
プログラム全体の評価	9点	1～10点評価
その他コメント	時期的に、年末や正月を挟み食事の是正ができなかった。	自由記述

効果・成果

成果連動指標

1. HbA1cの改善率（定義：プログラム参加前後の血液検査によって測定されるHbA1c）
2. グルコース管理指標（GMI）の改善率（定義：プログラムの初期、後半に実施するCGM測定結果から得られるGMI）

達成目標

上記の達成状況に応じて成果報酬を設定
成果指標①：1.2.のいずれかが、改善していること
※現状維持は含まず
成果指標②：1.2.のいずれかが、10%以上改善していること

結果

参加者は1名。成果指標の達成状況は以下の通り
1. HbA1c：6.4%→6.5%
2. GMI：6.5%→6.5%
未達成

結果指標については未達成

- ✓ 参加者のHbA1cは6.4→6.5%と若干の悪化、GMIは6.5%で横ばいと、残念ながら成果指標の達成には至らず
- ✓ 対象者の選定は、事業を実施する主要事業所に所属しており、かつ通院済みの糖尿病案コントロール層（計7名）
- ✓ 参加者（1名）はプログラムを完遂。食生活の改善や平均歩数の増加等、生活習慣の改善は進んだものの、残念ながら成果指標の改善には至らなかった。

6. PFS事業としての成果

<指標（=ロジック検証）について>

- ✓ 重症化予防支援事業の目的を考慮すれば、HbA1c、GMIという具体的な指標を採用したことは適切であったと考える。

<指標の定義・計算方法について>

- ✓ HbA1cは健診結果や通院時に測定が可能、GMIも装着するCGMから取得可能。いずれも客観的かつ比較が容易な定量的な指標として適切であったと考える。

<成果指標の目標設定について>

- ✓ 成果指標の達成条件に現状維持を含めず明確な改善を目指した点は、当健保の過去の重症化予防の実績を踏まえるとやや意欲的な目標設定であった可能性はある。

<成果指標の結果、支払い条件について>

- ✓ 成果指標の達成状況については残念ながら未達に終わった。
- ✓ 支払い条件については、基礎分を最大支払額の40%に留め、明確な改善が確認できた場合に支払いが増額する条件は、事業者側のインセンティブとして適切に機能していたと考えられる。
- ✓ 一方で、HbA1cは主に過去1～2か月の平均血糖を反映する指標であり、プログラム終了後のHbA1cの測定タイミングによっては、介入効果が十分に反映されない可能性がある点は考慮が必要と考えられる

<費用対効果について>

- ✓ 重症化予防事業として、本対象者においては状態の維持が確認されており、悪化防止の観点から一定の成果が認められる。
- ✓ 一方で、総事業費を踏まえた費用対効果については、引き続き検証の余地がある。生活習慣の改善も確認されていることから、今後の健診結果の推移を踏まえ、中長期的な効果を含めた評価を実施することが重要である。

7. 今後の事業方針

<事業を通じて得られた気付き>

- ✓ 本プログラムに対する参加者の初期意欲は必ずしも高くなかったものの、日々の生活習慣に対する個別具体的な支援を通じて意欲の向上が見られ、生活習慣の改善につながったと考えられる。
- ✓ 一方で、参加者数の確保に向けては、勧奨方法のさらなる工夫が重要である。そのため、健保組合・事業所・事業者が密に連携し、効果的な参加勧奨を実施していく必要がある。
- ✓ また、効果検証にあたっては短期的な結果のみに依拠するのではなく、中長期的な視点で評価することが重要である。今後、PFS事業に限らず重症化予防事業を推進していくにあたっては、各成果指標の設定や成果報酬の支払条件について、継続的に検討していく必要がある。

<今後の事業方針>

- ✓ 生活習慣病の重症化予防は当健保の重要課題であり、より高い費用対効果を目指して継続的に取り組んでいく予定