

# データヘルス計画書（健保組合共通様式）

## 【参考事例】

計画策定日：平成 年 月 日

最終更新日：平成 年 月 日

ジョンソン・エンド・ジョンソングループ

\* データヘルス計画書（健保組合共通様式）【参考事例】は、健康保険組合の皆様にご覧いただき、データヘルス計画の策定における手順を具体的にイメージしてもらい、計画策定を円滑に進めていただくためのものです。これらの計画書を参考にされる際には、以下の点についてご注意ください。

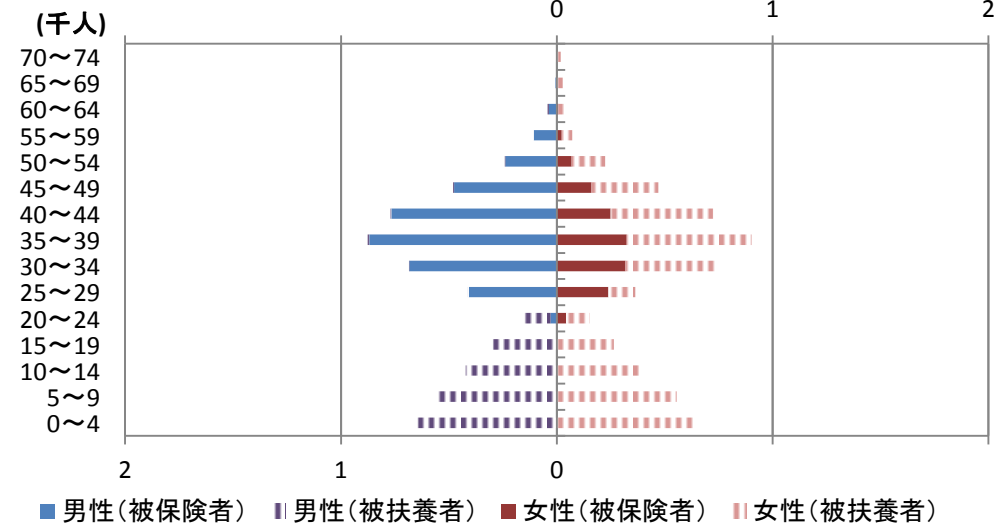
- (1) 事例は、それぞれの健康保険組合の形態や規模、加入者の属性のみでなく、これまで実施してきた取組等を踏まえて作成されていることから、特定の事例の記載内容を一律に模倣するのではなく、各健康保険組合の実情に応じた独自のデータヘルス計画を策定すること
- (2) 計画の策定に係る基本的な考え方についての理解を深めるために、「データヘルス計画の作成の手引き」等についても併せて参考にすること
- (3) 事例はすべての健康保険組合に先行して作成しているため、項目の記載時点は、入力用ツールに記載されている時点とは異なる場合があるが、計画書に記載すべき各記載項目の時点については、「データヘルス計画書（健保組合共通様式）に関する記載要領」等に則って入力すること
- (4) 成果（アウトカム）目標および事業量（アウトプット）目標ならびに事業目的の設定については、事例を参考としながら可能なかぎり自組合で評価可能な客観的な指標を用いること

## STEP 1 - 1 基本情報

「全健保組合共通様式」

組合コード	29271
組合名称	ジョンソン・エンド・ジョンソングループ
形態	単一
被保険者数（平成26年3月末現在） * 特例退職被保険者を除く。	5,057名 男性71.6%（平均年齢39.1歳）* 女性28.4%（平均年齢37.0歳）*
特例退職被保険者数	0名
加入者数（平成26年3月末現在）	11,282名
適用事業所数	4か所
対象となる拠点数	27か所
保険料率（平成26年度）*調整を含む。	90.0%
	全体 被保険者 被扶養者
特定健康診査実施率（平成25年度）	82.0% 92.4% 60.9%
特定保健指導実施率（平成25年度）	43.3% 48.5% 0.0%

		健康保険組合と事業主側の医療専門職 （平成26年4月1日現在）	
		常勤	非常勤
健保組合	顧問医	0	0
	保健師等	0	0
事業主	産業医	1	0
	保健師等	1	0



(注) 記載要領参照

保健事業費	予算額（千円）	被保険者一人当たり金額
	（平成26年度）	（円）
特定健康診査事業費	25,297	5,002
特定保健指導事業費	16,970	3,356
保健指導宣伝費	50,379	9,962
疾病予防費	362,483	71,679
体育奨励費	9,168	1,813
直営保養所費		0
その他	50,888	10,063
小計 …a	515,185	101,876
経常支出合計（千円） …b	3,645,731	
a/b×100（%）		14.13

1. 中規模な健保組合（被保険者数約5千人、加入者数約1万1千人／全健保平均被保険者数約1万1千人）である。
2. 男女比は、7対3と平均的（全健保平均68.5対31.2）である。扶養率は1.23と全健保平均（0.88）よりも高い。
3. 事業所は東京本社以外主要都市及び工場（2か所）があり、被保険者の約半数が本社以外に在籍している。
4. 特定健康診査実施率は、被扶養者を含めて82%と全健保平均70.1%（平成24年度実績）よりも高く、特定保健指導実施率は、被扶養者を含めて

## STEP 1 - 1 基本情報

「全健保組合共通様式」

- 43.3%と全健保平均18.1%よりも高い。
- 5. 年齢構成比は、ひょうたん型ピラミットで0～9歳と35～39歳の層に山があり、20～24歳の層が少ない。
- 6. 当健保組合には、医療専門職が在籍していない。
- 7. 保健事業費は、30歳以上人間ドック（全額補助）及びカフエテリアプラン制度（1人年間3万ポイント付与）により、1人当たり約10万円（単一健保平均 約2万4千円）と手厚い。

## STEP 1 - 2 保健事業の実施状況

「全健保組合共通様式」

健保組合の取組															
予算科目	注1) 事業分類	事業名	事業の目的および概要	対象者					事業費 (千円)	振り返り			注2) 評価		
				資格	対象事業所	性別	年齢	対象者		実施状況・時期	成功・推進要因	課題及び阻害要因			
特定健康診査事業	1	特定健診 (被保険者)	【目的】事業主が行う定期健康診断 (法定) と併せて共同実施して受診率を向上させる。 【概要】事業主と共同して未受診者に対して受診勧奨メールを随時送付	被保険者	全て	男女	40	～	74	全員	17,197	目標受診率95% 対象者数2,274名 受診者数471名 受診率20.7% (平成26年10月末現在)	早期受診キャンペーンを実施し、比較的使用数の少ない年度前半の期間に受診を誘導	毎年、年度末に受診が集中している結果、年度の前半に受診時期を変更する人が少ない。	4
	1	特定健診 (被扶養者)	【目的】特定健診の受診率向上 【概要】乳がん検診受診勧奨告知と合わせて健診受診を促す。	被扶養者	全て	男女	40	～	74	全員	8,100	目標受診率65% 対象者数1,130名 受診者数327名 受診率28.9% (平成26年10月末現在)	10月の乳がん月間の告知に合わせて健診受診勧奨実施	毎年、年度末に受診が集中する傾向は多少は正されたが大きくは変わっていない。	3
	3	特定保健指導	【目的】特定保健指導の実施率及び改善率向上 【概要】特定保健指導目標評価カード及び健康マイページの目標達成度チェックシステムを活用して目標達成度を評価する。実施者に目標達成した場合は、インセンティブポイントを与えることを伝え、改善意欲を促す。	被保険者	全て	男女	40	～	74	全員	11,130	合計参加率目標50% 【動機付け支援】 ・対象者数133名 ・参加者数61名 ・参加率46% 【積極的支援】 ・対象者数208名 ・参加者数82名 ・参加率39.4%	・前年度の健診データを一括して6月に階層化、例年8月～9月に集中して特定保健指導月間として事業主と共同で参加募集を実施 (本格実施の平成24年度は70%の参加となった) ・特定保健指導プログラム参加手続書回収率は91.5%と高かった。 (医療機関等で保健指導実施中や健診後服薬中などの場合も提出をお願いしている)	・本格実施から3年目となり、継続対象者の参加意欲が減退	4
	3	特定保健指導対象者への参加勧奨	【目的】特定保健指導対象者の参加率向上 【概要】 特定保健指導プログラム参加のご案内書に加えて、特定保健指導の概要・参加者の声・参加者の保健指導実績等を掲載したリーフレット及び参加手続書を自宅に送付 ②事業主と共同によるメール及び健保の電話による受診勧奨実施	被保険者	全て	男女	40	～	74	基準該当者	400	【参加勧奨リーフレット等】 対象者数328名全員に自宅に発送 (退職者除く) 【電話による参加勧奨】 対象者数455名 (39歳以下対象者含む) 実施者数417名	初回対象者には、「あなたの目標は」のタイトルにし、2回目以上対象者には、「再度チャレンジ」「今年こそ目標達成」のタイトルに分けて参加案内リーフレットの内容を工夫した。	初回対象者160名、2回目以上168名と2回目以降が半数を占めており、リーフレット内容だけではなく、プログラム内容自体の工夫が必要な状況となっている。	3

## STEP 1 - 2 保健事業の実施状況

## 「全健保組合共通様式」

特定保健指導事業	2	リスクに応じた健康情報提供	【目的】自分の健康状況を認識してもらうための健康情報提供 【概要】受診勧奨者、服薬者、健康層に対して、リスクに応じたリーフレットによる健康情報を自宅に送付	被保険者	全て	男女	40	～	74	全員	400	対象者全員に自宅発送 ①服薬者（血圧・血糖・脂質）へのリーフレット196名 ②受診勧奨者へのリーフレット50名 ③情報提供者へのリーフレット1,208名	従来の特定保健指導対象者のみの対策に加えて、その他全体の集団に対してリスクに応じた健康維持、リスク改善の対策が必要と考え、今年度より全ての対象者に自分の健康状態を認識してもらうことからスタートした。	今年度は初年度のため、既成の情報提供物であったが、来年以降はオリジナリティーな内容を加えて、より理解してもらえるインパクトのある内容としたい。	3
	2	軽度受診勧奨者対策	【目的】軽度の受診勧奨者対象に保健指導を行うリスク軽減支援 【概要】受診勧奨者のうち、健保独自に血圧（収縮期140-149／拡張期90-99）・HbA1c（6.5-6.9）の基準値を設定し、医師の介入による保健指導を実施（非メタボの方も対象に含める）	被保険者	一部の事業所	男女	30	～	74	基準該当者	350	【東京地区】（医師面談2回による特定保健指導） 対象者数21名（39歳以下2名） 参加者数5名（39歳以下1名） 【東京地区以外】（受診勧奨を含めた特定保健指導） 対象者数15名（39歳以下3名） 参加者数7名（39歳以下2名）	・特定保健指導対象者以外のリスク者支援対策として、今年度より受診勧奨者（50人）の内、血圧、血糖値（基準設定）が比較的軽度な方（35名）を対象に、パイロット的に東京地区から対象者21人（参加5名）に医師の介入による保健指導プログラム（6ヶ月）を実施（対象者個人別に目的・趣旨等を通知し参加を募った。） ・医師と保健師等による医療専門職による保健指導の効果を検査データにより実証する。 ・其他地区の対象者は、受診勧奨を含めて特定保健指導を実施（対象者15名の内7名参加）	・東京地区の参加率が24%と通常の特定保健指導44%よりも低くなった原因は、医師2回の面談と委託医療機関に向かいでの指導に対するハードルの高さがあったと思われる。	3
	3	39歳以下対象の（特定）保健指導	【目的】改善しやすい若年層から早期に（特定）保健指導を実施し、中期的に40歳以上対象者の改善率を高める。 【概要】30～39歳までの積極的支援対象者に（特定）保健指導を実施	被保険者	全て	男女	40	～	74	基準該当者	4,690	対象者数149名 参加者数56名 参加率38%	特定保健指導の対象外の年齢ではあるが、若年層からの取組が重要であることを事業主に理解してもらっている。	・参加率は40歳以上よりも低くなっている。（平成24年度27%、25年度43%、26年度38%） ・更に若年層からの生活習慣改善意識を高めるために動機付け支援まで範囲を広げることを検討	3
	4	健保ガイド発行	【目的】健保組合事業の周知 【概要】健康保険のしくみ、保険給付、保健事業、個人情報保護等のガイドを自宅に発送	被保険者 被扶養者	全て	男女	18	～	74	全員	4,508	年1回4月発行 自宅配布 部数5,850	H Pの情報に加えて常設用の紙媒体として活用されている。	・年1回の発行のため基本的な情報内容に固定されている。 ・H P等による最新・新鮮な健康情報提供が必要である。	3

## STEP 1 - 2 保健事業の実施状況

## 「全健保組合共通様式」

保健指導宣伝	4	健康カレンダー発行	<p>【目的】食と運動に対する健康情報提供</p> <p>【概要】各月のWHO健康デー、健康行事をカレンダーに明記、各月からだに効くメニュー紹介、1カ月1Kg減を目指す運動・食生活を紹介</p>	被保険者 被扶養者	全て	男女	18	～	74	全員	1,100	健保ガイドと同梱 発行部数5,900	<p>・社員健康推進委員会のテーマである「生活習慣改善」のポピュレーションアプローチとして、「食」と「運動」をテーマに健康カレンダーを平成25年度から発行</p> <p>・4月発行の健保ガイドと同梱で自宅に送付し、家族を含めた活用に期待</p>	コストを余りかけずに活用される魅力あるカレンダーにする工夫が必要	4
	4	健保ホームページ	<p>【目的】健保組合運営の周知</p> <p>【概要】健康保険のしくみ、各種申請書、健診予約システム、健診結果管理システム、カフェテリアメニュー等を提供</p>	被保険者 被扶養者	全て	男女	18	～	74	全員	33,713	随時アップ	<p>HPから健康保険のしくみ、各種申請書などの基本情報に加えて、健診予約、健診結果、カフェテリアサービス、メタボ対策Web、Web医療費明細、けんこう手帳 常備薬 幹旋などのサービスをワンストップで活用できることによりアクセス数の増加効果をもたらしている。</p>	被扶養者に対するパソコン環境が未整備	4
	4	WEB医療費通知	<p>【目的】医療費実績の確認による健康意識への働きかけ</p> <p>【概要】健保ホームページより給付金額、給付履歴、医療機関等を確認</p>	被保険者 被扶養者	全て	男女	18	～	74	全員	2,246	レセプト平均件数10,729 (平成26年9月現在)	<p>・最新の医療費明細をWebサイトで確認できる。</p> <p>・家族の医療費の状況閲覧に加えて、ジェネリック差額表示などの機能が付与</p>	自分の医療費を確認する目的・活用方法等の案内・啓蒙が不足	4
	5	育児情報誌送付	<p>【目的】育児対象者への育児サポート情報提供</p> <p>【概要】月刊「赤ちゃん和妈妈」、季刊「1.2.3歳の育児」雑誌を自宅に発送</p>	被扶養者	全て	男女	18	～	74	基準 該当者	1,200	送付件数232名/平成26年度 新規174名（平成26年10月末現在）	<p>・当組合は扶養率が高く、0～4歳に1,318名（被扶養者の約20% /平成26年10月現在）いることから、育児対象者へのサポートが必要である。</p> <p>・季刊誌の1～3歳対象雑誌も追加</p>	定期的なアンケート集計結果データによるニーズの把握が必要である。	4
	1	生活習慣予防健診・人間ドック	<p>【目的】各種疾病の早期発見と健康意識向上</p> <p>【概要】30歳未満生活習慣病予防健診、30歳以上日帰り人間ドック実施（全額補助）</p>	被保険者 被扶養者	全て	男女	18	～	74	全員	258,300	対象者数7,686名 受診者数2,966名 受診率39%（平成26年12月までの予約を含む）	人間ドック受診対象者を30歳以上に引き下げていること及び全額無料で受けられるので、若い時からの詳細な健診結果が経年で得られ、いつでも安心して健診を受けられる効果がある。	必ずしも毎年必要がない検査項目や費用対効果の観点での検証がされない可能性がある。	4
	1	婦人科検診	<p>【目的】婦人科疾患の早期発見</p> <p>【概要】子宮がん検診及び35歳未満触診・乳腺超音波、35歳以上マンモグラフィ検査をプラスして実施（全額補助）</p>	被保険者 被扶養者	全て	女性	18	～	74	全員	20,500	対象者数3,815名 受診者数673名 受診率17.6%（平成26年12月までの予約を含む）	10月の乳がん月間にあわせて、医療機関紹介と早期発見の重要性をHPにて告知	前年まで実施していた乳がんバス検診の廃止により、告知インパクトが低下	2

## STEP 1 - 2 保健事業の実施状況

## 「全健保組合共通様式」

疾病 予防	1	健診オプション検査	【目的】人間ドック指定検査の基準項目の他に受診者が気になる疾患の検査を選択し、異常がないか確認することにより、がんや生活習慣病に対する健康意識を高める。 【概要】受診者の希望によりカフェテリアポイントを利用して検査受診	被保険者 被扶養者	全て	男女	18	～	74	全員	11,000	オプション受診者数2,190人（平成26年12月までの予約を含む）	がんなどのオプション検査項目の追加により利用増加	オプション検査の必要性や判定内容等の情報不足	4
	1	インフルエンザ予防接種	【目的】インフルエンザの重症化予防対策及びインフルエンザ等の感染予防意識向上 【概要】事業所における出張インフルエンザ予防接種実施及び医療機関での接種費用補助（税抜き4,000円上限）	被保険者 被扶養者	全て	男女	0	～	74	全員	17,600	出張インフルエンザ受診者数508人（東京地区） インフルエンザ補助10月～1月 実施中	出張インフルエンザ予防接種については、Web健診予約システムからの申し込みによる利便性効果で受診率100%となっている。	実施会場の確保できる日程に制約	3
	7	健康管理・健康増進支援	【目的】健康管理・健康増進支援 【概要】健康関連商品を各自付与されたカフェテリアポイントにて利用可能	被保険者 被扶養者	全て	男女	18	～	74	全員	51,700	・件数1,624 ・使用ポイント数19,865,586（ポイント単位円） （平成26年10月末現在）	健保ニーズに即した健康関連メニューの導入が増加	生活習慣改善に直接効果があるメニューがもっと必要	4
体育 奨励	7	スポーツストレッチクラブ契約	【目的】特定保健指導対象者のフォローアップ及び加入者の健康増進・支援 【概要】各自付与されたカフェテリアポイントにて利用可能	被保険者 被扶養者	一部の事業所	男女	18	～	74	全員	9,168	・件数242件 ・使用ポイント数3,721,330 （平成26年10月末現在）	健康意識が高いことから Constant な利用がある。	・ヘビー利用者が多い。 ・特定保健指導対象者への適切な利用促進が必要	4
直営 保養															
その他	7	契約保養所	【目的】健康増進支援 【概要】各自付与されたカフェテリアポイントにて利用可能	被保険者 被扶養者	全て	男女	0	～	74	全員	50,888	・件数1,006件 ・使用ポイント数20,747,983 （平成26年10月末現在）	ポイントの約40%の利用がある。リフレッシュ効果が期待できる。	-	4
(予 し 措 置 な )															

## STEP 1 - 2 保健事業の実施状況

「全健保組合共通様式」

事業主の取組										
事業名	事業の目的および概要	対象者				振り返り			共同実施	
		資格	性別	年齢		実施状況・時期	成功・推進要因	課題及び阻害要因		
Health Profile	【目的】集団の健康リスク把握 【概要】健康診断予約システムに組み込んで、健診予約時に健康リスク評価実施	被保険者	男女	18	～	74	健康リスク判定を健診予約時実施	健診予約時実施により参加率増加	効果的な健康リスク減少策実施の推進	無
定期健康診断	【目的】安衛法に基づき実施 (雇用時・定期健康診断) 【概要】定期健康診断は、健保組合の実施する生活習慣予防検診及び人間ドックと連携実施	被保険者	男女	18	～	74	目標受診率95% 対象者数5,211名 受診者数2,442名 受診率46.9% (平成26年12月までの予約を含む)	健康意識が高いため例年最終受診率95%で推移している。	1月～3月に半数以上が集中して受診行動が固定化している。	有
入社時健康教育	【目的】新入社員に対する健康教育 【概要】健康管理センター保健師による健康支援体制の周知など(4月は新卒入社者向け実施)	被保険者	男女	18	～	64	健康支援体制の周知他実施	社員の健康意識が高い。	-	無
職場復帰支援・就業制限	【目的】 ・休職者及び体調不良者の職場復帰支援・就業制限を実施 ・過重労働のフォロー 【概要】産業医と人事担当者との連携により実施	被保険者	男女	18	～	74	産業医と人事担当者との連携により実施	安全衛生委員会にて情報共有	-	無
ストレスケア	【目的】社員健康推進委員会の3テーマの一つ(2012-2015) 早期発見の仕組みとしての過重労働対策及び経年的なメンタルヘルスを評価できる指標の検討 【概要】①ストレスケアセミナー(EAP)⇒介護やポジティブメンタルヘルスなどをテーマにストレスケア及びEAPに対する理解を高める。 ②カウンセリングイベント⇒EAPカウンセリング体験を通じてEAP周知 ③ファミリーデーイベント⇒家族に対するEAP周知 ④新卒入社者に対するアクティブカウンセリング⇒新卒入社者のこころの健康をサポート	被保険者 被扶養者	男女	18	～	74	・2工場での健康増進イベント(ポジティブメンタルヘルス)参加者205名 ・本社(部署単位)(リラクゼーション)参加者45名 ・新入社員対象カウンセリング実施 ・その他各種イベント、案内メール、ポスター活動実施	・本社以外でも広くEAPセミナーを実施 ・これまでの活動によりEAP利用率上昇	-	無



## STEP 1 - 2 保健事業の実施状況

「全健保組合共通様式」

禁煙支援	<p>【目的】社員健康推進委員会の3テーマの一つ (2012-2015) 禁煙支援及び喫煙率の減少</p> <p>【概要】①禁煙支援プログラム⇒禁煙したい社員に禁煙カウンセリング、ニコレット費用補助の支援 ②禁煙啓発活動⇒禁煙メルマガ、ニコレット費用補助 ③ファミリーデーイベント⇒家庭内での禁煙意識の向上など</p>	被保険者 被扶養者	男女	0	～	74	<p>禁煙プログラムに関するアンケート結果を基に各種活動を展開</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・グローバル禁煙ポリシーの遵守（全ての職場内禁煙）</li> <li>・禁煙希望者へのサポート <ul style="list-style-type: none"> <li>・禁煙セミナー実施</li> <li>・個別禁煙カウンセリング実施</li> <li>・ニコレット配布</li> <li>・禁煙マラソン</li> </ul> </li> <li>・禁煙支援ポータルサイトでの情報提供（今年度東京地区から特定保健指導対象者の喫煙者には禁煙を指導実施）</li> </ul>	グローバル禁煙ポリシーの遵守を基本に、禁煙セミナー実施と禁煙希望者への積極的な働きかけを継続	禁煙支援プログラム参加者の増加	有
生活習慣改善	<p>【目的】健康推進委員会の3テーマの一つ (2012-2015) 健保共同</p> <p>将来の社員の健康を確保するため一次予防的な対策強化として「健康的な生活習慣の実現」を支援</p> <p>【概要】①特定保健指導⇒対象者を30歳代にも拡大し、事業主と健保組合で共同した対象者への参加勧奨を実施 ②生活習慣改善セミナー⇒特定保健指導プログラム及び社内の健康意識向上のため食事と運動をテーマにてセミナー等実施 ③健康イベント⇒健康推進事業に対する理解や関心を高めるためウォーキングやヘルシーランチイベント等実施</p>	被保険者	男女	18	～	74	<ul style="list-style-type: none"> <li>・特定保健指導実施⇒対象者を30歳代に拡大し、事業主と健保との共同により参加勧奨を実施</li> <li>・健康イベント実施⇒防災チーム等の協働によるウォーキングイベント、ヘルシーランチ弁当イベント実施</li> <li>・生活習慣改善セミナー（今年度休止／来年度から再開予定）</li> </ul>	特定保健指導対象者以外の多くの社員に対する生活習慣改善意欲を高めるイベントの実施	健保の活動として、特定保健指導実施効果を高めるためのポピュレーションアプローチをより積極的に実施する必要がある。	有

注1) 1. 健康診査 2. 健康診査後の通知 3. 保健指導 4. 健康教育 5. 健康相談 6. 訪問指導 7. その他

注2) 1: 39%以下 2: 40%以上 3: 60%以上 4: 80%以上 5: 100%以上

平成23年に社員健康推進委員会が設置され、平成24年度から人事責任者会議リードのもと、各社社員健康推進委員（安全衛生委員）と健康管理センター、健保組合が三位一体となって社内の健康推進施策を実行している。健康診断及び健康リスク評価プログラムの集計結果から、「生活習慣改善」「ストレスケア」「禁煙支援」の3テーマを重要課題として平成27年度までの取り組みとしている。健保組合は特に生活習慣改善の課題を主要に実施しており、今年度からは、特定健診・特定保健指導を更に進化させ、若年層からの健康予防とリスク度に応じた社員の生活習慣改善を推進していくスタートの年としている。

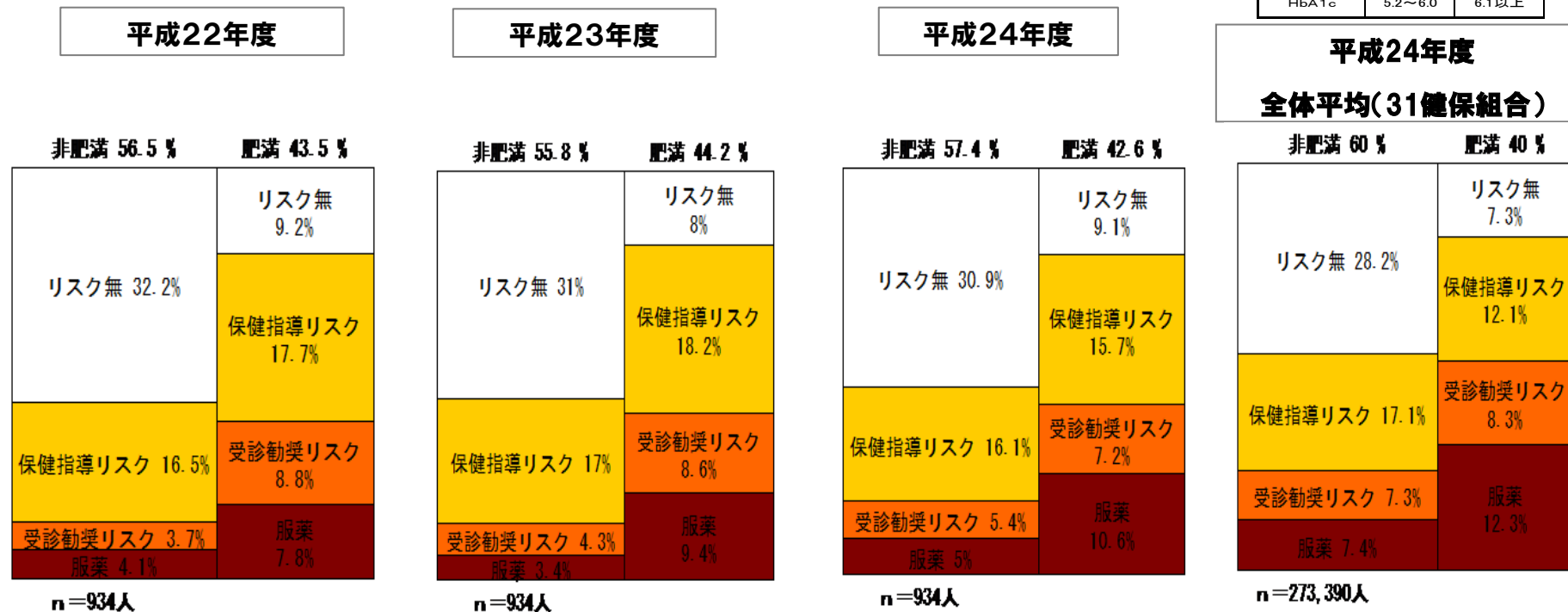
## STEP 1 - 3 特定保健指導の実施状況 (1)

## ア. 健康分布図から見える健康課題 (被保険者)

(40歳以上の3年間連続して特定健診を受診された方の経年変化)

(保険者機能を推進する会 レセプト健診分析データ研究会資料より)

項目	保健指導 リスク	受診勧奨 リスク
血圧(上)	130~139	140以上
血圧(下)	85~89	90以上
中性脂肪	150~299	300以上
HDL コレステロール	35~39	34以下
空腹時血糖	100~125	126以上
HbA1c	5.2~6.0	6.1以上



- 特定保健指導を平成24年度から本格的に実施した結果、肥満率が過去2年間と比較して減少した。また、肥満のリスク割合（保健指導リスク及び受診勧奨リスク）が過去2年間と比較して、平成22年（26.5%）、23年度（26.8%）から24年度（22.9%）と減少した。
- 保険者機能を推進する会レセプト健診分析データ研究会31健保273,390人との肥満割合の比較では、まだ肥満率が高く、肥満のリスク割合も多い状態である。

## STEP 1 - 4 特定保健指導の実施状況等 (2)

## イ. 健康分布図の経年変化から見える悪化率・改善率



## ウ. 健診問診票から見える被保険者の健康状態

**体重の増加**  
若い時と比べて  
10kg以上体重が  
増加した人が多い  
**34.9%**

**食習慣の悪化**  
就寝前2時間以内に  
夕食をとることが週  
3回以上ある人  
**46.0%**

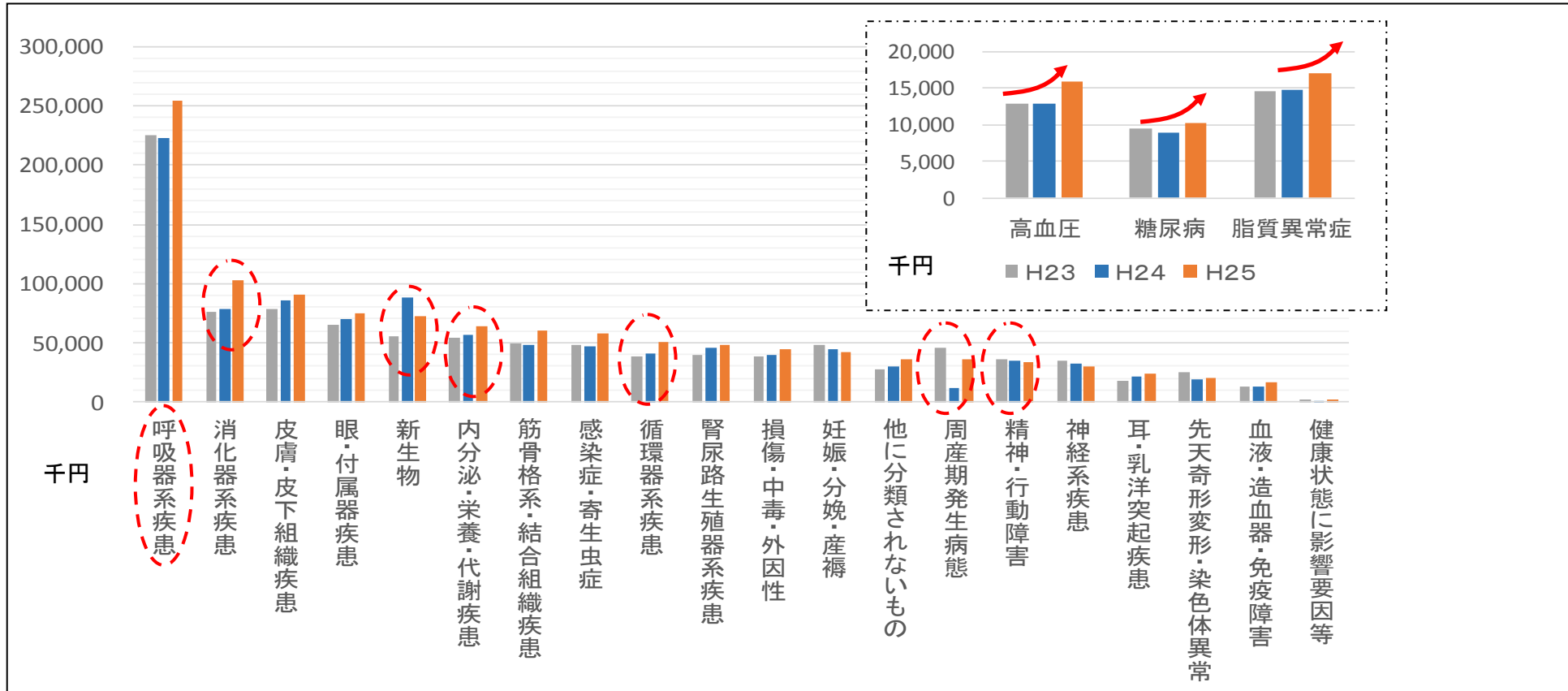
**喫煙**  
たばこを習慣的に  
吸っている人  
**26.1%**

**生活習慣改善意識**  
保健指導を受ける  
機会があれば利  
用したい人  
**49.3%**

- 悪化率は、平成22年から平成24年にメタボに悪化した方59人を平成22年の非メタボの方687人で割った結果の8.6%となり、全体平均と同じであった。改善率は、平成22年から平成24年にメタボから改善された方92人を平成22年のメタボの方247人で割った結果の37.2%となり、全体平均とほぼ同じであった。
- 健診問診票から見える加入者の健康状態は、夕食の時間が遅いことが肥満の原因の一つに考えられる。また、喫煙のリスク者も平成24年の全国平均喫煙率20.7%より多くなっている。

エ. 疾患群別の経年医療費構成（被扶養者含む）

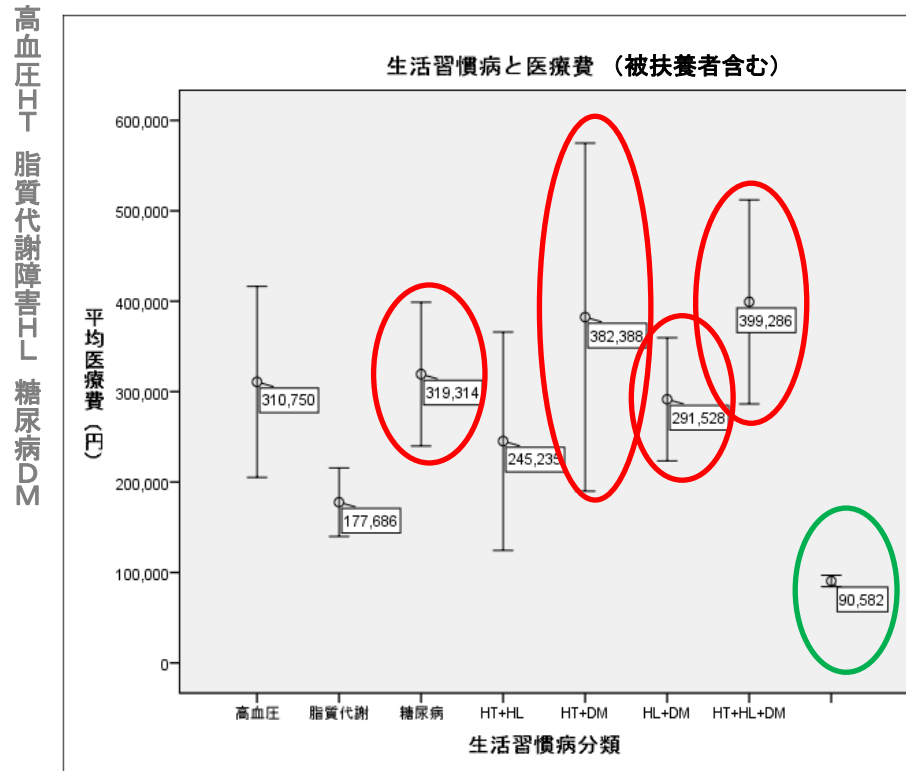
オ. 増加が懸念される生活習慣病（被保険者）



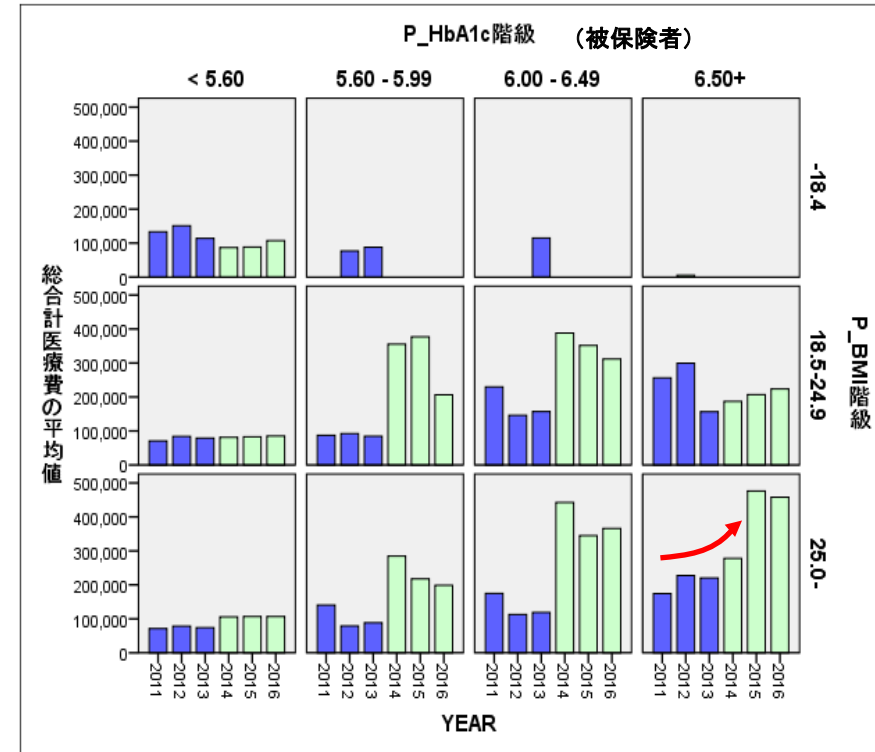
- 加入者全体の医療費（歯科を除く）は呼吸器系疾患が一番多く全体の22%を占め、「消化器系疾患」「皮膚・皮下組織疾患」「眼・付属組織疾患」「新生物」「内分泌・栄養・代謝疾患」の順に多くなっている。平成25年度医療費の前年比較では、周産期に発生した病態が198.8%増と伸び率が一番高く、次に消化器系疾患32%増となっている。循環器系疾患も22.5%増加、内分泌・栄養・代謝疾患は毎年増加傾向となっている。
- 生活習慣病（高血圧、糖尿病、脂質異常症）の割合は、男性は30歳代10.7%から40歳代24.7%、50歳代45.5%と加齢とともに増加している。
- 被保険者の高血圧23.1%、糖尿病13.8%、脂質代謝異常15.2%も其々増加しており、3疾患合計の対象者数は21%増加している。高血圧は本能的な高血圧、糖尿病はⅡ型が増加している。

## STEP 1 - 6 生活習慣病の一人当たり医療費

## カ. 生活習慣病の医療費への影響



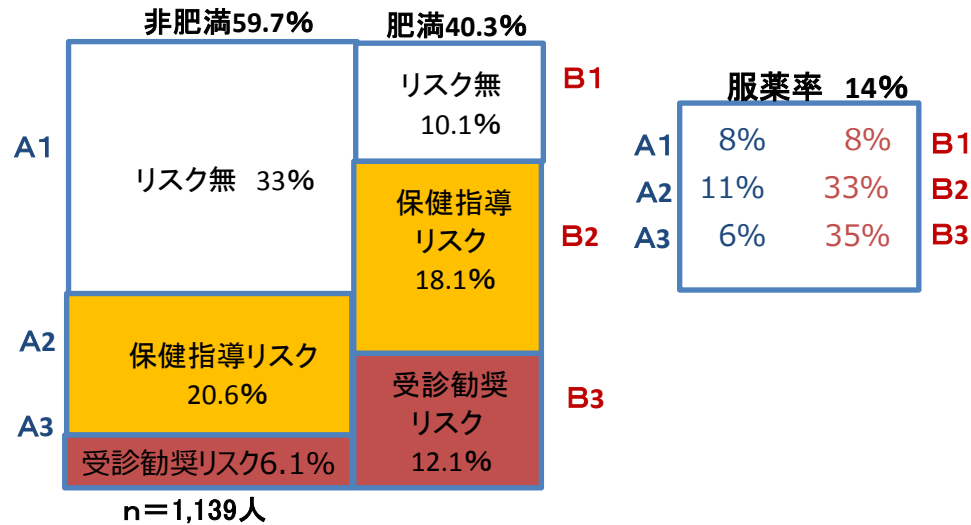
## キ. 生活習慣病の医療費将来予測



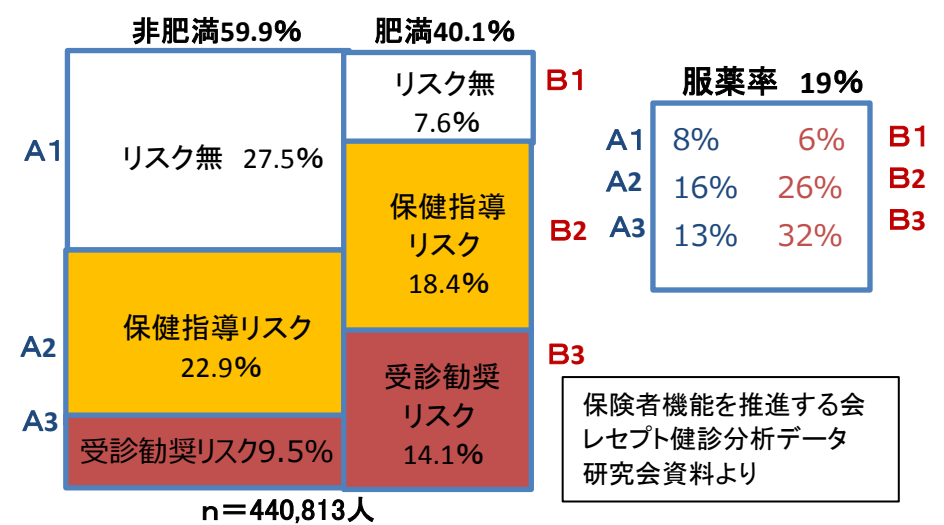
- 生活習慣病は糖尿病が一番医療費（平均319,314円）が掛かり、高血圧と併発すると医療費が約1.2倍となっている。
- 非生活習慣病（平均90,582円）と比較すると高血圧、脂質代謝障害、糖尿病の3疾病が併発した場合約4.4倍（平均399,286円）の医療費が掛かっている。
- 平成26年度（2014年）以降の生活習慣病医療費の将来予測は、肥満（BMI25以上）と糖尿病（HbA1c6.5以上）が重なった人の医療費が40万円を超える可能性がある。

# STEP 1 - 7 服薬を除いた健康分布図及び受診勧奨者の状況

## ク. 平成25年度 階層別リスク割合と服薬率



## ケ. 平成25年度全体平均(37健保組合)



保険者機能を推進する会  
レセプト健診分析データ  
研究会資料より

## コ. 高血圧・糖尿病の受診勧奨者の状況

高血圧治療ガイドライン  
Ⅱ度 160-179 かつ/または 100-109  
Ⅲ度 ≥180 かつ/または ≥110



- 服薬を除いた健康分布図からすべての層に服薬者がいることが分かる。特に肥満の保健指導・受診勧奨リスク者の服薬者だけではなく、非肥満の保健指導リスク者にも服薬者が多いことが分かる。
- 他健保との比較では服薬率は低い、受診勧奨値の未受診者及び受診していてもコントロールされていない人が多数いることが確認された。

## STEP 2 健康課題の抽出

## 「全健保組合共通様式」

## 基本分析による現状把握から見える主な健康課題

## 対策の方向性

<p>ア 平成24年度から特定保健指導を本格的に実施した結果として、健康分布図の経年では改善傾向が見えるが、他健保組合との比較では依然肥満割合が多く、肥満の保健指導リスク者が多い状況である。</p>	▶	<p>・社員健康推進委員会の3テーマの一つとして、特定保健指導を健保組合が主体となり事業主と共同で実施してきたが、共同実施から3年経過したことから、受けやすい職場環境づくりや運営協働体制づくりの維持・改善を進める。 また、職場環境の整備から見た生活習慣改善のためのポピュレーションアプローチを実践していく。⇒コラボヘルス、職場環境</p>
<p>イ 健康分布図の経年変化から見えるメタボ悪化率と改善率は、他健保と比較するとほぼ平均的値であることから特定保健指導の効果としては一定の評価はされるが、更なる改善率の向上が求められる。</p>	▶	<p>・特定保健指導対象者に対しては、プログラム内容の見直しなど改善率向上のための仕組みづくりを目指す。 ⇒特定保健指導</p>
<p>ウ 健診問診票から見える特徴は、仕事柄夜遅く夕食をとる食習慣の人（46%）が多いことが、若い時と比べて体重が10K g以上増加した人（35%）が多いこととの因果関係が考えられる。一方で保健指導を受ける機会があれば利用したい人の割合が半数おり、生活習慣改善の意欲が高い。また、喫煙率は全国平均よりも高い。</p>	▶	<p>・健診データ・レセプトデータの数値に見える化して、自分の健診結果などの健康情報を理解・認識してもらい、加入者の健康意識を高める。 ・食事・運動・睡眠・ストレス・禁煙などの健康支援プログラムや健康情報を積極的に提供するポピュレーションアプローチを進める。⇒意識づけ</p>
<p>エ オ カ キ ・過去3年間の医療費推移から、循環器系疾患が毎年増加傾向となっており、「高血圧」「糖尿病」「脂質異常症」が特に増加している。 ・生活習慣病の一人当たり医療費が「高血圧」「糖尿病」「脂質異常症」が重なると顕著に医療費が高くなり、医療費の将来予測では平成27年度以降急激に増加すると見込まれる。</p>	▶	<p>・「高血圧」「糖尿病」「脂質異常症」は予防対策効果が可能な疾病であり、特定保健指導対象者を主軸として、受診勧奨リスク者、服薬者に対してもリスク階層別の保健指導等を進めていく。⇒受診勧奨</p>
<p>ク ケ コ ・服薬を除いた健康分布図から見える服薬率を他健保と比較すると、全体平均では低い肥満の服薬率が高い。また、服薬を含めた健康分布図では見えなかった全ての階層に服薬者が点在する。 ・「高血圧」と「糖尿病」の高リスク者の中に、医療機関での受診がされていない方や受診していてもコントロールされていない可能性がある方が多くいる。</p>	▶	<p>高値の多重リスクで即刻治療が必要な方や治療中でコントロールされていない方に対する医師の介入方法や産業保健領域との可能な連携体制を検討する。 ⇒重症化予防、コラボヘルス</p>



## STEP 2 健康課題の抽出

特徴		対策検討時に留意すべき点
基本情報	<ul style="list-style-type: none"> <li>・被保険者は、本社（東京）以外に全国拠点に約半数が点在</li> <li>・被保険者数は、30歳代から40歳代前半に集中</li> <li>・健保組合には、医療スタッフが不在</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・本社との協働体制を構築していくことを最優先とし、本社地区以外の拠点については、現場サイドに合った保健事業サービスになるように工夫し、主要拠点から事例づくりを進める。</li> <li>・30歳代から40歳代前半に集中している加入者構成を考えた対策に重点をおく。</li> <li>・委託医療機関医師、産学協働などを視野に専門職の活用を検討する。</li> </ul>
保健事業の実施状況	<ul style="list-style-type: none"> <li>・特定保健指導対象者以外の非肥満を含めたリスク者対策は、今年度からスタートした段階</li> <li>・社員健康推進委員会の重点テーマとして、ストレスケアと禁煙支援を事業主が進めている。健保組合は生活習慣改善を主に実施</li> </ul>	

- ・30歳代の若年層からの生活習慣病対策（特定保健指導）や非肥満のリスク者に対する健康支援を進める。
- ・ストレスケア、禁煙支援も健保組合のテーマでもあり、協力体制を検討したい。



## STEP 3 保健事業の実施計画

「全健保組合共通様式」

予算科目	注1) 事業分類	事業名	事業の目的および概要	対象者					注2) 実施主体	実施計画			目標 (達成時期 : 平成29年度末)				
				資格	対象事業所	性別	年齢	対象者		平成27年度	平成28年度	平成29年度	アウトプット	アウトカム			
<b>職場環境の整備</b>																	
保健指導宣伝	4	新規	健康レポート	【目的】事業所と加入者の健康状況の把握 【概要】組合会、社員健康推進委員会、安全衛生委員会等で特定保健指導等に対する事業主への協力要請や共通課題に対する報告・意見交換の場とする。	被保険者 被扶養者	全て	男女	18	～	74	全員	2	・事業主との共同による特定保健指導対象者への受診勧奨 ・データヘルズ計画に伴う健保組合の保健事業への理解と協力要請	継続	次期データヘルズ計画に向けての課題抽出	・事業所の人事責任者及び健康管理担当者に対する説明 ・HP等による健康レポートの開示	事業所の健康状況に対する理解度 (100%)
<b>加入者への意識づけ</b>																	
疾病予防	4	新規	健康行動 (健診・レセプト・保健指導他) の見える化	【目的】加入者の健診結果等の情報を理解・確認してもらい、健康状態に即した生活習慣改善への支援を行う。 【概要】蓄積された経年健診データとレセプトデータの分析結果に基づいて、自分のリスクステージをWeb媒体で見える化する。健診結果開示のタイミングに合わせて、生活習慣病に起因する肥満・高血圧・血糖・脂質などの多重リスク者には指導コメントを提示できるツールを導入する。	被保険者 被扶養者	全て	男女	18	～	74	全員	1	見える化ツールを導入し、HP等により活用を告知する。	被扶養者を含めた健康教育の展開を検討する。	アンケート等による活用状況・ニーズを把握し、Web機能等の向上・改善を行う。	全員の被保険者、被扶養者に対して不、「健康情報の見える化」の提供 (100%)	「健康情報の見える化」による自分の健康状況及び生活習慣改善の理解 (80%)
<b>個別の事業</b>																	
特定健康診査事業	1	既存 (法定)	特定健診 (被保険者)	【目的】特定保健指導の基盤となることから特定健診の受診率を高める。 【概要】 ・事業主と健診を共同実施することにより、被保険者の健診結果を共有し、事業主は労安法に基づく指導を産業医が実施。(継続) ・未受診者への受診勧奨 (継続) ・通年未受診者に対しては毎月受診勧奨を行う。	被保険者	全て	男女	18	～	74	全員	3	・事業主及び健保からの定期的な全社員に対するメールによる受診勧奨の実施。特に2年以上未受診者への調査・指導の実施 (既に実施中) ・医療機関繁忙期と重ならないように健診日の早期受診キャンペーン等の実施	継続	継続	受診率を92%から98%に引き上げる。	・3年間の計画実施期間中一度も受診していない人を0%にする。
	1	既存 (法定)	特定健診 (被扶養者)	【目的】特定健診の受診率を高める。 【概要】乳がん検診対応医療機関のご案内に合わせて健診受診勧奨を実施する。	被扶養者	全て	女性	40	～	74	全員	1	10月の乳がん月間に合わせて、全国主要都市にある乳がん健診推奨医療機関を紹介し、早期発見の重要性と健診受診の勧奨を実施する。	継続	継続	受診率75%	対象者全員に周知する。

## STEP 3 保健事業の実施計画

「全健保組合共通様式」

予算科目	注1) 事業分類	事業名	事業の目的および概要	対象者					注2) 実施主体	実施計画			目標 (達成時期 : 平成29年度末)	
				資格	対象事業所	性別	年齢	対象者		平成27年度	平成28年度	平成29年度	アウトプット	アウトカム
特定保健指導事業	3	既存	特定保健指導	被保険者 被扶養者	全て	男女	40 ~ 74	基準対象者	3	・2年以上連続の特定保健指導対象者に対しては、プログラム内容を見直して、食事・運動・睡眠等のコンテンツ等の活用によるインセンティブポイント付与（健康商品ポイント交換など）の改善効果を期待する。なお、特定保健指導対象者の内、喫煙者に対してもインセンティブポイントを活用した禁煙指導も合わせて実施する。（新規） ・30歳代の若年層からの特定保健指導は積極的支援対象者のみであったが、動機付け支援まで範囲を拡大する。（新規） ・被扶養者（配偶者）に対しても特定保健指導を実施する。（新規） ・軽度の「高血圧」「血糖値」の受診勧奨者に対しては、医師面談による特定保健指導を実施する。（継続）	継続	継続	・被保険者（40歳以上）の平成26年度特定保健指導実施率44%を60%に上昇させる。 ・被扶養者（配偶者）の現状の特定保健指導実施率0%から30%に上昇させる。	・被保険者（40歳以上）の特定保健指導受診者のメタボリックシンドローム該当者減少率30% ・保健指導受診者の生活習慣改善率60% ・特定保健指導対象者の禁煙達成率50%
保健指導宣伝	4	新規	健康セミナー	被保険者	一部の事業所	男女	20 ~ 74	全員	3	食と運動をテーマに生活習慣の見直し・改善を目的に参加しやすい昼休みに専門講師による講話・指導を行う。参加者にはヘルシーランチ提供。	テーマの見直しを検討	継続	・計画期間内目標参加数360名	・受講後アンケート結果として、生活習慣改善に役立った、取り入れている等の回答率80%以上
	4	既存	健保ガイド発行	被保険者 被扶養者	全て	男女	18 ~ 74	全員	1	・紙面構成を一部変更 ・英文の健保ガイド作成	全面的に紙面内容改訂	継続	英文の健保ガイド対象者に100%配布	-
	4	既存	健康カレンダー	被保険者 被扶養者	全て	男女	18 ~ 74	全員	1	・食育をテーマに生活習慣の見直しを促す内容とする。 ・気軽に日常的に出来る運動の提案をする。	内容の見直し	継続	健康カレンダーの利用者の割合を50%とする。（アンケート等によるリサーチ実施）	アンケート結果として、生活習慣改善に役立った、取り入れた等々の回答率50%以上
	4	既存	健保ホームページ	被保険者 被扶養者	全て	男女	18 ~ 74	全員	1	現在被保険者と共有しているID・パスワードを被扶養者（配偶者）にも付与できるか費用対効果を含めて検討する。	継続	継続	カフェテリアプランサービスの利用アクセス数を1.5倍	健保ホームページアクセス数増加により健保事業に対する理解度80%以上（健保事業に関するアンケート実施）
	4	既存	Web医療費通知	被保険者 被扶養者	全て	男女	18 ~ 74	全員	1	・現状のジェネリック利用状況を把握し、可能な範囲で啓蒙活動を検討する。 ・重複・頻回受診者への是正指導を検討する。	継続	継続	・ジェネリック医薬品利用率35%以上 ・受診行動は正50名/年間	・受診行動は正効果50%

## STEP 3 保健事業の実施計画

「全健保組合共通様式」

予算科目	注1) 事業分類	事業名	事業の目的および概要	対象者					注2) 実施主体	実施計画			目標 (達成時期 : 平成29年度末)	
				資格	対象事業所	性別	年齢	対象者		平成27年度	平成28年度	平成29年度	アウトプット	アウトカム
	4	既存 育児情報誌	【目的】育児対象者への育児サポート情報提供 (従来より実施) 【概要】 ・読者アンケートの集計とニーズの発掘 ・育児情報誌提供対象者について、高齢出産などを原因とする周産期医療増加に関する分析と課題の発掘 ・食育に関する健康情報の提供	被扶養者	全て	女性	18 ~ 74	基準対象者	1	周産期の医療費分析から見えてくる課題の抽出と子育て世代に対する保健事業の可能性を検討	継続	継続	対象者に対して食育に関する情報を提供100%	食育に関するコンテンツ使用割合50%
	3	新規 重症化予防	【目的】非メタボを含む高リスク者に医療機関等を受診して必要な医療サービスを受けてもらう。 【概要】高血圧・糖尿病などの生活習慣病に関する健診データ及びレセプトデータの突合により、高リスク層への医師・保健師等の介入及び受診勧奨領域者に対する情報提供・指導などのアプローチを実施する。	被保険者	全て	男女	18 ~ 74	基準対象者	1	・緊急性が認められるレベルの高値な健診データ対象者は、未治療・治療を問わず本人の同意に基づいて医師の管理下とする。 ・受診勧奨領域 (低リスク者除く) の治療・未治療者には、情報提供と指導を実施する。	継続	継続	・対象者数100人 ・参加率50%	・未治療者の内の受療報告率50% ・受療勧奨対象者の6ヶ月後の治療開始 (継続) 率70% ・今年度対象者の1年後の未受療状況50%減少 ・当年度未コントロール治療対象者の1年後の健診データ改善率30%
疾病予防	1	既存 生活習慣予防健診・人間ドック	【目的】各種疾病の早期発見と健康意識向上 (従来より実施) 【概要】受診率の更なる向上及び健診予約の問診にストレスチェック機能を追加する。	被保険者 被扶養者	全て	男女	18 ~ 74	全員	3	ストレスチェック機能の導入による集団の実態把握	継続	継続	・受診の促進 (受診率98%) ・産業医との連携の実施	ストレス要検者の減少 (要検率が減少傾向に転じる)
	1	既存 婦人科検診	【目的】婦人科疾患の早期発見 (従来より実施) 【概要】更なる最適なメニューの検討	被保険者 被扶養者	全て	女性	18 ~ 74	全員	3	女性の新生物に関する医療分析により、検査対象年齢の検証をおこなう。	働く女性の健康セミナー開催の検討	継続	・受診の促進100% ・検診項目対象年齢の見直し	・要検者の減少 (要検者が減少傾向に転じる)
	1	既存 健診オプション検査	【目的】がんや生活習慣病に対する健康意識を高める (従来より実施) 【概要】最新のがん検査やリスク予測により疾病の早期発見を図る。	被保険者 被扶養者	全て	男女	18 ~ 74	全員	1	がんのリスク予測や脳梗塞、心筋梗塞のリスク判定など最新のオプション検査を推奨し、現在のリスク状態を把握する機会を提供する。	継続	継続	・受診の促進 ・オプション検査のポイント割合15%	-
	1	既存 インフルエンザ予防接種	【目的】インフルエンザの重症化予防対策及びインフルエンザ等の感染予防意識向上 (従来より実施) 【概要】インフルエンザ予防接種による重症化予防の検証	被保険者 被扶養者	全て	男女	0 ~ 74	全員	3	・インフルエンザ予防接種者と接種しなかった人との重症化度の分析・評価を行い、予防接種の効果検証を行う。 ・インフルエンザ、風邪の予防対策を啓蒙する。	継続	継続	・会場日数の確保により、東京地区の出張インフルエンザ予防摂取者数30%以上	・他健保平均の罹患率より少なくする。
	7	既存 健康管理・健康増進支援	【目的】健康管理・健康増進支援 (従来より実施) 【概要】健康に特化したコンテンツや健康商品の利用を促進する。	被保険者 被扶養者	全て	男女	18 ~ 74	全員	1	生活習慣改善に直結するコンテンツや健康商品を推奨し、健康意識の向上を図る。	継続	継続	健康特化メニュー利用率50%以上	健康特化サービスのカフェテリアポイント利用割合80%
体育奨励	7	既存 スポーツストレッチクラブ契約	【目的】特定保健指導対象者のフォローアップ及び加入者の健康増進・支援 (従来より実施) 【概要】特定保健指導対象者の利用促進	被保険者 被扶養者	一部の事業所	男女	18 ~ 74	全員	1	30歳代の (特定) 保健指導対象者の希望者に対して保健指導プログラムのメニューに加える。	継続	継続	30歳代の (特定) 保健指導対象者の参加率30%以上	スポーツストレッチ利用者の生活改善割合が、利用しなかった人の1.5倍

## STEP 3 保健事業の実施計画

「全健保組合共通様式」

予算科目	注1) 事業分類	事業名	事業の目的および概要	対象者					注2) 実施主体	実施計画			目標（達成時期：平成29年度末）			
				資格	対象事業所	性別	年齢	対象者		平成27年度	平成28年度	平成29年度	アウトプット	アウトカム		
その他	7	既存 契約保養所	【目的】従来より実施 【概要】福利厚生的一面から健康支援のメニューを提供する。	被保険者 被扶養者	全て	男女	18	～	74	全員	1	特定保健指導対象者、受診勧奨者、服薬者に対して、健康旅ツアーを企画検討する。	継続	継続	リスク対象者の参加実施者10%目標	リスク対象者の参加により、生活習慣改善率目標60%の内5%に寄与
	3	既存 ストレスケア・禁煙支援	【目的】事業主が主体に実施している事業 【概要】当健保組合は特定保健指導等の実施により支援する。	被保険者 被扶養者	全て	男女	18	～	74	全員	2	・特定保健指導対象者の喫煙者に対する禁煙支援 ・検診結果管理システムへのストレスチェック機能導入及び勤怠・過重労働管理機能の連動の検討	社員健康推進委員会の主要テーマの見直し	継続	-	-

注1) 1. 健康診査 2. 健康診査後の通知 3. 保健指導 4. 健康教育 5. 健康相談 6. 訪問指導 7. その他

注2) 1. 健保組合 2. 事業主が主体で保健事業の一部としても活用 3. 健保組合と事業主との共同事業