

京都支部の健康課題と 重点的に取り組む「6つのポイント」について

令和3年9月7日第2回評議会



全国健康保険協会 京都支部
協会けんぽ

1. 京都支部の健康リスクの保有状況 ⇒ オールA

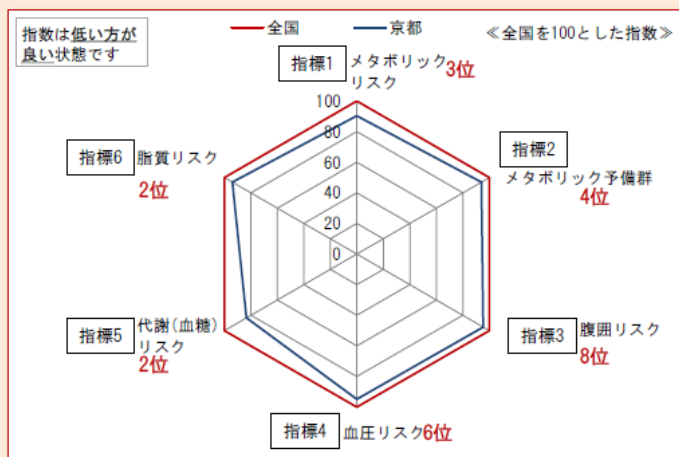
機密性2

Ⅱ 生活習慣病リスク保有者の割合(男性)

【生活習慣病リスクの判定基準】

- **メタボリックリスク** : 腹囲リスク該当かつ血圧、代謝、脂質のうち2つ以上のリスクに該当する者
- **メタボリック予備群** : 腹囲リスク該当かつ血圧、代謝、脂質のうち1つのリスクに該当する者
- **腹囲リスク** : 男性85cm以上、女性90cm以上
- **血圧リスク** : 収縮期130mmHg以上 又は 拡張期85mmHg以上 又は服薬
- **代謝(血糖)リスク** : 空腹時血糖100mg/dl以上
- **脂質リスク** : 中性脂肪150mg/dl以上

【生活習慣病リスク保有者割合(2019年度)】



指標1	メタボリックリスク	A
指標3	腹囲リスク	A
指標5	代謝(血糖)リスク	A

指標2	メタボリック予備群	A
指標4	血圧リスク	A
指標6	脂質リスク	A

A: 順位1位~10位、B: 順位11位~37位、C: 順位38位~47位

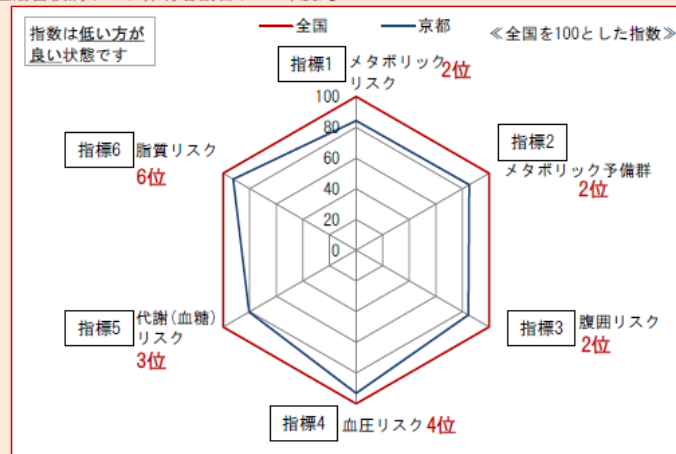
機密性2

Ⅱ 生活習慣病リスク保有者の割合(女性)

【生活習慣病リスクの判定基準】

- **メタボリックリスク** : 腹囲リスク該当かつ血圧、代謝、脂質のうち2つ以上のリスクに該当する者
- **メタボリック予備群** : 腹囲リスク該当かつ血圧、代謝、脂質のうち1つのリスクに該当する者
- **腹囲リスク** : 男性85cm以上、女性90cm以上
- **血圧リスク** : 収縮期130mmHg以上 又は 拡張期85mmHg以上 又は服薬
- **代謝(血糖)リスク** : 空腹時血糖100mg/dl以上
- **脂質リスク** : 中性脂肪150mg/dl以上

【生活習慣病リスク保有者割合(2019年度)】



指標1	メタボリックリスク	A
指標3	腹囲リスク	A
指標5	代謝(血糖)リスク	A

指標2	メタボリック予備群	A
指標4	血圧リスク	A
指標6	脂質リスク	A

A: 順位1位~10位、B: 順位11位~37位、C: 順位38位~47位

2. 医療費の地域差

医療費年代別 京都支部の地域差指数とレセプト分析結果

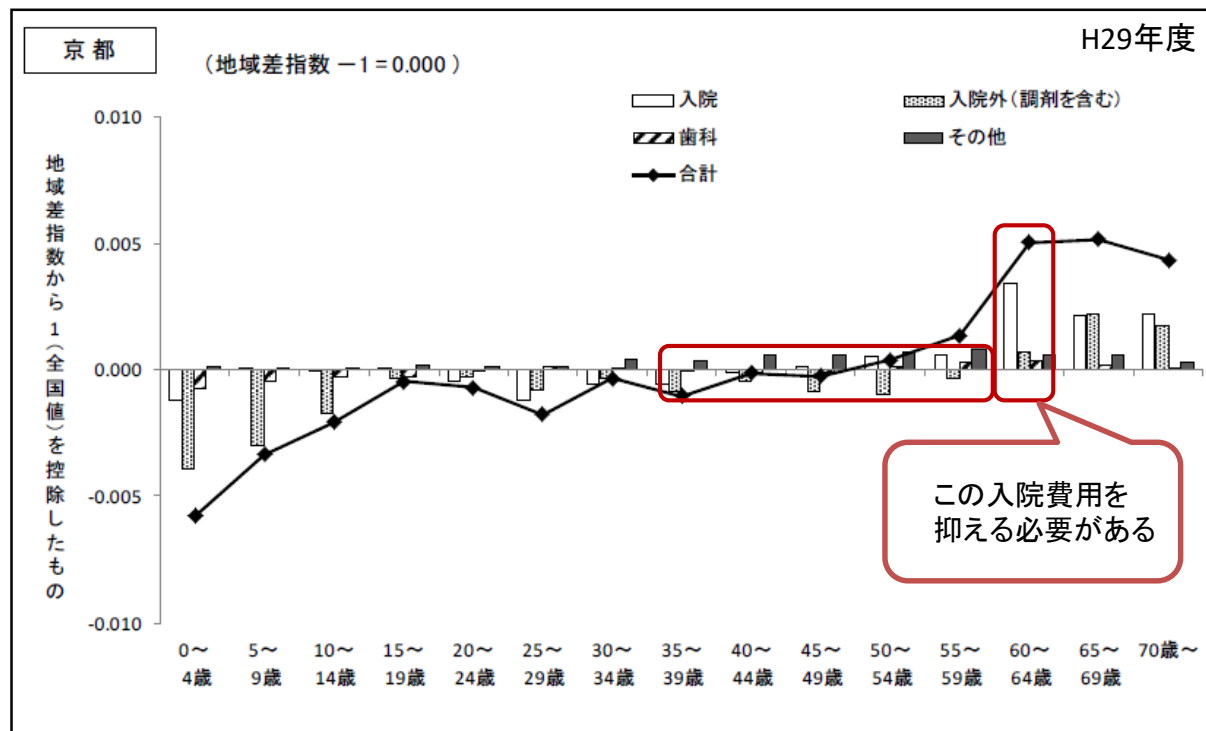
◆分析による地域差

年代別入院費について、20～40歳代は全国平均以下であるが、60歳代以上は全国平均より概ね高かった

表1: 年齢区分別の医療費を全国と比較したもの

過去5年の医療費データを用いて、60歳以上の入院医療費を全国と比較して分析したところ、京都支部においては、**※心疾患による医療費が入院医療費を引き上げている**ことが確認できた。

※心疾患が入院医療費を引き上げる要因となる疾病のワースト1位か2位になっている。また、東京支部の医療費データでは心疾患(特定の疾患)に集中しているわけではなかった。



3.高額レセプト発生状況(京都支部)

高額(5万点以上)レセプト発生患者の疾病傾向(患者数順)

順位	疾病分類(中分類)		主要傷病名 ※ (上位3疾病まで記載)	患者数 (人) ※	医療費(円) ※			患者一人当たりの 医療費(円) ※
					入院	入院外	合計	
1	0211	良性新生物<腫瘍>及びその他の新生物<腫瘍>	子宮筋腫, 壁内子宮平滑筋腫, 卵巣腫瘍	1,271	1,345,137,090	347,426,360	1,692,563,450	1,331,679
2	0210	その他の悪性新生物<腫瘍>	前立腺癌, 卵巣癌, 腎癌	1,245	2,517,997,400	1,906,300,600	4,424,298,000	3,553,653
3	1113	その他の消化器系の疾患	急性虫垂炎, 単径ヘルニア, クロウン病	996	970,248,490	653,813,290	1,624,061,780	1,630,584
4	1504	その他の妊娠, 分娩及び産じょく	切迫早産, 既往帝切後妊娠, 胎児機能不全	995	1,041,277,100	89,069,640	1,130,346,740	1,136,027
5	0903	その他の心疾患	発作性心房細動, 持続性心房細動, うつ血性心不全	825	2,192,413,630	674,356,560	2,866,770,190	3,474,873
6	1901	骨折	大腿骨頸部骨折, 橈骨遠位端骨折, 足関節脱臼骨折	811	1,156,930,260	184,076,260	1,341,006,520	1,653,522
7	0902	虚血性心疾患	労作性狭心症, 不安定狭心症, 狭心症	672	1,195,841,580	277,186,670	1,473,028,250	2,192,006
8	0206	乳房の悪性新生物<腫瘍>	乳癌, 乳房上外側部乳癌, 乳房上内側部乳癌	646	529,386,630	1,190,815,020	1,720,201,650	2,662,851
9	1905	その他の損傷及びその他の外因の影響	前十字靭帯損傷, 肩腱板断裂, 内側半月板損傷	581	810,538,860	166,639,620	977,178,480	1,681,891
10	1310	その他の筋骨格系及び結合組織の疾患	川崎病, 廃用症候群, 特発性大腿骨頭壊死	458	672,573,670	254,769,420	927,343,090	2,024,767

データ化範囲(分析対象)…入院(DPCを含む)、入院外、調剤の電子レセプト。

対象診療年月は平成31年4月～令和2年3月診療分(12カ月分)。

資格確認日…1日でも資格があれば分析対象としている。

※主要傷病名…高額レセプト発生患者の分析期間の全レセプトを医療費分解後、患者毎に最も医療費が高額となった疾病。

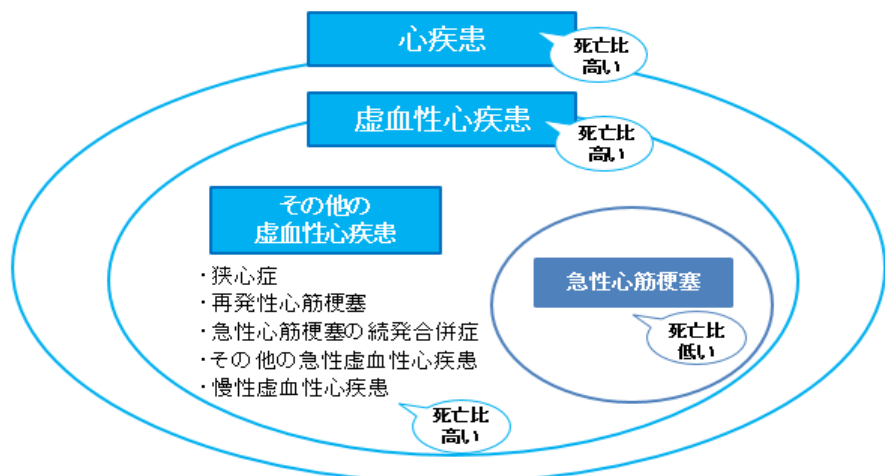
※患者数…高額レセプト発生患者を主要傷病名で中分類ごとに集計した。

※医療費…高額レセプト発生患者の分析期間の全レセプトの医療費(高額レセプトに限らない)。

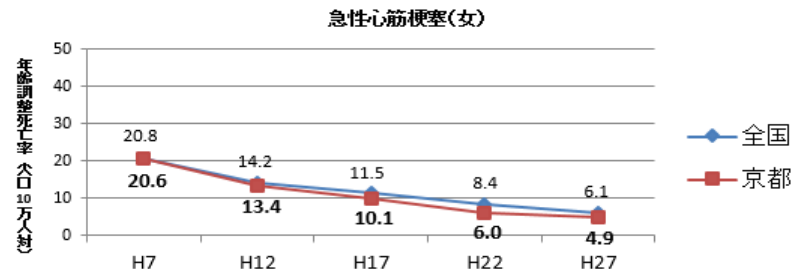
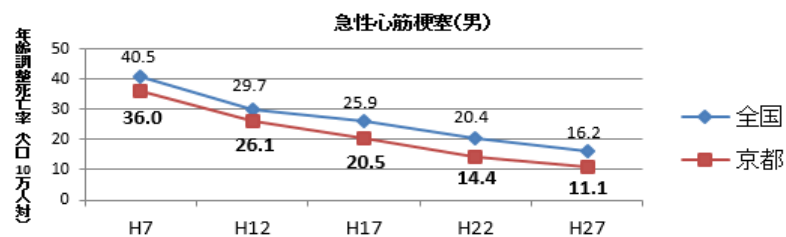
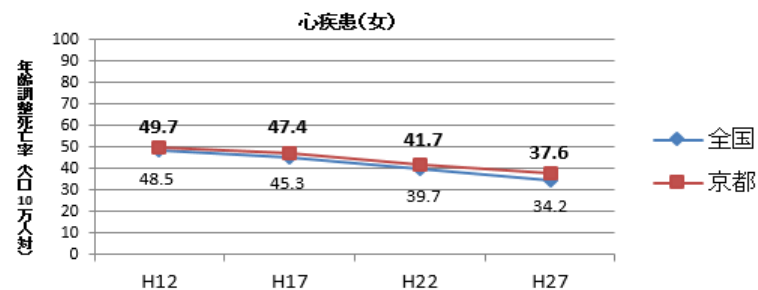
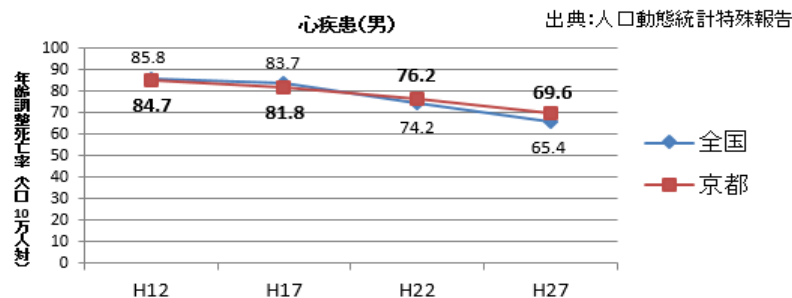
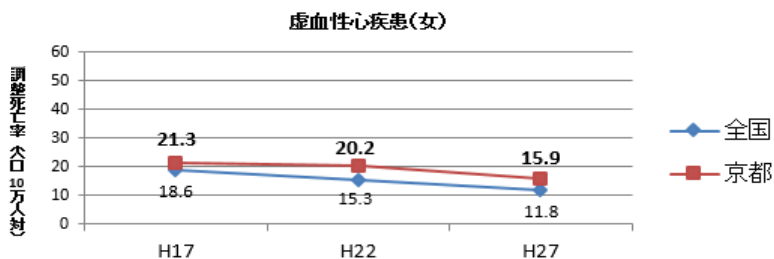
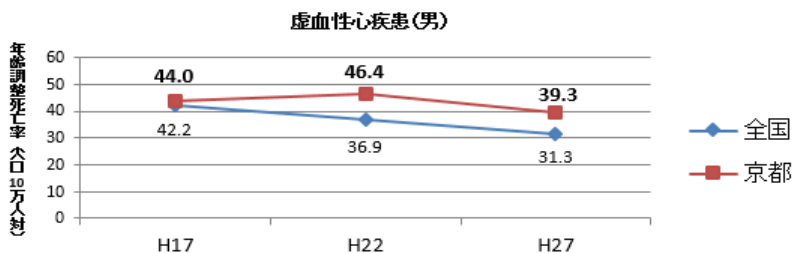
※患者一人当たりの医療費…高額レセプト発生患者の分析期間中の患者一人当たり医療費。

4. 京都府の健康課題と一致

京都府民の健康課題 ⇒ 府民の心疾患死亡の状況(人口10万人対の推移)



・府民は、国と比べて、「心疾患」、「虚血性心疾患」の死亡率は高いが、「急性心筋梗塞」の死亡率は低い。 ⇒ 急性心筋梗塞以外の慢性化した心疾患の死亡が多い
 (ICD-10(2003年版)準拠 基本分類表)



令和3年度からの3年間で 6つのポイントに重点的・集中的に取り組む

① 健診・保健指導の推進

④ ヘルスリテラシーの向上

② 重症化予防

⑤ 医療費の適正化

③ コラボヘルス

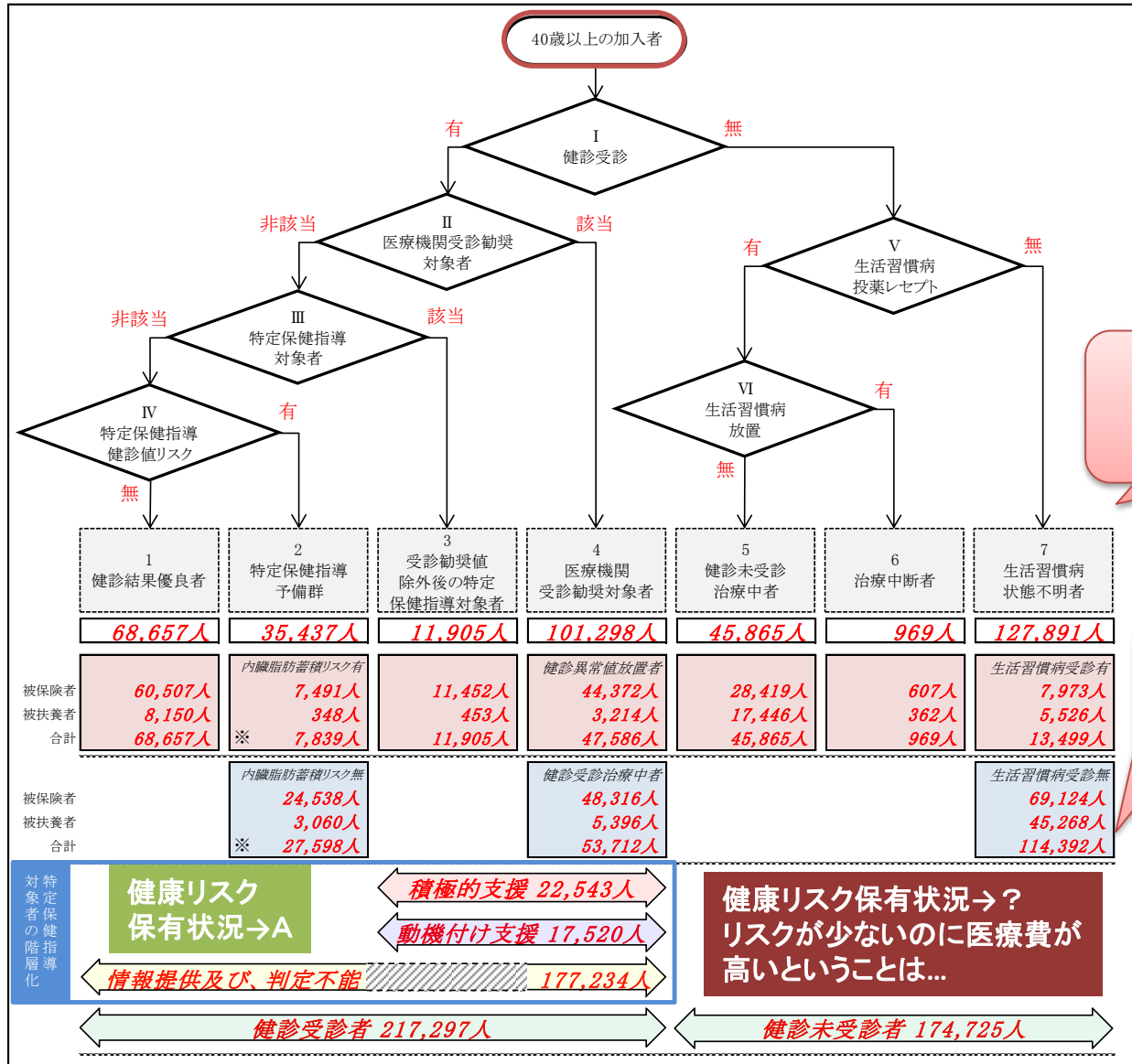
⑥ 効率化によるサービスの向上

①健診・保健指導の推進

健診受診を効率的・効果的に勧奨

健診受診結果から階層化

リスク保有者への対応と評価



予防するためには健診を受けないと案内できない...

健診を受けていない加入者に心疾患が重症化するリスクのある加入者が多い？

データ化範囲(分析対象)…入院(OPCを含む)、入院外、調剤の電子レセプト。
対象診療年月は平成31年4月～令和2年3月診療分(12カ月分)。
データ化範囲(分析対象)…健康診査データは平成31年4月～令和2年3月健診分(12カ月分)。

資格確認日…令和2年3月31日時点。
各フローの詳細については巻末資料「指導対象者群分析」のグループ分けの見方を参照。
※内臓脂肪蓄積リスク…腹囲・BMIにより内臓脂肪蓄積リスクを判定し階層化。

②重症化予防(心疾患対策として個人へアプローチ)

下の図は、血圧、総コレステロールと冠動脈疾患の関連を示しております。血圧リスクに総コレステロール値を加味することで冠動脈疾患の相対危険度が非常に高くなっている加入者を把握できます。

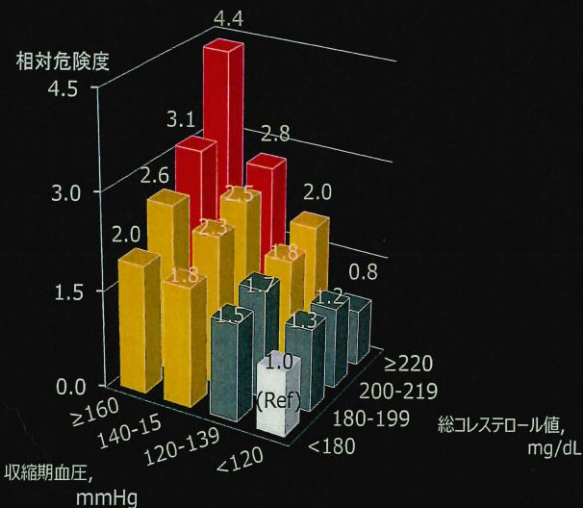
たとえば、このような相対危険度が高い加入者が多い事業所において、どのくらい存在するかを見える化して提示することができないかを検討 ⇒ **ターゲットの選定につなげる**

相対危険度1.8以上: 84,093人 (38.6%)

※集計対象者: 血圧及び総コレステロール値の2つの検査値が揃っている被保険者

血圧、総コレステロールと冠動脈疾患の関連

EPOCH-JAPAN 73,916人 (57.7歳、男性41.1%)を15年間追跡



調整変数: 年齢、性別、BMI、現在飲酒歴、過去飲酒、現在喫煙、過去喫煙
※コホートの影響をStrataステートメントによるハザード層別によって調整

Satoh M, Okamura T, et al. *Hypertension* 65: 517-24, 2015.

吹田スコアによる冠動脈疾患発症予測モデルを用いたリスク評価

危険因子 ①年齢 ②性別 ③喫煙の有無 ④糖尿病の有無 ⑤血圧 ⑥LDLコレステロール ⑦HDLコレステロール ⑧CKD

①-⑧ 合計	10年以内冠動脈 疾患発症率(%)	発生確率			
		最小値	最大値	中央値	
35以下	<1		1.0	0.5	低リスク (2%未満)
36-40	1	1.3	1.9	1.6	
41-45	2	2.1	3.1	2.6	中リスク (2-9%)
46-50	3	3.4	5.0	4.2	
51-55	5	5.0	8.1	6.6	
56-60	9	8.9	13.0	11.0	高リスク (9%以上)
61-65	14	14.0	20.6	17.3	
66-70	22	22.4	26.7	24.6	
≥71	>28	28.1		≥28.1	

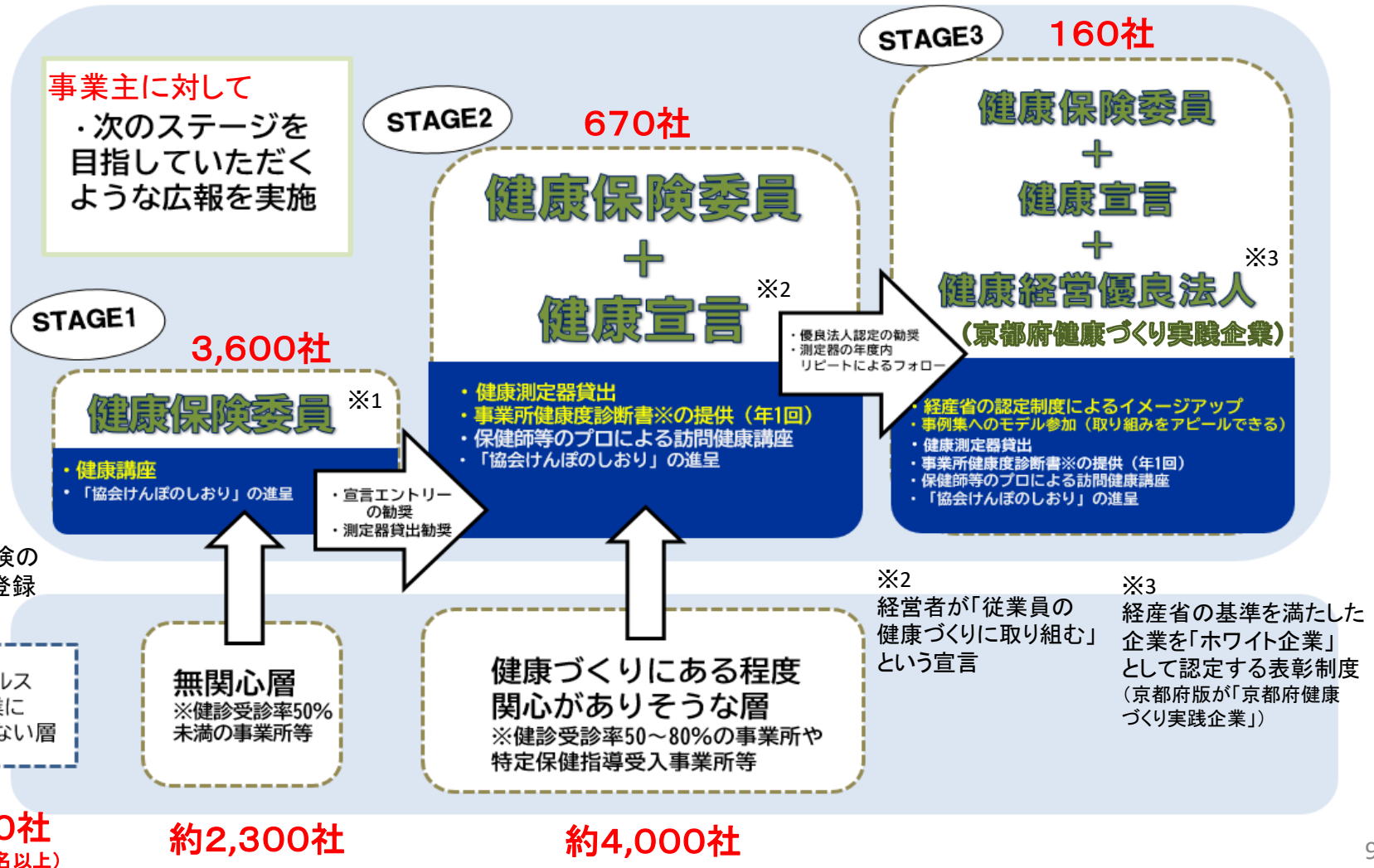
引用: 動脈硬化性疾患予防ガイドライン2017年版

③ コラボヘルス(事業所と協会けんぽで取り組む健康づくり)

コラボヘルス事業

コラボヘルスに関して、事業を一体的に実施し、より効果的に事業所の健康意識を向上することを目指します。

「健康経営チャレンジプログラム」



④ヘルスリテラシーの向上

ヘルスリテラシー：健康に関する適切な情報を入手し、理解し、活用する能力

知識： データ、エビデンス（科学的根拠） 自分の体を知る
 AGEs（体内糖化度）測定器（生活習慣の成績表）貸出
 動画配信等による健康教育

意識： 健康講座の開催

行動： 健康宣言の実施



AGEs（体内糖化度）測定器

健康講座メニュー

#糖化年齢 測定してみませんか?

糖化年齢測定器 **無料**

AGEs Scanner

「AGEs（最終糖化生成物）」とは？
 体内で糖分が過剰に蓄積すると、AGEsが生成され、血管や皮膚、目、腎臓などにダメージを与えます。糖尿病や高血圧、心臓病、がん、アルツハイマー病など、さまざまな病気の原因とされています。「糖化年齢」とは、このAGEsの蓄積量によって推定される年齢のことです。

医療機関でも使用されている最新の簡易版 AGEs Scannerのご紹介！
 AGEs Scannerは携帯型ではありません。病院の診断・治療を目的とするものではありません。

- 測定時間約30秒で気軽にお使いいただけます。
- 専用アプリケーションをインストールしたタブレットも同時にお貸出しいたします。
- 前腕の皮膚に光を出して、発光したAGEsを測定する機器です。

こんなことでお困りではないですか？

- 従業員に、自身の健康について考える機会を創出した
- 健康診断に取り組みたいけど、なにから始めればよいかわからない
- 従業員が特定保健指導（健康サポート）の対象になっていくけど、なかなか定着してくれない、なにから始めるにはよいのか
- 社員の健康づくりとあわせてコミュニケーションの取れる場を創出した

AGEs Scannerを利用することで！

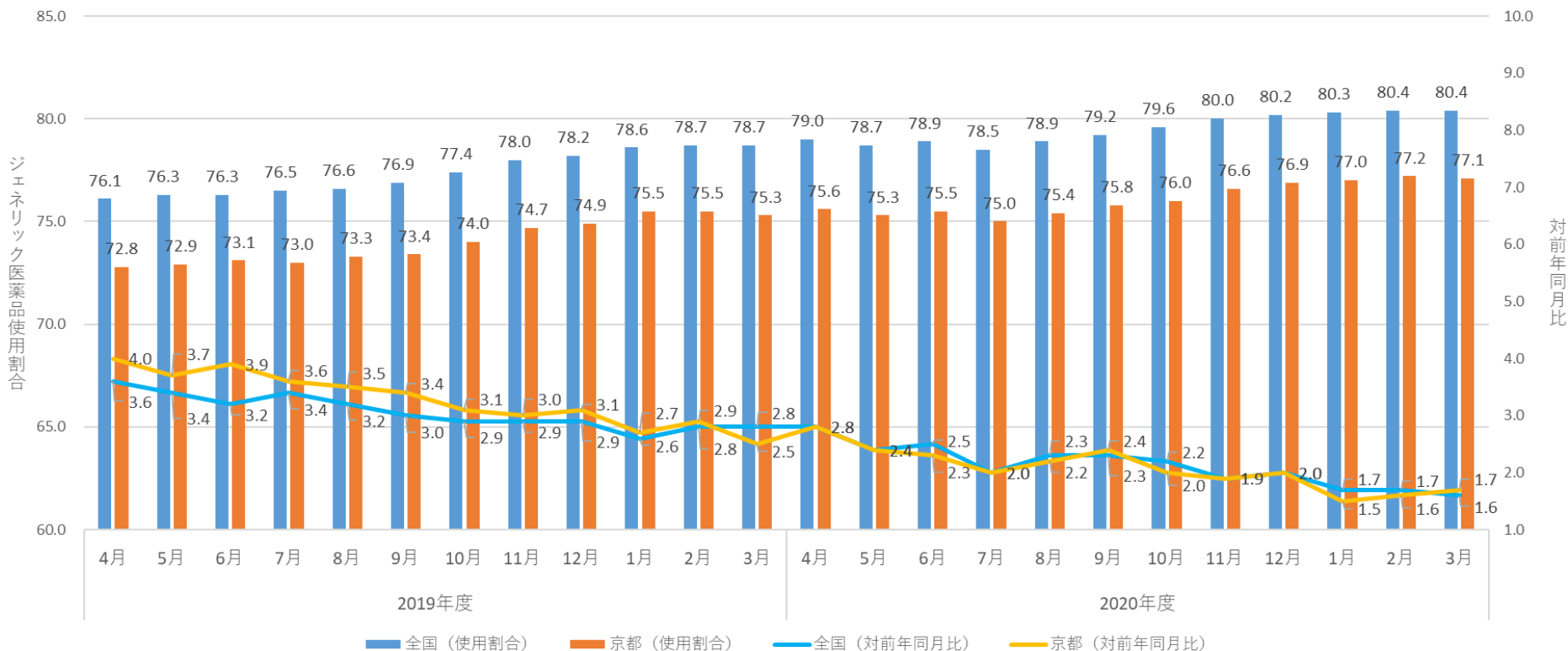
- 独自の生活習慣改善プログラム（AGEs）の活用を行うことで、生活習慣を振り返り改善してもらい、健康をサポートします！
- 測定後、健康意識が高まっている従業員が、自分の健康サポート事業のご紹介をお願いします！
- おうちの砂糖の摂取量などの、お料理に関する情報もお伝えいたします。イラスト付きで、簡単で楽しく使ってみてはいかがでしょうか？

カテゴリ	タイトル	講座内容	希望
運動推進 運動関連講座	5分から挑戦！ながら運動	運動は生活習慣病予防はもちろん、メンタルヘルス不調の予防や仕事パフォーマンス向上にも繋がります。簡易方法で筋力をチェックし、忙しい中でも実施可能な運動を実践していただきます。	
	歳と共に呼吸も衰える!? 呼吸力向上トレーニング	呼吸は自律神経やストレスにより衰え、心身に大きな影響を与えることが分かっています。呼吸力を鍛えるトレーニングによって呼吸の衰えを防ぎましょう。	
	デスクワークによる蓄積疲労を軽減。ストレッチ講座	VDT 使用が予防は身体的な健康増進以外にもメンタルヘルス対策や生産性向上にも寄与します。仕事や日常生活でも取り入れやすい体操やストレッチを実践して体験していただきます。	
生活習慣病 予防講座	正しい姿勢で健康に！インナーマッスルを鍛えよう	現代には姿勢が悪くなる原因がたくさん！姿勢が悪くなると身体全体に不調をきたしやすくなります。姿勢改善のコツを学び、疲れにくい美しい身体を手に入れましょう！	
	コロナ禍の今高まる肥満リスク。食生活直しのコツ	生活様式の変化により食生活も多様化。外食や中食での栄養バランスの整え方や食事時間についてお伝えし、日常生活に活かせるように工夫してお届けします。	
	話術の磨き！第2の脳を活性化させよう	脳は第二の脳と言われ、脳と健康の関係性について近年注目されています。身体面の健康増進はもちろんメンタルヘルス対策となる話術をご紹介します。	
メンタルヘルス 対策講座	横になると寝るは全然違う！意外と知らない睡眠の話	生活習慣病予防と言えば「食事・運動」を思い浮かべる人は多いですが、実は「睡眠」も大きく関わっています！睡眠の必要性はもちろん、日常生活で取り入れられる睡眠管理術をお伝えします。	
	受けっぱなしはもったいない！健康結果の活用法	なぜ私たちは毎年健康診断を受けるのか？根本的な目的をお伝えするはもちろん、健康結果の上手な読み解き方をご紹介します。また、生活習慣を振り返るためのチェックリストなどもご用意してお届けします。	
その他 健康増進に 関する講座	逆情・トラブル・ストレスに強くなる。マッチョなメンタルの作り方	ストレスの多い現代では折れることのないマッチョなメンタルが大切です。日頃からできるメンタルのトレーニング術をワークを通してお伝えします。	
	しなやかにストレスと向き合うために～「今」に集中できる自分になる～	マインドフルネスは世界のビジネス界やあの国連もセルフケアやパフォーマンス向上のために取り入れているもの。出席する従業員もいらすば一歩で体験できる内容です。	
	その他 最新情報にアップデート！ 新型コロナウイルス感染症対策	新型コロナウイルス感染症により生活様式が大きく変化。日々と現状が変化の中で、日常生活で気を付けるべき基本事項はもちろん、最新情報もお伝えします。	

⑤医療費の適正化(ジェネリック医薬品使用促進)

・令和3年3月末時点 京都支部 **77.1%** → 全支部平均 **80.4%**

ジェネリック医薬品使用割合・対前年同月比 (新指標：数量ベース)



加入者向け	薬局向け	医療機関向け
<ul style="list-style-type: none"> ・ジェネリック医薬品軽減額通知サービス ・ジェネリック医薬品希望シールの配布 	<ul style="list-style-type: none"> ・ジェネリック医薬品に関するお知らせの送付 ・ジェネリック医薬品推奨シールの配布 	<ul style="list-style-type: none"> ・ジェネリック医薬品実績リストの提供(HPにて公開)

支部の運営状況 (2020年度)

		京		都					
		加入者数		事業所数					
概況		被保険者数 ①	531,346 人 ()	531,505 人 ()	52,897 ヲ所 ()	51,453 ヲ所 ()			
		うち任意継続被保険者数	6,562 人 ()	6,496 人 ()		標準報酬総額			
		被扶養者数 ②	355,084 人 ()	360,889 人 ()		2,149,111 百万円 ()	2,168,032 百万円 ()		
()		加入者計 (①+②)	886,430 人 ()	892,394 人 ()	134,937 百万円 ()	140,213 百万円 ()			
		常勤職員		45 人	契約職員	63 人			
健康保険給付等	各種証発行	健康保険証	172,408 件	高齡受給者証	12,004 件	限度額適用認定証(年度未現在有効数)	29,256 件 (22,371)		
		現金給付	高額療養費	21,876 件	傷病手当金	29,119 件	出産育児一時金	8,277 件	その他の現金給付
健康保険給付等	各種サービス	高額査定通知	123 件	ターンプラウド通知	13,347 件	医療費通知(ソナーネット)	445,987 (313)	口座振替(任継)	2,147 件
		資格点検	1,225 円	内容点検	204 円	診療内容等査定効果額	105 円	外傷点検	491 円
レセプト点検実績 (加入者1人当たり効果額)		高額医療費貸付件数	24 件	出産費用貸付件数	1 件	健康保険委員委嘱者数	3,449 人	被扶養者	3,449 人
福祉事業／その他		健診	生活習慣病予防健診(受診率)	乳がん・子宮頸がん検診	198,746 件 (57.7%)	27,397 件	特定健診(受診率)	22,033 件 (22.1%)	
保健事業	保健指導	上位目標	被保険者(特定保健指導)(実施率)		初回面談 7,035 件 (16.3%)	実績評価 5,408 件 (12.5%)	被保険者(その他の保健指導)	689 件	
			主な取組	<ul style="list-style-type: none"> ・「京から取り組む健康事業所宣言」による事業所とのコラボヘルス推進 ・医療機関や専門機関との連携による健診・特定保健指導の実施率の向上 					
保健機能発揮のため の具体的な取組		<ul style="list-style-type: none"> 【医療等の質や効率性の向上】 ・医療審議会及び地域医療構想調整会議に参画し、事業主・加入者の意見を反映した意見発信 ・保健医療計画、医療費適正化計画に基づく医療体制・保健医療サービス等の促進 【加入者の健康度を高めること】 ・冠動脈疾患リスク対象者等の分析と地域の医療費・健診リスクに関する京都府との共同分析 ・健康講座や健康測定器を活用した加入者の健康意識の啓発 ・健診機関と連携した感染予防薬の徹底とICTの活用強化等による健診・保健指導実施者数の拡大 ・パイロット事業「健診当日健康相談」による健診をきっかけとした行動変容促進 ・経済三団体、自治体等と連携した健康づくりや健康経営普及拡大の取り組み 【医療費等の適正化】 ・病院、薬局に対する分析資料提供と加入者へ動画を活用した広報等によるジェネリック医薬品使用促進 ・柔道整復施療療養費の多部位・頻回施術に対し、加入者への文書照会と施術所への注意啓発を実施 ・保険証回収率の低い事業所への文書指導及び年金機構への情報提供による指導依頼 ・保険者間調整の推進による債権回収業務の強化 							
支部收支 (概要)		収入 (A)		支出 (B)		収支差 (A-B)			
単位:百万円		[保険料収入]	[228,396]	[医療給付費(調整後)]	[120,332]	[地球差分]	[0]		
		予算	229,056		229,056	±0	[849]		
		決算	210,873	[210,328]	196,325				