2026年9月11日 作成

2025 年度
支部別スコアリングレポート

≪奈良支部≫

支部別スコアリングレポートは支部ごとの健診受診率、特定保健指導実施率に加え、男女別の健診結果や問診結果の年齢調整平均値及び医療費をレーダーチャートやグラフにより見える化した資料です。

棒グラフは直近年度の全支部の数値ですので、他支部との比較を行う際に活用いただけます。また、折れ線グラフは自支部の直近4年間の経年変化について全国比と全国順位をご確認いただけます。そのほかレーダーチャートに加えて47支部の偏差値に基づく区分（S,A,B,C,D）を記載しておりますので、レーダーチャートと合わせて支部の課題を把握する際の参考としてください。

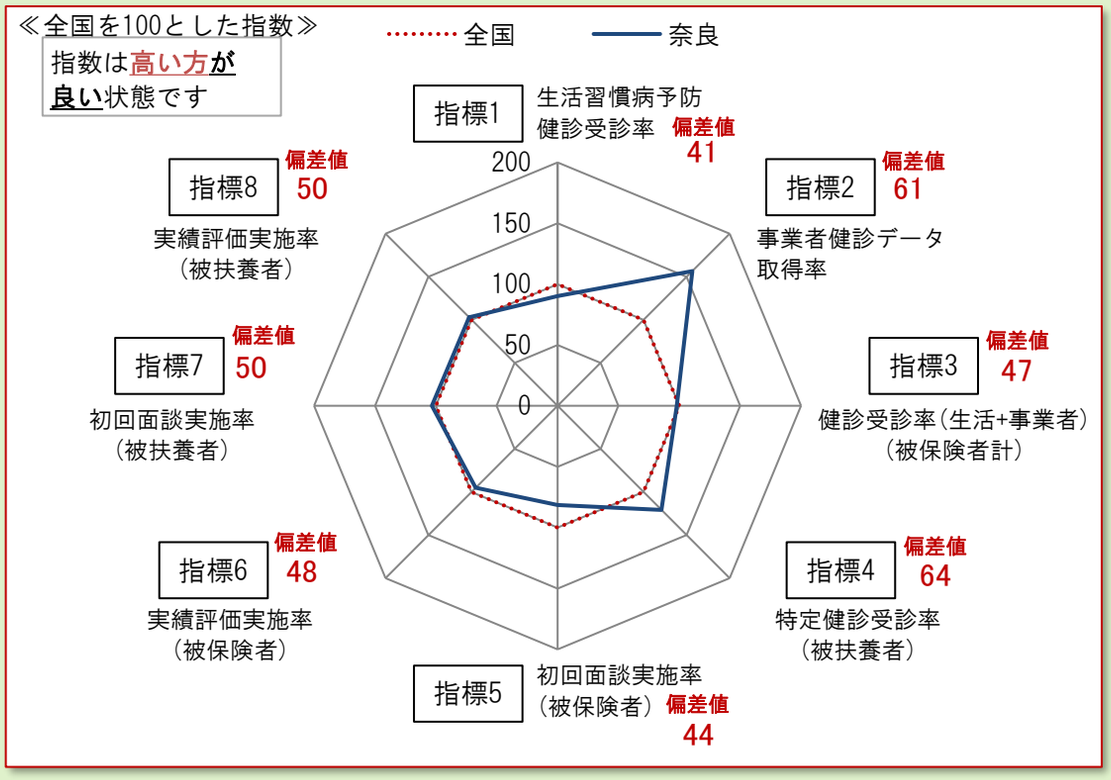
※日本健康会議の健康スコアリングレポートとは一部の指標の基準が異なります
（詳細は Ⅵ各指標の算出方法 をご参照ください）。

≪目次≫

Ⅰ　健診受診率・特定保健指導実施率の概要 2
（健診受診率の状況）・・・・・・・ 3
（特定保健指導実施率の状況）・・ 5
Ⅱ　生活習慣病リスク保有者の割合
（男性）・・・・・・・・・・・・・・ 8
（女性）・・・・・・・・・・・・・・12
Ⅲ　生活習慣要改善者の割合
（男性）・・・・・・・・・・・・・・16
（女性）・・・・・・・・・・・・・・20
Ⅳ　医療費の状況・・・・・・・・・・・・・24
Ⅴ　生活習慣に関する参考データ・・・・・25
Ⅵ　各指標の算出方法・・・・・・・・・・28

Ⅰ 健診受診率・特定保健指導実施率の概要

【健診受診率・特定保健指導実施率(2025年度)】



※ 健診受診率・特定保健指導実施率の偏差値（全国平均と等しければ50）です。

指標1	生活習慣病予防健診受診率	B
指標2	事業者健診データ取得率	A
指標3	健診受診率(被保険者計)	B
指標4	特定健診受診率(被扶養者)	A
指標5	初回面談実施率(被保険者)	B
指標6	実績評価実施率(被保険者)	B
指標7	初回面談実施率(被扶養者)	B
指標8	実績評価実施率(被扶養者)	B

S:偏差値70以上、A:偏差値60台、B:偏差値40～50台、C:偏差値30台、D:偏差値30未満

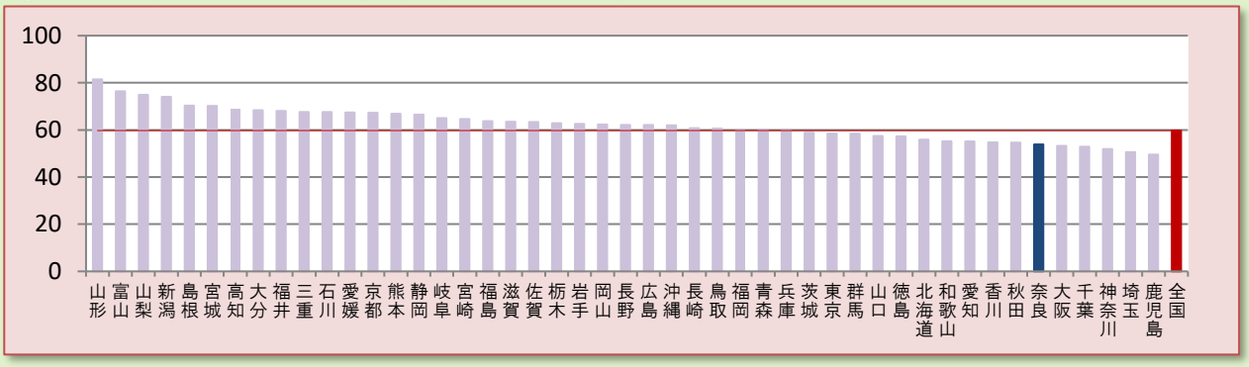
2025年度の健診受診率と特定保健指導実施率の概要は上記のとおりです。
それぞれの数値の詳細及び経年変化等については、次ページ以降をご確認ください。

健診受診率の状況

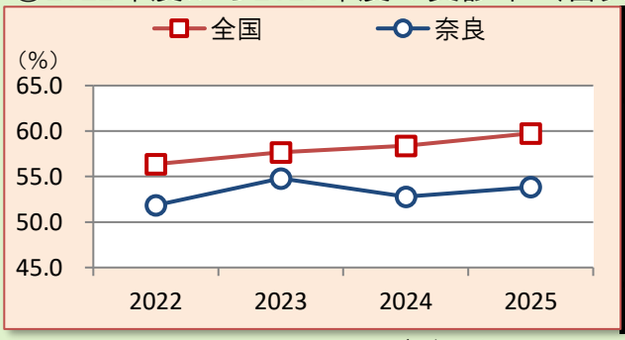
指標1【生活習慣病予防健診受診率（40～74歳）】

①2025年度の全支部の受診率と全国平均

（%）



②2022年度から2025年度の受診率（自支部vs全国平均）



	年度	受診者数	受診率（%）	偏差値
奈良支部	2022	64, 031	51. 8	44
	2023	69, 035	54. 8	46
	2024	68, 176	52. 8	42
	2025	70, 975	53. 8	41
全国平均	2025	－	59. 7	

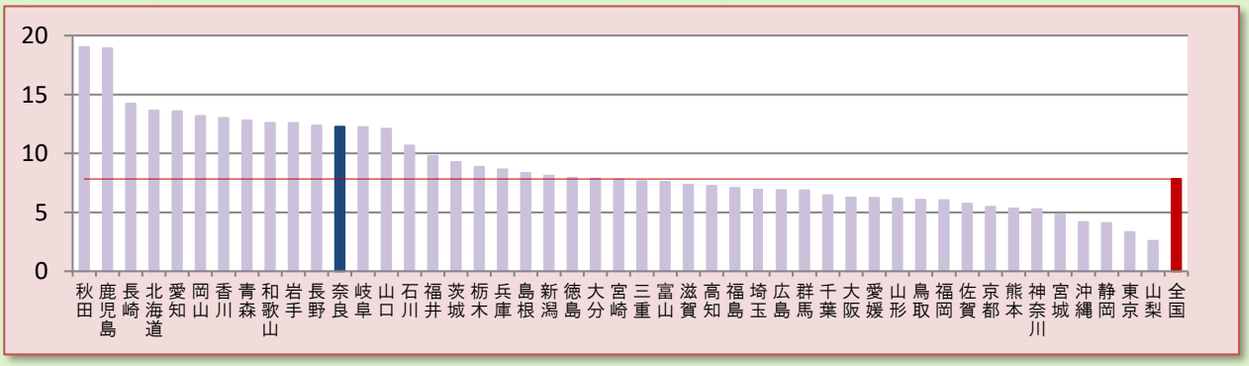
（データソース：各支部からの報告による請求ベースのデータ）

↑人数は、分母が加入支部、分子が受診地に基づく為、大都市は低くなり易い点に注意。

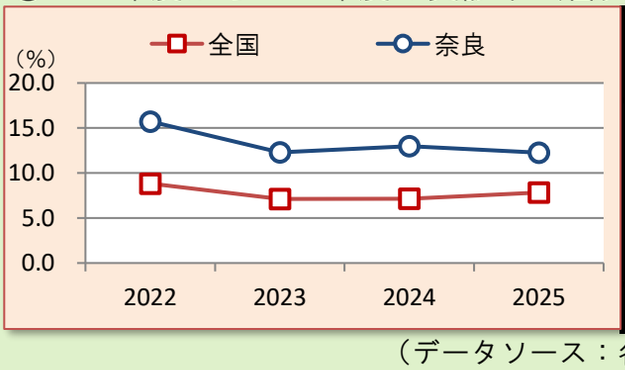
指標2【事業者健診データ取得率】

①2025年度の全支部のデータ取得率と全国平均

（%）



②2022年度から2025年度の受診率（自支部vs全国平均）



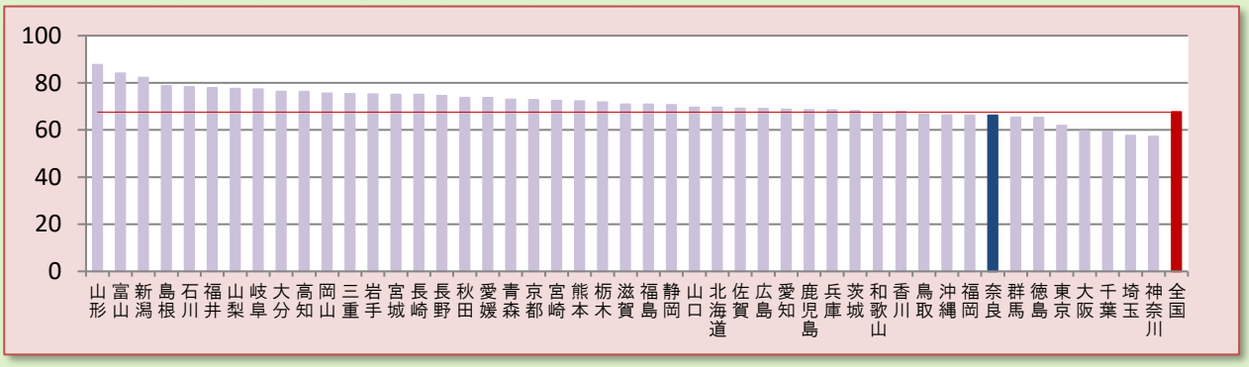
	年度	取得者数	取得率（%）	偏差値
奈良支部	2022	19, 427	15. 7	68
	2023	15, 502	12. 3	64
	2024	16, 768	13. 0	66
	2025	16, 163	12. 3	61
全国平均	2025	－	7. 8	

（データソース：各支部からの報告による請求ベースのデータ）

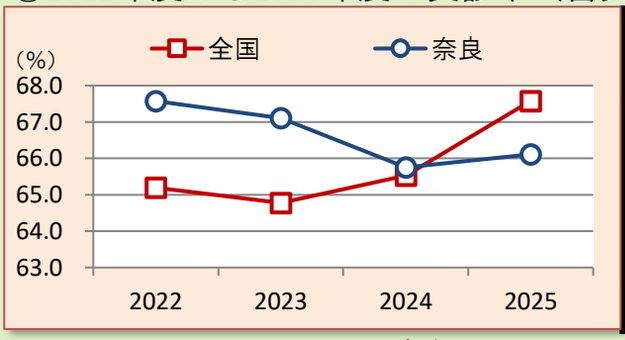
指標3【被保険者健診受診率（生活習慣病予防健診+事業者健診）】

①2025年度の全支部の受診率と全国平均

（%）



②2022年度から2025年度の受診率（自支部vs全国平均）



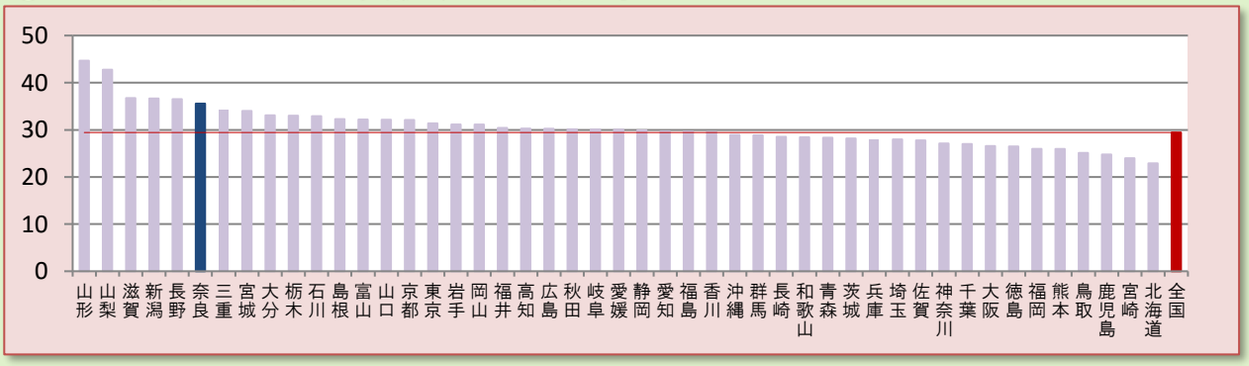
	年度	受診者数	受診率（%）	偏差値
奈良支部	2022	83, 458	67. 6	52
	2023	84, 537	67. 1	52
	2024	84, 944	65. 8	50
	2025	87, 138	66. 1	47
全国平均	2025	－	67. 6	

（データソース：各支部からの報告による請求ベースのデータ）

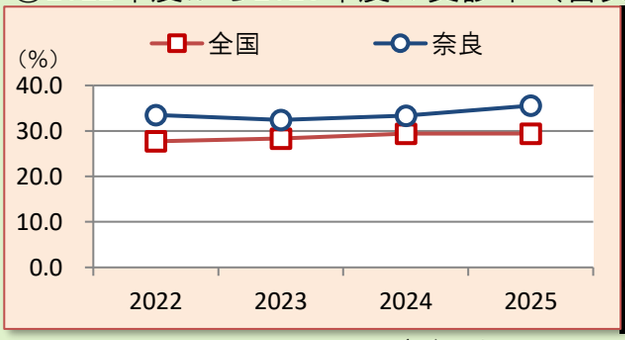
指標4【特定健診受診率（被扶養者）】

①2025年度の全支部の受診率と全国平均

（%）



②2022年度から2025年度の受診率（自支部vs全国平均）



	年度	受診者数	受診率（%）	偏差値
奈良支部	2022	12, 551	33. 5	62
	2023	11, 719	32. 4	59
	2024	11, 664	33. 4	58
	2025	12, 068	35. 6	64
全国平均	2025	－	29. 4	

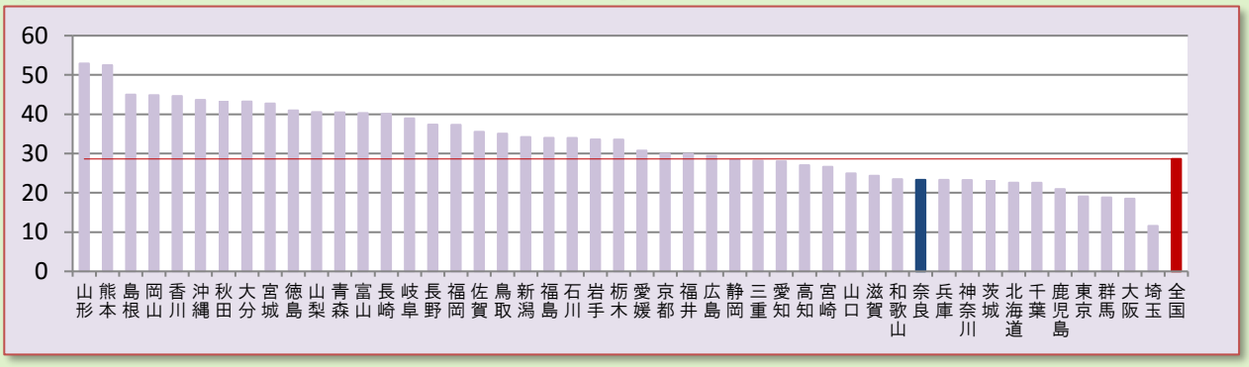
（データソース：各支部からの報告による請求ベースのデータ）

特定保健指導実施率の状況

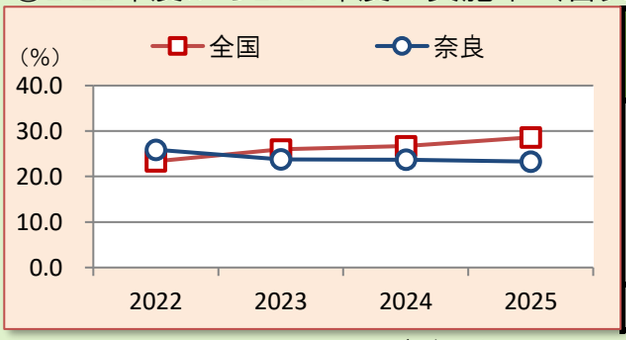
指標5【特定保健指導実施率（被保険者・初回面談）】

①2025年度の全支部の実施率と全国平均

（%）



②2022年度から2025年度の実施率（自支部vs全国平均）



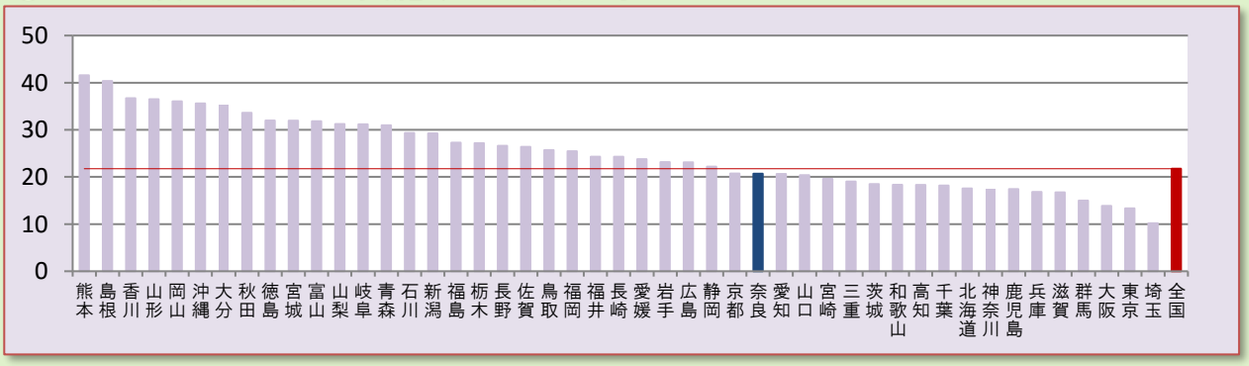
	年度	実施者数	実施率（%）	偏差値
奈良支部	2022	3, 982	25. 9	52
	2023	3, 926	23. 8	47
	2024	4, 263	23. 7	46
	2025	4, 279	23. 3	44
全国平均	2025	－	28. 6	

（データソース：各支部からの報告による請求ベースのデータ）

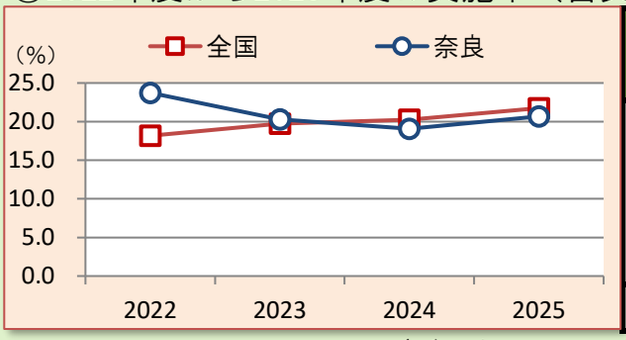
指標6【特定保健指導実施率（被保険者・実績評価）】

①2025年度の全支部の実施率と全国平均

（%）



②2022年度から2025年度の実施率（自支部vs全国平均）



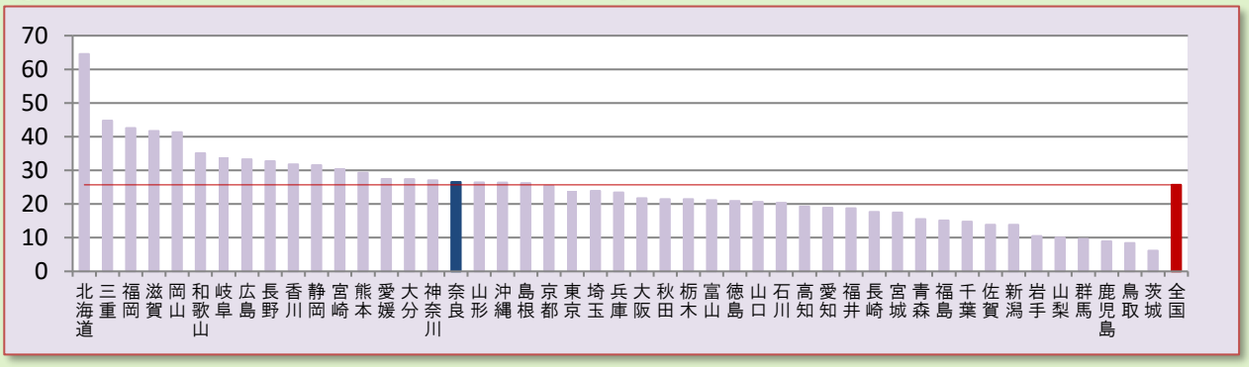
	年度	実施者数	実施率（%）	偏差値
奈良支部	2022	3, 649	23. 7	57
	2023	3, 350	20. 3	50
	2024	3, 427	19. 1	48
	2025	3, 801	20. 7	48
全国平均	2025	－	21. 7	

（データソース：各支部からの報告による請求ベースのデータ）

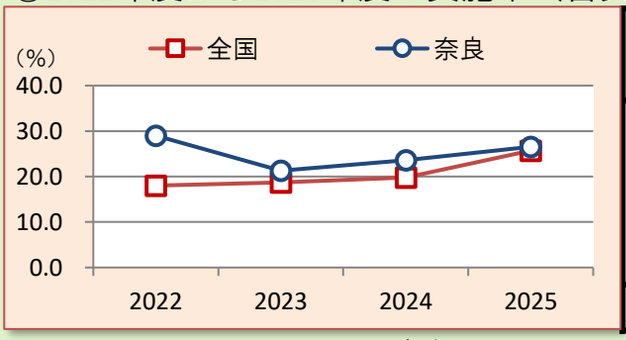
指標7【特定保健指導実施率（被扶養者・初回面談）】

①2025年度の全支部の実施率と全国平均

（%）



②2022年度から2025年度の実施率（自支部vs全国平均）



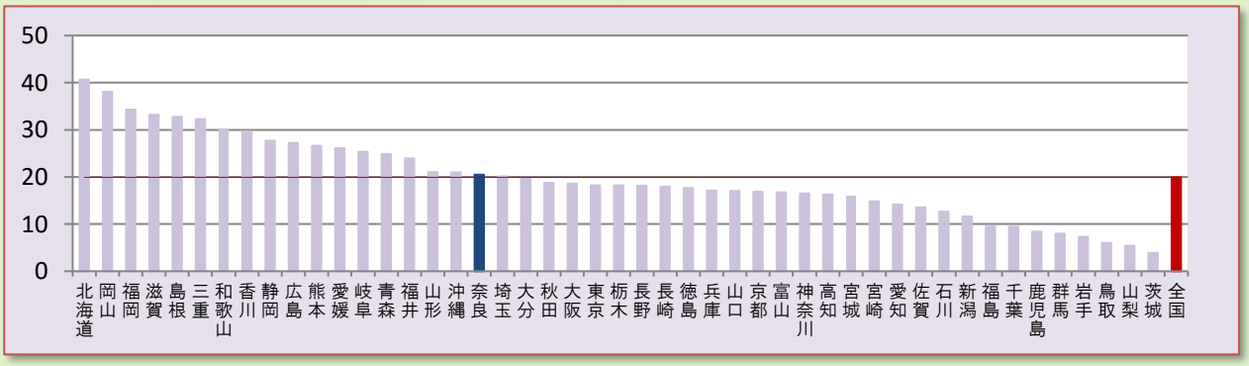
	年度	実施者数	実施率（%）	偏差値
奈良支部	2022	310	29. 0	59
	2023	205	21. 3	52
	2024	231	23. 6	54
	2025	325	26. 5	50
全国平均	2025	-	25. 7	

（データソース：各支部からの報告による請求ベースのデータ）

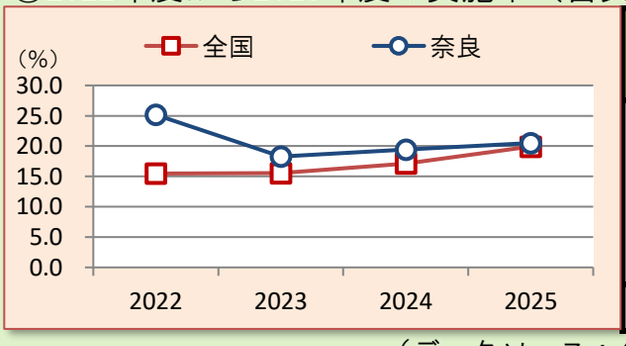
指標8【特定保健指導実施率（被扶養者・実績評価）】

①2025年度の全支部の実施率と全国平均

（%）



②2022年度から2025年度の実施率（自支部vs全国平均）



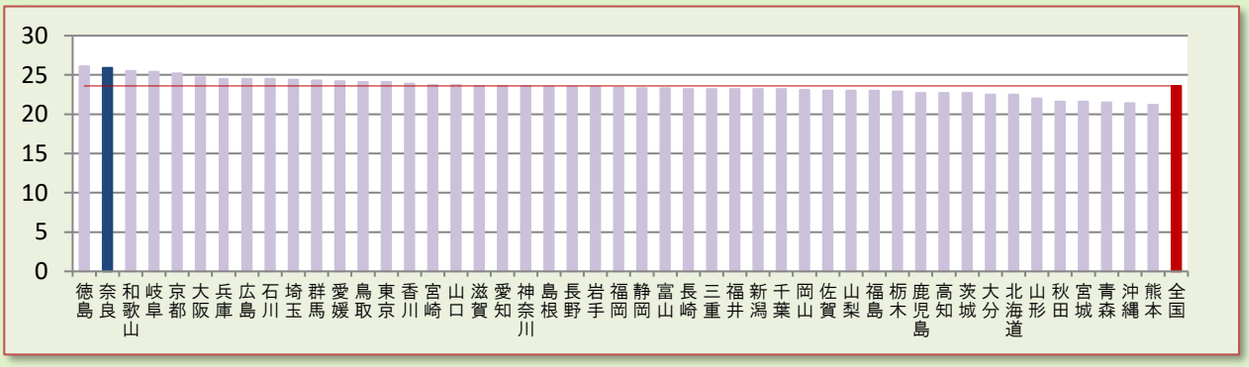
	年度	実施者数	実施率（%）	偏差値
奈良支部	2022	269	25. 2	59
	2023	176	18. 3	53
	2024	190	19. 4	52
	2025	251	20. 5	50
全国平均	2025	-	19. 9	

（データソース：各支部からの報告による請求ベースのデータ）

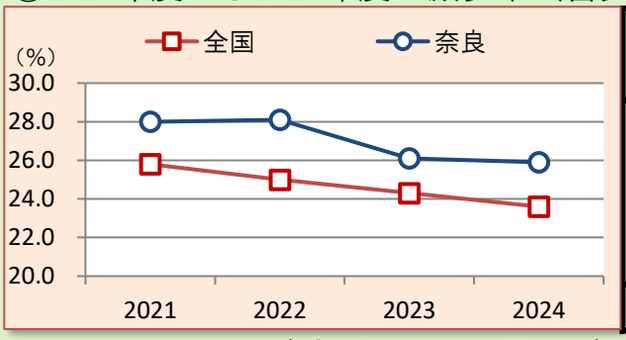
【メタボリックシンドローム該当者減少率】

①2024年度の全支部の減少率と全国平均

（%）



②2021年度から2024年度の減少率（自支部vs全国平均）



	年度	減少者数	減少率（%）	偏差値
奈良支部	2021	2, 502	28. 0	68
	2022	2, 644	28. 1	72
	2023	2, 464	26. 1	64
	2024	2, 607	25. 9	70
全国平均	2024	－	23. 6	

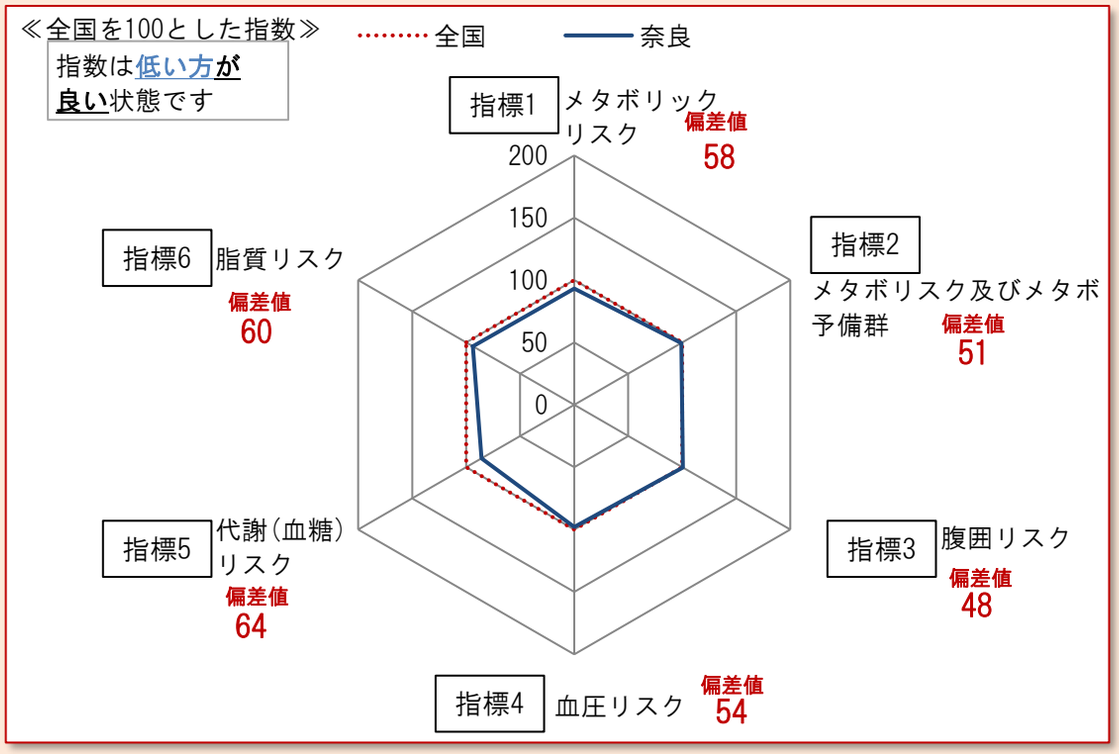
（データソース：国への報告データ「内臓脂肪症候群該当者の減少率」）

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】　※日本健康会議の健康スコアリングレポートでは「服薬」をリスクに含まない

- ○ 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（内臓脂肪面積100cm²以上を優先）
- ○ 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110mg/dl以上 又は 空腹時血糖未測定かつHbA1c6.0%以上 又は 服薬
  ※日本健康会議の健康スコアリングレポートでは血糖「100mg/dl」、HbA1c「5.6%」以上
- ○ 脂質リスク　：中性脂肪150mg/dl以上 又は 随時中性脂肪175mg/dl以上

【生活習慣病リスク保有者の割合（2025年度）】



※ 偏差値はリスクが低い（良い）方が高い（全国平均と等しければ50）。

指標1	メタボリックリスク
	B

指標2	メタボリスク及びメタボ予備群
	B

指標3	腹囲リスク
	B

指標4	血圧リスク
	B

指標5	代謝（血糖）リスク
	A

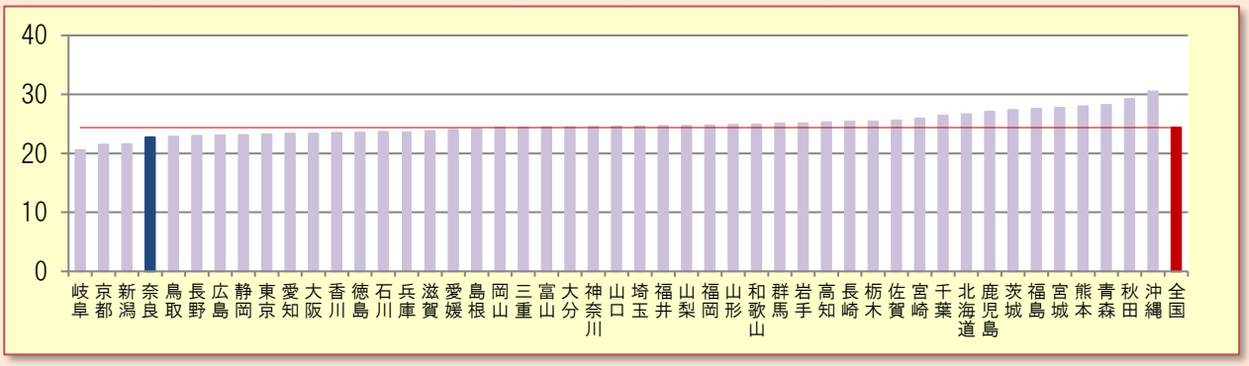
指標6	脂質リスク
	A

S：偏差値70以上、A：偏差値60台、B：偏差値40～50台、C：偏差値30台、D：偏差値30未満

指標1【メタボリックリスク保有者の割合】※各検査値から検算。判定不能は除外。

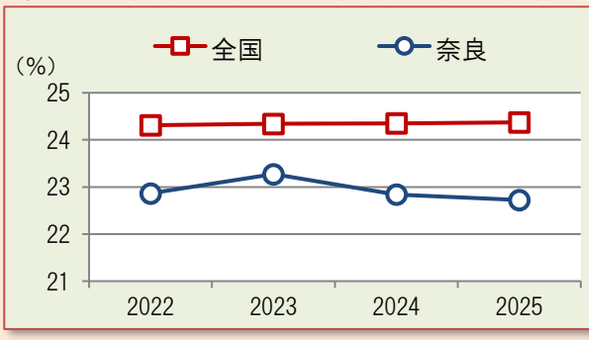
①2025年度の全支部のリスク保有者の割合と全国平均

（%）



②2022年度から2025年度のリスク保有者の割合（自支部vs全国平均）

（%）



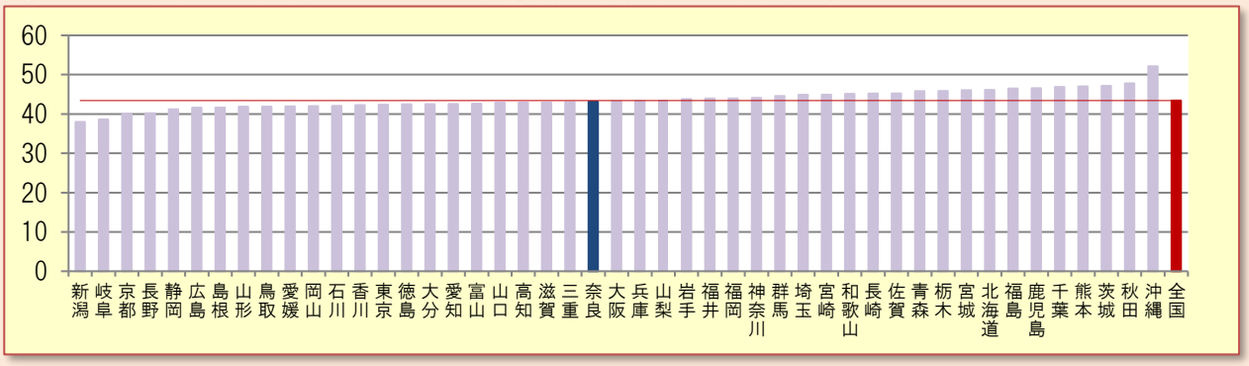
	年度	メタボリックリスク	偏差値
奈良支部	2022	22. 9	57
	2023	23. 3	55
	2024	22. 8	57
	2025	22. 7	58
全国平均	2025	24. 4	

（データソース：「特定健診、特定保健指導分析データ分析報告書」より各項目の年齢調整後の割合）

指標2【メタボ及びメタボ予備群の割合】※各検査値から検算。判定不能は除外。

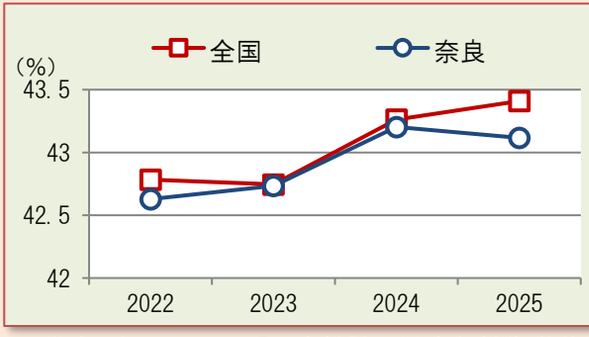
①2025年度の全支部のリスク保有者の割合と全国平均

（%）



②2022年度から2025年度のリスク保有者の割合（自支部vs全国平均）

（%）



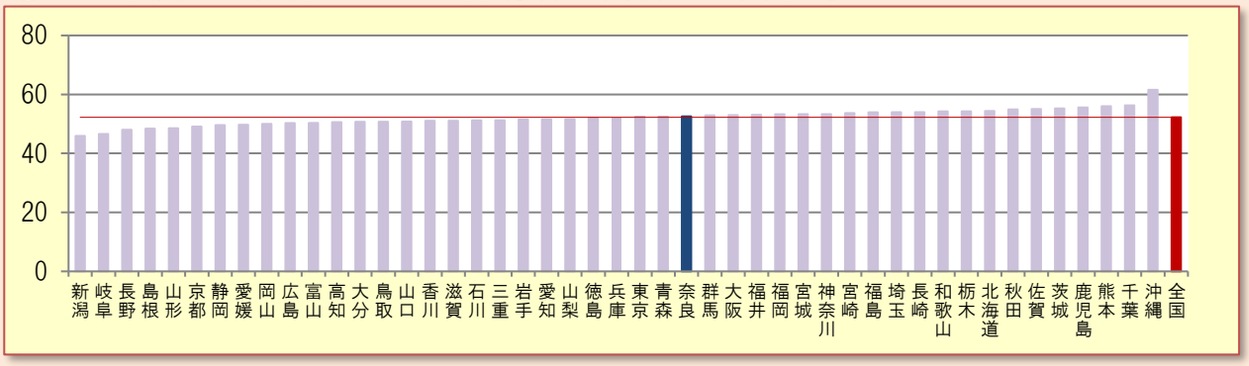
	年度	メタボリスク及びメタボ予備群	偏差値
奈良支部	2022	42. 6	50
	2023	42. 7	50
	2024	43. 2	50
	2025	43. 1	51
全国平均	2025	43. 4	

（データソース：「特定健診、特定保健指導分析データ分析報告書」より各項目の年齢調整後の割合）

指標3【腹囲リスク保有者の割合】※内臓脂肪面積100cm^{2}以上を優先。

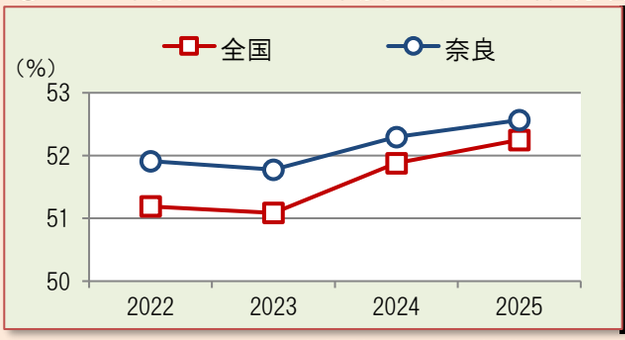
①2025年度の全支部のリスク保有者の割合と全国平均

（%）



②2022年度から2025年度のリスク保有者の割合（自支部vs全国平均）

（%）



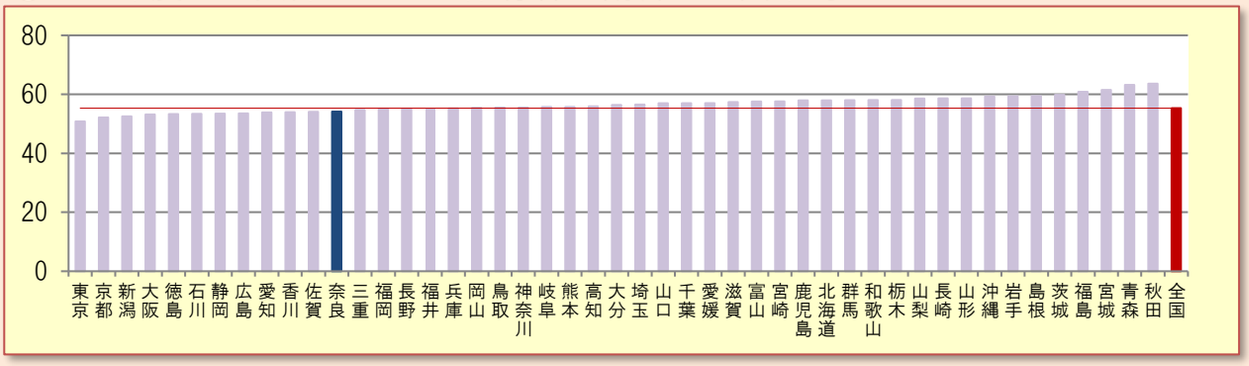
	年度	腹　囲 リスク	偏差値
奈良支部	2022	51. 9	47
	2023	51. 8	47
	2024	52. 3	48
	2025	52. 6	48
全国平均	2025	52. 2	

（データソース：「特定健診、特定保健指導分析データ分析報告書」より各項目の年齢調整後の割合）

指標4【血圧リスク保有者の割合】

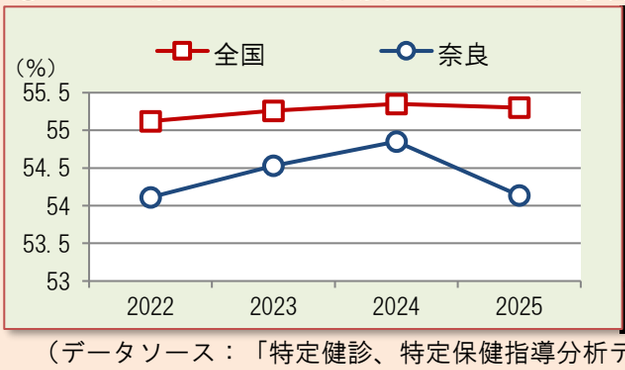
①2025年度の全支部のリスク保有者の割合と全国平均

（%）



②2022年度から2025年度のリスク保有者の割合（自支部vs全国平均）

（%）

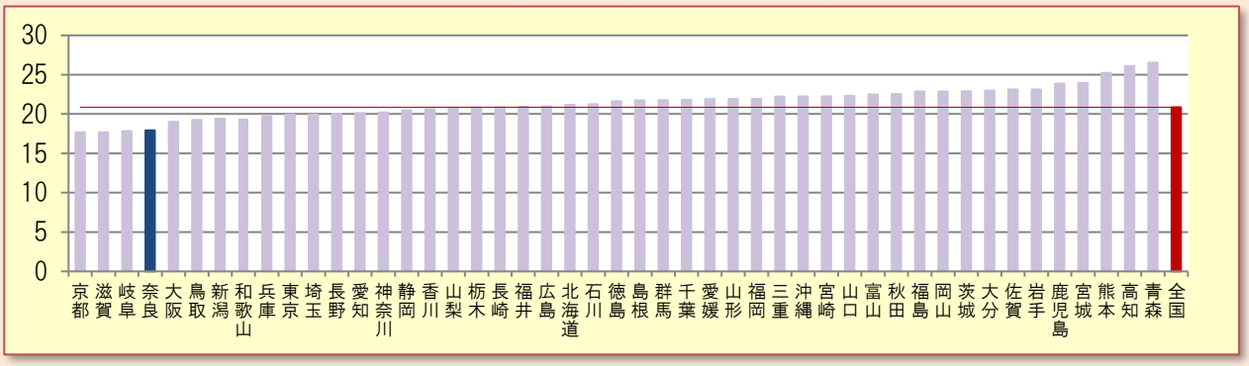


	年度	血　圧 リスク	偏差値
奈良支部	2022	54. 1	53
	2023	54. 5	52
	2024	54. 9	51
	2025	54. 1	54
全国平均	2025	55. 3	

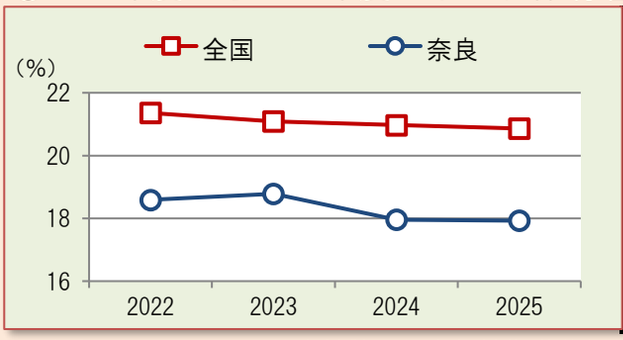
（データソース：「特定健診、特定保健指導分析データ分析報告書」より各項目の年齢調整後の割合）

指標5【代謝(血糖)リスク保有者の割合】※空腹時血糖をHbA1cより優先。

①2025年度の全支部のリスク保有者の割合と全国平均 （%）



②2022年度から2025年度のリスク保有者の割合（自支部vs全国平均） （%）

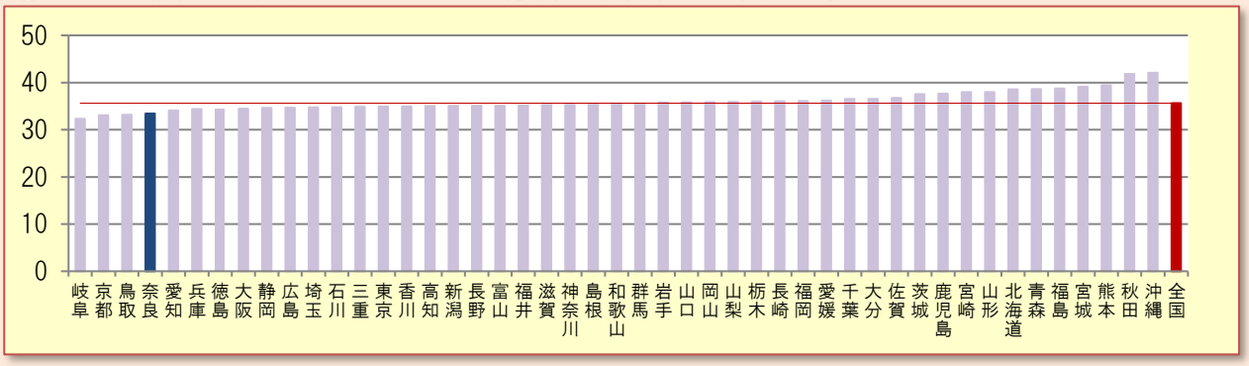


	年度	代謝(血糖)リスク	偏差値
奈良支部	2022	18.6	63
	2023	18.8	61
	2024	18.0	65
	2025	17.9	64
全国平均	2025	20.9	

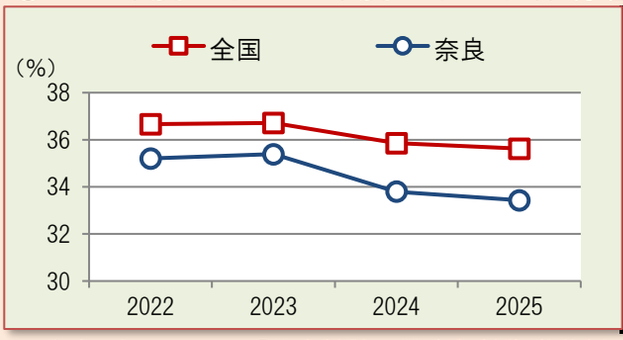
（データソース：「特定健診、特定保健指導分析データ分析報告書」より各項目の年齢調整後の割合）

指標6【脂質リスク保有者の割合】

①2025年度の全支部のリスク保有者の割合と全国平均 （%）



②2022年度から2025年度のリスク保有者の割合（自支部vs全国平均） （%）



	年度	脂質リスク	偏差値
奈良支部	2022	35.2	57
	2023	35.4	56
	2024	33.8	60
	2025	33.4	60
全国平均	2025	35.6	

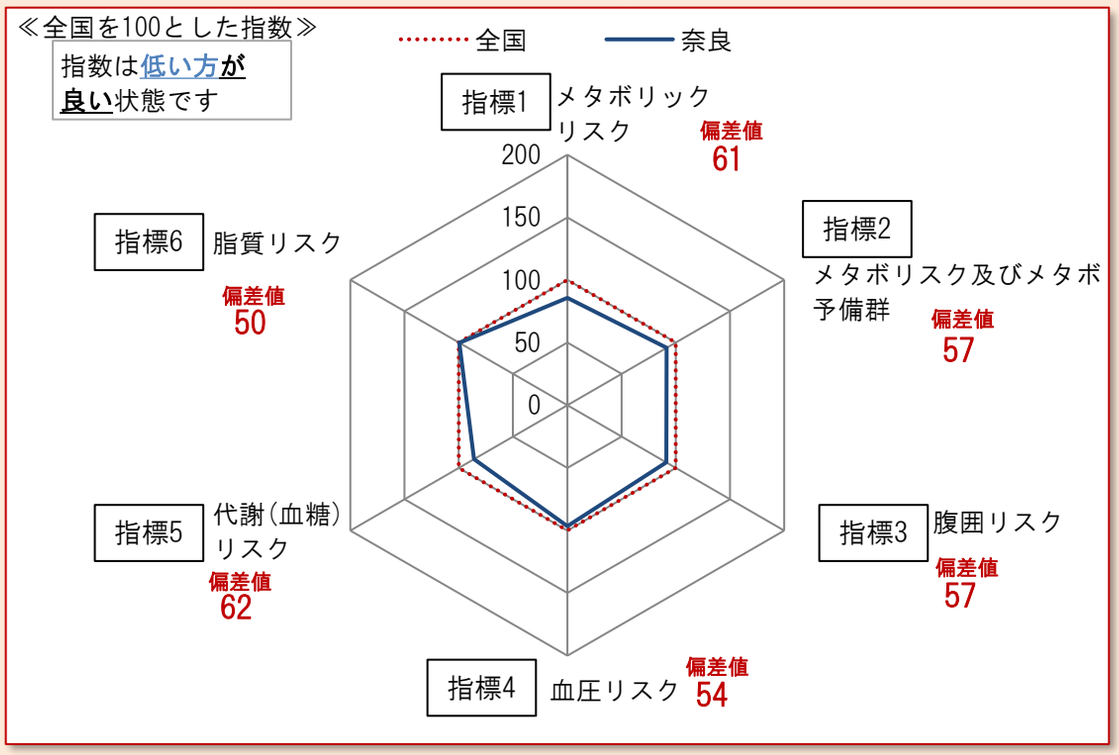
（データソース：「特定健診、特定保健指導分析データ分析報告書」より各項目の年齢調整後の割合）

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】　※日本健康会議の健康スコアリングレポートでは「服薬」をリスクに含まない

- ○ 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（内臓脂肪面積100cm²以上を優先）
- ○ 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110mg/dl以上 又は 空腹時血糖未測定かつHbA1c6.0%以上 又は 服薬
  ※日本健康会議の健康スコアリングレポートでは血糖「100mg/dl」、HbA1c「5.6%」以上
- ○ 脂質リスク　：中性脂肪150mg/dl以上 又は 随時中性脂肪175mg/dl以上

【生活習慣病リスク保有者の割合（2025年度）】



※ 偏差値はリスクが低い（良い）方が高い（全国平均と等しければ50）。

指標1	メタボリックリスク
	A

指標2	メタボリスク及びメタボ予備群
	B

指標3	腹囲リスク
	B

指標4	血圧リスク
	B

指標5	代謝（血糖）リスク
	A

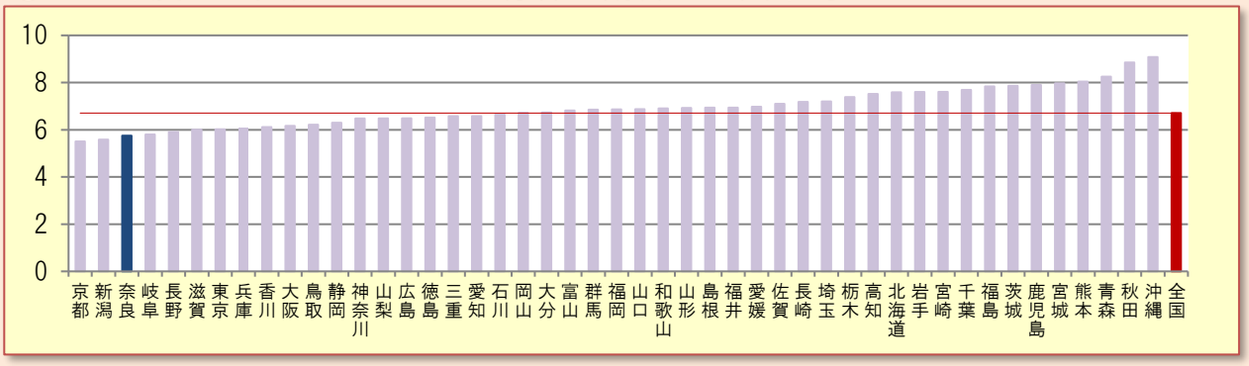
指標6	脂質リスク
	B

S：偏差値70以上、A：偏差値60台、B：偏差値40～50台、C：偏差値30台、D：偏差値30未満

指標1【メタボリックリスク保有者の割合】※各検査値から検算。判定不能は除外。

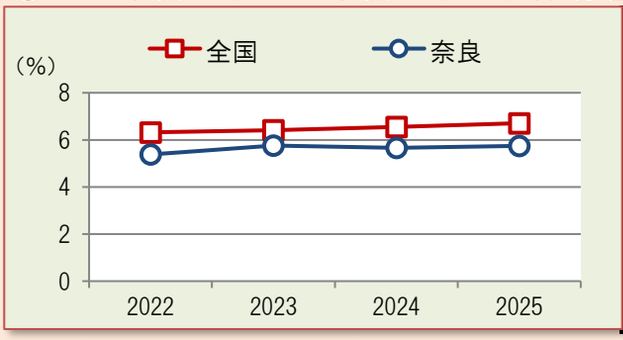
①2025年度の全支部のリスク保有者の割合と全国平均

（%）



②2022年度から2025年度のリスク保有者の割合（自支部vs全国平均）

（%）



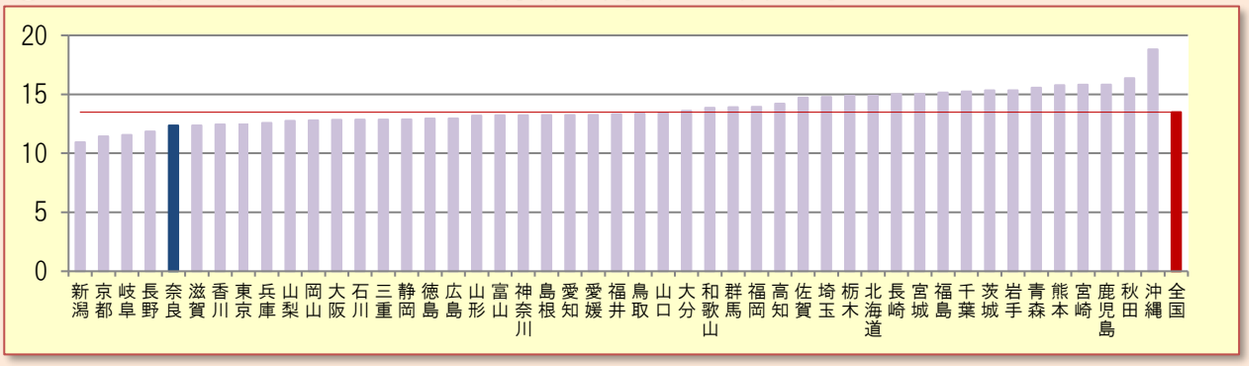
	年度	メタボリックリスク	偏差値
奈良支部	2022	5.4	62
	2023	5.8	58
	2024	5.7	61
	2025	5.8	61
全国平均	2025	6.7	

（データソース：「特定健診、特定保健指導分析データ分析報告書」より各項目の年齢調整後の割合）

指標2【メタボ及びメタボ予備群の割合】※各検査値から検算。判定不能は除外。

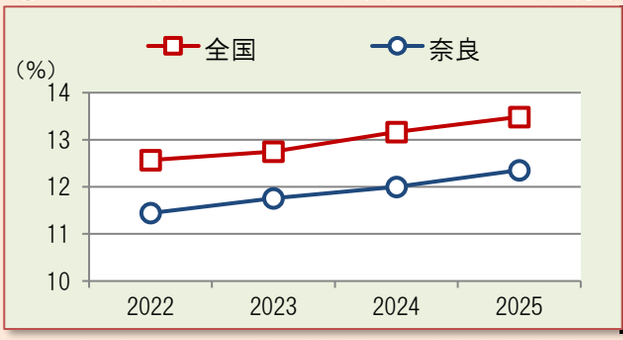
①2025年度の全支部のリスク保有者の割合と全国平均

（%）



②2022年度から2025年度のリスク保有者の割合（自支部vs全国平均）

（%）



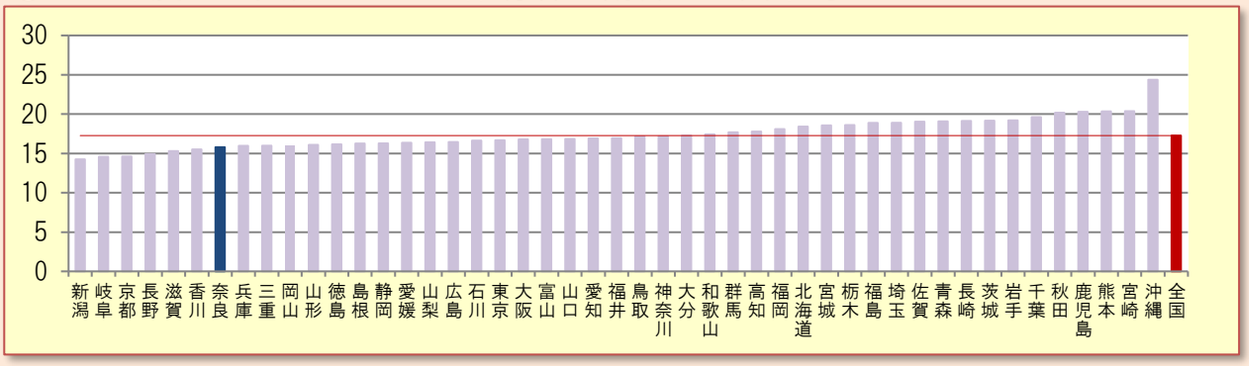
	年度	メタボリスク及びメタボ予備群	偏差値
奈良支部	2022	11.4	58
	2023	11.8	57
	2024	12.0	57
	2025	12.4	57
全国平均	2025	13.5	

（データソース：「特定健診、特定保健指導分析データ分析報告書」より各項目の年齢調整後の割合）

指標3【腹囲リスク保有者の割合】※内臓脂肪面積100cm^{2}以上を優先。

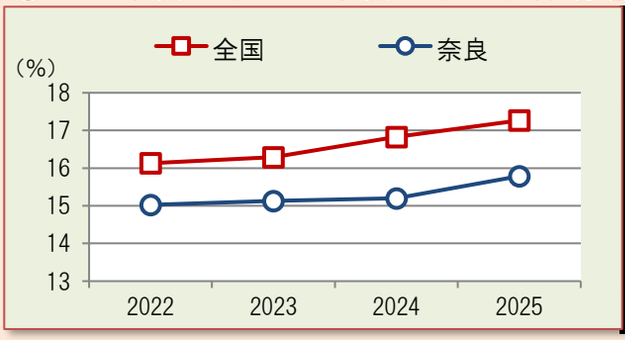
①2025年度の全支部のリスク保有者の割合と全国平均

（%）



②2022年度から2025年度のリスク保有者の割合（自支部vs全国平均）

（%）



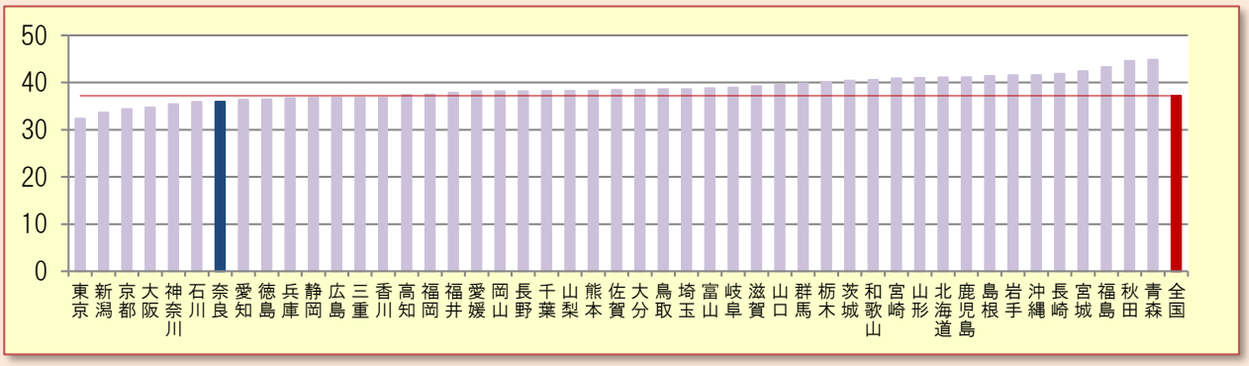
	年度	腹　囲 リスク	偏差値
奈良支部	2022	15. 0	56
	2023	15. 1	56
	2024	15. 2	58
	2025	15. 8	57
全国平均	2025	17. 3	

（データソース：「特定健診、特定保健指導分析データ分析報告書」より各項目の年齢調整後の割合）

指標4【血圧リスク保有者の割合】

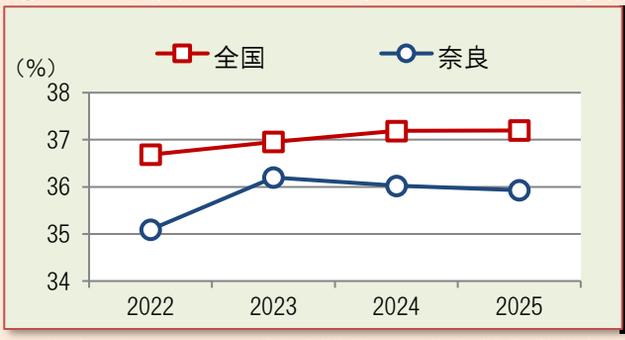
①2025年度の全支部のリスク保有者の割合と全国平均

（%）



②2022年度から2025年度のリスク保有者の割合（自支部vs全国平均）

（%）

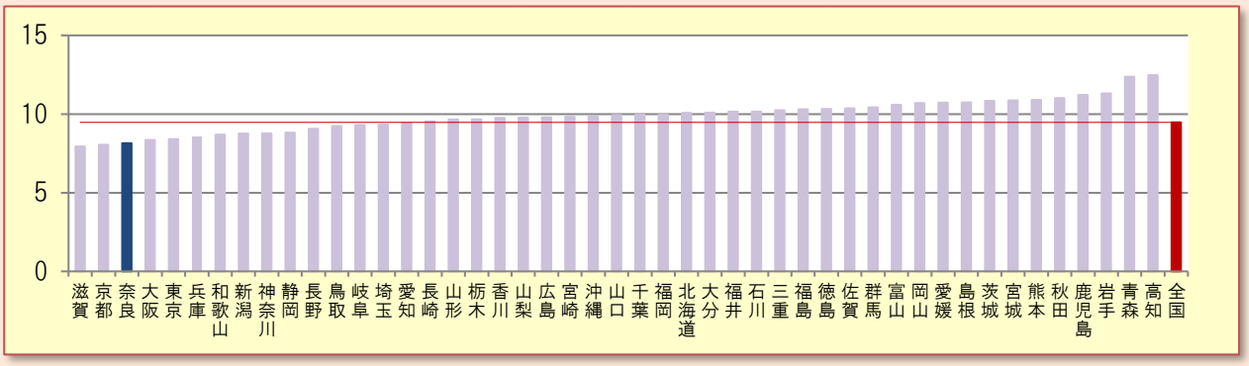


	年度	血　圧 リスク	偏差値
奈良支部	2022	35. 1	55
	2023	36. 2	52
	2024	36. 0	54
	2025	35. 9	54
全国平均	2025	37. 2	

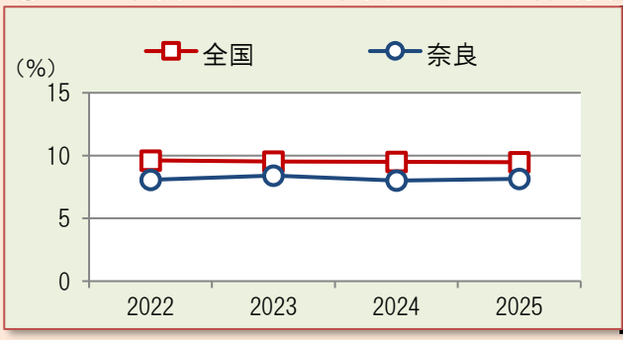
（データソース：「特定健診、特定保健指導分析データ分析報告書」より各項目の年齢調整後の割合）

指標5【代謝(血糖)リスク保有者の割合】※空腹時血糖をHbA1cより優先。

①2025年度の全支部のリスク保有者の割合と全国平均 （%）



②2022年度から2025年度のリスク保有者の割合（自支部vs全国平均） （%）

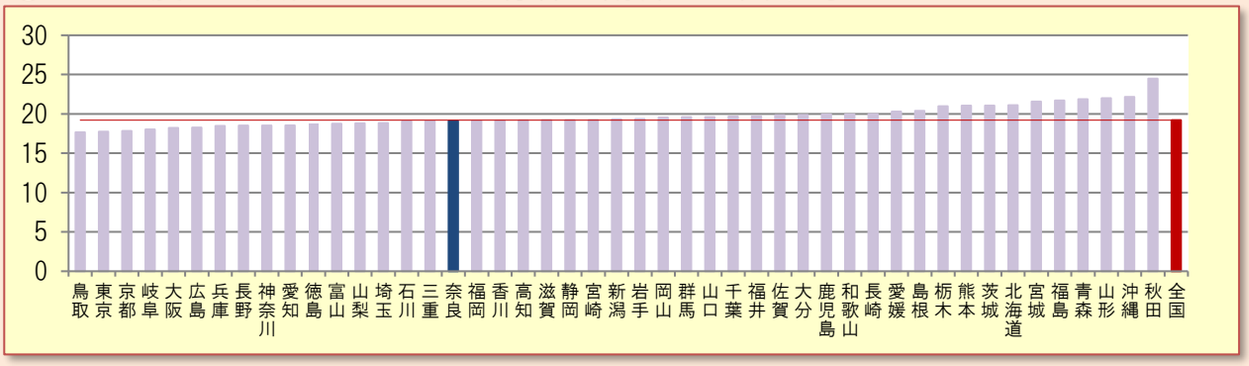


	年度	代　謝（血糖）リスク	偏差値
奈良支部	2022	8.1	64
	2023	8.4	61
	2024	8.0	65
	2025	8.1	62
全国平均	2025	9.5	

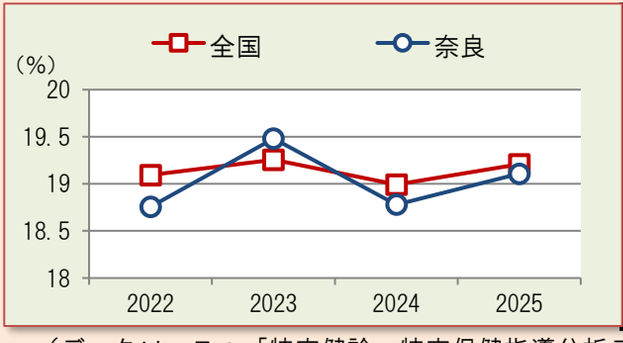
（データソース：「特定健診、特定保健指導分析データ分析報告書」より各項目の年齢調整後の割合）

指標6【脂質リスク保有者の割合】

①2025年度の全支部のリスク保有者の割合と全国平均 （%）



②2022年度から2025年度のリスク保有者の割合（自支部vs全国平均） （%）



	年度	脂　質リスク	偏差値
奈良支部	2022	18.8	52
	2023	19.5	48
	2024	18.8	51
	2025	19.1	50
全国平均	2025	19.2	

（データソース：「特定健診、特定保健指導分析データ分析報告書」より各項目の年齢調整後の割合）

Ⅲ生活習慣要改善者の割合（男性）

【生活習慣要改善者の判定基準】

○ 喫煙習慣がある者　:「現在、たばこを習慣的に吸っている」に「はい」と回答した者の割合

○ 体重10kg以上増加者 :「20歳の時の体重から10kg以上増加している」に「はい」と回答した者の割合

○ 運動習慣要改善者（3問中2問以上）:「1回30分以上の軽く汗をかく運動を週2日以上1年以上実施している」「日常生活において歩行又は同等の身体活動を1日1時間以上実施」「ほぼ同じ年齢の同性と比較して歩く速度が速い」の3問中2問以上に「いいえ」と回答した者の割合

○ 食事習慣要改善者（4問中2問以上）:「人と比較して食べる速度が速い」「就寝前の2時間以内に夕食をとることが週に3回以上ある」「朝昼夜の3食以外に間食や甘い飲み物を摂取していますか」「朝食を抜くことが週に3回以上ある」の4問中2問以上に「はい（速い・毎日）」と回答した者の割合

※日本健康会議の健康スコアリングレポートでは「毎日or時々」

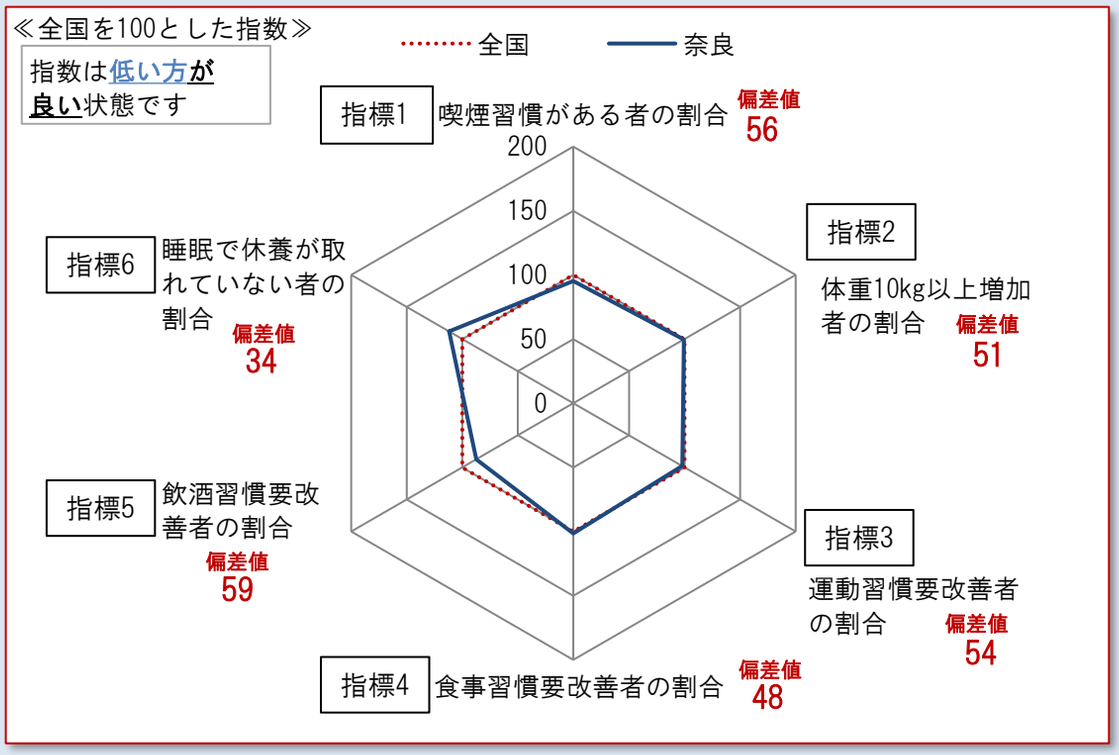
○ 飲酒習慣要改善者（毎日2合以上又は時々3合以上）:「お酒を飲む頻度」「飲酒日の1日当たりの飲酒量」に、男性は「週5日以上＋2合以上」又は「週3日以上＋3合以上」又は「月1日以上＋5合以上」と回答した者の割合 ※

※2023年度以前（第3期）は同じ基準で集計できないため空欄

※「飲まない」「やめた」者は飲酒量に無回答でも分母に加えました。

○ 睡眠で休養が取れていない者 :「睡眠で休養が十分とれている」に「いいえ」と回答した者の割合

【生活習慣要改善者の割合（2025年度）】



※ 偏差値は要改善者の割合が低い（良い）方が高い（全国平均と等しければ50）。

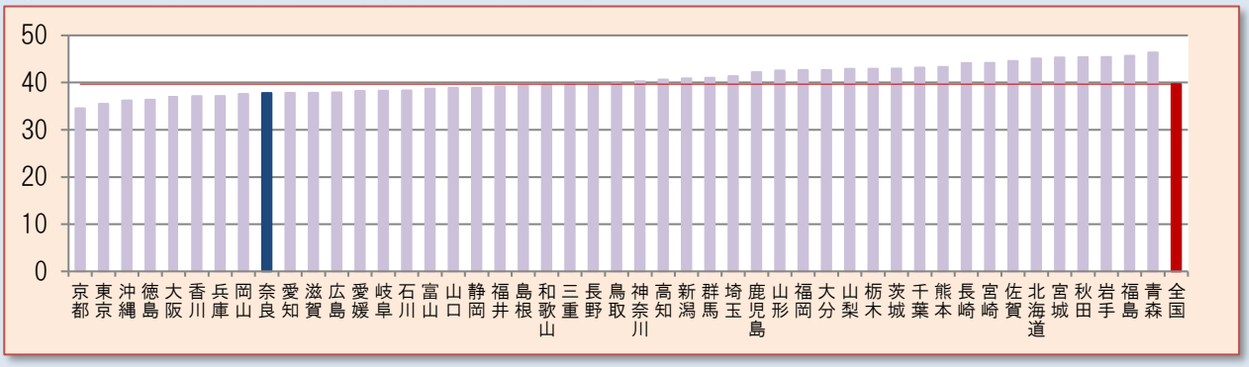
指標1	喫煙習慣がある者の割合	B
指標2	体重10kg以上増加者の割合	B
指標3	運動習慣要改善者の割合	B
指標4	食事習慣要改善者の割合	B
指標5	飲酒習慣要改善者の割合	B
指標6	睡眠で休養が取れていない者の割合	C

S：偏差値70以上、A：偏差値60台、B：偏差値40～50台、C：偏差値30台、D：偏差値30未満

指標1【喫煙習慣がある者の割合】

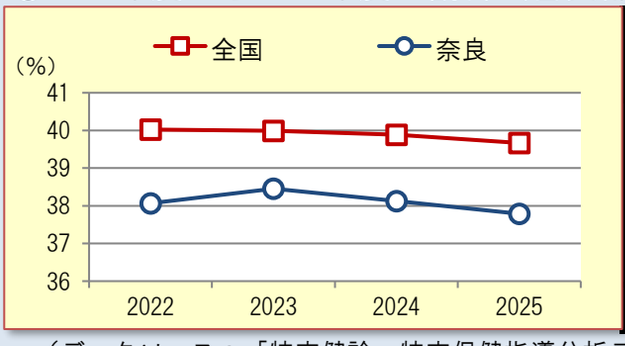
①2025年度の全支部の割合と全国平均

（%）



②2022年度から2025年度の割合（自支部vs全国平均）

（%）



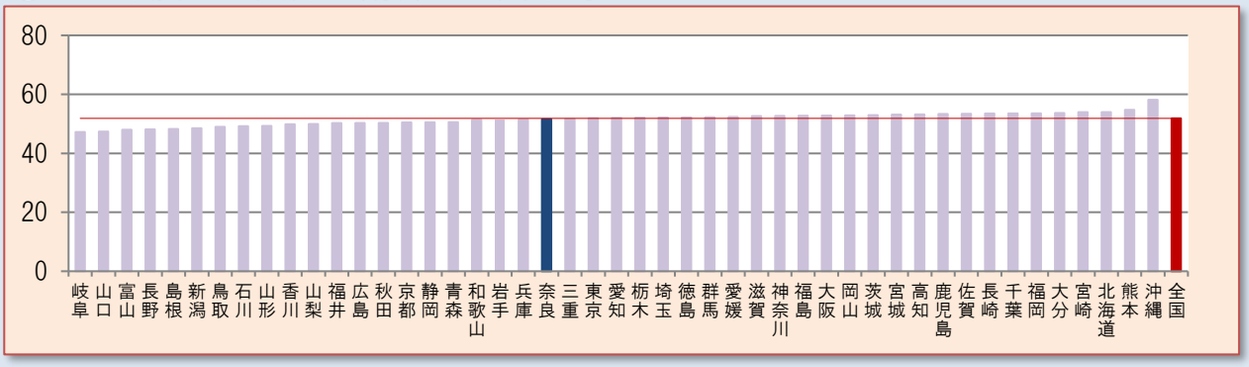
	年度	喫煙習慣がある者の割合	偏差値
奈良支部	2022	38. 1	56
	2023	38. 5	54
	2024	38. 1	55
	2025	37. 8	56
全国平均	2025	39. 7	

（データソース：「特定健診、特定保健指導分析データ分析報告書」より各項目の年齢調整後の割合）

指標2【体重10kg以上増加者の割合】

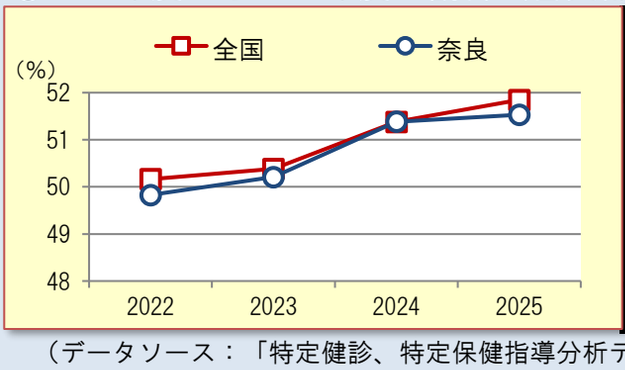
①2025年度の全支部の割合と全国平均

（%）



②2022年度から2025年度の割合（自支部vs全国平均）

（%）



	年度	体重10kg以上増加者の割合	偏差値
奈良支部	2022	49. 8	51
	2023	50. 2	50
	2024	51. 4	49
	2025	51. 5	51
全国平均	2025	51. 8	

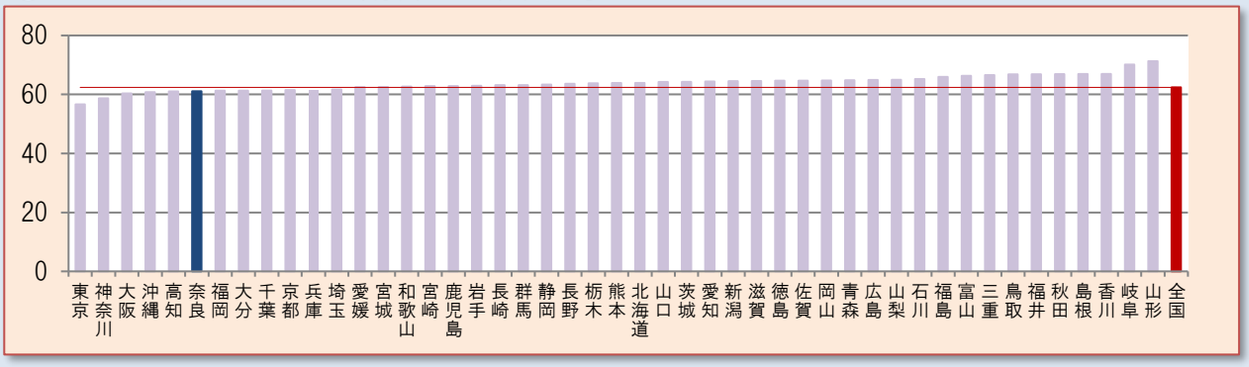
（データソース：「特定健診、特定保健指導分析データ分析報告書」より各項目の年齢調整後の割合）

指標3【運動習慣(3問中2問以上)要改善者※の割合】

※「1回30分以上の軽く汗をかく運動を週2日以上1年以上実施している」「日常生活において歩行又は同等の身体活動を1日1時間以上実施」「ほぼ同じ年齢の同性と比較して歩く速度が速い」の3問中2問以上「いいえ」と回答した者の割合。個々の詳細データはP. 25を参照してください。

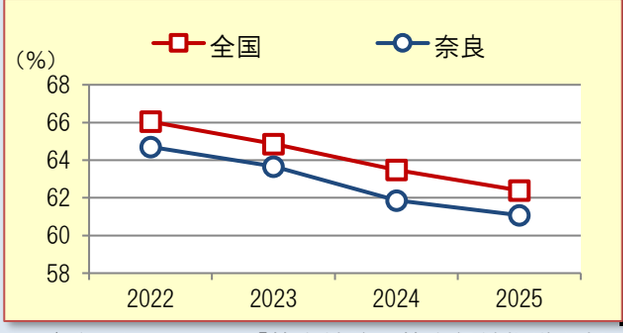
①2025年度の全支部の割合と全国平均

(%)



②2022年度から2025年度の割合（自支部vs全国平均）

(%)



	年度	運動習慣(3問中2問以上)要改善者の割合	偏差値
奈良支部	2022	64. 7	54
	2023	63. 7	54
	2024	61. 9	56
	2025	61. 1	54
全国平均	2025	62. 4	

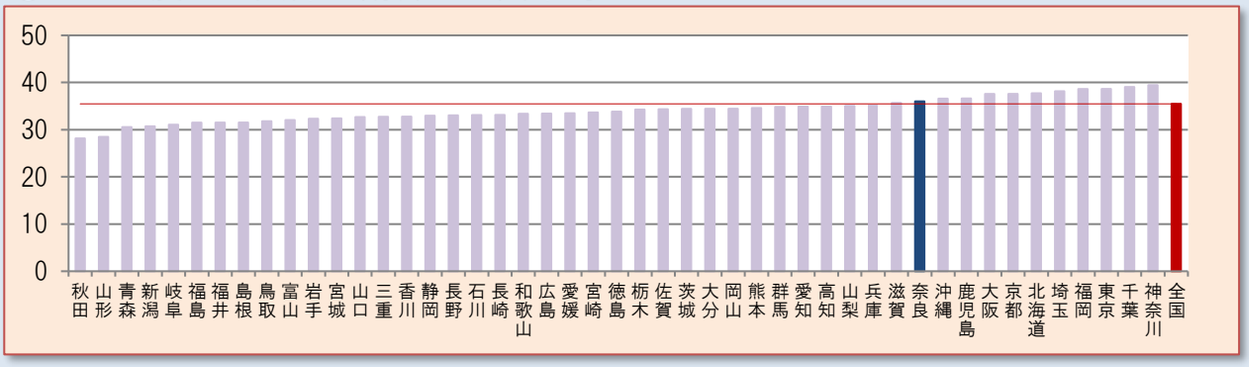
（データソース：「特定健診、特定保健指導分析データ分析報告書」より各項目の年齢調整後の割合）

指標4【食事習慣(4問中2問以上)要改善者※の割合】

※「人と比較して食べる速度が速い」「就寝前の2時間以内に夕食をとることが週に3回以上ある」「朝昼夜の３食以外に間食や甘い飲み物を摂取していますか」「朝食を抜くことが週に3回以上ある」の4問中2問以上に「はい（速い・毎日）」と回答した者の割合。個々の詳細データはP. 26を参照してください。

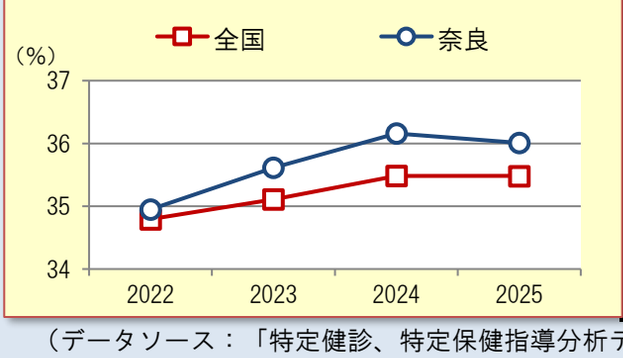
①2025年度の全支部の割合と全国平均

(%)



②2022年度から2025年度の割合（自支部vs全国平均）

(%)



	年度	食事習慣要改善者の割合	偏差値
奈良支部	2022	34. 9	49
	2023	35. 6	48
	2024	36. 2	47
	2025	36. 0	48
全国平均	2025	35. 5	

（データソース：「特定健診、特定保健指導分析データ分析報告書」より各項目の年齢調整後の割合）

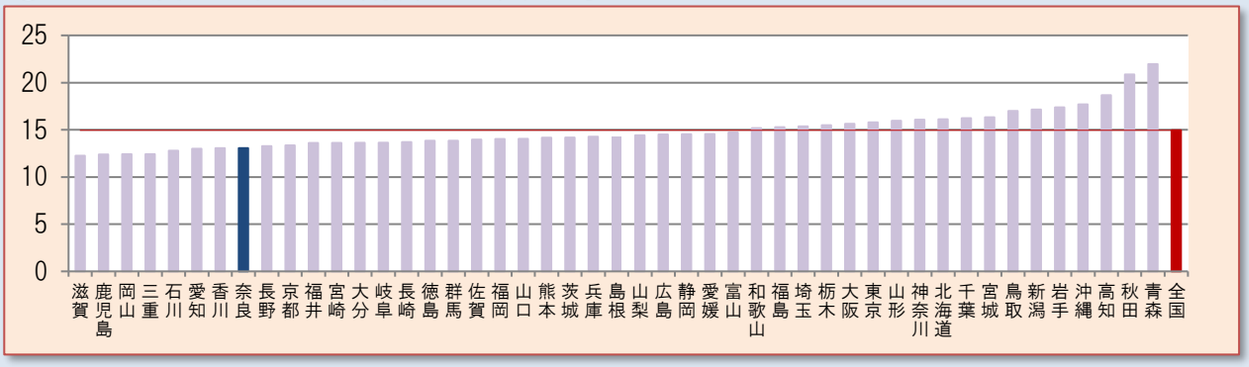
※「飲まない」「やめた」者は飲酒量に無回答でも分母に加えました。

指標5【飲酒習慣（週5日以上＋2合以上など）要改善者※の割合】

※「お酒（日本酒、焼酎、ビール、洋酒など）を飲む頻度」「飲酒日の1日当たりの飲酒量」に男性は「週5日以上＋2合以上」又は「週3日以上＋3合以上」又は「月1日以上＋5合以上」と回答した者の割合。個々の詳細データはP. 27を参照してください。

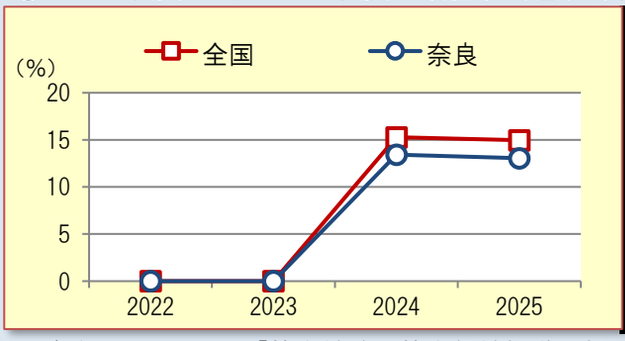
①2025年度の全支部の割合と全国平均

（%）



②2022年度から2025年度の割合（自支部vs全国平均）

（%）



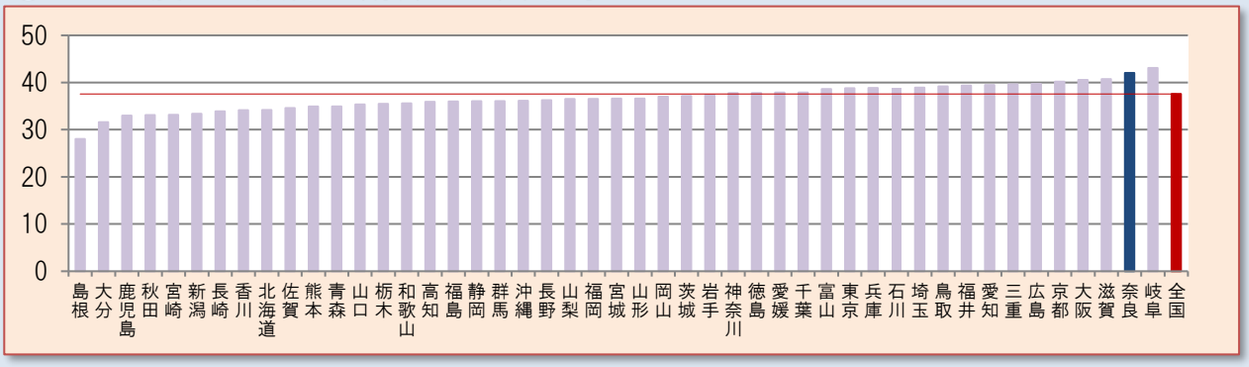
	年度	飲酒習慣要改善者の割合	偏差値
奈良支部	2022	---	-
	2023	---	-
	2024	13. 4	59
	2025	13. 1	59
全国平均	2025	14. 9	

（データソース：「特定健診、特定保健指導分析データ分析報告書」より各項目の年齢調整後の割合）

↑2023年度以前は同じ基準で集計できないため空欄。

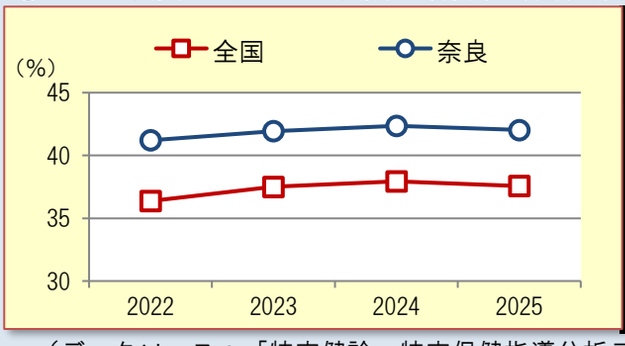
指標6【睡眠で休養が取れていない者の割合】

①2025年度の全支部の割合と全国平均



②2022年度から2025年度の割合（自支部vs全国平均）

（%）



	年度	睡眠で休養が取れていない者の割合	偏差値
奈良支部	2022	41. 2	35
	2023	41. 9	36
	2024	42. 4	34
	2025	42. 0	34
全国平均	2025	37. 6	

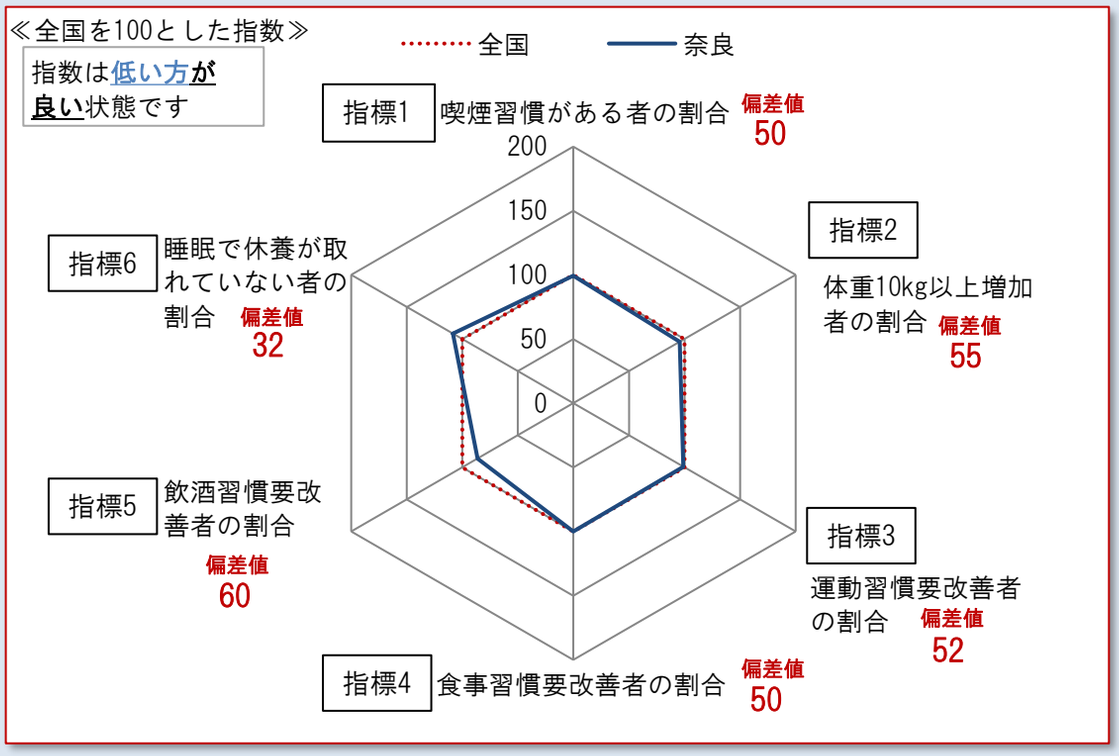
（データソース：「特定健診、特定保健指導分析データ分析報告書」より各項目の年齢調整後の割合）

Ⅲ生活習慣要改善者の割合（女性）

【生活習慣要改善者の判定基準】

○ 喫煙習慣がある者　：「現在、たばこを習慣的に吸っている」に「はい」と回答した者の割合
○ 体重10kg以上増加者：「20歳の時の体重から10kg以上増加している」に「はい」と回答した者の割合
○ 運動習慣要改善者（3問中2問以上）：「1回30分以上の軽く汗をかく運動を週2日以上1年以上実施している」「日常生活において歩行又は同等の身体活動を1日1時間以上実施」「ほぼ同じ年齢の同性と比較して歩く速度が速い」の3問中2問以上に「いいえ」と回答した者の割合
○ 食事習慣要改善者（4問中2問以上）：「人と比較して食べる速度が速い」「就寝前の2時間以内に夕食をとることが週に3回以上ある」「朝昼夜の3食以外に間食や甘い飲み物を摂取していますか」「朝食を抜くことが週に3回以上ある」の4問中2問以上に「はい（速い・毎日）」と回答した者の割合
※日本健康会議の健康スコアリングレポートでは「毎日or時々」
○ 飲酒習慣要改善者（毎日2合以上又は時々3合以上）：「お酒を飲む頻度」「飲酒日の1日当たりの飲酒量」に、女性は「週3日以上＋1合以上」又は「週1日以上＋3合以上」又は「月1日以上＋5合以上」と回答した者の割合 ※
※2023年度以前（第3期）は同基準で集計できないため空欄
※「飲まない」「やめた」者は飲酒量に無回答でも分母に加えました。
○ 睡眠で休養が取れていない者：「睡眠で休養が十分とれている」に「いいえ」と回答した者の割合

【生活習慣要改善者の割合（2025年度）】



※ 偏差値は要改善者の割合が低い（良い）方が高い（全国平均と等しければ50）。

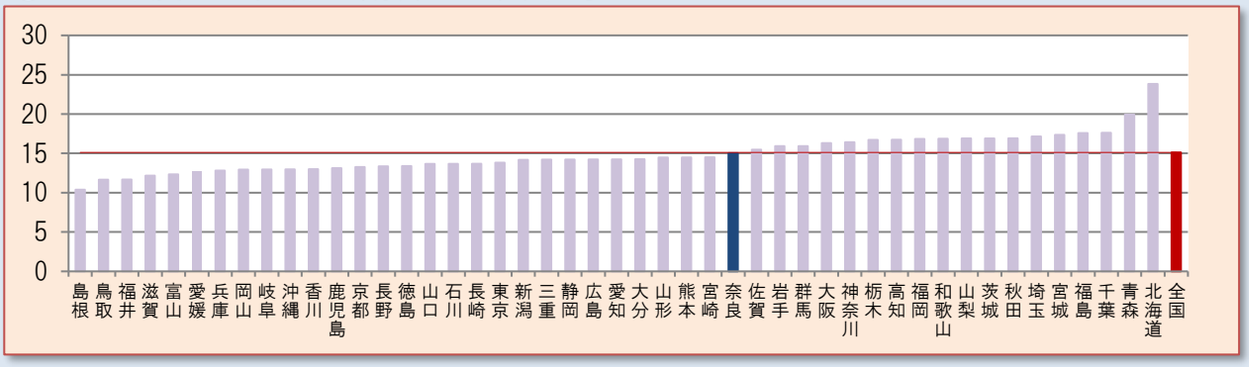
指標1	喫煙習慣がある者の割合	B
指標2	体重10kg以上増加者の割合	B
指標3	運動習慣要改善者の割合	B
指標4	食事習慣要改善者の割合	B
指標5	飲酒習慣要改善者の割合	A
指標6	睡眠で休養が取れていない者の割合	C

S：偏差値70以上、A：偏差値60台、B：偏差値40～50台、C：偏差値30台、D：偏差値30未満

指標1【喫煙習慣がある者の割合】

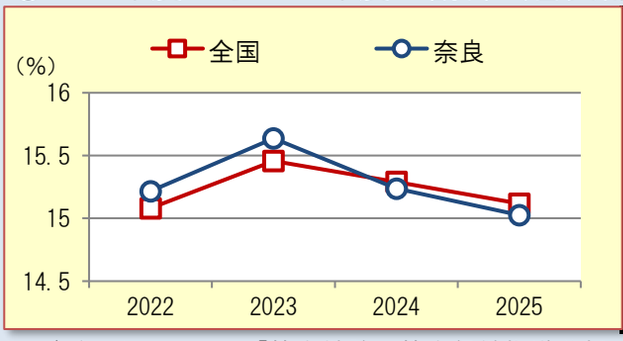
①2025年度の全支部の割合と全国平均

（%）



②2022年度から2025年度の割合（自支部vs全国平均）

（%）



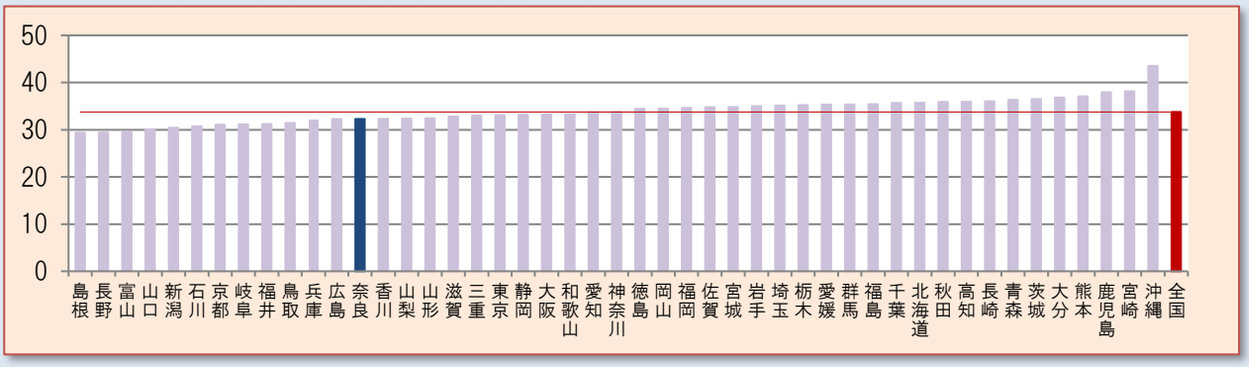
	年度	喫煙習慣がある者の割合	偏差値
奈良支部	2022	15.2	49
	2023	15.6	49
	2024	15.2	50
	2025	15.0	50
全国平均	2025	15.1	

（データソース：「特定健診、特定保健指導分析データ分析報告書」より各項目の年齢調整後の割合）

指標2【体重10kg以上増加者の割合】

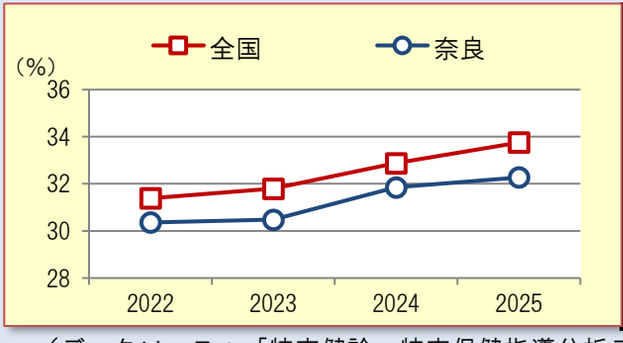
①2025年度の全支部の割合と全国平均

（%）



②2022年度から2025年度の割合（自支部vs全国平均）

（%）



	年度	体重10kg以上増加者の割合	偏差値
奈良支部	2022	30.4	53
	2023	30.5	54
	2024	31.8	53
	2025	32.3	55
全国平均	2025	33.8	

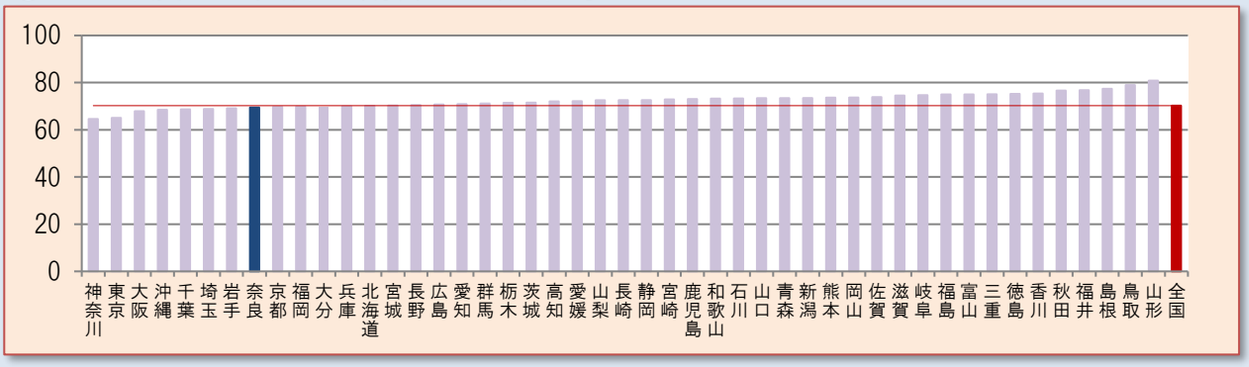
（データソース：「特定健診、特定保健指導分析データ分析報告書」より各項目の年齢調整後の割合）

指標3【運動習慣(3問中2問以上)要改善者※の割合】

※「1回30分以上の軽く汗をかく運動を週2日以上1年以上実施している」「日常生活において歩行又は同等の身体活動を1日1時間以上実施」「ほぼ同じ年齢の同性と比較して歩く速度が速い」に2問以上「いいえ」と回答した者の割合。個々の詳細データはP. 25を参照してください。

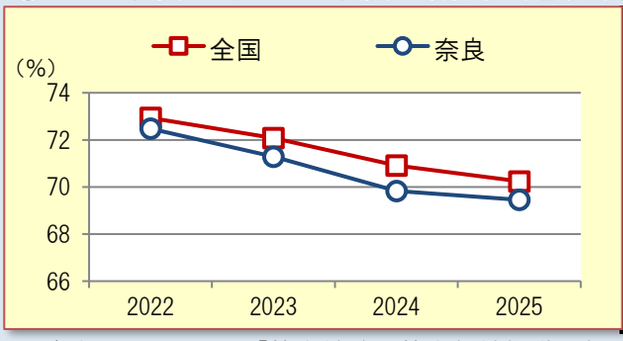
①2025年度の全支部の割合と全国平均

(%)



②2022年度から2025年度の割合（自支部vs全国平均）

(%)



	年度	運動習慣要改善者の割合	偏差値
奈良支部	2022	72. 5	51
	2023	71. 3	52
	2024	69. 8	53
	2025	69. 5	52
全国平均	2025	70. 2	

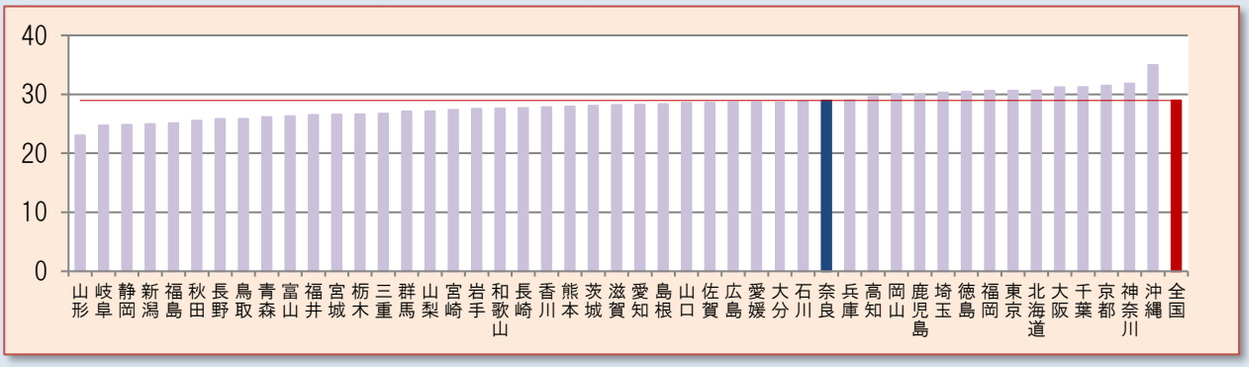
（データソース：「特定健診、特定保健指導分析データ分析報告書」より各項目の年齢調整後の割合）

指標4【食事習慣(4問中2問以上)要改善者※の割合】

※「人と比較して食べる速度が速い」「就寝前の2時間以内に夕食をとることが週に3回以上ある」「朝昼夜の３食以外に間食や甘い飲み物を摂取していますか」「朝食を抜くことが週に3回以上ある」の4問中2問以上に「はい（速い・毎日）」と回答した者の割合。個々の詳細データはP. 26を参照してください。

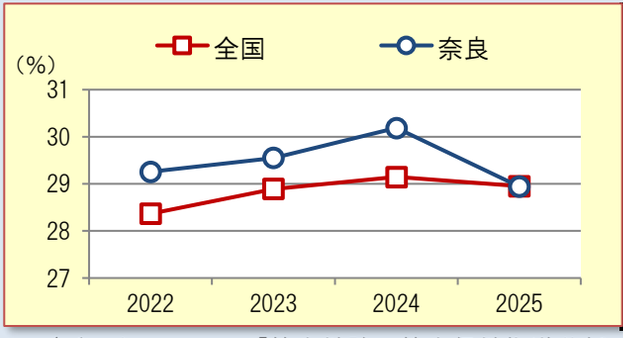
①2025年度の全支部の割合と全国平均

(%)



②2022年度から2025年度の割合（自支部vs全国平均）

(%)



	年度	食事習慣要改善者の割合	偏差値
奈良支部	2022	29. 3	46
	2023	29. 6	47
	2024	30. 2	45
	2025	28. 9	50
全国平均	2025	29. 0	

（データソース：「特定健診、特定保健指導分析データ分析報告書」より各項目の年齢調整後の割合）

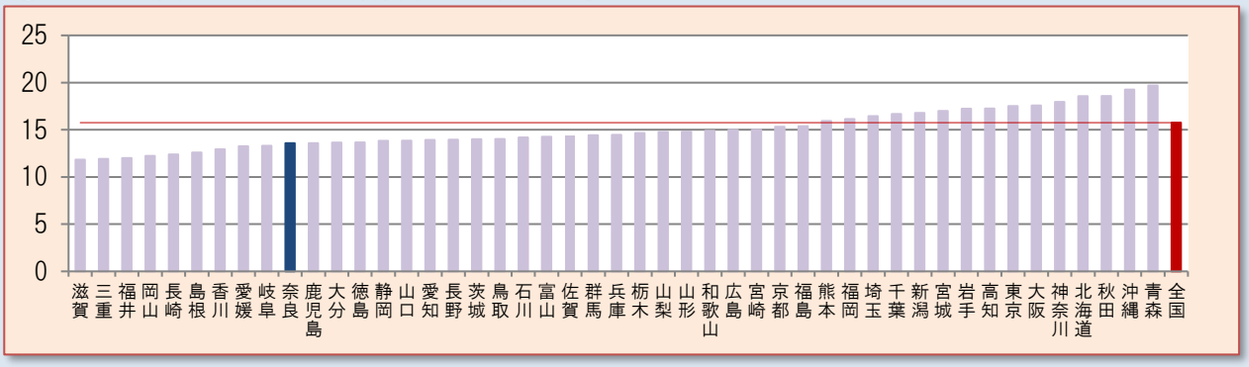
※「飲まない」「やめた」者は飲酒量に無回答でも分母に加えました。

指標5【飲酒習慣（週3日以上＋1合以上など）要改善者※の割合】

※「お酒（日本酒、焼酎、ビール、洋酒など）を飲む頻度」「飲酒日の1日当たりの飲酒量」に女性は「週3日以上＋1合以上」又は「週1日以上＋3合以上」又は「月1日以上＋5合以上」と回答した者の割合。個々の詳細データはP. 27を参照してください。

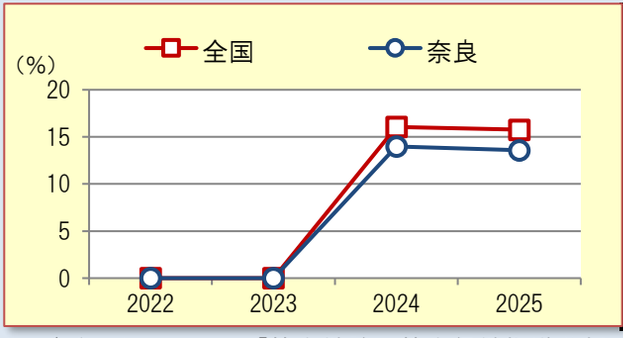
①2025年度の全支部の割合と全国平均

（%）



②2022年度から2025年度の割合（自支部vs全国平均）

（%）



	年度	飲酒習慣要改善者の割合	偏差値
奈良支部	2022	---	–
	2023	---	–
	2024	14. 0	60
	2025	13. 6	60
全国平均	2025	15. 8	

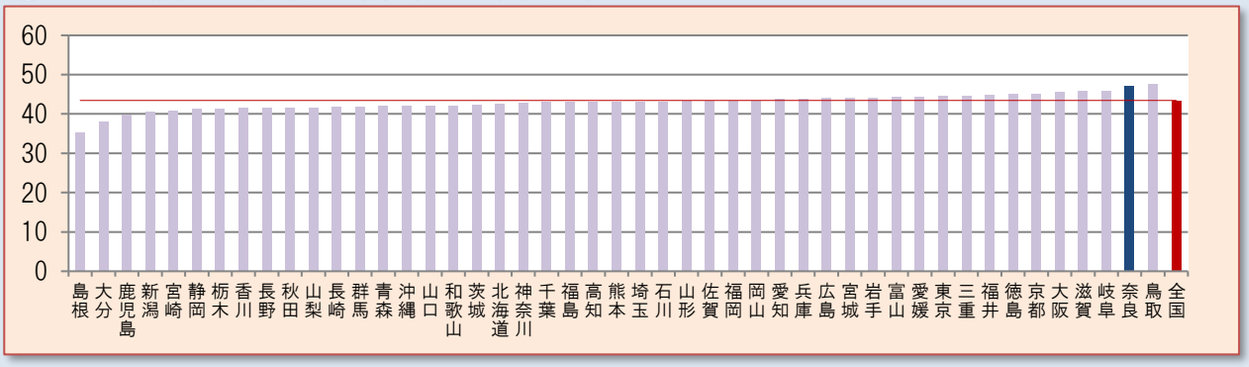
（データソース：「特定健診、特定保健指導分析データ分析報告書」より各項目の年齢調整後の割合）

↑2023年度以前は同じ基準で集計できないため空欄。

指標6【睡眠で休養が取れていない者の割合】

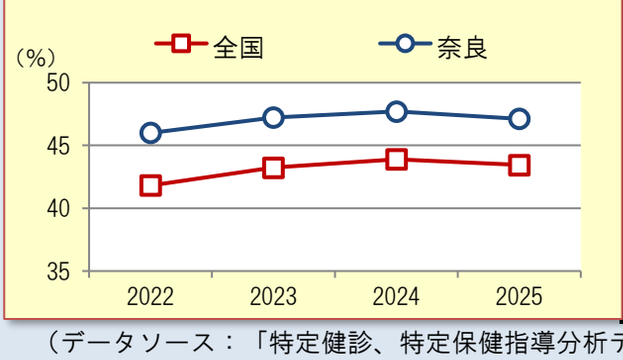
①2025年度の全支部の割合と全国平均

（%）



②2022年度から2025年度の割合（自支部vs全国平均）

（%）



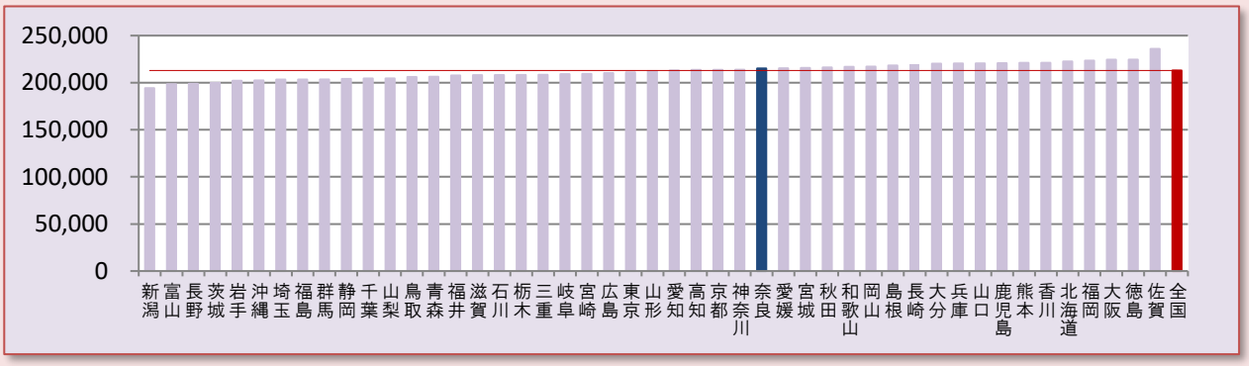
	年度	睡眠で休養が取れていない者の割合	偏差値
奈良支部	2022	46. 0	35
	2023	47. 2	34
	2024	47. 7	32
	2025	47. 1	32
全国平均	2025	43. 4	

（データソース：「特定健診、特定保健指導分析データ分析報告書」より各項目の年齢調整後の割合）

Ⅳ医療費の状況

①2024年度の全支部の1人あたり医療費（合計）と全国平均

（円）

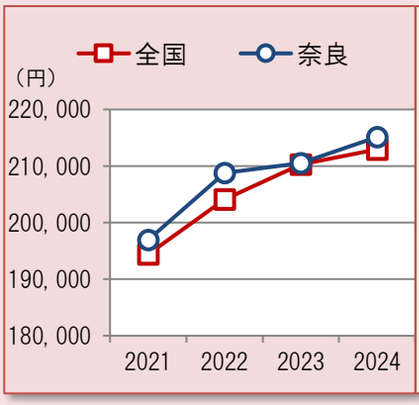


②2021年度から2024年度の自支部の各種1人あたり医療費と全国平均（円/人）

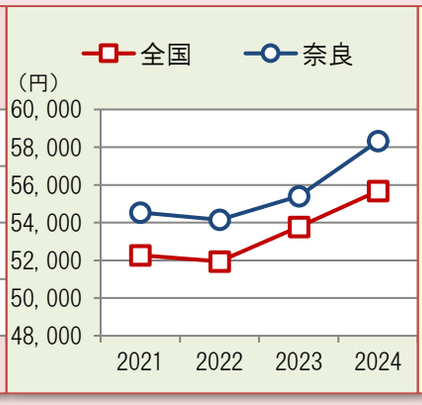
	年度	合計	入院	入院外+調剤	（再掲）調剤	歯科	その他
奈良支部	2021	196, 944	54, 533	115, 688	29, 688	20, 726	5, 997
	2022	208, 777	54, 150	127, 430	31, 061	21, 246	5, 951
	2023	210, 533	55, 403	127, 356	34, 402	21, 597	6, 177
	2024	215, 138	58, 326	127, 628	35, 488	22, 738	6, 447
全国平均	2024	212, 946	55, 679	128, 530	44, 036	23, 307	5, 429

③2021年度から2024年度の1人あたり医療費（自支部vs全国平均）

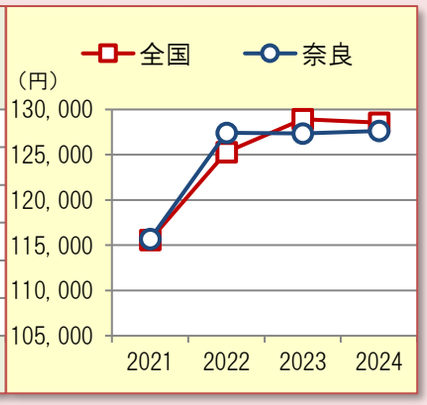
1人あたり医療費【合計】



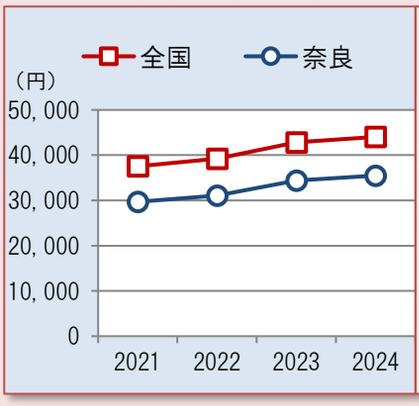
【入院】



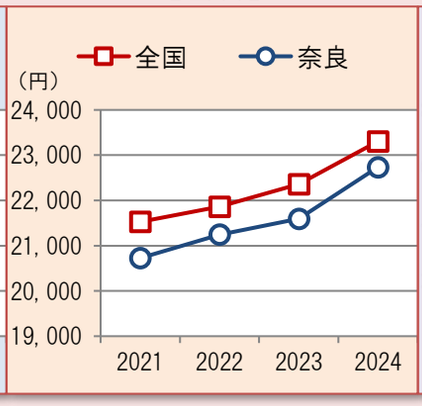
【入院外＋調剤】



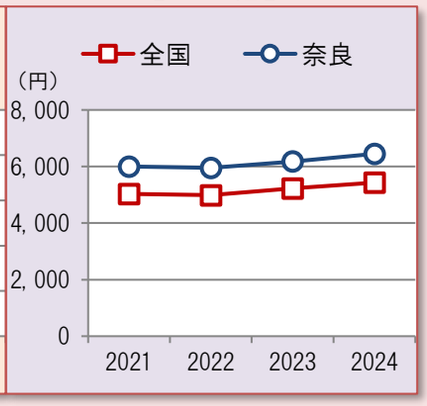
（再掲）【調剤】



【歯科】



【その他】

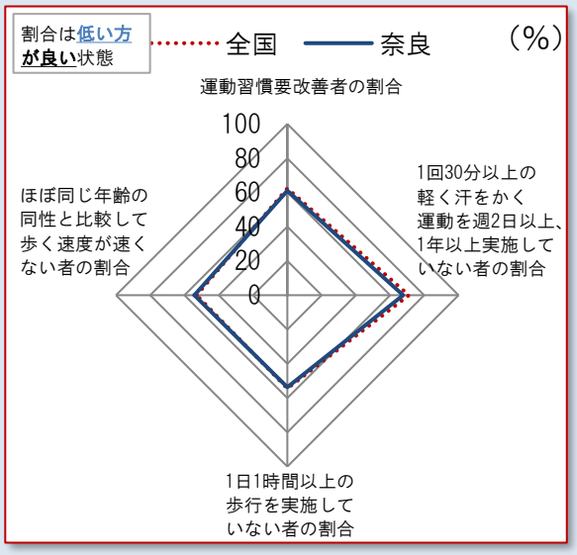


（データソース：協会けんぽの都道府県支部別医療費の状況のバックデータ
（ホームページ公表資料）から年齢構成を標準化した1人あたり医療費を算出）

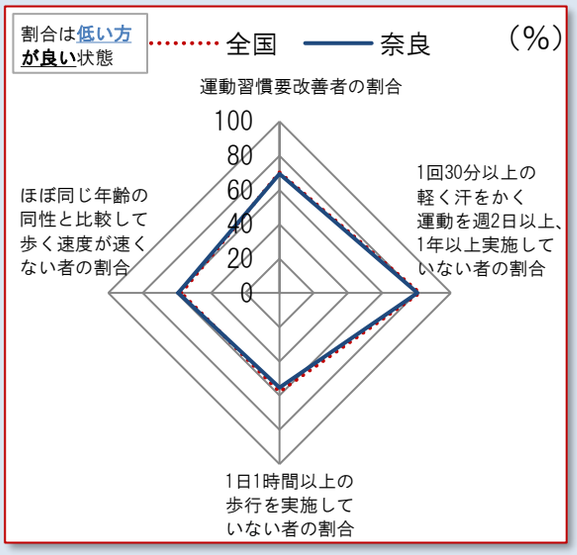
Ⅴ生活習慣に関する参考データ

【運動習慣の詳細】

【運動習慣の詳細(2025年度男性)】



【運動習慣の詳細(2025年度女性)】



(%)

	年度	全国男性	奈良支部男性	全国女性	奈良支部女性
運動習慣要改善者の割合（3問中2問以上「いいえ」と回答した者の割合）	2022	66.0	64.7	72.9	72.5
	2023	64.9	63.7	72.1	71.3
	2024	63.5	61.9	70.9	69.8
	2025	62.4	61.1	70.2	69.5

(%)

	年度	全国男性	奈良支部男性	全国女性	奈良支部女性
1回30分以上の軽く汗をかく運動を週2日以上、1年以上実施していない者の割合	2022	73.7	71.3	83.4	82.5
	2023	72.9	70.5	83.0	82.2
	2024	71.8	68.5	82.3	80.6
	2025	71.0	67.7	81.8	80.5

(%)

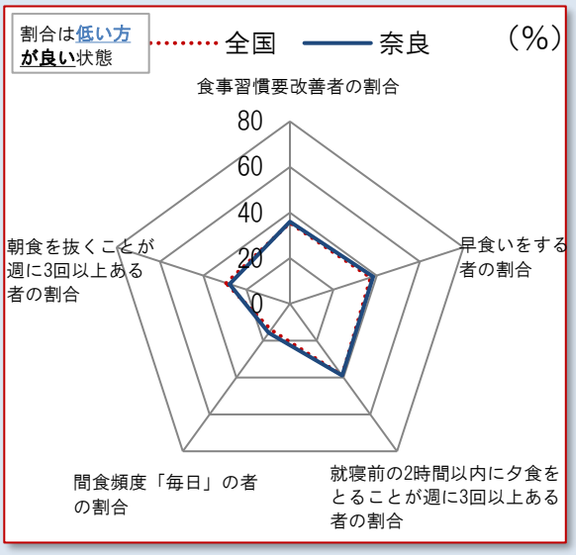
	年度	全国男性	奈良支部男性	全国女性	奈良支部女性
1日1時間以上の歩行を実施していない者の割合	2022	58.7	57.5	61.7	59.6
	2023	57.3	56.1	60.4	57.3
	2024	55.8	54.6	58.8	56.5
	2025	54.4	53.7	57.7	55.3

(%)

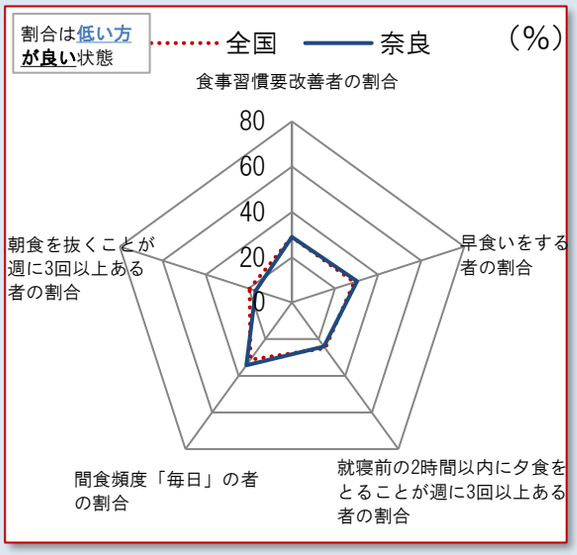
	年度	全国男性	奈良支部男性	全国女性	奈良支部女性
ほぼ同じ年齢の同性と比較して歩く速度が速くない者の割合	2022	54.5	55.7	58.4	60.5
	2023	54.0	55.4	58.1	59.9
	2024	53.1	54.9	57.5	59.3
	2025	52.9	54.2	57.4	59.2

【食事習慣の詳細】

【食事習慣の詳細(2025年度男性)】



【食事習慣の詳細(2025年度女性)】



(%)

	年度	全国男性	奈良支部男性	全国女性	奈良支部女性
食事習慣要改善者の割合（4問中2問以上に「はい（速い・毎日）」と回答した者の割合）	2022	34.8	34.9	28.4	29.3
	2023	35.1	35.6	28.9	29.6
	2024	35.5	36.2	29.1	30.2
	2025	35.5	36.0	29.0	28.9

(%)

	年度	全国男性	奈良支部男性	全国女性	奈良支部女性
人と比較して食べる速度が速い者の割合	2022	36.4	38.0	29.0	31.0
	2023	36.6	37.7	29.0	30.9
	2024	37.0	38.4	29.0	31.1
	2025	37.2	38.4	28.9	30.2

(%)

	年度	全国男性	奈良支部男性	全国女性	奈良支部女性
就寝前の2時間以内に夕食をとることが週に3回以上ある者の割合	2022	38.6	38.4	23.9	23.2
	2023	38.8	38.8	24.6	24.0
	2024	38.9	38.8	24.9	23.8
	2025	38.8	38.9	24.9	24.0

(%)

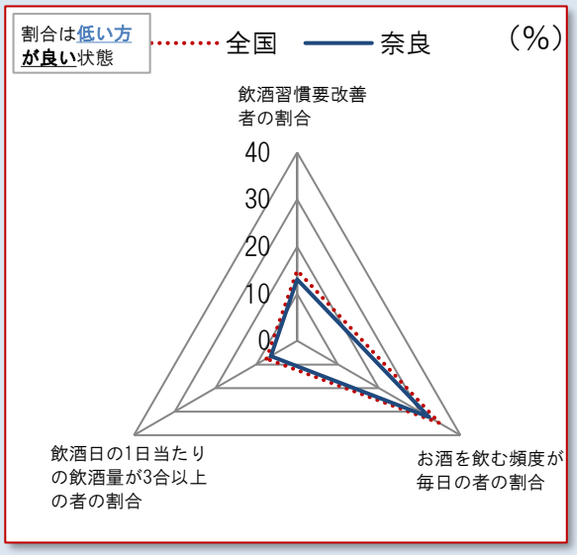
	年度	全国男性	奈良支部男性	全国女性	奈良支部女性
間食頻度「毎日」の者の割合	2022	14.1	15.2	30.4	33.5
	2023	14.0	15.6	30.8	34.1
	2024	14.3	16.1	31.3	34.7
	2025	14.2	15.8	31.2	34.3

(%)

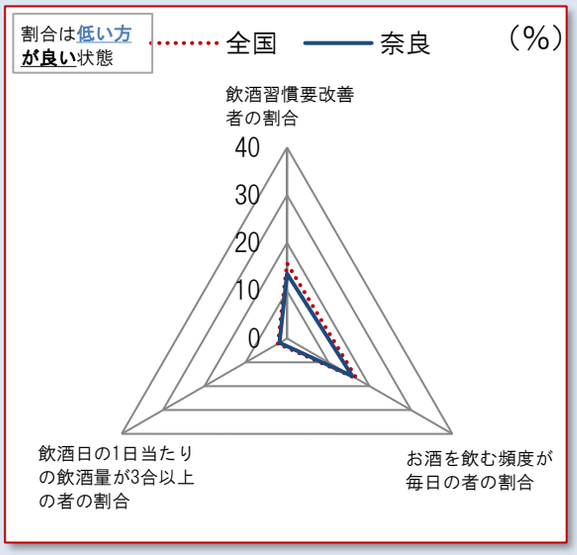
	年度	全国男性	奈良支部男性	全国女性	奈良支部女性
朝食を抜くことが週に3回以上ある者の割合	2022	29.0	27.4	19.8	17.7
	2023	29.4	27.9	20.1	17.8
	2024	29.5	28.1	20.0	18.2
	2025	29.4	27.9	19.7	16.8

【飲酒習慣の詳細】

【飲酒習慣の詳細(2025年度男性)】



【飲酒習慣の詳細(2025年度女性)】



(%)

	年度	全国男性	奈良支部男性	全国女性	奈良支部女性
飲酒習慣要改善者の割合 (男性「週5日2合以上」等 女性「週3日1合以上」等 と回答した者の割合。)	2022	---	---	---	---
	2023	---	---	---	---
	2024	15.3	13.4	16.1	14.0
	2025	14.9	13.1	15.8	13.6

↑2023年度以前は同じ基準で集計できないため空欄。

(%)

	年度	全国男性	奈良支部男性	全国女性	奈良支部女性
お酒を飲む頻度が毎日の者の割合	2022	36.7	35.8	16.7	16.5
	2023	35.6	34.4	16.5	16.6
	2024	36.5	33.9	17.7	17.0
	2025	34.9	32.3	16.8	15.8

(%)

	年度	全国男性	奈良支部男性	全国女性	奈良支部女性
飲酒日の1日当たりの飲酒量が3合以上の者の割合	2022	5.1	4.5	1.2	1.0
	2023	5.4	4.7	1.4	1.1
	2024	7.3	6.2	2.1	1.7
	2025	7.5	6.4	2.2	1.8

↑2023年度以前と経年比較するため2024年度は「3～5合未満」と「5合以上」の合計。

※「飲まない」「やめた」者は飲酒量に無回答でも分母に加えました。

Ⅵ各指標の算出方法

【使用データ】

○ 健診受診率、特定保健指導実施率・・・各支部からの報告による請求ベースのデータ（2022-2025）
○ メタボリックシンドローム減少率・・・国への報告データ「内臓脂肪症候群該当者の減少率」（2021-2024）
○ 生活習慣病リスク及び生活習慣要改善者・・・「特定健診、特定保健指導分析データ分析報告書」の
支部別全受診者（40歳-74歳）より各項目の年齢調整割合
（2022-2025） ※直近年度は速報値
○ 医療費・・・協会けんぽの都道府県支部別医療費の状況のバックデータ（ホームページ公表資料）から
年齢構成を標準化した1人当たり医療費（2021-2024）
（入院外医療費は調剤除く）
（その他医療費は食事療養費、訪問看護療養費、療養費、移送費の合計）

【生活習慣病リスク及び生活習慣リスクの判定基準】 ※日本健康会議の健康スコアリングレポートでは「服薬」をリスクに含まない

○ 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 （内臓脂肪面積100cm²以上を優先）
○ 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110mg/dl以上 又は 空腹時血糖未測定かつHbA1c6.0%以上 又は 服薬
○ 脂質リスク：中性脂肪150mg/dl以上 又は 随時中性脂肪175mg/dl以上
又は HDLコレステロール40mg/dl未満 又は 服薬
※日本健康会議は血糖「100mg/dl」HbA1c「5.6%」
○ 喫煙習慣がある者：「現在、たばこを習慣的に吸っている」に「はい」と回答した者の割合

○ 体重10kg以上増加者：「20歳の時の体重から10kg以上増加している」に「はい」と回答した者の割合

○ 運動習慣要改善者（3問中2問以上）：「1回30分以上の軽く汗をかく運動を週2日以上1年以上実施している」
「日常生活において歩行又は同等の身体活動を1日1時間以上実施」
「ほぼ同じ年齢の同性と比較して歩く速度が速い」
に2問以上「いいえ」と回答した者の割合
○ 食事習慣要改善者（4問中2問以上）：「人と比較して食べる速度が速い」
「就寝前の2時間以内に夕食をとることが週に3回以上ある」
「朝昼夜の3食以外に間食や甘い飲み物を摂取していますか」
「朝食を抜くことが週に3回以上ある」
に2問以上「はい（速い・毎日）」と回答した者の割合 ※日本健康会議は「毎日or時々」
○ 飲酒習慣要改善者（2024年度から基準が男女別。2023年度以前は同じ基準で集計できないため空欄です。）：「お酒（日本酒、焼酎、ビール、洋酒など）を飲む頻度」
「飲酒日の1日当たりの飲酒量」に下記の通り回答した者の割合。
男性は「週5日以上2合以上」又は「週3日以上3合以上」又は「月1日以上5合以上」
女性は「週3日以上1合以上」又は「週1日以上3合以上」又は「月1日以上5合以上」
※「飲まない」「やめた」者は飲酒量に無回答でも分母に加えました。
○ 睡眠で休養が取れていない者：「睡眠で休養が十分とれている」に「いいえ」と回答した者の割合

【偏差値の判定について】

それぞれの項目において、偏差値は以下の状態を表しています。
○ 健診受診率 ・・・高いと偏差値も高い
○ 特定保健指導実施率 ・・・高いと偏差値も高い
○ メタボリックシンドローム該当者減少率 ・・・高いと偏差値も高い
○ 生活習慣病リスク保有者の割合 ・・・低いと偏差値は高い
○ 生活習慣要改善者の割合 ・・・低いと偏差値は高い
※偏差値は全国平均を基準（50）としました。



偏差値70以上　偏差値60～69　偏差値40～59　偏差値30～39　偏差値30未満