

令和7年度第2回岡山支部評議会 資料

令和7年10月17日（金）

※【用語解説】支部保険者機能強化予算
各支部が地域性を踏まえた独自の取組を意欲的に行うことで、基盤的保険者機能や戦略的保険者機能を一層発揮できるよう、令和元年度から創設された予算。

議題2 令和8年度支部事業計画及び支部保険者機能強化予算[※]の策定に向けた意見聴取

今後の支部評議会のスケジュールについて（昨年度と同様）

今年度	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	
支部評議会		平均保険料率			都道府県単位 保険料率			
		支部事業計画・ 支部保険者機能強化 予算の事前意見聴取			インセンティブ制度 R6年度実績の評価方法			
			支部の事業計画(R8年度)					
			支部の予算(R8年度)					

- ・ 支部の事業計画、予算等の策定にあたっては、本部・支部間の連携を強化し、戦略的保険者機能の一層の発揮を図る。
- ・ 本部から提供したデータ等を活用し、評議会での意見聴取も実施した上で、支部の現状評価・課題を踏まえた支部事業計画・予算を策定する。

令和8年度支部事業計画及び支部保険者機能強化予算の策定に向けた意見聴取

【岡山支部における健康課題（保健グループ）】

課題①：代謝のリスク保有率が全国平均より高い

- 近年やや改善傾向が見られるものの、依然としてリスク保有率が高い。
- 代謝のリスクが高いことは、糖尿病の発症や重症化につながり、医療費が高くなることやQOLの低下にもつながることから、早期の改善対策が必要。
- あわせて、運動習慣の改善要素保有者の割合が高いことも課題。

【代謝リスク保有率】

	岡山支部	全国平均	地域差指数-1
令和3年度	17.7%	15.5%	0.143
令和4年度	18.0%	15.7%	0.147
令和5年度	17.4%	15.6%	0.116
令和6年度	17.4%	15.6%	0.116

【運動習慣改善要素保有者の割合】

	岡山支部	全国平均	地域差指数-1
令和3年度	72.1%	68.7%	0.049
令和4年度	71.3%	67.9%	0.049
令和5年度	70.4%	67.1%	0.049
令和6年度	69.0%	65.9%	0.048

課題②：小規模事業所の健診実施率が低い

- 岡山支部における被保険者健診実施率は約7割だが、被保険者数5人未満の事業所に勤務する被保険者の実施率は約36%と極端に低い。
- 被保険者数が比較的少ない事業所では、勤務時間中に健診を受けることが難しいなどの理由もあり実施率が低くなっているものと思われる。

課題③：特定保健指導実施率が低い

- 岡山支部における被保険者特定保健指導実施率は約36%となっている。協会けんぽの中では比較的高い数字だが、6割以上の方には実施できていない。
- 健活企業宣言を実施している事業所においても約4割と、宣言なし事業所よりかなり高いものの低い水準であり、健診と比較して「特定保健指導を受けなければいけない、受けさせなければいけない」という意識が低いものと思われる。

課題④：特定保健指導対象者数の減少率が低い

- 特定保健指導対象者数減少率が、特定保健指導利用者で34.4%（47支部中43位）、未利用者で30.3%（同45位）、合計31.2%（同45位）と低い水準となっている。
- 特定保健指導に一度該当するとなかなか改善しない傾向が比較的高い。

令和8年度支部事業計画及び支部保険者機能強化予算の策定に向けた意見聴取

【課題①】

代謝のリスク保有率が全国平均より高い

【今後の対策（令和8年度に実施する事業等の案）】

- 第4期特定健診等実施計画等に基づき特定健診・特定保健指導実施率の向上を図る。【継続】
→特に、健活企業宣言事業所等への個別アプローチを強化し特定保健指導実施者数の拡大を目指す。【継続】
- ヘルスリテラシーの向上（健診受診後の適切な行動にかかる周知広報等の強化）。【継続】
→健活企業宣言事業所への訪問による「事業所のヘルスリテラシー向上」。【令和7年8月より実施中】
→メルマガ、LINE、ホームページ等の広報媒体を活用した広報実施。
- 未治療者への受診勧奨【継続】
→現在実施している「健診1か月前通知」を継続実施。
→健診機関による未治療者・要治療者への受診勧奨（0次勧奨）を継続実施。
- Δ eGFR%^{*}に着目した生活習慣改善の通知。【継続】
→健診結果では問題なしと判定されているものの、経年の数値悪化が顕著な方に対し早期生活習慣の改善を促す文書等による通知（年間1,500人ほどを想定）。

※【用語解説】 Δ eGFR%

eGFR（推算糸球体濾過量）は、腎機能の値がどれくらいにあるのかを示す値であり、90以上が正常値、60未満で受診勧奨域となります。 Δ eGFR%は、2～3年間でeGFRの数値がどの程度減少したかを表す指標であり、 Δ eGFR%に着目することで、単年度の健診結果では受診勧奨対象とならない方でも、生活習慣等の改善など適切な対応を行わなければ近い将来受診勧奨域となったり透析につながったりする方を抽出することができますと考えられます。

令和8年度支部事業計画及び支部保険者機能強化予算の策定に向けた意見聴取

【(参考) 岡山支部から対象者へ送付している通知】

あなたの現在の腎機能(eGFR値)は**正常範囲内**(60ml/分/1.73m以上)ですが、**このまま下がり続けると心配です。**

⚠️ このまま放置するとCKD(慢性腎臓病)につながる恐れがあります!

あなたの現在の腎機能(eGFR値)は**正常範囲内**(eGFR(ml/分/1.73m):60以上)ですが、**急激に低下しており、心配です。**

⚠️ このまま放置するとCKD(慢性腎臓病)につながる恐れがあります!

あなたの現在の腎機能(eGFR値)は**正常範囲内**(eGFR(ml/分/1.73m):60以上)ですが、**低下速度が早く、心配です。**

⚠️ このまま放置するとCKD(慢性腎臓病)につながる恐れがあります!

直近3年間の健診結果で、

- ① eGFRの数値の下がり方(%Δ eGFR)が20%以上
- ② 直近のeGFR値が60以上(正常域)である方に対し、行動変容を促す通知として送付。

POST CARD

料金後納郵便

親展

協会けんぽから
大事なお知らせ

全国健康保険協会 岡山支部
協会けんぽ

全国健康保険協会(協会けんぽ)岡山支部 保健グループ
岡山市北区本町3-36 第一センタービル11号館8階 電話 086-803-5784

重要

必ずご本人様が
中身をご確認ください

全国健康保険協会 岡山支部
協会けんぽ

35~49歳の健診受診者のうち、
前年度の健診結果で

空腹時血糖：100~125 mg/dl
HbA1c：5.6~6.4%

に該当する方に、**情報提供**として送付。

【課題②】

小規模事業所に勤務する被保険者の健診受診率が低い

【今後の対策（令和8年度に実施する事業等の案）】

- 被保険者数5人未満事業所の被保険者への個別通知送付【継続】

→令和5年度より実施してきたが、通常の通知に比べて2～3倍ほどの反応があり、効果が高い。

→通知内容を工夫し「健診受診に補助があること」をアピールし、健診定期受診を呼びかける。

【課題③】

特定保健指導実施率が低い

【今後の対策（令和8年度に実施する事業等の案）】

- 健活企業宣言事業所への訪問による勧奨実施【継続】

→健活企業宣言事業所に勤務する被保険者は全体の約45%。

→宣言事業所と非宣言事業所では健診実施率・特定保健指導実施率に大きな差があり、健活企業宣言事業所は非宣言事業所と比較して健康に対する意識が高い「関心期」にあるといえる。

→宣言事業所でも特定保健指導実施率は約4割となっており、実施率向上の余地はまだある。

【課題④】

特定保健指導対象者数の減少率が低い

【今後の対策（令和8年度に実施する事業等の案）】

● 特定保健指導実施率の向上【継続】

→特定保健指導利用者のほうが未利用者よりも改善率が高いことから、特定保健指導実施率を向上させることが有効。

● 特定保健指導の質の向上【継続】

→特定保健指導を利用された方の行動変容につながるような目標設定・面談実施ができるよう、健幸サポート向上委員会等を通じて直営指導者・健診機関指導担当者のスキルアップをはかる。

● 特定保健指導未利用者への個別通知送付【新規】

→特定保健指導を利用されておらず、重症化予防等の各種通知の対象外となっている方に対し、生活習慣の改善を促す個別通知文書を送付し、意識付けをはかる。

令和8年度支部事業計画及び支部保険者機能強化予算の策定に向けた意見聴取

【岡山支部における健康課題（企画総務グループ）】

課題①：岡山支部の傷病手当金におけるメンタル不調者の割合が高い（全国も同様）

- 傷病手当金の傷病別割合でメンタル不調者が30%以上を占めている。

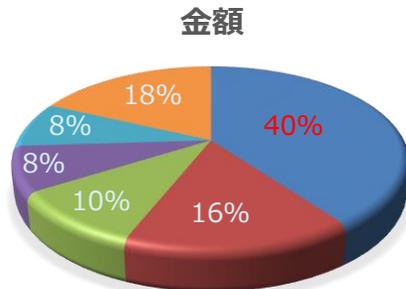
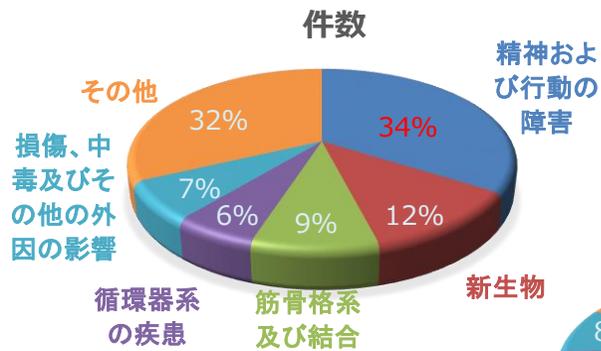
件数 **1位：精神および行動の障害 34%（全国35%）**、2位：新生物（がん）12%（14%）
 金額 **1位：精神および行動の障害 40%（全国42%）**、2位：新生物（がん）16%（16%）

- メンタル不調者が占める割合は増加傾向である。

件数 令和3年度 31% → 令和5年度 34%
 金額 令和3年度 34% → 令和5年度 40%

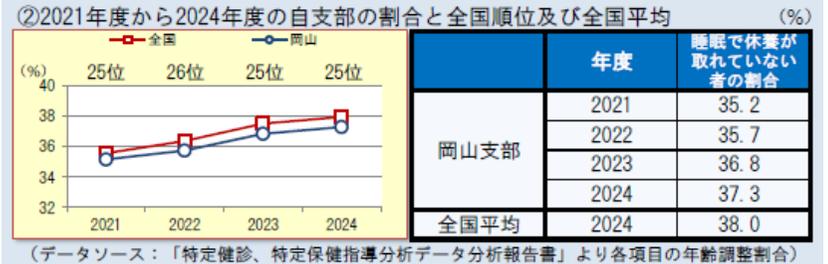
- 睡眠で休養が取れていない者の割合は、増加傾向にある。

傷病手当金支給状況

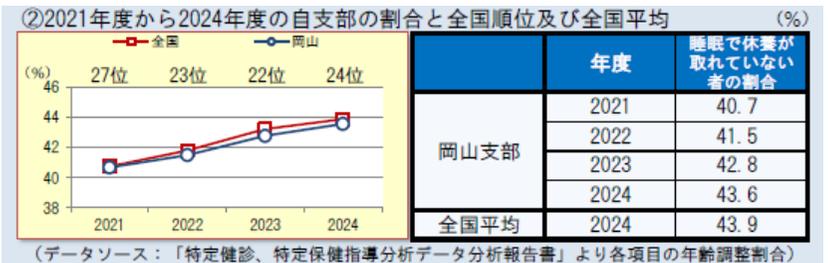


睡眠で休養が取れていない者の割合

男性



女性



令和8年度支部事業計画及び支部保険者機能強化予算の策定に向けた意見聴取

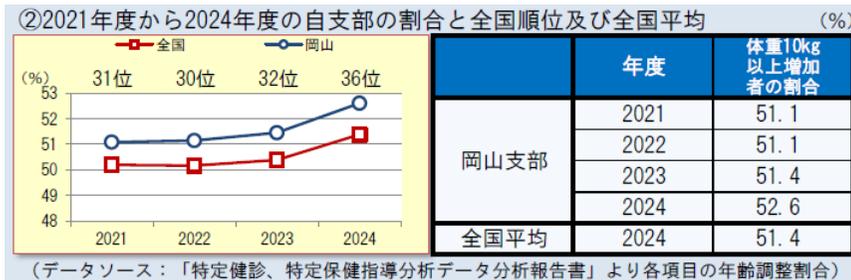
課題②：岡山支部加入者の問診項目における生活習慣要改善者の割合が増加

- 体重10kg以上増加者の割合
令和3年度以降

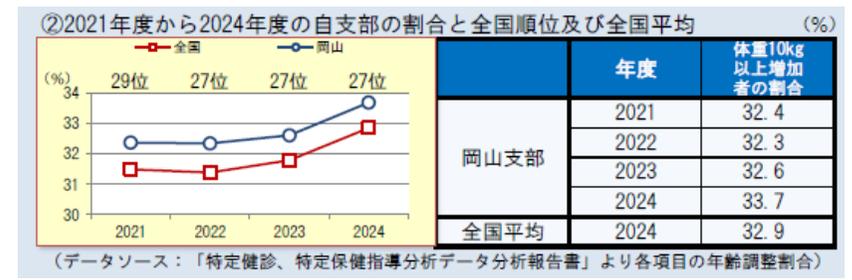
男性51.1%、51.1%、51.4%、52.6%（全国51.4%令和6年度）

女性32.4%、32.3%、32.6%、33.7%（全国32.9%令和6年度）

男性



女性



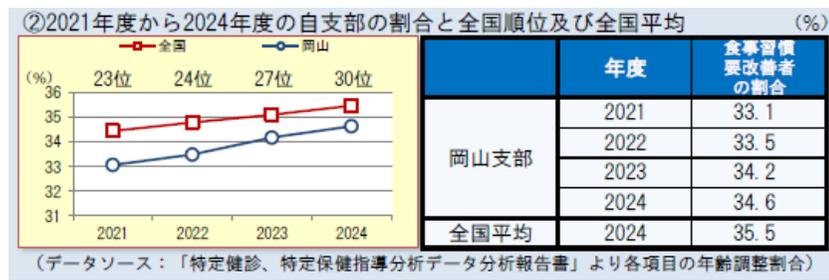
- 食事習慣要改善者の割合
令和3年度以降

男性33.1%、33.5%、34.2%、34.6%（全国35.5%令和6年度）

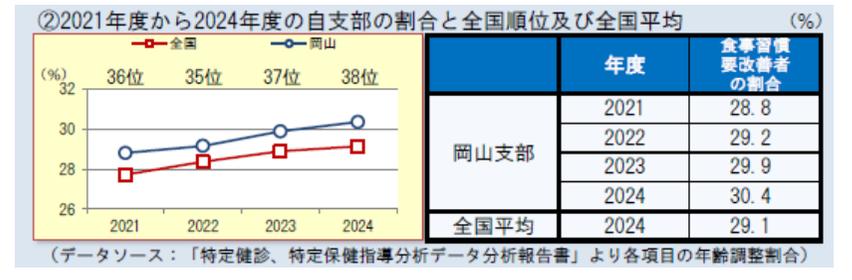
女性28.8%、29.2%、29.9%、30.4%（全国29.1%令和6年度）

※【用語解説】食事習慣要改善者
生活習慣病予防健診の問診項目で
「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

男性



女性



【課題①】

岡山支部の傷病手当金におけるメンタル不調者の割合が高い（全国も同様）

【現状の取組（令和7年度に実施している事業等）】

- 健活企業に対しメンタルヘルスセミナーの出前講座を実施。
 - 岡山産業保健総合支援センターと連携。
 - 岡山産業保健総合支援センターが実施する講座以外を、協会けんぽのセミナー講座として健活企業に実施。
(令和7年6月より実施 申込件数27件 令和7年10月1日時点)
- 協会けんぽや自治体のメンタルヘルスについて広報。
 - LINE、メールマガジン、広報物送付により周知及び案内。
 - ①協会けんぽからのメンタルヘルスについての記事掲載、チラシ配布。
 - ②岡山産業保健総合支援センター開催のセミナー案内。
 - ③岡山県内各団体が実施する「休養・心の健康」に関するセミナー等を案内。

令和8年度支部事業計画及び支部保険者機能強化予算の策定に向けた意見聴取

【（参考）メンタルヘルスセミナーの案内チラシ】



出張メンタルヘルスセミナー

のご案内

費用 無料

開催期間 令和7年6月～令和8年3月31日
開催日時 月曜日～日曜日 9:00～18:00
※18:00以降は応相談

開催方法 出張訪問型 ※お申込みの事業所内で開催いたします
申込条件 健活企業

セミナー申込手順

FAXで
日本産業
カウンセラーへ
申し込み

日本産業
カウンセラーより
ご担当者様へ
連絡

テーマ・日時
等の調整

セミナー実施

お問い合わせ先 【受託者】 一般社団法人 日本産業カウンセラー協会 中国支部
 TEL:082-223-7470 〒730-0016
 FAX:082-228-2658 広島市中区鞆町3-1第3山県ビル5階
 E-mail:chg-jigyoun@counselor.or.jp

【委託者】 全国健康保険協会 岡山支部

セミナーコース

①～⑧、A～Eから
それぞれ1つテーマを選び、
自由に組み合わせてください

①管理職向け、従業員のメンタルヘルスをサポート
社員との信頼関係の築き方、適切なサポートやフィードバックの提供の方法を学び、より良いコミュニケーションの構築を目指します。

④暫定的筋弛緩法
手・足・胸・肩など主要な筋肉に約5秒力を入れ、緩める動作を繰り返して、自律神経を整え短時間で心身を深くリラックスさせる効果的なストレス軽減法です。

②障害を持たれる方の就労支援
発達障害、精神障害を持つ人の理解を深め、職場の環境を整えて、誰も取り残さない誰もが働きやすい職場環境を目指します。

⑥呼吸法
ゆっくり鼻から4秒吸い、7秒止め、0秒かけ口から吐く腹式呼吸。副交感神経を優位にし、ストレス軽減・心拍安定・集中力向上に役立ちます。

③メンタルヘルスとチームビルディング
コミュニケーションを通じてチームの一体感を高め、コミュニケーションの改善、健康的なチーム環境の構築を目指します。

⑦自律訓練
楽な姿勢で目を閉じ、「手足が重い・温かい」等を心で唱え、自己催眠状態へ導く。筋緊張が緩み血行促進、自律神経が整いストレス軽減・集中力向上・睡眠改善・疲労回復・痛み緩和等を含む効果に役立ちます。

④考え方・受け止め方とストレスマネジメント
ものごとの考え方や受け止め方によって感情が変わり、感情によって行動が変わります。よりよい受け止め方を学び、ストレスのない生活を目指します。

⑧マインドフルネス
呼吸や体感覚に意識を向け、今この瞬間を観察する訓練。ネガティブな自動思考が鎮まりストレス軽減・集中力向上・情緒安定・免疫機能・睡眠の質の改善に役立ちます。

⑤ポジティブメンタルヘルスを推進し、well Beingを高めよう
ウェルビーイングは「ただ幸せな気分」だけでなく、①感情面、②心理的成長、③社会的つながりという多面的なバランスで成り立ちます。生活の工夫を積み重ねることで、自分らしいウェルビーイングを育てる講座です。

⑨マインドフルネス・ヨガ
呼吸に注意を向けながら日々の緩やかなポーズを行い、体感覚を観察する実践。心身の緊張を解き、ストレス軽減・集中力向上・姿勢改善に役立ちます。

⑥睡眠とメンタルヘルス
科学が解き明かす睡眠と心の深い関係——ストレスの悪循環を断ち切り、パフォーマンスを最大化する快眠実践ガイドで改善、習慣づくりを学びます。

⑦ワークエンゲージメントを高める1on1面談法
1on1面談を通じて社員のワークエンゲージメントを高めることを学び、活気あふれる職場づくりを目指します。

⑧管理監督者向け部下が成長を実感できるキャリア面談セミナー
メンタルヘルスとキャリアの関係、キャリア開発のためのメンタルヘルス対策、仕事の満足度向上策を学ぶことを目的としています。

**※実施日の1か月前までに
お申し込みください**

資格情報のお知らせ

☎ 12345678 ☎ 12345678 ☎ 00

FAX申込用紙: 082-228-2658

事業所名			事業所記号		
事業所所在地	〒 -		ご担当者様名		
事業所 TEL・FAX	TEL	-	ご担当者様 TEL・FAX	-	-
希望講座番号	※それぞれ1つテーマをお選びください。 ①～⑧ (A)～(E)		参加人数	名	
希望日時	第1希望日時	第2希望日時	第3希望日時		
	年 月 日 ()曜日 AM・PM 時	年 月 日 ()曜日 AM・PM 時	年 月 日 ()曜日 AM・PM 時		

お申込みにあたり、以下をご確認のうえ、ご了承いただけましたら☑としてください。

☐ **上記確認し、了承しました。**

● セミナーによる事故・トラブルは講師に重大な過失がない場合、岡山支部及び受託業者は一切の責任を負わないこと。
 ● 研修時期について、お申込み状況によってはご希望に添えない可能性がありますので予めご了承ください。

【今後の対策（令和8年度に実施する事業等の案）】

【継続事業】

- 岡山産業保健総合支援センターとの連携の更なる強化。
- 健活企業対象メンタルヘルスセミナーの出前講座の内容等を改善。
 - ①小規模事業所をターゲットに、商工会議所等の関係団体と連携した集合型セミナーの開催を検討。
 - ②健康保険委員等に向けた期間限定のセミナー動画を配信することにより、受講者の拡大を図る。
 - ③定期的にZOOMによる各種メンタルセミナー開催の実施を検討。
 - ④岡山支部からの郵送、メルマガ、ホームページによる広報周知を引続き実施するとともに、関係団体への会員周知を依頼し案内。

【課題②】

岡山支部加入者の問診項目における生活習慣要改善者の割合が増加

【現状の取組（令和7年度に実施している事業等）】

- 健活企業に対し食事栄養セミナーの出前講座を実施。
 - 令和7年度食事栄養セミナーについては、全講義に運動を含めた内容で実施。
（令和7年8月より実施 申込件数10件 令和7年10月1日時点）
 - 商工会議所の集合研修で食事栄養セミナーを実施（令和7年2月）。令和7年度も実施にむけて検討中。
- メルマガ、LINE、ホームページに支部保健師等による運動・食事コラムを掲載した広報。
- 市町村が実施する健康ウォーク等事業の広報。

令和8年度支部事業計画及び支部保険者機能強化予算の策定に向けた意見聴取

【（参考）食事栄養セミナーのご案内チラシ】

受講料 無料!



協会けんぽ 健活企業限定

健康

セミナーのご案内

先着50社 先着順に受付し
予定回数に達し次第で
締切とさせていただきます

オンラインも可能

開催期間 令和7年8月～令和8年3月31日

開催日時 月曜日～土曜日 8:30～17:30
※祝日・厚風会休業日は除きます

お申込み手順

- 1  FAXにて厚風会へ申込書送付
- 2  厚風会よりご担当者様へ連絡
- 3  テーマや日程などのご調整
- 4  セミナー実施

お問い合わせ先 ※お申込み状況によっては、ご希望に添えない場合がございます。余裕をもってお申込みください

【受託者】  一般財団法人 厚風会
厚風会健康促進センター 業務課 電話 086-281-5050 音声ガイダンス3
※受付時間 平日 8:30～17:00

【主催者】  全国健康保険協会 岡山支部
〒700-8506 岡山市北区本町6-36 第一セントラルビル1号館9階 電話 086-803-5780 (音声ガイダンス)

協会けんぽ 健活企業限定

健康

セミナー

1 体内時計に負けない!
交代勤務者のための健康戦略!



夜勤や不規則な勤務が続くと、体内時計に狂いが生じ、不調をきたします。交代勤務の従業員が自分の身体を守りながら元気に過ごすヒントを一緒に考えます。

2 運転業務を支える!
食事と運動で健康ライド!



ドライバーの方の健康管理は今や個人だけの問題ではありません。事業所目標、個人目標での健康管理や腰痛予防のストレッチもご紹介します。

3 人生100年時代!
食事と運動で健康寿命を延ばそう



今や人生100年時代と言われています。長く働けるための健康づくりについて、食事と運動の両面からお伝えします。

4 女性の力を引き出す!
食事と運動でつくる健康美



思春期、成熟期、更年期、老年期と気をつけたい健康課題はライフステージごとに変化します。女性が健康でいきいきと働くために役立つ情報をお伝えします。

5 脱メタボ!
“無理しない”が続くコツ! ゆるっと始める健康習慣



ほんの少しの工夫で身体も気分も軽くなるヒントが見つかります。今日からできるゆるくて楽な「食へ方」「動き方」を一緒に学びましょう。

6 元気な社員が会社を強くする!
生活習慣病予防セミナー



健康診断で、血糖値、血圧、中性脂肪等を指摘されている方向けです。生活習慣病と食事の関係や、生活習慣病を予防するための食事の摂り方についてお話しします。

7 食と運動で育てる!
マッスル（筋肉）づくりの基本



筋量の減少は、基礎代謝を低下させ、肥満、フレイル等にも影響を及ぼします。簡単な筋トレのご紹介とともに、筋力アップに適した食事内容についてお話しします。

※各講座の所用時間は80～90分程度です

FAX 申込み用紙

お申込み FAX 番号：086-282-5333

事業所名	事業所記号		
住所	ご担当者様名		
TEL	-	FAX	-
メールアドレス			
ご希望講座番号	ご希望の講座番号を1つご記入のうえ、実施方法にチェックをつけてください		参加人数
実施方法	<input type="checkbox"/> 訪問 <input type="checkbox"/> オンライン		名 <small>※最小参加人数：4名以上</small>
セミナー	※お申込み日より前週1ヶ月以上先の日程をご記入ください		
ご希望日時	第1希望日 年 月 日 () 曜 AM · PM 時	第2希望日 年 月 日 () 曜 AM · PM 時	第3希望日 年 月 日 () 曜 AM · PM 時

※1：申込書（FAX）受信後、「厚風会」より、ご担当者様へ連絡いたします。
 ※2：セミナーによる事故・トラブルは、講師に重大な過失がない場合、岡山支部および厚風会は一切の責任を負いません。

【今後の対策（令和8年度に実施する事業等の案）】

【継続事業】

- 生活習慣が不規則な業界団体との連携強化。
- 健活企業対象食事栄養セミナーの出前講座の内容等を改善。
 - ①小規模事業所をターゲットに、商工会議所等の関係団体と連携した集合型セミナーの開催を検討。
 - ②健康保険委員等に向けた期間限定のセミナー動画を配信することにより、受講者の拡大を図る。
 - ③定期的にZOOMによる各種食事栄養セミナー開催の実施を検討。
 - ④岡山支部からの郵送、メルマガ、ホームページによる広報周知を引続き実施するとともに、関係団体への会員周知を依頼し案内する。
- メルマガ、LINEにおける配信内容の強化。
 - 専門職によるコラムの充実を図る。