

令和 4 年度北海道支部保険者機能強化 に向けた事業案について

目次

1. 令和4年度北海道支部保険者機能強化に向けた事業案の骨子について
2. 令和4年度 保険者機能強化に向けた事業に要する予算の概要
3. 令和3年度実施事業の概要及び進捗状況
4. 令和4年度新規実施事業案
5. 各支部が実施中（又は実施予定）の事業

1. 令和4年度北海道支部保険者機能強化に向けた事業案の骨子について

令和4年度北海道支部保険者機能強化に向けた事業案の骨子について

北海道支部方針

- 第5期保険者機能強化アクションプランは令和3年度から令和5年度末までの3年間の中期計画であり、令和4年度は第5期保険者機能強化アクションプランの2年度目となる。
- 第5期保険者機能強化アクションプランにおいては、協会けんぽの基本理念である「加入者の皆様の健康増進を図るとともに、良質かつ効率的な医療が享受できるようにし、もって加入者及び事業主の皆様の利益の実現を図る」をこれまで以上に追求していくとされている。
- このため、事業計画に付随する令和4年度北海道支部保険者機能強化に向けた事業案には、基本理念を踏まえ計画した本年度の取組について、これまでの実施結果に基づき、所要の改善・発展を図ったうえで次年度も継続実施するほか、加入者の健康寿命の延伸や医療費適正化に繋がる新たな事業の企画立案を図ることとする。

本日の論点

- 本日は、令和3年度保険者機能強化に向けた事業に計上した取組のうち、次年度も継続することを予定している取組について、現時点の進捗状況のほか、健康寿命の延伸や医療費適正化に資すると考えられる新規事業案と、令和3年度における他支部の主な取組に関してご説明いたします。
- **引き続き、「事業主・被保険者・学識経験者」それぞれのお立場でのご意見を十分に踏まえた効果的な事業を展開したいことから、評議員の皆様には、**
 - ① **次年度も継続を予定している取組について、改善等が必要と考えられる事項**
 - ② **健康寿命の延伸や医療費適正化に繋がると考えられる新たな取組に関する事項を中心に、ご意見をいただきたく存じます。**
- 本日もいただいたご意見と、今後協会けんぽ本部から示される予算額を踏まえ、令和4年度保険者機能強化に向けた事業案の詳細を確定し、あらためて10月下旬開催予定の評議会で審議いただく予定としております。

2. 保険者機能強化に向けた事業に要する予算の概要

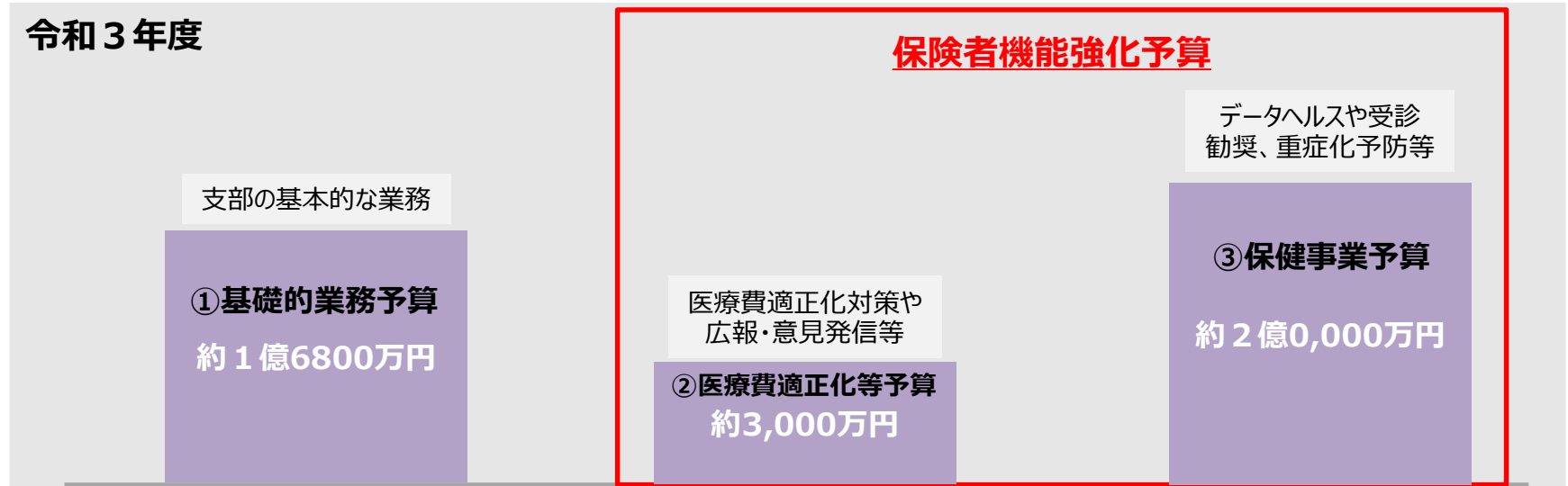
保険者機能強化予算の概要

【概要】

- 協会においては、支部毎の加入者数や総報酬に応じた予算が本部より支部に措置されており、支部はその予算枠の中で事業を実施している。
- これまでの支部の予算は、以下に大別できる。

- ① 事務室の賃料や審査医師への謝金等、支部の基本的な業務に必要な予算 （基礎的業務予算）
- ② 地域の実情等を踏まえた取組（医療費適正化対策、広報や意見発信、一部の保健事業等）を推進するために必要な予算 （医療費適正化等予算）
- ③ 保健事業における重点的な取組等に対し、措置してきた予算 （保健事業予算）

【予算体系のイメージ】



（注） 図中の金額は、現時点で本部から令和4年度予算枠が示されていないため、令和3年度における支部予算額を仮置したものの。

3. 令和3年度実施事業の概要及び進捗状況 (令和4年度も継続実施を予定している事業)

令和4年度も継続実施を予定している事業

■ 事業一覧及び直近5年間の推移

NO	事業名	H29	H30	R1	R2	R3	ページ
1	WEB広告を活用した「上手な医療のかかり方」、「インセンティブ制度」の周知		●	●	●	●	8
2	若年層をメインターゲットとした広報（マンガ、Twitter等の活用）				●	●	8
3	事業主をメインターゲットとした広報（新聞広告等の活用）	●	●	●	●	●	11
4	お薬手帳普及啓発に関する個別通知の送付				●	●	13
5	適正受診等にかかる個別通知の送付			●		●	16
6	糖尿病治療者に対する歯科受診勧奨				●	●	16
7	被扶養者を対象とした集団健診の実施	●	●	●	●	●	19
8	未治療者に対する受診勧奨（重症化予防）	●	●	●	●	●	22
9	事業所カルテを活用した宣言勧奨			●	●	●	23
10	行政等との連名による宣言勧奨			●	●	●	23
11	健康づくりに関する取組事例集の作成		●	●	●	●	26
12	健康経営セミナーの開催			●	●	●	26
13	リスクスコアを活用した喫煙者に対する個別通知の送付			●	●	●	28
14	医師による簡易禁煙指導		● ※1機関による モデル実施	●	●	●	28
15	社員のための禁煙推進セミナーの開催				●	●	28

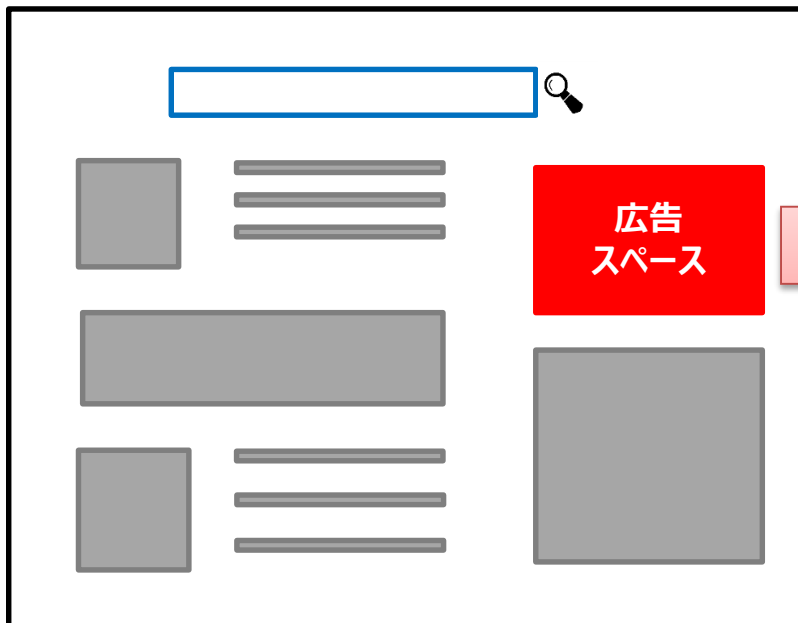
令和4年度も継続実施を予定している事業

■ 広報関係

事業名及び事業概要	令和3年度予算額
<p>1. WEB広告を活用した「上手な医療のかかり方」、「インセンティブ制度」の周知（平成30年10月～）</p> <p>上手な医療のかかり方（コンビニ受診及びハシゴ受診の防止、かかりつけ医及びかかりつけ薬局の推奨）及びインセンティブ制度の周知広報を実施する。</p> <p>【R3 進捗状況】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 適正受診の広報は、本年11月下旬から12月上旬、インセンティブ制度の広報は、来年1月中にそれぞれ実施予定。 ・ 昨年度実施したWEB広告では、キャッチフレーズを疑問形にすることで、「続きが知りたくなり、思わずクリックしてしまう」心理を狙ったデザインを採用した。 ・ この効果もあり、クリック率（協会けんぽホームページへ誘導した件数）は0.12%であり、一般的な広告のクリック率（0.05%～0.07%）と比較して高い閲覧率となった。 ・ 本年度においても、クリック率を更に引き延ばすため、広告の掲載時間帯や広告掲載回数のほか、訴求力のある広告内容とすべく、着実にPDCAサイクルを回していく。 ・ なお、インセンティブ制度については、今後における成果指標の拡大等を見据え、広報内容の拡大・充実を検討していく。 	<p>3,080千円</p>
<p>2. 若年層をメインターゲットとした広報（マンガ、Twitter等）（令和2年10月～）</p> <p>当支部が発信している情報について、特に認知率が低い若年層や被扶養者等へ広く情報を届けることを目的に、マンガやTwitterを活用した広報を行う。</p> <p>【R3 進捗状況】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 主に健康づくりに関する情報を中心として、月3～4回の投稿を行った。今後は、令和3年3月に投稿し、現在まで過去最高閲覧数を獲得した漫画形式による広報素材について、本年度中に第二弾を投稿予定としており、併せてプロモツイート（Twitter広告）を活用のうえ、広告・情報の拡散を図る。 ・ フォロワー数は、運用開始からツイート毎に増加しているものの、231人（本年8月末時点）と十分な数値が得られていないことが課題として挙げられる。しかし、一般的なインプレッション数（閲覧数）はフォロワー数の2～3倍と言われている中、当支部のインプレッション数は18,238回、約95倍にもなっており、潜在的な閲覧者が多いことが想定できるため、今後における効率的な情報拡散ツールとしての可能性を秘めた点も踏まえ、取り組みを継続することが有効と考える。 	<p>968千円</p>

【参考】WEB広告のイメージ

◎検索サイト（※イメージ）



【概要】

- ・ スマートフォンに合わせたサイズで表示。
- ・ 広告画像をクリックすることで、北海道支部ホームページ（インセンティブ制度解説）へ移動。
- ・ Yahoo!JAPAN及びGoogleが運営する情報WEBサイト及びその提携サイトにおいて表示。

上手な医療のかかり方（令和2年11月実施分）



インセンティブ制度（令和2年12月実施分）



【参考】Twitterに投稿した広報素材（テーマ：スイッチOTC）



セルフメディケーションが いま注目されています!

セルフメディケーションとは、自分自身の健康に責任を持ち、軽度な体の不調は自分で手当てすることです。

具体的には、適度な運動やバランスの取れた食事などの体調管理から、健康を意識することや軽度な不調の手当てをするために市販薬を使用することなどをいいます。

このマークが目印です！
セルフメディケーション 税 控除 対象

Switch OTC 医薬品は、「医療費控除」を受けられます。

※すべてのSwitch OTC 医薬品がセルフメディケーション税制控除対象となるわけではありません。詳細は厚生労働省ホームページをご確認ください。

上記のマークがついている医薬品を、
年間で**12,000円**以上購入した場合は、控除申請も忘れずに!

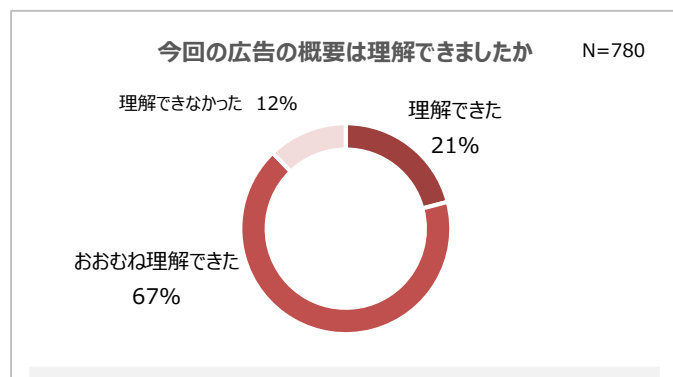
※セルフメディケーション税制申請には購入時の領収書(レシート)が必要です。
※購入額が世帯の合計で年間12,000円以上の場合に申請できます。
※通常の医療費控除を行っている場合は、セルフメディケーション税制を申請できません。
※申請には紙もしくは電子で申請書を記入し、確定申告をおこなってください。
※詳しい申請方法は各都道府県ホームページをご覧ください。

令和4年度も継続実施を予定している事業

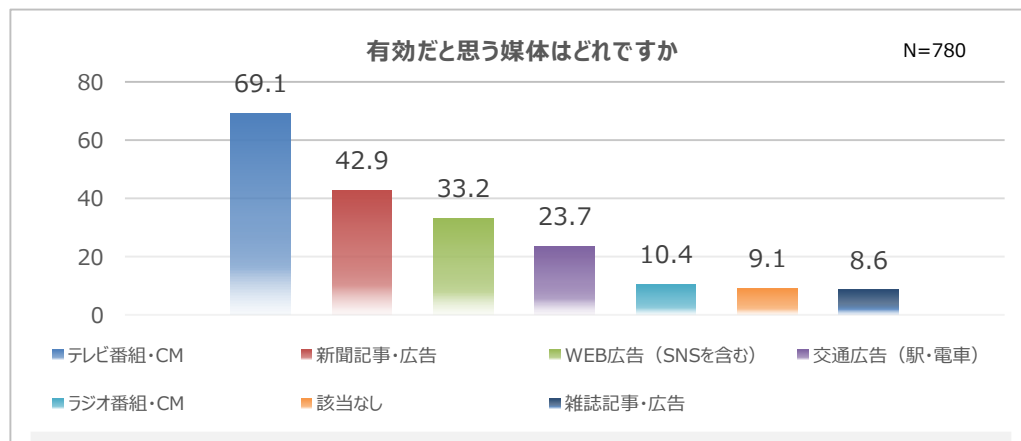
■ 広報関係

事業名及び事業概要	令和3年度予算額
<p>3. 事業主をメインターゲットとした広報（新聞広告等の活用）（平成21年3月～）</p> <ul style="list-style-type: none"> 事業主及び加入者の健康づくりに向けた取り組み（健診、特定保健指導等）を積極的に行うことにより、保険料率の低減につながることを丁寧に説明するため、新聞広告を活用した広報を行う。また、令和3年2月に実施した「新聞広告に関する効果測定（モニター調査）」の結果を踏まえ、より読者のニーズを捉えた内容となるよう強化・改善を図るほか、継続実施による効果も検証する。 <p>【R3 進捗状況】</p> <ul style="list-style-type: none"> 令和3年2月に実施したモニター調査の結果を踏まえ、広告内容・スペースの拡大について、期待できる費用対効果等を十分精査のうえ、より効果的な実施方法を検討していく。 	<p>3,135千円</p>

【モニター調査結果（抜粋）】



「理解できた」が9割近くを占めている



テレビ番組・CMが69.1%と最も高い。次いで、新聞広告・WEB広告（SNS）であった

《事業総括》

上記結果により、今回掲載した新聞広告に対する理解度は高いため、有効な広報ツールになったと評価している。また、テレビ番組・CMが最も有効な広報媒体との結果があるが、視聴率が高めの番組になると、1回あたり（週1回、30秒）の単価が30～100万円と非常に高い。北海道支部が訴求したい保険料率やインセンティブ制度の評価指標については、十分な尺の確保が必要であることから、比較的コストに優れている新聞広告・WEB広告（SNSを含む）等を活用することが今後も主流となると考えられる。

ただし、今後の課題として、フリーコメント欄にも「重要な情報なのに見逃してしまった」等の意見が寄せられており、接触率の向上（読者の目に留まる広告にする）が必要不可欠であるため、今後においては、広告内容をシンプルかつわかりやすいものに改善を図るほか、広告スペースの拡大やカラー紙面への変更等を検討する。

【参考】モニター調査の対象とした新聞広告（北海道新聞 7 段広告）

協会けんぽ北海道支部にご加入の皆さまへ

令和3年3月分(4月納付分)からの 保険料率のお知らせ

北海道支部の健康保険料率

給与・賞与の

10.41%

令和3年2月分(3月納付分)まで

介護保険料率
(全国一律) **1.79%**

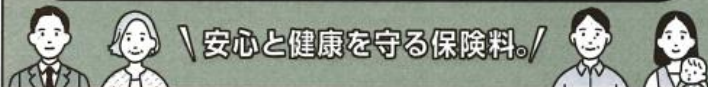
給与・賞与の

10.45%

令和3年3月分(4月納付分)から

1.80%

※任意継続被保険者の方は、令和3年4月分(4月納付分)からとなります。



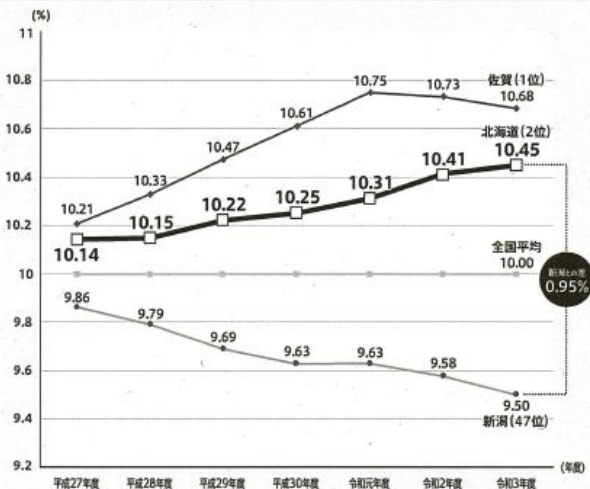
安心と健康を守る保険料。

都道府県間の保険料率の 格差は拡大傾向にあり、 北海道の保険料率は 全国で2番目の高さです

協会けんぽの都道府県保険料率は、主に都道府県ごとの一人当たり医療費の多寡により決定される仕組みであり、全国と比べて一人当たり医療費が高い北海道においては、全国で2番目に高い保険料率となっております。
右のグラフのとおり、都道府県ごとの格差は年々拡大しており、令和3年度における北海道の保険料率は、最も低い保険料率の新潟県と比較すると、**0.95%ポイント**もの差が開いています。

⇒この差(0.95%ポイント)を金額に換算すると

標準報酬月額30万円(報酬月額29万円以上、31万円未満)の場合に負担が生じる健康保険料は、労使合計で月額2,850円、年間にして34,200円にもなります。



皆さまの取り組みで北海道の医療費の上昇を抑え、

保険料率を下げましょう!

加入者や事業主の皆さまに、次の5つの取り組みを行っていただくこと等により、北海道の医療費の上昇を抑えることができれば、保険料率の伸びを抑えることにつながる仕組みになっております。一体となって皆さまに取り組んでいただきたい内容につきましては、以下の「加入者の皆さまにお願いしたいこと」をご覧ください。

こうした加入者・事業主の皆さまの取組が、保険料率の伸びを抑える大きな力になることをご理解ください。

1 特定健診等の受診

道民の約半数しか受けていません



加入者の皆さまにお願いしたいこと

ご自身の健康状態を確認するためにも、協会けんぽの健診を必ず受けましょう!
【加入者ご本人】→生活習慣病予防健診
【加入者ご家族】→特定健康診査
※協会けんぽの健診には一部費用補助があります

事業主 従業員さまが協会けんぽの健診以外の健診(労働安全衛生法上の定期健診等)を受診している場合は、健診結果を協会けんぽに提供しましょう!

特定健診受診率(令和元年度)	北海道支部の順位
北海道支部 48.0%	全国平均 52.7%
	43位(47都道府県中)

2 特定保健指導の利用

道民の約1割しか受けていません



加入者の皆さまにお願いしたいこと

健診結果で「生活習慣病の発症リスクがある」と判定された場合は、協会けんぽの特定保健指導を受けましょう!なお、Zoom(ビデオ会議ツール)を活用したWEBによる対応も可能です!

事業主 従業員さまが事業所で特定保健指導を受けられるよう、環境整備にご協力をお願いします!

特定保健指導受診率(令和元年度)	北海道支部の順位
北海道支部 9.9%	全国平均 16.7%
	44位(47都道府県中)

3 特定保健指導対象者の減少

道民のメタボ対象者の6割以上が翌年もメタボです



加入者の皆さまにお願いしたいこと

特定保健指導対象者となった場合は、協会けんぽの保健師等のサポート※を受けながら、生活習慣の改善に取り組ましましょう!

※対象者のライフスタイルに合わせた実践的なアドバイスを行った後、3~6ヶ月程度の継続的な支援(電話・文書)を行います。

特定保健指導対象者の減少率(令和元年度)	北海道支部の順位
北海道支部 32.5%	全国平均 33.0%
	34位(47都道府県中)

4 要治療者の医療機関受診

道民の約1割しか受けていません



加入者の皆さまにお願いしたいこと

健診結果で「要治療者(再検査を含む)」の判定を受けた方は、必ず医療機関を受診しましょう!なお、協会けんぽでは上記の判定を受けた方に、医療機関への受診を促すお知らせをお送りしています。重症化を予防するため、速やかに受診しましょう!

事業主 従業員さまの健診結果を確認し、上記の判定を受けた方へ医療機関の受診を促しましょう!

要治療者の医療機関受診率(令和元年度)	北海道支部の順位
北海道支部 10.6%	全国平均 10.8%
	25位(47都道府県中)

5 ジェネリック医薬品の選択

道民の8割近くの方が使用しています



加入者の皆さまにお願いしたいこと

病院や薬局でお薬を受け取る際は、積極的に「ジェネリック医薬品(後発医薬品)」を選択しましょう!仮に協会けんぽ加入者全員がジェネリック医薬品に切り替えると、約4,200億円(令和元年度試算)もの医療費を抑制できます!

ジェネリック医薬品使用割合(令和元年度)	北海道支部の順位
北海道支部 79.6%	全国平均 77.4%
	12位(47都道府県中)

全国健康保険協会 北海道支部
協会けんぽ

お問い合わせはこちらまで

TEL.011-726-0352 (代表) 受付時間/平日 8:30~17:15
〒060-8524 札幌市北区北7条西4丁目3-1 新北海道ビル4階
<https://www.kyoukaikenpo.or.jp/> 協会けんぽ

加入者・事業主の皆さまに取り組んでいただきたい5つの取組の詳細は、特設サイトからもご覧いただけます。



令和4年度も継続実施を予定している事業

■ 医療費適正化関係

事業名及び事業概要	令和3年度予算額
<p>4. お薬手帳普及啓発に関する個別通知の送付（令和2年11月～）</p> <p>1年間に複数回以上、薬局で医薬品の処方を受けている加入者であって、かつ一度もお薬手帳を提示しなかった加入者は約60,000人に及ぶ。このうちの約20,000人の被保険者に対し、お薬手帳のメリット（自己負担の軽減のほか、健康度の向上（重複投薬や残薬の防止）に繋がること）をお知らせすることにより、医療費適正化及び健康度の向上を図る。</p> <p>【R3 進捗状況】</p> <ul style="list-style-type: none"> 本年度は、令和2年度実施分（令和2年11月発送）の効果測定を行う年度として位置付けており、本年9月末をもって完了させる予定としているが、8月末時点の結果（速報値）は以下のとおりであり、一定の効果が認められた。 したがって、本年9月中の完了を予定している効果測定結果を十分に踏まえる必要はあるものの、先行実施した効果測定（速報値）の結果では、一定の費用対効果が見通せたことから、本事業の実施に要する予算について、令和4年度予算に計上する方向で検討中。 現行の実施方法においても、一定の効果が期待できるものの、更なる効果向上を目指すため、通知デザインをブラッシュアップするほか、診療回数ごとに階層化したターゲティングにする等、事業の強化を図る。 <p>《効果測定結果（現在精査中であり、令和3年9月末に完了予定）》</p> <ul style="list-style-type: none"> 通知発送後の令和2年12月～令和3年2月のレセプトデータを分析したところ、「令和元年度に受診した際にお薬手帳を一度も提出（持参）しなかった者のうち、通知送付後の受診の際にお薬手帳を提出した者の割合」は37%（2,168人／5,860人）に達していた。 	<p style="text-align: center;">4,400千円</p> <p>※通知の発送は令和2年度であり、令和3年度は効果測定に関する予算のみ計上している</p>

【参考】お薬手帳普及啓発に関する個別通知

家族みんなで「考えよう・気をつけよう」

これからのために 知っておきたいこと。

年齢を重ねるほど薬が増える。

厚生労働省が1ヶ月にもらう内服薬の種類を調査したところ、7種類以上の内服薬をもらう人の割合は、高齢になるほど増えることがわかりました。

年齢	1-2種類	3-4種類	5-6種類	7種類以上
40-49歳	51%	29%	12%	7%
50-59歳	50%	29%	13%	9%
60-69歳	47%	29%	14%	11%
70歳以上	37%	26%	17%	20%

7種類以上薬をもらう人の割合 **70歳を超えると、40代の約3倍!**

■1-2種類 ■3-4種類 ■5-6種類 ■7種類以上
厚生労働省：令和元年 社会医療部医行為別統計

そして… **副作用が起こりやすくなる。**

特に6種類以上で副作用の危険がより高くなると言われています。また、市販薬やサプリメントとの併用も副作用の危険が高まる可能性があると言われています。だから、市販薬やサプリメントも一緒にお薬手帳で管理することが大切です。


なぜなら… **薬の代謝が衰えるから。**

高齢になると、薬の代謝や排泄を促す機能が衰え、薬の効果が長引いたり強く出たりします。薬が少ないうちはあまり問題にならないですが、薬の種類が増えると代謝や排泄に時間がかかり、機能が追いつかなくなることによって副作用が起こります。

- ✓ 処方薬・市販薬・サプリメントなどをお薬手帳できちんと管理しよう!
- ✓ 医師や薬剤師が確認しやすいよう、お薬手帳は1冊にまとめよう!
- ✓ 体調管理に気をつけて、多剤予備群にならないように注意しよう!

かかりつけ医&かかりつけ薬局を持つメリットについてはこちらもチェック!

かかりつけ医



かかりつけ薬局



〒07301
砂川市 宮川町

お問い合わせ番号：01P-000-0024

テスト 2 様



#0000008

いつも協会けんぽの事業にご理解・ご協力をいただきありがとうございます。
このお知らせは2019年度の医療機関や薬局からの請求情報に基づき、お薬手帳を活用していただきたい方にお届けしています。

お薬手帳はあなたが薬をもらう際に飲み合わせや成分の重複チェックに役立ちます。特に定期的な服用が必要な場合、市販薬やサプリメントなどと合わせて確認することが、体調管理につながります。お薬手帳をお持ちでない方は薬局などにご相談ください。

すでにお薬手帳をお持ちの方、ご利用中の方には、行き違いとなりましたことをご容赦願います。



飲み合わせを
きっちり把握

副作用の
リスクを回避

万が一緊急搬送
された時にも役立つ

市販薬やサプリも
まとめて管理

持ってるだけで
節約にも

困りごとや悩みを
手帳で相談



なにかと助かる！
得もする！

使ってますか？お薬手帳。

詳しくは中面ご覧ください

【参考】お薬手帳普及啓発に関する個別通知

結構あるぞ!

お薬手帳を使うといいこと6選

01 薬の飲み合わせを管理できる

薬は飲み合わせによって効果が強くなったり、弱くなることがあります。お薬手帳を持っていれば、薬剤師が処方歴をもとに飲み合わせを確認し、管理してくれます。



02 市販薬やサプリメントも管理してくれる

市販薬やサプリメントを服用している場合、病院で処方された薬と同じ成分が含まれていたり、飲み合わせに影響することがあります。飲んでいる市販薬などを記載しておけば、薬剤師があわせて管理してくれます。

03 副作用のリスクを減らせる

薬で副作用が起こった場合、お薬手帳に記載しておくのも大切です。医師や薬剤師が確認でき、副作用が起こったと思われる成分を避けて薬を処方したり、調整してくれます。

04 窓口負担が軽減されることもある

たとえば慢性疾患の薬を定期的にもらっている場合、残っている薬とお薬手帳を持参すれば、薬剤師が医師と連携して日数を調整してくれます。もう薬が減って支払いが少なくなる場合もあります。

05 万が一緊急搬送された時にも役立つ

お薬手帳を携帯していれば、万が一緊急搬送された時も、飲んでいる薬の名前や量、アレルギー記録などが把握できるのが救急処置の手助けになります。本人が話せない場合も多いので、いざという時のためにも携帯しましょう。災害時にも大切な情報源となります。

06 服用の困りごとでも相談しやすい

「錠剤が大きくて飲みにくい」「苦い」「薬の種類が多すぎる」など、薬を飲むうえで困っていることをお薬手帳に書いておくと、次回調剤時に薬剤師が新しい薬を提案してくれたりもします。相談事も手帳を見ながらだとスムーズです。



無料 スマートフォンで使えるお薬手帳もあります! → 「eお薬手帳」

スマホでカンタン!

専用アプリをダウンロードすれば、ICリーダにかざしたりQRコードを読み込むだけでお薬情報を取り込めます。

紙とおなじ感覚!

病院や薬局でもらった薬を登録でき、過去の副作用やアレルギー情報も紙と同じように管理できます。

お薬手帳を持つと節約になる話

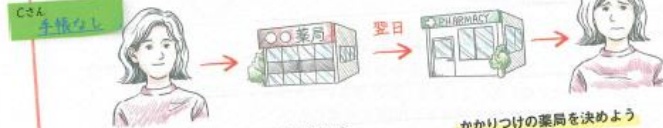
お薬手帳があるだけで医療費に差がつく話

毎月、同じ薬局でお薬をもらっているAさんとBさん。お薬手帳を持っているAさんは薬剤服用歴管理指導料が43点でした。手帳を持っていないBさんは57点となり、医療費に以下のような差がつかしました。



お薬手帳がないとソンする話

ある日、Cさんは病院で診療を受けた後、近くの薬局でお薬をもらいました。翌日、別の病院に行った後、昨日とは違う薬局でお薬をもらいました。家で確かめてみると、もらったお薬は同じ。お薬手帳で確認できなかったため薬代が2重になり、余計に医療費がかかってしまいました。また、両方飲んでも大丈夫なのかという不安も生まれました。



注意 POINT

お薬手帳を持つとう
お薬手帳があれば、もらっている薬を確認して処方してもらえるので、2重でもらう心配はありません。

かかりつけの薬局を決めよう
行く薬局を1つに決めれば、薬の重復や飲み合わせなどをまとめて管理してもらえます。

eお薬手帳はこちらから!

日本薬剤師会が提供する「eお薬手帳」の説明や利用方法などを確認することができます。

eお薬手帳

紙のお薬手帳を利用するための113お薬手帳のスマートフォンにアプリのインストールが必須となります。詳しくは上記よりご確認ください。

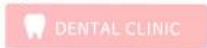


令和4年度も継続実施を予定している事業

■医療費適正化関係

事業名及び事業概要	令和3年度予算額
<p>5. 適正受診等にかかる個別通知の送付（令和元年11月～）</p> <ul style="list-style-type: none"> 不急の「時間外、早朝、夜間、休日受診」が確認できた加入者に対し、時間外等に受診したことによる具体的な割増料金を記載した通知書を送付する。 <p>【R3 進捗状況】</p> <ul style="list-style-type: none"> 本年度においては、通知対象のターゲティング（真に時間外受診が必要か否か等の精査）の精度を深耕するとともに、時間外受診等の頻度が高い順にソートして対象者を選定する等、事業効果の最大化を図っている。 通知対象者は、現時点で約12,000件を予定しており、通知後の問い合わせを分散する観点から、令和3年11月12日と令和3年11月19日の2回に分け送付する予定。 	<p>10,074千円</p>
<p>6. 糖尿病治療者に対する歯科受診勧奨（令和3年2月～）</p> <ul style="list-style-type: none"> 糖尿病治療中の者のうち、「食事を噛むこと」に自覚症状がある者であって、かつ歯科治療を受けていない者に対し、早期の歯科治療のメリット等を記載した通知書を送付する。 <p>【R3 進捗状況】</p> <ul style="list-style-type: none"> 本年度は、令和2年度に取り組んだ本事業の効果測定を行っており、現時点での速報値ではあるが、通知対象者である5,000人のうち、通知前3か月間に歯科受診済みである者等を除いた4,129人について、通知発送後となる令和3年3月～令和3年5月の受診状況を追跡調査したところ、本通知を契機に歯科初診を確認できた者が212名（5.13%）いた。 現時点ではアウトプット評価のみに留まっているが、今後、アウトカム評価（早期の歯科受診により、歯科及び糖尿病医療費の削減のほか、健康度（重症化予防）にどの程度寄与できたか）も実施する予定。 	<p>5,863千円</p> <p>※令和元年度実施時の予算を計上</p>

【参考】 糖尿病治療者に対する歯科受診勧奨リーフレット



歯医者さんには 定期的に行きましょう。

〒060-8524
北海道札幌市北区
北7条西4丁目3-1
新北海道ビル4F

お問い合わせ番号：015-000-3444

北海 太郎 様



#0000007

提言 01 噛めなくなると栄養バランスも崩れる！

むし歯や歯周病の影響で噛めなくなると、硬い食品を選けるようになるため、ビタミンやミネラル・食物繊維の摂取量が減って栄養バランスが崩れます。歯科医療機関では、噛む機能を回復する治療が行われています。また、歯周病を治療することで糖尿病の重症化も予防できます。



いつも協会けんぽの健康づくり事業にご理解・ご協力いただきありがとうございます。

このお知らせは、2019年4月～2020年3月の健診結果や医療機関への受診結果をもとに、歯科医療機関への受診をおすすめしたい方にお届けしています。

特に食べ物の噛みづらさを感じている方は、血糖値の改善のほか、歯周病・メタボ・口臭の改善(予防)などにもつながりますので、早めの歯科医療機関への受診をおすすめします。

※すでに歯科治療を受けている方は、行き違いとなりましたことをお詫び申し上げます。

※他の疾患で治療中の方またはお薬を服用中の方は、歯科治療の前に主治医へ相談することをおすすめします。



電話番号 011-726-0352

提言 02 治療ではなく、予防のために行く。

多くの人は歯が痛くなってから受診しますが、定期的に歯科でメンテナンスをすることが、歯を守るにつながります。1～3ヶ月ごとが大体の目安。かかりつけの歯科医を決めて、歯みがき、歯ぐき、噛み合わせ等をチェックしてもらうことが、高齢になっても歯を失わないコツです。



気になる口臭のことも、歯医者さんで

口臭には、①飲食物などによる口臭、②生理的な口臭、③病的口臭があります。呼吸系や消化器系の病気、そして糖尿病が原因でもこの病的口臭が起こることがあります。病的口臭の90%以上は口の中が原因で、歯周病、むし歯、歯垢、唾液の減少などによるもので、これらは歯科での治療対象になります。

なによりも、美味しいものをこれからも食べるため！
ぜひ歯科受診をはじめましょう。

歯周病・むし歯治療

咀嚼機能回復

口臭・メタボ予防

糖尿病の重症化予防

<https://www.mi.pref.hokkaido.lg.jp/>

北海道 歯科医療機関検索



知っていますか？

糖尿病

歯周病

意外な

カンケイ。

糖尿病の人こそ定期的に歯医者さんに行きましょう。

詳しくは中面をご覧ください >

【参考】糖尿病治療者に対する歯科受診勧奨リーフレット

糖尿病があると歯周病にかかりやすい！

理由 01 抵抗力が低下するから

糖尿病があると、白血球の働きが低下し、感染症にかかりやすくなり、歯周病になりやすくなります。さらに体内の過剰なブドウ糖が、歯周病を悪化させます。

理由 04 口が渇くから

唾液には、口腔内を浄化したり組織を修復する作用があり、歯周病を防ぐ役割があります。糖尿病になると唾液が減り、口が渇きやすくなるため、歯周病になりやすくなります。

理由 02 エネルギーが不足するから

糖尿病の人はインスリンの働きが低下し、ブドウ糖をエネルギーにできなくなっています。エネルギー不足によって歯周組織の修復力が弱まります。

理由 03 血管が障害を受けるから

糖尿病が進行すると毛細血管が障害を受けて網膜症や神経障害を起こします。その結果、歯周病にも感染しやすくなり、歯周病の発症や進行に影響を与えます。

理由 05 脂肪細胞も影響するから

肥満が狭くとインスリンの効き目が低下し、糖尿病を重症化させます。肥満になると脂肪細胞が炎症物質を作り出し、歯周病を重症化させます。

糖尿病
歯周病

歯周病があると糖尿病にも影響が！

影響 01 血糖値が上昇する

歯がグラグラついたり歯を失うことで、唾の機能が低下します。するとやわらかい食事を好むようになり、よく噛まなくなることが、高血糖につながります。

影響 02 インスリンの働きを妨げる

歯周病により作り出された炎症物質が、インスリンの働きを妨げて糖尿病を悪化させる可能性があります。

歯周病を治療することで… ➡ **インスリンの働きが向上！ 血糖コントロールが改善！**

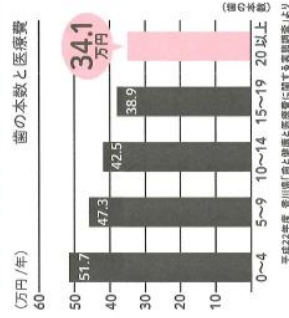
歯が元気な人はトクをする！

歯が多く残っている人ほど、**医療費が安い**、
医療費を比較してみると・・・

歯が20本以上ある人 **34.1万円**

歯が0～4本の人の人 **51.7万円**

その差はなんと **17.6万円!!**



歯周病が悪化すると、**糖尿病の医療費も高くなる**、
糖尿病の医療費を比べてみると・・・

歯ぐきか健康な人は **約9.6万円**

重症の歯周病の人は **約21万円**

健康な人より
2倍以上の医療費が！

令和4年度も継続実施を予定している事業

■ 特定健診関係

事業名及び事業概要	令和3年度予算額
<p>7. 被扶養者を対象とした集団健診の実施（平成27年10月～） 未受診者の多い地域において、北海道支部主催の集団健診を開催する。</p> <p>【R3 進捗状況】</p> <ul style="list-style-type: none"> 前年度は、新型コロナウイルス感染拡大により事業規模の縮小を余儀なくされたため、令和3年度においては、引き続き万全の感染防止対策を行ったうえで日数・開催地区ともに規模の拡大を図るため、事前に対応可能と想定される健診機関に対し、重点的に集団健診業務の受託を働きかける等、委託機関の増加を図った結果、前年度までの1機関から2機関による運用が実現し、実施体制の強化が図られた。 また、本年度は、利用者の受診機会の最大化も図るため、8月～10月上旬、10月中旬～12月上旬、12月中旬～3月の3クール制（開催地区66地区、開催日数161日）にて実施予定である。なお、昨年までと同様に、全会場で特定保健指導を同時実施する。 確保済の会場（札幌・旭川）について、加入者に対する開催案内後に、急遽、新型コロナウイルス感染症のワクチン接種会場となったケースが発生し、代替会場の確保に苦慮した。したがって、今後は、一定数の代替会場をあらかじめリストアップする等、リスクマネジメントの徹底を図る。 平成27年度より開始している本事業は、被扶養者の特定健診受診者の約4割を占める極めて重要な事業に発展した。次年度以降においても、更に訴求力のあるダイレクトメールを作成するほか、効果的な開催場所等に関する検討を進めていく。 	<p>42,657千円</p>

【参考】 集団健診案内リーフレット案（一部抜粋）

令和3年度 協会けんぽの被扶養者の皆さまへ

協会けんぽ主催 **「無料集団健診」** を今年度も開催します!

令和3年8月2日(月)～令和3年10月8日(金)開催

※令和3年10月9日以降の開催についてはあらかじめ開催地区の対象となる方にお知らせを送付します。

生活習慣病予防の第一歩!!
気軽に、お得に、お近くで、
ご自身の健康リスクを
今年もチェック!



特定健診 & **血管年齢測定**
の特典付

パンフレットの会場・日時で受診者全員に

人数の枠に限り有
完全予約制
先着順

★ 新型コロナウイルスに関するお知らせ ★

健診会場における3密を避けるためソーシャルディスタンスを保つように設置しておりますが、来場者の皆様の感染症対策(体調管理・マスク着用等)につきましてもご協力をお願いいたします。

健診で毎年ご自身の体の状態をチェックし、健診結果をもとに生活習慣の改善や基礎疾患の治療に取り組むことは、新型コロナウイルス感染症の重症化リスク軽減にもつながります。今年も体調管理・マスク着用等の対策と、健診結果をふまえた生活習慣の改善・医療機関受診で、新型コロナウイルス感染症対策につとめましょう!

問い合わせ先

無料集団健診の申し込み・実施時間
検査内容(オプション検査含む)等
健診実施機関



TEL 011-218-1655 受付時間 午前9時～午後4時

※土日祝、お盆休み8/9～13を除く

特定健診・その他 受診券の再発行等

委託者

全国健康保険協会 北海道支部
協会けんぽ

TEL 011-726-0361 受付時間 午前8時30分～午後5時15分

※土日祝を除く

生活習慣病予防の第一歩!!無料集団健診のお知らせです。
気軽にお得に、お近くの会場で今年も健康リスクをチェック!



特定健診受診当日に申込み可能な有料オプション検査もご用意しております。
※大腸がん検査のみ事前予約が必要です。申込書(はがき)の大腸がん検査欄の「希望する」にチェックをお願いいたします。

- ◎対象者:健診受診年度に40～74歳のご家族様(被扶養者)
※保険証に「被扶養者」と印字されている方が対象です。「被保険者」と印字されている場合は「生活習慣病予防健診」の対象となりますので、お勤め先にご確認ください。
- ◎受診費用:このパンフレットの各会場・日時の場合 0円(令和3年4月1日～令和4年3月31日でお一人様一回限り)
※パンフレットの各会場・日時以外で受診される場合は、お手数ですが受診費用等について受診する健診実施機関にご確認下さい。
- ◎当日お持ちいただくもの:保険証・受診券(セット券)・問診票等(予約完了の後、健診実施機関から送付されます)

新型コロナウイルス感染症の重症化リスクの一因として、高血圧・糖尿病等の基礎疾患が挙げられています。

特定健診(今回の無料集団健診含む)では、血圧の状態・糖尿病の可能性・血液中の脂質の状態・肝機能の状態・腎機能の状態などを調べることができます。

毎年ご自身の健康リスクを確認するためにも、無料でお手軽に受診できるこの機会にぜひ、特定健診を受診しましょう!!

【参考】 集団健診案内リーフレット案（一部抜粋）

完全予約制！先着順となりますので、まずは申込みを！

締切厳守

【申込み】受診日の3週間前必着

次ページ（健診スケジュール）下のはがきに必要な事項を記載し、郵便ポストへ投函。

【予約完了】受診日の1週間前頃

予約が完了すると、健診実施機関から健診のご案内等が送付されます。

【健診当日】

協会けんぽの保険証（水色）、受診券（セット券）、問診票、検尿容器等を必ず持参してください。

※健診受診の10時間前から食事はできませんのでご注意ください。

当日に判定される健診結果により、生活習慣病発生の発病リスクがある方と判定された場合は、特定保健指導（健康サポート）を受けることができます。各健診会場にてすぐにご案内いたしますので、ぜひご利用ください！



特定健康診査受診券（セット券）	
年月日交付	
協会けんぽ番号 被保険者の住所及び番号 被保険者番号	備考
フリガナ 姓 氏 名 性別 生年月日	見本
住所 〒 <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/>	
健康診査 健康診査センター 特別健診（特定健診） 特別健診（特別健診） その他（健康診査・健診） その他（健康診査・健診）	
保険者所在地 健康増進事業所 健康増進センター 健康増進センター	
健康増進センター 〒 <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/>	
健康増進センター 〒 <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/>	
健康増進センター 〒 <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/>	
健康増進センター 〒 <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/>	
健康増進センター 〒 <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/>	
健康増進センター 〒 <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/>	
健康増進センター 〒 <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/>	
健康増進センター 〒 <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/>	
健康増進センター 〒 <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/>	

当日は保険証と、受診券（セット券）が必要です

●「受診券（セット券）」は4月以降、順次、協会けんぽからご自宅（被保険者様の登録住所）宛に送付しております。（黄色の窓あき封筒で発送しております。）

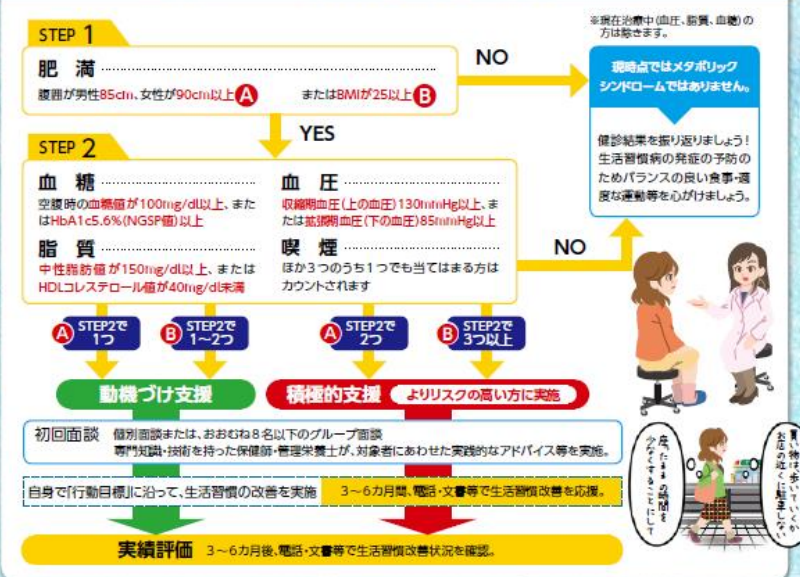
●受診券（セット券）紛失の際は当パンフレット掲載の『令和3年度協会けんぽ主催「無料集団健診」申込書兼受診券申請書』のはがきの「再発行希望」のにチェックをいれてください。

●はがきの提出から3～4週間前後で受診券（セット券）をはがきに記入いただいたご住所あてに送付します。

※特定健診の費用が補助されるのは、4月から翌年3月までの間で1回のみです。令和3年4月以降に特定健診受診済で、今回ご案内の特定健診も受診された場合は、健診費用を後日ご請求させていただきます。

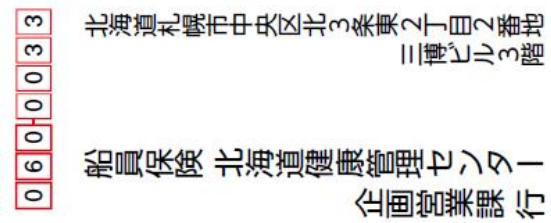
健診結果により生活習慣病発生の発病リスクがある方と判定された場合は、保健師による**健康サポート（特定保健指導）**を受けることができます。
当日の健診結果で対象になった方は、各健診会場にてすぐにご案内いたしますので、ぜひご利用ください！
（当日に判定される項目以外で、対象になった方につきましては、後日、特定保健指導利用券をお送りいたします。）

健康サポート（特定保健指導）の流れ



【健診申込み簡単5ステップ】

- ① はがきに切手を貼る
 - ② 必要事項を記入
 - ③ はがきを切り取る
 - ④ 個人情報保護シールを貼る
 - ⑤ はがきを郵便ポストへ投函
- ※記入誤りや記入漏れがないよう再度ご確認ください
- ※切手の貼り忘れにご注意ください



お手紙で切手を貼って出してほしい（必ず）

令和4年度も継続実施を予定している事業

■ 重症化予防関係

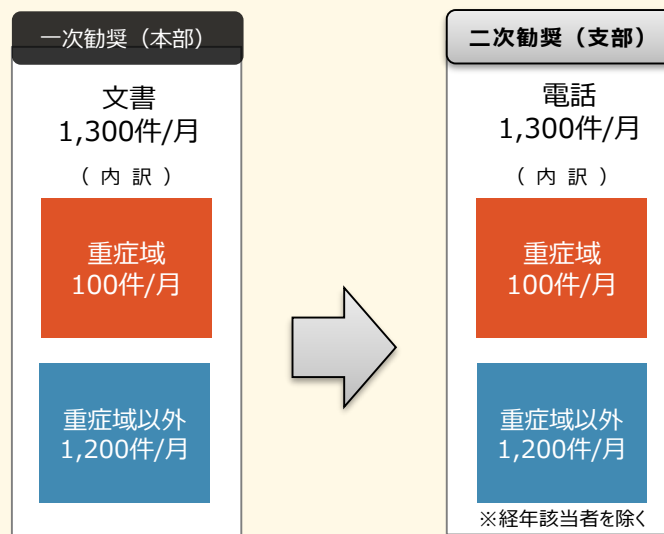
事業名及び事業概要	令和3年度予算額
<p>8. 未治療者に対する受診勧奨（平成29年4月～）</p> <p>健診結果（血圧値又は血糖値）から要治療と判定されながら、健診受診前1か月及び健診受診後3か月以内に医療機関へ受診していない治療放置者に対し受診勧奨を行う。</p> <p>【R3 進捗状況】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 昨年度に引き続き、本部で毎月発送する文書勧奨（1,300件/月）の後、重症域にある加入者に加え、重症域以外の加入者（経年該当者を除く）に対する電話勧奨を外部委託により実施している。 ・ 本年度においては、対象者が勤務する事業所への案内文書送付後に、対象者本人への電話（勤務先または自宅）による後追い勧奨を7月末時点で2,821件へ実施した。 ・ 勧奨の手法として、生活習慣病予防健診受診後、可能な限り早期に受診勧奨を行うことが、未治療者の減少に直結すると考えられるが、現行の方式では健診受診から勧奨までに半年を要することから、より一層迅速な対応とするため、実施方法の見直しを検討する。 	<p>36,520千円</p>

< 対象者選定までの流れ >

4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月
健診受診	この間に通院 (健診受診後3か月以内)			医療機関からのレセプトにより治療状況を確認。 (レセプトの内容が確認できるのは診療月の3か月後)			治療が確認できなかった対象者に対して勧奨文書を送付

現行の方式では、通院期間及び通院履歴の確認で、勧奨までに半年の期間が必要である。したがって、可能な限り早期に勧奨することで、未治療者の減少につなげる。

< 勧奨方法 >



令和4年度も継続実施を予定している事業

■ 健康事業所宣言関係

事業名及び事業概要	令和3年度予算額
<p>9. 事業所カルテを活用した宣言勸奨（令和元年10月～）</p> <p>宣言事業所に対する特典として提供している「事業所カルテ」及び令和2年度に新たに作成した「リスクスコアレポート」を活用した宣言勸奨を行う。</p> <p>【R3 進捗状況】</p> <ul style="list-style-type: none">事業所カルテの作成要件（協会けんぽで健診結果を把握している被保険者が11人以上）を満たす約6,000事業所に対し、本年10月15日に文書勸奨（事業所カルテを同封）を実施するほか、文書勸奨から一定期間経過後、電話による宣言勸奨（後追い勸奨）を実施する予定。次年度においては、本年度の実施結果を踏まえ、事業所カルテの改善のほか、更に訴求力のあるトークフローの構築等に向けた検討を進めていく。	2,795千円
<p>10. 行政等との連名による宣言勸奨（令和元年9月～）</p> <p>事業所カルテを活用した宣言勸奨を行えない事業所（協会けんぽで健診結果を把握している被保険者が10人以下の事業所）についても、訴求力のある宣言勸奨を行うべく、行政等との連名（健康事業所宣言は官民一体で取り組んでいることを訴求）による宣言勸奨を実施する。</p> <p>【R3 進捗状況】</p> <ul style="list-style-type: none">40歳以上の被保険者が一定数以上在籍する約15,000事業所に対し、北海道経済産業局・北海道・札幌市・旭川市・岩見沢市・江別市・北海道商工会議所連合会・北海道商工会連合会・北海道中小企業団体中央会との連名による勸奨文書を本年9月27日に発送予定しているほか、文書勸奨から一定期間経過後、電話による宣言勸奨（後追い勸奨）を実施する予定。次年度においては、本年度の実施結果を踏まえ、更に訴求力のある勸奨文書やトークフローの構築に向けた検討を進めていく。	3,547千円

【参考】事業所カルテ (※一部抜粋)

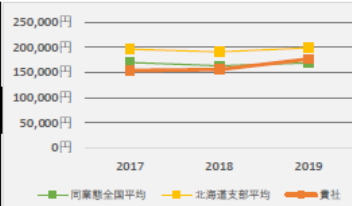
1. 医療費等の状況

(※) 貴社の平均被保険者数が10名未満の場合、各項目とも同規模の事業所の平均値を表示しております。(当該年度に適用事業所ではなかった場合も同様)

1人当たり医療費

対象：全被保険者

被保険者1人当たり医療費			
	2017	2018	2019
貴社	154,097円	155,595円	176,639円
北海道平均	196,232円	190,922円	199,052円
同業態国平均	169,795円	163,247円	169,028円



※ 医療費は年齢構成等の影響を受けます。単純に「医療費が高い=悪い」ということではありません。(1人当たり医療費240,000円/年以上の場合は“-”で表示しています)



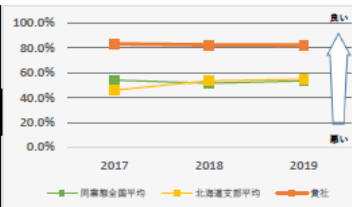
北海道は、他都府県と比較して医療費の高い地域です。その中で、生活習慣病は医療費に大きな影響を与えており、その多くは、メタボリックシンドロームが原因であるといわれています。メタボリックシンドロームは、日常生活の中で適度な運動、バランスの取れた食生活、禁煙を実践することによって予防することができるものです。日ごろの生活習慣の積み重ねが、健康づくりや健康寿命の延伸、医療費の適正化につながります。

2. 健診・特定保健指導の状況

(※) 貴社の健診データ数が10名未満の場合、以下の各項目とも健診データ10名未満の事業所の平均値を表示しております。

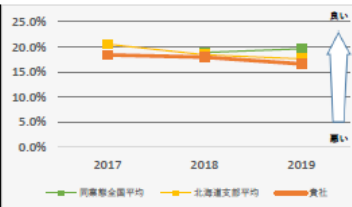
健診の実施状況

特定健診（生活習慣病予防健診及び事業者健診）受診率			
	2017	2018	2019
貴社	83.3%	82.5%	82.3%
北海道支部平均	45.9%	53.6%	54.7%
同業態国平均		51.5%	53.5%



北海道支部の特定健診受診率は全国42位です(全国平均52.6%)
引き続き、①生活習慣病予防健診の利用 ②健診データの提供 についてご協力をお願いいたします

ご家族（被扶養者）の健診受診率			
	2017	2018	2019
貴社	18.4%	17.9%	16.6%
北海道支部平均	20.5%	18.4%	17.6%
同業態国平均		18.9%	19.6%

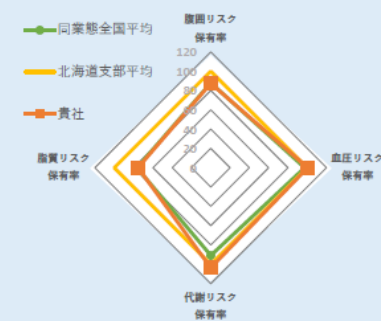


☑ 従業員さまを支えるご家族様の健康のために、協会げんぱの健診をぜひお勤めください

3. 生活習慣病リスク保有者の割合及び生活習慣要改善者の割合

生活習慣病リスク保有者の割合

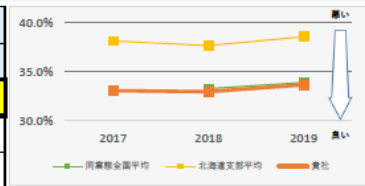
(※) 貴社の健診データ数が10名未満の場合、以下の各項目とも健診データ10名未満の事業所の平均値を表示しております。



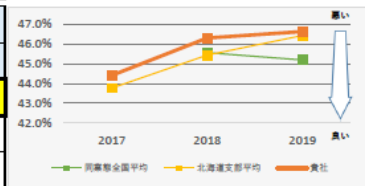
割合は小さい方が良い状態です。

「支部内（都道府県内）の事業所の平均」を100とした場合の御社の相対的な立ち位置(相対値)を示しております。各リスクの判定基準は3ページの図をご参照ください。

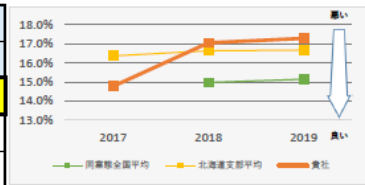
腹囲リスク保有率			
	2017	2018	2019
貴社	33.1%	33.0%	33.7%
北海道支部平均	38.2%	37.7%	38.6%
同業態国平均		33.3%	33.9%



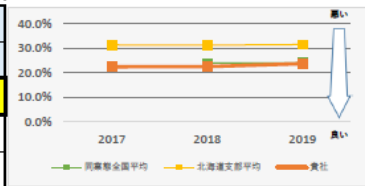
血圧リスク保有率			
	2017	2018	2019
貴社	44.4%	46.3%	46.6%
北海道支部平均	43.8%	45.4%	46.4%
同業態国平均		45.6%	45.2%



代謝(血糖)リスク保有率			
	2017	2018	2019
貴社	14.8%	17.0%	17.3%
北海道支部平均	16.4%	16.6%	16.7%
同業態国平均		15.0%	15.1%



脂質リスク保有率			
	2017	2018	2019
貴社	22.5%	22.6%	23.8%
北海道支部平均	31.4%	31.3%	31.5%
同業態国平均		24.0%	24.1%



【参考】リスクスコアレポート (※一部抜粋)

事業所名 株式会社 きょうかいけんぽ 様

従業員の健康に関する リスクスコアレポート RISK SCORE REPORT



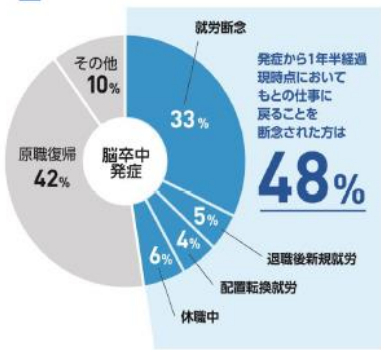
日頃から、協会けんぽの事業運営にご協力いただきありがとうございます。
この度、貴社従業員の皆さまの健康度に関する分析を行い、疾病の発症リスクを
「見える化」いたしましたので、従業員の皆さまの健康管理の参考として
ご活用いただけましたら幸いです。

全国健康保険協会 北海道支部
協会けんぽ

従業員が疾病を発症した時、職場へのインパクトは？

脳卒中は約 **50%** が職場復帰を断念

循環器系疾患の職場復帰は平均約 **200日**



【出典】脳卒中患者の復職支援事業報告書(厚生労働省委託事業)

心疾患や脳血管疾患をはじめとする、
循環器系の疾患での平均休業日数は
195日以上 ※
さらに、リハビリなどで 発症前と同様の
職場復帰には数か月かかることもあります。

●職場復帰までの例



※出典令和元年健康増進計画(厚生労働省委託事業)

健康診断から算出した、貴社の従業員皆さまの「発症リスク」を裏面でご確認ください。

株式会社 きょうかいけんぽ 様の

従業員の皆さまの健康診断から予測した3年以内の疾病発症リスク

	疾病発症リスクが高い方の人数	生活習慣を改善した場合の人数
糖尿病	33人	10名未満
高血圧	27人	17人
脂質異常症	38人	14人
脳梗塞	46人	10人
虚血性心疾患	42人	10名未満

- 結果についてはあくまで統計による算出であり、必ず発症するというものではありません。
- 協会けんぽへ提供された2019年4月～2020年3月までの健診結果データ(生活習慣病予防健診、事業者健診)に基づき、株式会社データホライズンの分析サービス「未知する」※を用いて疾病発症リスクを算出しております。
※「未知する」とは約30万人の健診結果データとセプトデータをもとに開発した、現在の健診値・問診結果から統計的に疾病発症確率を算出するロジックです。
- 2020年7月末時点で被保険者である方を対象としています。
- 「疾病発症リスクが高い方の人数」とは被保険者のうち、同性・同年代健康な人と比べて疾病発症率が1.1倍以上の方の人数を記載しております。(既往歴のある方、治療中の方は除く。)
- 「生活習慣を改善した場合の人数」とは、問診項目(喫煙、運動習慣等)を適正な値に置き換えた場合の疾病発症率が1.1倍以上の方の人数を記載しております。
- 個人の特定を避けるため、各項目で10名未満となる場合は「10名未満」として表示しております。

協会けんぽと一緒に従業員の健康を守りましょう!

喫煙者がいる事業主さまへ

一人で頑張らなくても
いいと伝えましょう



健康診断と特定保健指導

労働災害の防止ひいては
企業の生産性向上に



条件を満たせば健康保険で禁煙治療を受けられることを伝えて、
貴事業所の周囲へのリスクを軽減しましょう。

健康診断と特定保健指導は従業員の健やかな生活のみならず、
事業主様にとって非常に大きな役割を果たします。

全国健康保険協会 北海道支部
協会けんぽ

<http://www.kyoukaikenpo.or.jp/>

〒060-8524
札幌市北区北7条西4丁目3-1新北海道ビル4階
TEL(011)726-0352(代表)

北海道支部はTwitterでお役立ち情報をお届けしています!右の二次元コードから、ぜひご覧ください。



令和4年度も継続実施を予定している事業

■ 健康事業所宣言関係

事業名及び事業概要	令和3年度予算額
<p>11. 健康づくりに関する取組事例集の作成（平成30年12月～） 宣言事業所の健康づくりに関する取組事例（好事例）を収集し、宣言事業所の特典として配付する。</p> <p>【R3 進捗状況】</p> <ul style="list-style-type: none"> 令和2年8月に実施した「取組事例集の評価や活用方法等に関するアンケート調査結果」を踏まえ、令和4年度中に第5版を作成する。 次年度以降は、これまでの5冊を集約し、スリム化する等、今後の作成・配付方法の検討を行う。 <p>※上記アンケート調査結果を活用した直近の実績として、令和3年3月に完成させた第4版（31社の取組事例を掲載）には、特にオーダーが多かった感染症対策の項目を新たに追加</p>	<p>1,798千円</p>
<p>12. 健康経営セミナーの開催（令和元年10月～） 健康経営の普及促進、宣言事業所のフォローアップを目的として健康経営セミナーを開催する。</p> <p>【R3 進捗状況】</p> <ul style="list-style-type: none"> 令和3年6月に明治安田生命保険相互会社と共催で健康経営オンラインセミナーを開催した。なお、参加した65社に対するアンケート調査によると、「有意義な機会であった」との回答が85%を占め、好評をいただいた。 下期においては、11月～12月頃の開催を予定しているが、開催方法（WEB、集合）については、直近の新型コロナウイルス感染拡大状況を踏まえ決定する。なお、本セミナーについては、健康経営の普及促進に向けた連携協定を締結している企業との共催を予定している。 	<p style="text-align: center;">602千円</p> <p style="font-size: small;">※案内リーフレット作成費用のみ計上（講師謝金やオンラインセミナーの環境整備に要する費用は共催先が予算措置）</p>

【参考】取組事例集（第4版）

セミナーリーフレット（明治安田）

健康事業所宣言

取組事例集[第4版]

健康経営優良法人 2021 認定

道南いさりび鉄道株式会社

所在地 〒040-0063 函館市若松町12番5号
創立 2014(平成26)年8月
事業内容 鉄道業
従業員数 105名



毎朝、社員全員で鉄道体操を実施、運動不足の解消に務めています

特定保健指導の利用について、工夫していること、利用して良かったこと

- 健診当日の特定保健指導を利用し、1日で健診と面談が済むようにしています。
- 利用後は生活習慣が改善され、健康に対する意識の変化がありました。

健診で再検査が必要になった方への対応

- 再検査を受けやすいように、勤務免除等の調整をしています。
- 受診結果を文書で提出してもらい、産業医にも確認してもらっています。

喫煙対策

- 屋内は禁煙のため、喫煙所の場所(屋外)を就業場所から隔らせています。

感染症対策

- 飛沫防止のためのパーテーションを設置しています。机の隣、向かい、会議室もパーテーションで仕切っています。
- 出入口にアルコール消毒液を設置し、手の消毒を推奨しています。
- インフルエンザ予防接種の費用を一部助成しています。
- 事務室内の換気のため10時、13時、15時にそれぞれ5分窓を開けています。
- 北海道発行の感染リスクに関するポスター等を事務所内に掲示し、注意喚起しています。

メンタルヘルス対策

- 毎週水曜日をノー残業デーに設定して定時退社に努めています。
- 社員が必要に応じて産業医との面談ができるようにしています。

アピールポイント

- 毎朝全員で鉄道体操を実施しています。

「健康プラン」の取り組み/工夫

生活習慣改善の推進▶ メタボ対象者、及びその予備軍の方に対して、産業医からアドバイスしてもらっています。

メンタルヘルス対策▶ ノー残業デーの設定、産業医との面談をしています。

- 安全衛生委員会等で各課から出た課題を確認し、取り組みの推進を図っています。

明治安田生命 × 全国健康保険協会 北海道支部
※明治安田生命は全国健康保険協会北海道支部と健康経営の普及促進を図るための連携協定を締結しております

経営者・人事労務担当におけるオンラインセミナー 中堅中小企業の人材戦略 “健康経営”

開催日時
2021 (火)
6/29
14:00-15:30

開催概要

- 参加費 無料
- 定員 150名
- 参加方法 Teams (ビデオ会議システム)

※視聴にあたり発生する通信料等は視聴者負担となります
 ※スマートフォンで参加する場合は、事前にMicrosoft Teams のアプリケーションをダウンロードする必要があります

「従業員の満足度の向上」「生産性の向上」など企業が抱える様々な経営課題の解決策として、いま、“健康経営”が注目されています。本セミナーでは、健康経営の認定をめざす企業、取組みを迷っている企業のみならず、具体的な取組事例等をご紹介します。

【第一部】「育成」 健康経営とは **超高齢社会における「健康経営」のススメ**

- 健康経営を推進する意義・背景等について
- 北海道民の医療費の現状について
- 協会けんぽの健康事業所宣言について

・健康事業所宣言の概要、実施方法、宣言によるメリットなど

超高齢社会においては、従業員が「健康で長く働いてもらえる」環境づくりが必要です。本セミナーでは、近年、国や保険者が健康経営の普及促進を進めている背景、健康経営の実践によるメリットのほか、企業のみならず健康経営を円滑に実践するにあたって、協会けんぽがご用意している支援メニュー（従業員の健康づくり、宣言事業所への特典）について、お伝えします。

《講師》 全国健康保険協会北海道支部
 企画総務部 参事 / 健康経営アドバイザー 國本 要 氏

【第二部】「確保・定着」 申請直前対策 **「健康経営優良法人」認定取得のポイント**

- 健康経営優良法人認定制度のしくみ
- 主な評価項目における取組ポイント
 - ・組織体制・具体的な目標の設定・健康経営の評価・改善など
- 各社の取組事例

「技術者がいつまでも元気に働ける職場づくりが必要」、「新しい人材をもっと確保したい」など中堅中小企業が抱えている課題を解決する鍵は「健康経営」にあります。全国に広まりつつある「健康経営」の基礎知識やそのメリットをはじめ、国・自治体からの公的認定制度のしくみ、今年の認定取得に向けたポイントまで幅広くお伝えします。

《講師》

 一般財団法人 明治安田健康開発財団 健康経営支援センター GM 嶋 智史 氏

※「健康経営®」はNPO法人、健康経営研究会の登録商標です

令和4年度も継続実施を予定している事業

■データヘルス関係（喫煙率の減少）

事業名及び事業概要	令和3年度予算額
<p>13. リスクスコアを活用した喫煙者に対する個別通知の送付（令和元年12月～） 喫煙者に対し「タバコの有害性や具体的な禁煙方法」に関する通知を行い、能動的な禁煙を啓発する。</p> <p>【R3 進捗状況】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 昨年度と同様に「タバコの有害性や具体的な禁煙方法」のほか、「自分ごと化」に繋げるため、リスクスコア（疾病発症確率）を活用し、禁煙した場合の脳卒中及び心筋梗塞の発症率がどの程度低下するかに関するオーダーメイド型通知を送付する。 ・ なお、本年度は、男女別に通知デザインを分けることによって、訴求力を向上させるほか、その通知効果を最大限発揮させるため、対象者の男女比を可能な限り5:5とする。 	12,219千円
<p>14. 医師による簡易禁煙指導（平成30年8月～） 生活習慣病予防健診の診察・問診の機会を活用し、医師による簡易禁煙指導を実施する。</p> <p>【R3 進捗状況】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 本年度も25,000人への指導完了を目標とし、生活習慣病予防健診を実施する211機関のうち、41機関と委託契約を締結した。なお、本年7月末現在で9,921人に対する指導を実施済み。 ※実績 9,921人／7月末目標 8,332人（達成率119.0%） ・ 指導を受けた対象者から回収しているアンケート結果（医師からの指導が参考になったか等）によると、対象者の満足度について、健診機関ごとに若干の差が生じていたことから、その結果をフィードバック（委託機関全体における満足度の平均値との差を認識させる）することによって、取組の質の向上を図った。 ・ 下期においては、引き続き各機関の進捗管理を徹底するほか、より効果的な業務運用に向けた課題解消にかかる支援（好事例の横展開等）を実施していく。また、今後の進捗状況を踏まえ、実施機関の追加募集も検討する。 	13,125千円
<p>15. 社員のための禁煙推進セミナーの開催（令和2年12月～） 分煙・禁煙対策の現状とタバコの有害性について知見を有する有識者を講師にお招きし、「社員のための禁煙推進」をテーマとしたセミナーを開催する。</p> <p>【R3 進捗状況】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 本年12月頃の開催を予定しているが、開催方法（WEB、集合）については、直近の新型コロナウイルスの感染拡大状況を踏まえ、決定する。 ・ なお、本セミナーについては、北海道民の健康づくりに向けた連携協定を締結している企業との共催を予定している。 	602千円 <small>※案内リーフレット作成費用のみ計上（講師謝金やオンラインセミナーの環境整備に要する費用は共催先が予算措置）</small>

【参考】禁煙勸奨通知案

〒060-8524
札幌市中央区北5条4丁目3-1
新北海道ビル4階

お問い合わせ番号：999-999-999

北海 太郎 様
J-shim*****

いつも協会けんぽの専業にご理解・ご協力いただきありがとうございます。
このお知らせは2019年4月-2020年10月までの健診結果に基づき、「喫煙」していると回答された方にお届けしています。
喫煙を続けることで血管の老化を進行させ、脳卒中や心筋梗塞のリスクを高めます。
この機会に禁煙に向けた検討をお願いします。

すでに禁煙された方、また禁煙中の方におかれましては、行き違いとなりましたことをご容赦願います。

全国健康保険協会 北海道支部
協会けんぽ
電話番号 011-726-0352

「自力」よりも確実。あなたに合った禁煙方法を選ぼう!

お医者さんと一緒に禁煙 禁煙外来
自力での禁煙と比べて成功率 **約3~4倍**

禁煙外来で禁煙すること……
● 処方薬によって禁煙効果を高められ、喫煙しても多く吸いがいし（吸じられなくなります）。
● 禁煙外来で治療を受けられます（禁煙外来ではお薬が安いです）。

期間 12週間で5回受診
費用 13,000円～20,000円
(自己負担分の場合)

こんな人におすすめ
● 喫煙歴が長い人
● 過去に禁煙したことが禁煙外来でなかった人
● 禁煙にあまり興味を持って医師の相談も必要とする人

より気軽に始められる 禁煙補助剤
自力での禁煙と比べて成功率 **約1.6倍**

禁煙補助剤(ニコチンパッチ・ガム)で禁煙すること……
● 薬箱・ドラッグストアで購入できる手軽です。
● 「今やめようかな」と思ったときに気軽に始められます。

期間 6週間
費用 21,000円
(ニコチンパッチを個人で購入した場合、詳しくは薬剤師にご相談ください)

禁煙は、いつからでも、何度でもチャレンジできる「健康」への第一歩。
まずは「今日1日、吸わないでみよう」から始めてみませんか？
このお知らせがそのきっかけになれば幸いです。

禁煙外来で受けられる
100%の禁煙率、禁煙外来
のメリットはこちら

男性

突然ですが、
こんな不調は
ありませんか？

タンが絡む
すぐ息が切れる
風のイガイガ
風邪を引きやすい

疲れやすい

思い当たるものが、1つくらいはあるのでは？
もしかすると、その原因は**タバコ**かもしれません。
禁煙によって、これらの不調を改善させることができます。

>詳しくは中面をご覧ください

喫煙のデメリット
ほかにもあるんです…

喫煙は、あなたの血管を老化させ、入眠を促さなくされたり、余りかかわる病気の発症率を上昇させます。あなたの血管年齢および、あなたと同性・同世代の喫煙者を「1」としたときの、病気の発症率を出していると……

あなたの血管年齢は… **70歳** (+20歳)

動脈硬化が進行することで、心筋梗塞や脳卒中をはじめとした循環器病の発症リスクが上昇します。

あなたが脳卒中になるリスクは… (今後10年間の発症率)

非喫煙者の約 **10.0倍** 禁煙すると約**5.0倍**に低下

脳の動脈硬化が進み、血管が詰まることで脳出血やくも膜下出血を発生します。
発生した場所や程度により麻痺や意識障害が起こります。

脳卒中(脳出血)で入院すると
【入院】約**78日**間 (平均入院日数) 【費用】約**225万円** (1日あたり平均医療費1000円/日)

あなたが心筋梗塞になるリスクは… (今後10年間の発症率)

非喫煙者の約 **5.0倍** 禁煙すると約**2.5倍**に低下

心筋の動脈硬化が進み、血管が完全に詰まってしまうと、血流が止まり心筋梗塞を発生します。
心筋が壊死すると発症することはありません。

急性心筋梗塞で入院すると
【入院】約**19日**間 (平均入院日数) 【費用】約**178万円** (1日あたり平均医療費1000円/日)

禁煙 + 食習慣・運動習慣の改善で、
脳卒中や心筋梗塞のリスクをより減らすことができます

禁煙後 2週間～3か月で
血流が回復し、肌の老化の進行が抑えられ、顔色が良くなり、肌の乾燥やしみも改善します。

禁煙後 1年～3か月で
せきやたんが出なくなる、息切れがなくなるといった、呼吸機能の改善がみられます。スタミナが衰り、風邪を引きにくくなります。

禁煙後 1年～数年で
脳や心臓の血管が詰まることによる起こる病気(心筋梗塞や脳卒中)のリスクが、喫煙時と比べて大きく下がります。

禁煙後 1年～10年で
さまざまな病気になるリスクが非喫煙者と同じレベルに近づき、胃がん、口腔がんなど、種々のがんのリスクも低下します。

3. 令和4年度新規実施事業案

令和4年度新規実施事業案

- パイロット事業及び支部調査研究事業については、「保険者機能強化アクションプラン（第5期）」において、支部事業の独自性を高めるため、令和元年度に新設した支部保険者機能強化予算との関係性を含め、パイロット事業及び支部調査研究事業の位置付けや仕組みを整理し、新たな枠組み（本部にて推奨テーマを設定し募集をかけることや、全国展開前に複数支部で事業を行い、実施方法等を定めるなど）により実施するとされた。
- したがって、パイロット事業及び支部調査研究事業の令和3年度の新規募集（令和4年度事業）は休止となるが、保険者機能強化予算を活用した支部独自事業として、現時点において、次のとおり新たな取り組みを検討している。

事業名及び事業概要

花粉症等治療者に対するOTC医薬品利用促進通知書の送付【新規】

- ・ 一定の条件（直近1年間で、花粉症治療薬の処方を受けており、かつ処方された薬剤は1剤のみ等）を満たす加入者（10,000人を上限）に対し、OTC医薬品のメリット等に関する通知書を送付することによって、行動変容（OTC医薬品への変更）を促す。
- ・ なお、花粉症等治療に要する医療費については、一般的な事例として流行期に2回受診した場合、10,910円※にも及ぶほか、本通知対象者がすぐに行動変容をした（OTC医薬品に変更）場合の短期的なアウトカムが期待できる。

※【例】初診料288点または再診料73点+処方箋68点+アレグラ60mg52.5円/錠×1日2回×14日分で計算した総医療費）×2回受診

新規適用事業所に対する保健事業のご案内（支部保健事業の内容を一本化したリーフレットの作成及び電話による受診等勧奨）【新規】

- ・ 生活習慣病予防健診の受診（定期健康診査からがん検診付きの生活習慣病予防健診への切替勧奨を含む）、特定保健指導の受入れ、健康保険委員の登録、健康事業所宣言等、事業主に取組をお願いした保健事業は多岐に渡っているが、これまでは取組単位でご案内を行っていたため、訴求力や効率性等に課題があった。
- ・ 本事業は、支部保健事業の内容を一本化したリーフレットを新たに作成（配付）するほか、リーフレットの送付から一定期間経過後に、電話による説明（勧奨）を実施するもの。
- ・ なお、リーフレットの作成にあたっては、「支部保健事業は、事業主及び加入者の健康度の向上に必要不可欠なツールである」ことを最大限訴求するほか、各取組の関連性を解説する等、「受け手（事業主）が支部保健事業の全体をスムーズに理解できる」ことに力点を置く。

4. 各支部が実施中（又は実施予定）の事業

（令和3年3月17日開催「第110回運営委員会」提出資料より抜粋）

令和3年度 支部保険者機能強化予算について

1. 令和3年度 支部保険者機能強化予算の概要

令和3年度の支部医療費適正化等予算は約7.9億円、支部保健事業予算は約39.0億円となる見込み。

当該予算の全体像及び主な取組内容等については、下表のとおり。

【支部医療費適正化等予算】

分野	区分	主な取組内容	取組件数	支部数	所要見込額
医療費適正化対策経費	企画部門関係	○ジェネリック医薬品の使用促進(79件) ○適正受診対策(45件) ○医療費分析(8件)	132 件	44 支部	2.4 億円
	業務部門関係	○医療機関事務担当者説明会等の開催(6件) ○債権回収強化の取組(2件) ○外国人対応(2件) ○保険証返納勧奨文書の事業所等への配布(1件) ○第三者行為の届出の勧奨(1件) ○負傷原因届の医療機関窓口設置(1件) ○各種勧奨業務委託(4件) ○広報(チラシ・リーフレット)作成送付(6件) ○データ分析による加入者への周知(1件)	24 件	20 支部	0.1 億円
広報・意見発信経費	紙媒体による広報	○納入告知書に同封するチラシ、各種パンフレットやポスターなど(47件)	—	47 支部	2.4 億円
	その他の広報	○医療費適正化等全般の包括的な広報(86件) ○ジェネリック医薬品の使用促進に係る広報(30件) ○インセンティブ制度に係る広報(22件)	165 件	47 支部	3.0 億円
支部医療費適正化等予算 合計					7.9 億円

【支部保健事業予算関係】

分野	区分	主な取組内容	取組件数	支部数	所要見込額
健診経費	事業者健診の結果データの取得(外部委託分)	○外部委託による事業所へのデータ取得勸奨及びデータ入力(38件) ○事業者健診結果(紙媒体)のデータ入力委託(4件)	66 件	47 支部	5.7 億円
	集団健診	○オプション付き(骨密度測定等)集団健診の実施(23件) ○協会主催の集団健診の実施(18件) ○大型商業施設等における集団健診(5件)	77 件	47 支部	6.8 億円
	健診推進経費	(健診機関、業界団体、商工会議所等を対象として、健診の実施率向上や事業所健診データの早期提供等を図る取組に対して目標を達成した場合に支払う報奨金)	90 件	42 支部	3.2 億円
	健診受診勸奨等経費	○健診パンフレット・チラシの作成(58件) ○被扶養者の受診勸奨(55件) ○新規適用事業所等を対象とした健診案内(26件)	219 件	47 支部	5.5 億円
	その他				
保健指導経費	保健指導推進経費	(一定規模以上(健診受診者数1,000人以上)の特定保健指導実施機関を対象として、特定保健指導実施機関における特定保健指導実績の向上に向けた取組の動機づけとなるよう、特定保健指導実績に応じて支払う報奨金)	101 件	44 支部	0.7 億円
	保健指導利用勸奨経費	○電話や文書等での特定保健指導の利用勸奨(42件) ○チラシ等の広報物作成(9件) ○健診実施時における健康相談(3件)	69 件	38 支部	2.1 億円
	その他				

分野	区分	主な取組内容	取組件数	支部数	所要見込額
重症化予防事業 経費	未治療者 受診勧奨	○本部勧奨後、委託業者による電話や文書での勧奨(24件) ○本部勧奨後、支部単独による電話や文書での勧奨(17件) ○本部勧奨後、支部と委託業者等両者による電話や文書での勧奨(7件)	50 件	46 支部	3.5 億円
	重症化予防対策	○地域医師会や薬剤師会との連携による重症化プログラムの実施(16件) ○医療機関と連携した支部保健師による生活改善サポート(5件)	69 件	45 支部	2.3 億円
コラボヘルス事業 経費	コラボヘルス事業	○普及・促進のための事例集やパンフレット、チラシ作成(44件) ○研修会、セミナーの開催(40件) ○外部委託による宣言勧奨(11件)	151 件	47 支部	3.6 億円
	情報提供ツール	○事業所健康度診断(事業所カルテ)等の作成・提供、ツールの改修	19 件	19 支部	0.5 億円
その他の経費	その他の保健事業	○イベント・ブース出展(22件) ○広報関係(13件) ○健康意識啓発(13件) ○歯周病・う蝕対策・歯科健診(12件) ○喫煙対策(11件) ○健康講座・健康教室(9件) ○メタボ対策(6件)	117 件	44 支部	2.5 億円
	その他				0.04 億円
支部保健事業予算 合計					39.0 億円

支部保険者機能強化予算 合計					46.9 億円
----------------	--	--	--	--	---------

(注) 計数は四捨五入のため、一部、一致しないことがある。

2. 令和3年度に実施する支部保険者機能強化予算における取組例

北海道	件名	リスクスコアを活用した喫煙者に対する禁煙勧奨通知の送付
	概要	全国でも高位に位置する北海道支部被保険者の喫煙率を減少させるため、喫煙者に対して、健診結果を基にしたリスクスコアを活用したオーダーメイド型通知書（例：禁煙することにより、脳梗塞の発症確率が〇%低下する）を送付する。
宮城	件名	多剤・重複服薬に関する通知の送付による医療費適正化対策
	概要	複数の医療機関より6種類以上の内服薬が処方された患者を対象に、薬局や医療機関への相談を促す通知とお薬手帳ホルダーを送付することで、多剤投与や重複投与の防止を図るとともに、かかりつけ医・かかりつけ薬局を持つことや、ジェネリック医薬品の使用検討等についても啓発する。
大阪	件名	堺市における健康経営の推進
	概要	健康経営の推進に積極的な堺市をモデル地域とし、経済団体・行政と連携して管内の事業所に対してセミナーや広報などを実施することで、健康経営の推進を図る。その後、他市町村への横展開も実施する予定。
和歌山	件名	地域情報誌への広告掲載
	概要	県内4市（和歌山市・岩出市・海南市・紀の川市）エリア内にある約80%の幼稚園・保育園の園児に直接配布される地域情報誌の広告スペースを利用し、園児の親世代に対して、医療費適正化につながるような情報（ジェネリック医薬品・限度額適用認定証等）を発信し、行動変容を促す。
愛媛	件名	被保険者集合型健診会場案内
	概要	被保険者数が9名以下で、前年の生活習慣病予防健診受診率が0～30%と低調な事業所に対して、検診車保有の健診機関が実施する「被保険者集合型健診」の会場一覧（スケジュール）を、効果的なデザイン等を用いて圧着DM若しくは大判はがきで案内する。
鹿児島	件名	事業主を経由したジェネリック医薬品軽減額通知の促進
	概要	ジェネリック医薬品軽減額通知対象者が10名以上かつ切替人数0名の事業所（約2,000事業所）を対象に、個別に作成した事業所ごとの切替率等を示したレポートを送付する（切替率を比較するため、半数の1,000事業所にレポートを送付）。被保険者に対して発信力のある事業主を経由することで、ジェネリック医薬品への切替促進を図る。