

支部データヘルス計画について



香川支部データヘルス計画（平成27年度～平成29年度）

【上位目標】 香川県の血糖値の値をよくする

- 若い段階からリスク改善に努め、40歳代の血糖リスク保有者率が減少する。

健診受診者リスト40～49歳の空腹時血糖110mg/dl以上の者の割合（平成25年度8.9%）を1割減少させる。

【下位目標 1】 事業所の健康づくりへの関心が高まる

【具体策】

- ①健康宣言事業所を募集・支援を行い、取組み状況を紹介します
- ②県や各市町と協力連携を図り、健康づくり事業の推進を行います
- ③香川県の医療費や健診結果の特性を研修会やホームページ、納入告知書同封チラシ等を活用し、情報提供します。また、関係団体の機関紙へ広報を掲載いただけるよう働きかけます
- ④管内の1グループ企業の協力を得て、「歯周病と医療費の関係」、「歯周病治療による血糖値の変化」を検証します

香川支部の事業所健康づくり事業について（平成27年度）

「事業所まるごと健康づくり ～スモールチェンジで大変身～」実施要領

【目的】

事業主、従業員の皆様が健康づくりに取り組むことで、健康を保持・増進し、「事業所をまるごと元気にする」ことを目的としています。

【対象】

協会けんぽ加入事業所と従業員

【取組み内容及び期間】 事業所全体と、個人を対象としたものの2本立てです。

（1）事業所全体でチャレンジ内容を1つ宣言します。

- ・チャレンジ内容は毎日取り組むことができるものでなくてもよい
- ・30日間の期間中の実施でなくてもよい

例…社用車を禁煙にします，健康づくりの研修を開催します

- ・チャレンジシートを会社内に掲示する

（2）個人でチャレンジ内容を1つ設定します。

- ・チャレンジ内容は毎日取り組むことができるもの

例…ビールは糖質ゼロのものにする，毎食後、歯磨きをする

- ・取組み期間は30日間

【募集期間】

平成27年10月1日（木）～平成28年2月15日（月）

※期間中、エントリーは1回限りとする

【エントリー方法】

『事業所まるごと健康づくり』エントリーシートを、郵送またはFAXにて協会けんぽへ提出します。エントリーシートは協会けんぽ香川支部ホームページからダウンロードできます。

受付完了後、協会けんぽ担当者が、「説明書、チャレンジシート、アンケート、ポスター、返信用封筒」を持って事業所へ伺い、実施方法を事業所担当者に説明します。

※適用事業所単位でのエントリーを原則とするが、営業所や支店単位でのエントリーも可
※個人チャレンジの参加人数については、何名でも可

【チャレンジ報告】

30日間の個人チャレンジ終了後、事業所担当者は「チャレンジシート（個人用）」を回収し、「職場の健康づくりアンケート」を記入のうえ、協会けんぽ香川支部へ提出します。報告後、協会けんぽ担当者が集計を行い、各事業所の実施結果を作成し、事業所担当者へ報告します。

【表彰について】

30日間のチャレンジ（個人）に取組み、メンバー全員が15日以上目標達成できた場合に事業所に対して表彰状を贈呈します。

- 平成27年度下期より、事業主、従業員の皆様が健康づくりに取り組むことで、健康を保持・増進し、「事業所をまるごと元気にする」ことを目的として**事業スタート！**

『事業所まると健康づくり』 取組み事業所数・人数

「30事業所, 521名」のエントリーがありました。（平成28年2月15日で募集終了）



今回エントリーしてくれた30事業所については、香川支部と健康づくり取組み推進パートナーとしての関係を築いていく（継続的なアプローチ）

- ・ チャレンジ終了後の事業所に対し、意見交換を順次実施中
- ・ 取組み事例集を作成していく

『事業所まると健康づくり』 事業に対する事業所の声

【プラスな意見】

- ・ 保健師の勧めもあって、これを機会に取り組んでみようと思った
- ・ 入札のランク付の関係で、イベントをチェックして積極的に参加している
- ・ エクササイズポスターが欲しかった
- ・ 健康は大事だから、みんなが気軽に取り組めるような機会があればと思っていた
- ・ 社長に相談したら、みんなでやろうと言ってくれた

【マイナスな意見】

- ・ 現場直行の職員が多く、時間を決めて皆がそろって実施するのは難しい
- ・ 夜勤などあって、全体まとめては無理。施設が分かれていてまとめられない
- ・ みんな大人なので、健康管理は個人任せにしている
- ・ 事例のような取組みは既に行っているので、特に必要を感じていない

協会けんぽに対する支援・情報提供の要望

- ・ 同業態や中小企業の好事例を紹介してほしい
- ・ 職場の健康づくりに対する具体的なアドバイス
- ・ 保健指導対象者だけでなく、職場全体（希望者）で保健師に気軽に相談できる機会がほしい
- ・ 社内で掲示や回覧ができる健康づくりの情報（チラシ等）がほしい
- ・ ウォーキング講座（気軽にできるが、正しい歩き方を教えてほしい）
- ・ 個人のモチベーションを高める賞品系のインセンティブ
- ・ 健康づくりに取組む事業所へのインセンティブ
- ・ 個人が取組める健康プログラムの提供

『事業所まると健康づくり』事業についての反省点と課題

- 健康づくりの必要性、メリットがアピールできていない
→健康づくりに事業所として取組むメリットを分かりやすく説明する（健康経営の説明、成功事例紹介）
- 取組内容を事業所が自由に考えて決める必要があり、事業所任せとなってしまう
→運動、食事等、現状の健康づくり取組度チェックをしてもらい、弱点を克服する内容にする（チェックシート）
- 実施方法がアナログであり、インセンティブが支部長表彰とポスターのみで、事業所に対して、参加の意欲をかきたてるには不十分であった
→平成28年度に香川県と充実した事業所健康づくり事業を構築する（4月より作業部会にて協議）
- 事業主の顔が見えていない
→可能な限り、担当者レベルではなく事業主へ説明をし、トップダウンの力を借りたほうが推進、浸透しやすい。大規模事業所を中心に幹部が積極的に訪問をするなどの対策が必要

平成28年度に向けての展望

健康づくりを推進している関係機関と連携して事業展開することで事業主・加入者が健康づくりに取り組みやすい環境をつくれます。

健康経営の普及



- 健康経営セミナー: 事業主に健康づくりの重要性を啓発し、「健康経営」を普及
- 健康経営サポート事業: 事業所における健康づくりの実践 「健康経営宣言」

健康づくり推進 事業所の拡大

関連団体との連携

- 香川県: 健康づくり事業の共同展開
- 三団体(商工会議所連合会、商工会連合会、中小企業団体中央会): 事業所とつながりの深い経済団体を通じて健康経営の普及
- 高松市: 健康づくり事業の共同展開

民間企業とのコラボ

- 「健康経営」に賛同していただける事業所とのコラボを進めています

事業所における「健康経営」の導入

「健康経営」はNPO法人健康経営研究会の登録商標です

健康経営の考え方



健康経営セミナーの開催

事業主や健康保険委員等に、事業所として健康づくりに取り組むことの重要性を伝え、健康経営への意識を持っていただくことを目的としてセミナーを開催します。

【第1回】 平成28年4月26日（火） 別紙チラシのとおり

【第2回】 平成28年7月ごろ開催予定

事業主への働きかけを強化します

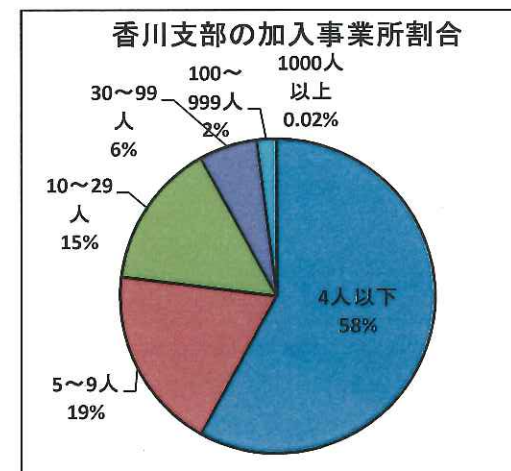
一日の活動時間の約半分は職場で過ごすので、職場環境をどう整備していくかが重要であり、これには事業主が「従業員の健康にどう向き合うか」がカギとなります。従業員の健康を高めることは、仕事の質を高めることになり、仕事の質が向上すれば、事業所の質も上がることになります。

中小企業の場合、小さい組織ゆえに、従業員全員の意識を共有しやすく、納得すればすぐにでも同じ方向に向かって進むことができ、多くの時間をかけずとも、大きな効果を手にすることができます。

協会けんぽの加入事業所の特徴を生かし、事業主の方に健康経営のメリットを理解していただけるよう働きかけを強化します。

- 【効果】
- ・従業員の健康意識が高まり、健康づくりに取り組みやすくなる
 - ・健診（検診）受診率の向上
 - ・特定保健指導実施率の向上
 - ・要精密検査者や要医療者が受診しやすい環境が整う

- そのために
- ・商工会議所等の経済団体との連携
 - ・県その他部署（商工労働部等）との連携
 - ・四国経済産業局との連携



被保険者10人未満の加入事業所割合
香川：77%

民間企業とのコラボ（案）

金融機関：積極的に健康づくりに取組んでいる事業所への融資金利の優遇

…四国では愛媛支部と愛媛銀行の事例（健康をテーマとした金融商品の開発等）

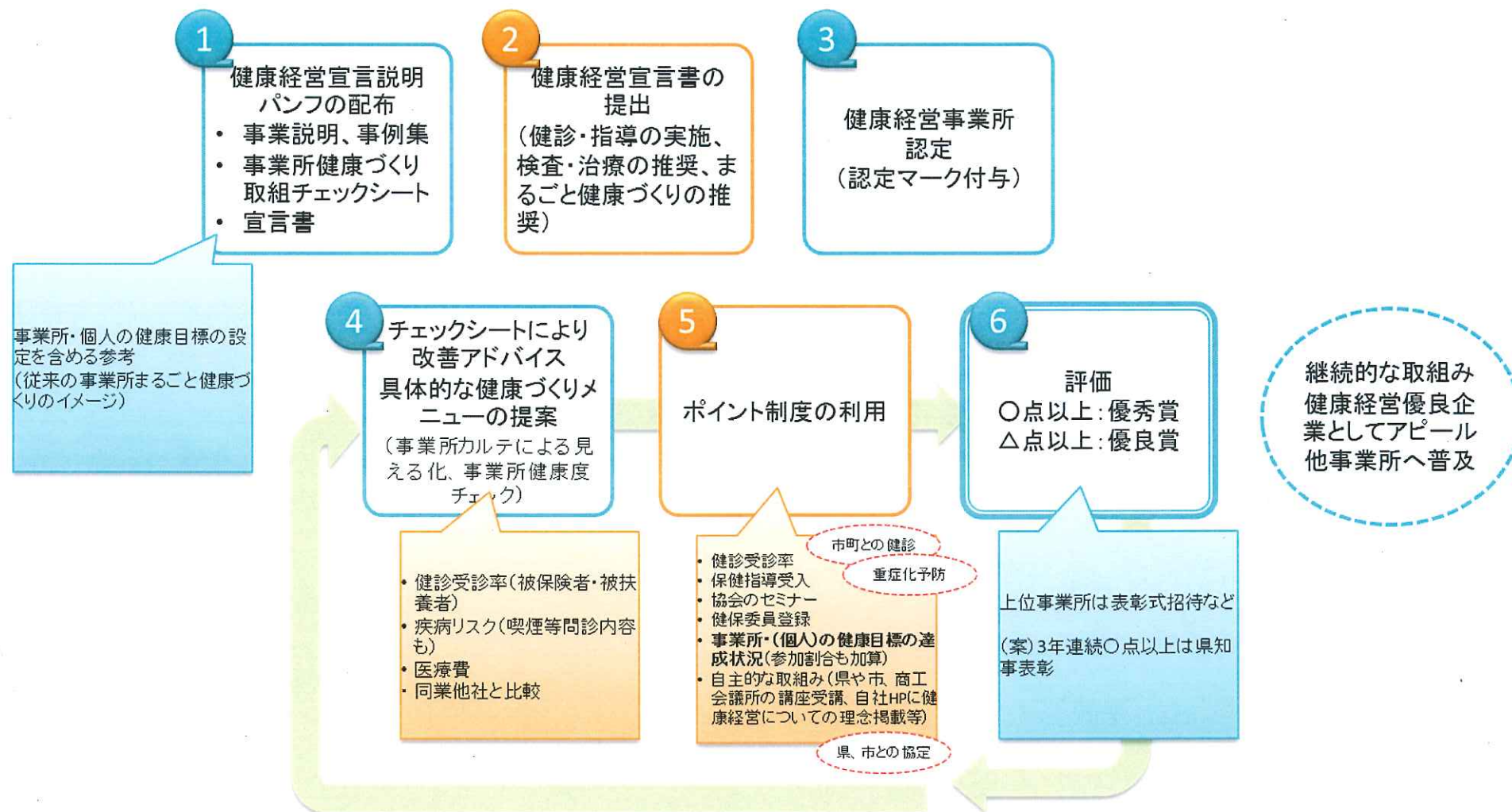
スポーツクラブ：加入者が積極的に健康づくりに取組みやすい環境整備

…静岡支部とスポーツクラブ「ルネサンス」の事例（保険証提示で法人会員価格等）

健康経営サポート事業

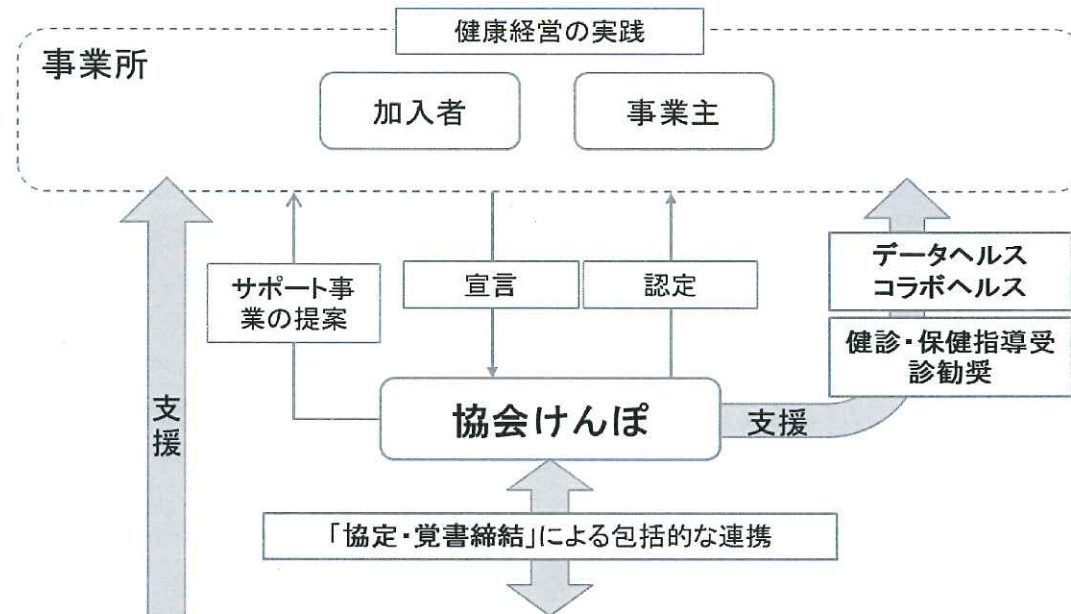
平成27年度は、香川支部の加入者の健康課題を広く広報し、職場での健康づくりの重要性を伝え、事業所全体および個人に取組んでもらう「事業所まるごと健康づくり」事業を行いました。

平成28年度は、事業所に継続的に健康づくりに取組んでもらうため、「事業主が健康づくりに取組むことを宣言し、健康づくりメニューに取組み、その取組みを香川支部がサポートする」という事業にしていこうと考えています。



健康経営サポート事業 関係団体との連携図

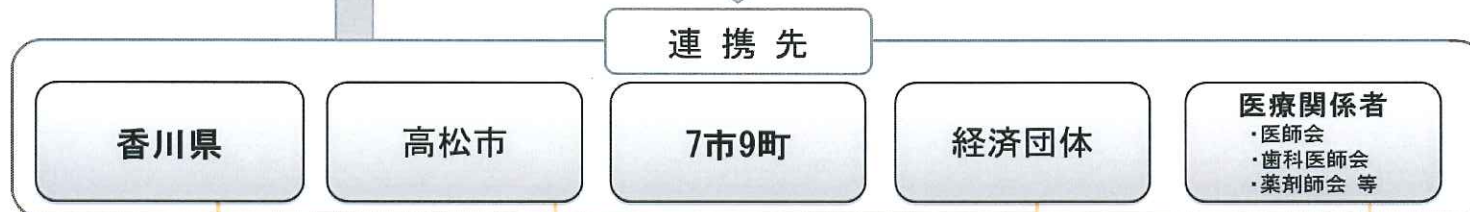
《目標》加入者の健康度を高める



あなぶきグループ(健康づくり先進事業所)との協働
歯科検診事業の分析等

健診結果データ・レセプトデータより
↓ データヘルス計画の目標設定
上位目標:
○香川県の血糖値の値をよくする
・事業所の健康づくりの関心が高まる
事業所まるごと健康づくり
健康経営
・加入者が血糖リスクを理解し、改善に向かうように
する
重症化予防事業
(健診結果データに基づく受診勧奨)
人工透析新規導入の予防事業

○特定健診・特定保健指導の推進



香川県: 包括協定
・健康づくり事業の共同展開
・健康づくりイベントへの参画
・糖尿病関連の各種会議
・特定健診とがん検診の同時実施
の推進 市町への働きかけ等

包括協定による連携
健康づくり事業の共同展開
健診(検診)受診率向上

・中小企業団体中央会
・商工会連合会
・商工会議所連合会
} 健康経営の普及・促進

三師会: 発症化予防と重症化
予防の推進

香川支部データヘルス計画（平成27年度～平成29年度）

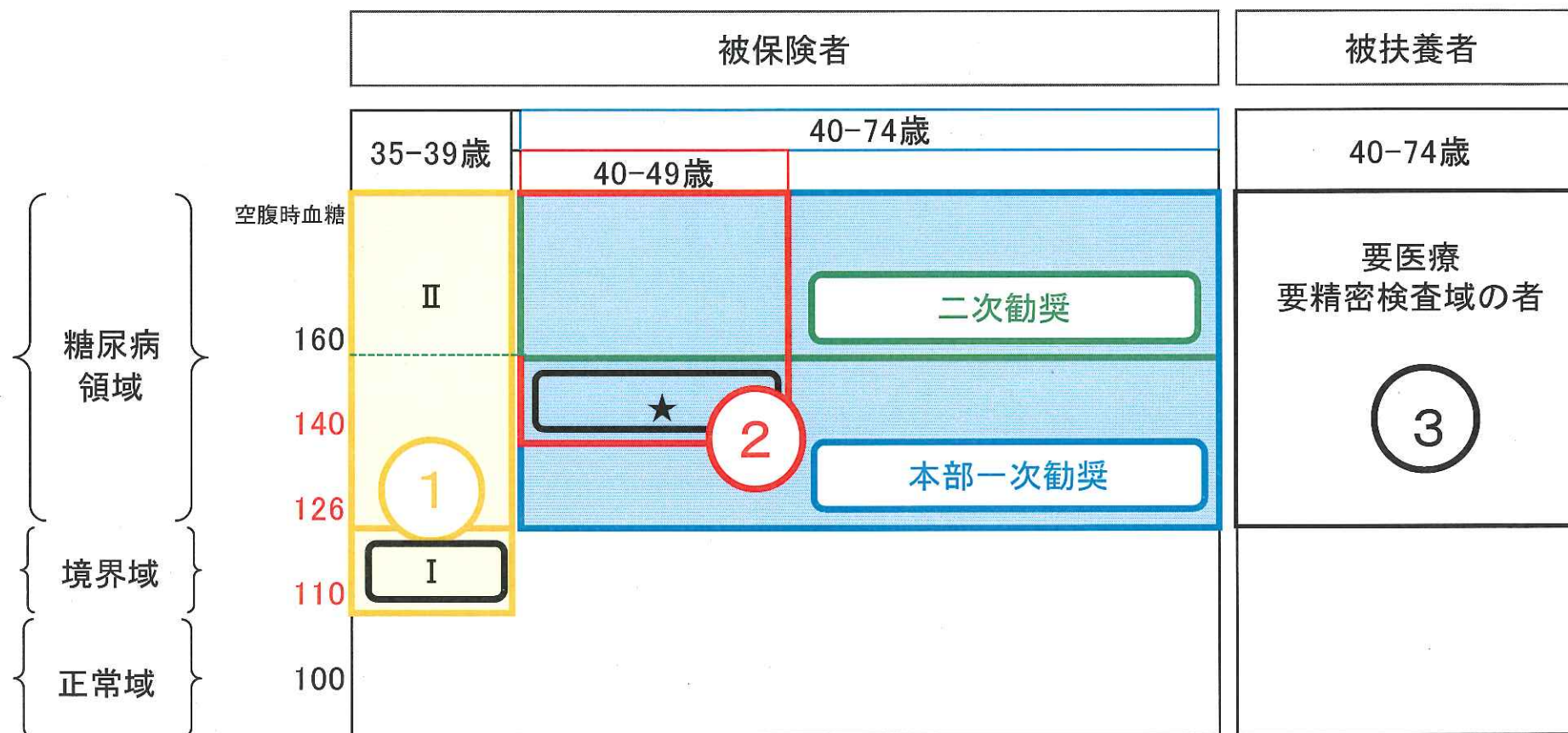
【下位目標2】 加入者が血糖リスクを理解し、改善に向かうようにする

【具体策】

- ①被保険者：35～39歳の血糖リスク保有者に対して、生活習慣の改善を促すとともに
医療機関受診等の勧奨を行い意識改善を図る
 - ・文書によるアプローチの実施
 - ・保健師・管理栄養士による保健指導の実施
- ②被保険者：40～74歳の血糖リスク保有者に対して、本部が一斉に実施する受診勧奨対象者から、40～49歳の血糖リスク保有者に特化して再度受診勧奨し、医療機関の受診へ結びつける
 - ・文書によるアプローチの実施
 - ・保健師・管理栄養士による保健指導の実施
- 新規

 ③被扶養者：特定健診の結果、血糖値が要医療・要精密検査域の者に対して、文書による医療機関への受診勧奨を実施予定

対象者



H27.9 健診受診分まで:本部一次勧奨、支部独自で①②の実施

H27.10～ H28.3 健診受診分から:本部一次勧奨、支部二次勧奨＋支部独自で①＋★

H28.4健診受診分から:本部一次勧奨＋① II、支部二次勧奨＋支部独自で① I ＋★

勸奨スケジュールと対象者数

健診受診月	40歳以上74歳未満		40歳以上74歳未満		40-49歳		35-39歳		
	空腹時血糖126mg/dl以上		160mg/dl以上		140mg/dl以上		香川独自事業	110mg/dl以上	126mg/dl以上
	本部一次勸奨	対象者数	二次勸奨	対象者数	香川版二次勸奨	対象者数		生活習慣改善	受診勸奨
H27.4	H27.11.30	141	香川では実施 せず	27	H28.1.20	8	H27.12.10	1	4
H27.5	H28.1.29	196		46	H28.2.29	15		3	1
H27.6		220		54		19	H28.1末	データ提供の遅れ有 現在準備中	
H27.7	H28.1.29	255		69	H28.3末	30	H28.2末		
H27.8	H28.2.29				H28.4末		H28.3末		
H27.9	H28.3.31				H28.5末		H28.4末		
H27.10	H28.5.6		↓ 本部発送 支部フォ ロー	↓ 本部発送 支部フォ ロー ★160未満 は支部独自 実施	H28.6末		H28.5末		
H27.11	H28.5.31				H28.7末		H28.6末		
H27.12	H28.6.30				H28.8末		H28.7末		
H28.1	H28.7.29				H28.9末		H28.8末		
H28.2	H28.8.31				H28.10末		H28.9末		
H28.3	H28.9.30				H28.11末		H28.10末		
H28.4								↓ 支部独自実施	↓ 本部発送 支部フォロー
H28.5									

行動変容につなげるために

(勧奨通知表面)

郵便番号
住所 1
住所 2
氏名 様

平成28年〇月〇日

大切なお知らせです

医療機関受診・治療のおすすめ

約半年前に受診された生活習慣病予防健診では、空腹時血糖（またはHbA1c）が、「要精密検査」「要治療」（*）と判定されましたが、体調はいかがですか？
まだ、医療機関を受診されていないようでしたら、かかりつけ医にご相談されては
いかがでしょうか？

空腹時血糖とHbA1cは、血液に含まれるブドウ糖の濃度（血糖値）を判定する
指標です。血糖が高いと全身の血管を痛めてしまうため、一定以下に抑える必要が
あります。

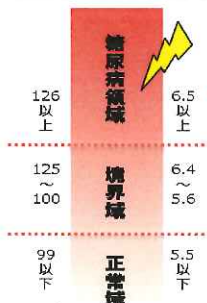
過剰なブドウ糖が偏成して血管壁を傷つけることで、血管がしなやかさを失って
固くなり、破れたり詰まったりしやすくなります。こうした状態が続くと、全身に
張り巡らされた血管がダメージを受け、さまざまな合併症を引き起こします。

（*受診した健診機関により判定基準が異なる場合があります。）

健診でのあなたの結果は…

140 mg/dl
空腹時血糖値
(mg/dl)

6.5 %
HbA1c値
(NGSP %)



は、あなたの血糖の状態です

生活習慣病予防健診において
空腹時血糖値が140 mg/dl以上の方へ

糖尿病・糖尿病の合併症を予防するた
め、**協会けんぽの保健師等から生活改
善アドバイス**をさせていただきます。
連絡先および受診の可否について、同
封の回答書にご記入の上、同封の返信
用封筒にてご連絡をお願いします。

※なお、回答書の返信がない場合は、今回送ら
せていただきました住所へ、再度ご案内を送
らせていただくか、お勤め先へご連絡させてい
ただく場合がございます。あらかじめご了承ください。

お問い合わせ先

全国健康保険協会 香川支部
協会けんぽ
保健グループ 電話 087-811-0574

(勧奨通知裏面)

糖尿病と診断された方々の声

糖尿病は宣告されても自覚症状がない病気です。働き盛りの皆さんはなかなか本気で
治療に取り組みないかもしれません。しかし治療を放置していると、取り返しのつか
ないことになる例が多くあるのです。

体験談 Jさん

38歳の頃、それまで大好きだったゴルフに急に行きたくなくなりました。体
がだるく、足が重い感じがして、ボールを打つことができなくなり、行かなくなりました。
でも、まさか、糖尿病とは思わず、普通に生活して、普通に酒も飲んで
いました。仕事は不規則で、ほぼ毎日飲酒。缶ビール5～6本、次に焼酎をボ
トルで1/3程度だったと思います。

そのまま2年ほど過ごすうちに、目のかすみ、足のむくみ、だるさ、喉の
渇きが尋常でなくなり、トイレも夜中に頻尿がパンパンになるくらい、頻尿に
行きたくなりました。

そして、40歳。通勤電車の中でめまいに襲われ、・・・

（続きは出典のホームページを）

（59歳・男性・発症年齢40歳・合併症：左眼失明、腎不全、左足切断）

メッセージ「くじけるな」Hさん

痛くもかゆくもなかったから、糖尿病を甘く見ていたのだと思う。網膜症から
左眼失明。家族は「自業自得や」とあきれていました。ここで目がさめました。
右目もみえにくくなり、真剣に糖尿病と向き合うことになりました。毎日の治
療に「くじけそうになることがあっても、自分は瀬戸際だ。失明は怖い」と
がんばらざるを得ません。

若い人には「症状がなくても、きちんと診療を受けてほしい。誰のため
でもない、自分のため。それがいいのは家族のためにもなるのだから」と言いた
い。

（愛媛県・2型糖尿病歴30年・61歳・男性）

出典：厚生労働省 生活習慣病対策室「糖尿病の治療を放置した働き盛りの今」
<http://www.mhlw.go.jp/stf/houdou/2r9852000001qiv4.html>



糖尿病についてもっと知りたい！どの医療機関を受診すればいいの？

という方は、「かがわ糖尿病予防ナビ」を検索してみてください。

「治療を受けられる医療機関」の一覧で香川県の医療機関が調べられます。

かがわ糖尿病予防ナビ

検索

全国健康保険協会 香川支部
協会けんぽ

「糖尿病の治療
を放置した働き
盛りの今」(厚
労省発行)の
メッセージを活
用し、糖尿病の
怖さを伝える

香川県糖尿病予
防ナビにより治
療を受けられる
医療機関の一覧
が調べられるサ
イトを紹介

県・市町との連携

～健診受診率の向上を目指して～

目的:被扶養者の健診の推進

市町と協会けんぽ(保険者)が連携・協力して、がん検診と特定健診の受診率の向上

方法:香川県を介して、全17市町にアンケート調査を実施

現状把握し、協会けんぽより市町へ働きかける

- ・がん検診と特定健診の同時実施
- ・健診の受診勧奨に関する広報
- ・健診案内の情報提供 等

結果:

綾川町:H28年度綾川町健康カレンダーに、医療保険者別健診フロー図を掲載

高松市:H28年度協会けんぽにおける被扶養者の集団健診の案内時に、広報物を同封予定

香川県:H28年度の県の広報において、医療保険者別健診フロー図を掲載予定