

# データヘルス計画について

## 健康経営の推進について

## ■健診受診率が少ない

29年度必達目標の健診受診率65%(40歳以上の被保険者と被扶養者)と現状の受診率41.5%(24年度実績)以上のかい離がある。

## ■健診後、生活改善・数値改善する者が少ない。

健診の結果「要改善者」のうち、特定保健指導利用者の3割は、翌年には改善。  
一方で、「要改善者」の全体で見ると、8割は改善がない。

## ■医療費※に占める割合の上位は、高血圧(4.9%)、糖尿病(3.4%)

※H24年度 疾病121分類 「生活習慣病」のカテゴリでの構成

健康づくりを推進するためには、事業所を中心とした「健康経営」概念の浸透とその取組み支援が必要

# 京都支部 データヘルス計画・健診データの着目点 健診リスク保有率

前回会議(H27/6)で  
使用した資料

	メタボリックリ シンドローム	腹囲リスク	血圧リスク	脂質リスク	代謝リスクリ (血糖)	喫煙リスク
23年度	12.1%	31.9%	37.6%	26.3%	13.2%	33.4%
24年度	12.0%	31.6%	37.7%	26.1%	12.4%	33.0%
25年度	11.8%	31.8%	36.3%	26.3%	11.6%	32.6%
前年増減	↓	↑	↓	↑	↓	↓

24年度 健診リスク保有率6項目のうち、血圧リスク以外は23年度より減少

25年度 健診リスク保有率6項目のうち、4項目で前年より減少

⇒ 医療費においても懸念があった血圧リスクが▲1.4%と大きく減少

⇒ 前年より増加した腹囲リスク・脂質リスクにおいても0.2%と小幅増加にとどまる。

## ○上位目標

疾病予防による医療費適正化を図ることが保険者に課せられた役割であることを鑑み、健診リスク保有率を減少させる。

1. 24年度比で健診リスク保有率6項目について減少させる。
2. 被扶養者の特定健診受診率を平成29年度末に39%とする。

## ○上位目標を達成するための下位目標

目指す姿	実現に向けた具体策(抜粋)
被保険者の健診リスクを引き下げするため、事業主及び事業所担当者への健康経営に向けた取り組みの推進を働きかける。	事業所健康度診断を活用し、健康経営の考え方を広め、取り組みへの参加・健康意識の醸成を図る。
被扶養者に対しては受診券直送時の訴求力を高めとともに、事業所(主)からの働きかけを行う。	健診受診に結び付く健診機会の確保・拡大。 付加健診など独自のサービスを展開し、行動変容を促す。
CKD(慢性腎臓病)重症化予防の取り組みを拡大する。 ※血圧、血糖値のコントロールが重要	実施機関数を拡大し、保健指導者数を高める。

# 京都支部 27年度データヘルス計画アクションプラン全体図

保健グループ

H27.12現在

START!  
着眼点

24年度末時点

- 健診受診率が29年度目標値に対して、被保険者・被扶養者ともに20%以上開きがある。
- 保健指導対象者の翌年度の減少率で、保健指導利用者の減少率は29.1%であるが、未利用者も含めた対象者全体での減少率は19.5%と低い。
- 医療分析により、医療費(入院・入院外)の疾病構成で1位が高血圧、2位が糖尿病である。

GOAL!  
目指す状態

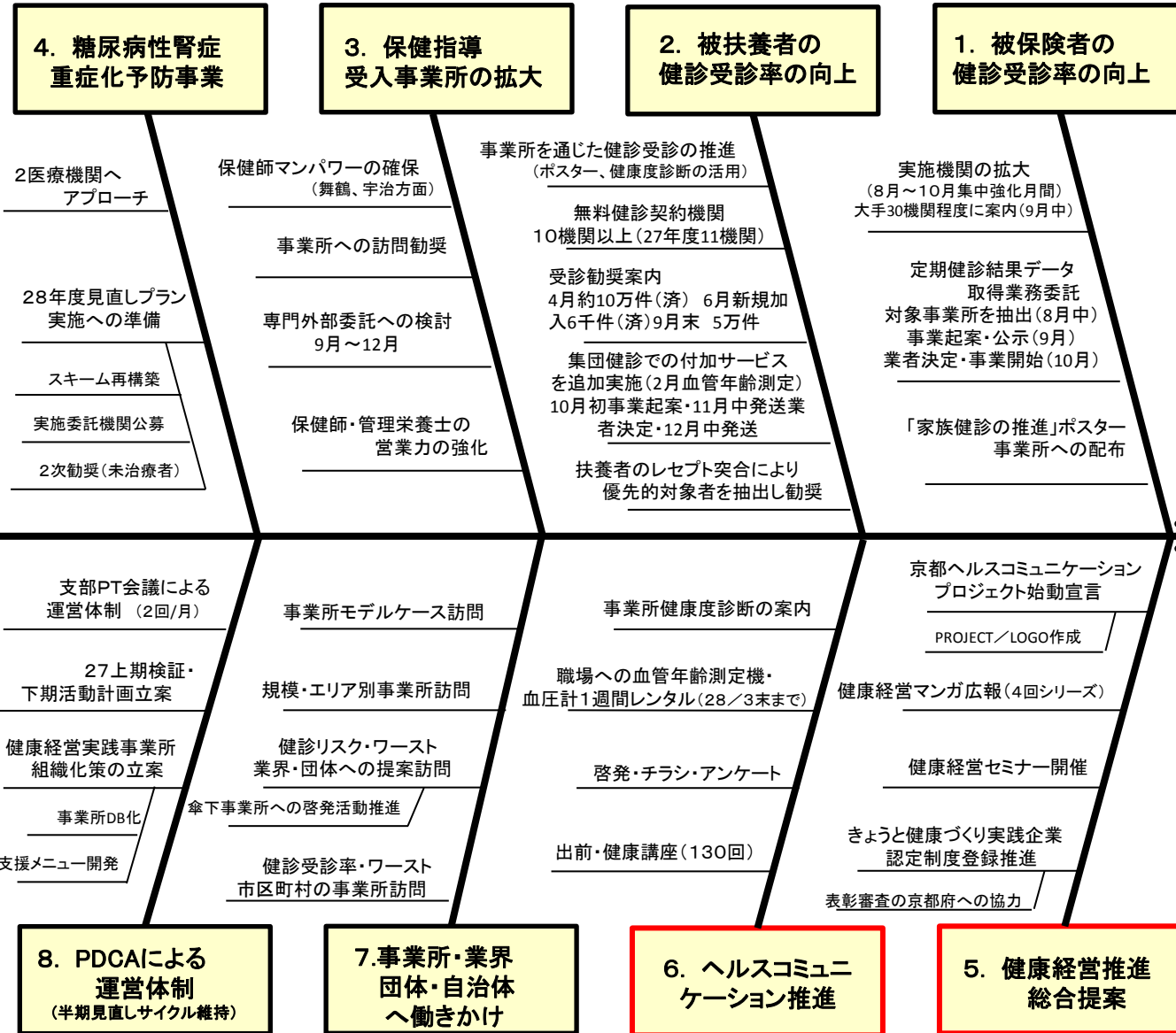
29年度末時点

<目指す姿>

- 被保険者の健診リスクを引き下げ、事業主・事業所担当者の健康経営への取組みが進んでいる。
- 被扶養者への受診券直送時の訴求力があり、事業所からの働きかけが来ている。
- 糖尿病性腎症重症化予防の取組みが拡大している。

<数値目標等>

- ① 健診リスク6項目減少(24年度比)
- ② 特定健診受診率(被扶養者) 39%以上
- ③ 糖尿病性腎症重症化(CKD)予防取組み



2医療機関へアプローチ  
28年度見直しプラン実施への準備  
スキーム再構築  
実施委託機関公募  
2次勧奨(未治療者)

保健師マンパワーの確保(舞鶴、宇治方面)  
事業所への訪問勧奨  
専門外部委託への検討(9月~12月)  
保健師・管理栄養士の営業力の強化

事業所を通じた健診受診の推進(ポスター、健康度診断の活用)  
無料健診契約機関10機関以上(27年度11機関)  
受診勧奨案内(4月約10万件(済) 6月新規加入6千件(済)9月末 5万件)  
集团健診での付加サービスを追加実施(2月血管年齢測定)10月初事業起案・11月中発送業者決定・12月中発送  
扶養者のレセプト突合により優先的対象者を抽出し勧奨

実施機関の拡大(8月~10月集中強化月間)大手30機関程度に案内(9月中)  
定期健診結果データ取得業務委託(対象事業所を抽出(8月中) 事業起案・公示(9月) 業者決定・事業開始(10月))  
「家族健診の推進」ポスター事業所への配布

支部PT会議による運営体制(2回/月)  
27上期検証・下期活動計画立案  
健康経営実践事業所組織化策の立案  
事業所DB化  
支援メニュー開発

事業所モデルケース訪問  
規模・エリア別事業所訪問  
健診リスク・ワースト業界・団体への提案訪問  
傘下事業所への啓発活動推進  
健診受診率・ワースト市区町村の事業所訪問

事業所健康度診断の案内  
職場への血管年齢測定機・血圧計1週間レンタル(28/3末まで)  
啓発・チラシ・アンケート  
出前・健康講座(130回)

京都ヘルスコミュニケーションプロジェクト始動宣言  
PROJECT/LOGO作成  
健康経営マンガ広報(4回シリーズ)  
健康経営セミナー開催  
きょうと健康づくり実践企業認定制度登録推進  
表彰審査の京都府への協力

8. PDCAによる運営体制(半期見直しサイクル維持)

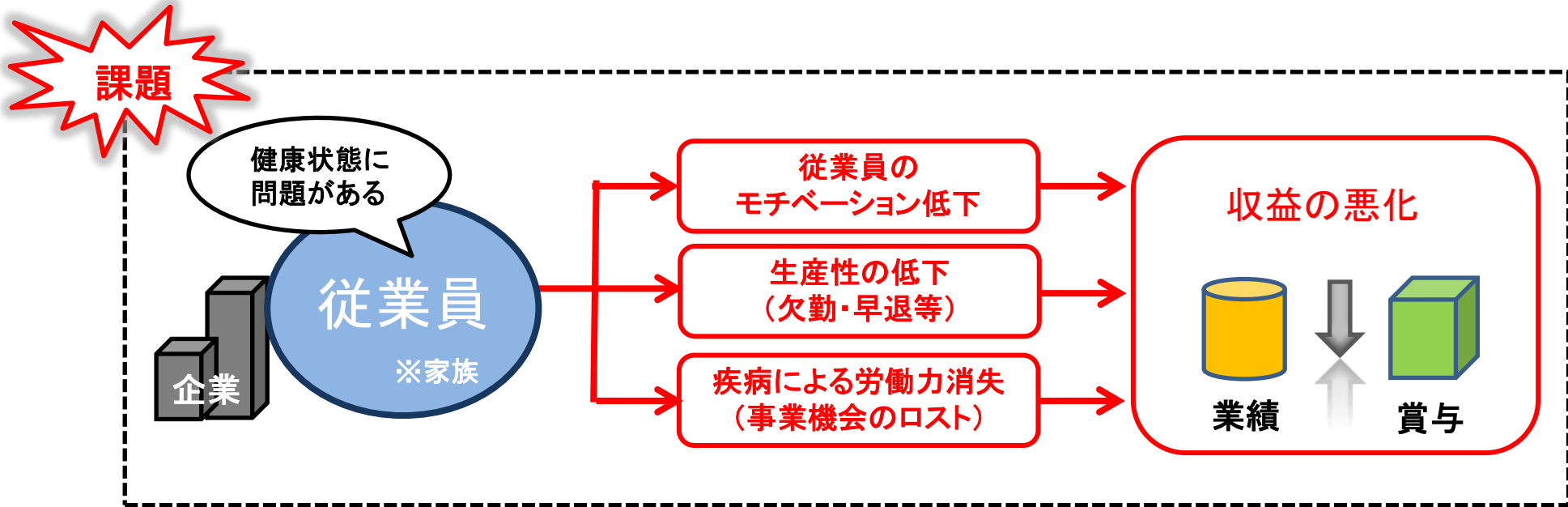
7. 事業所・業界団体・自治体へ働きかけ

6. ヘルスコミュニケーション推進

5. 健康経営推進総合提案

企画総務グループ

# 企業の健康に係る課題と「健康経営」について



健康経営は、従業員の健康づくり(投資)を積極的に行うことで、  
生産性・収益性を高めていくという考え方

～『健康な従業員が収益性の高い会社をつくる。』という観点～

# 京都支部の健康づくり取り組みについて

## 基本方針

### ★ 職場を中心にした「ヘルス・コミュニケーション」の推進 ★

「今とこれからの健康」をテーマに職場・家族・協会けんぽが共に考え、互いの健康に関するコミュニケーションを密にし、健康的な職場・環境づくりに向けた取り組みを行う。



## 重点施策

1 事業所様へ、従業員様の健康を大切な経営資源と考え、健康増進に向けた投資を行う「健康経営」の導入を勧奨。

改革

2 事業所様へ健診や医療費データで従業員様の健康状態を提示。

気づき

3 経営者様と従業員様が、共に健康増進に向けた取り組みを進めるための「コミュニケーションツール」、「健康づくりメニュー」を提供。

変容

# 事業所健康度診断の提供

従業員の健康状態を知る

企業の「健康度」を見える化 → 経営陣の関心・気づき

被保険者数50人以上用 平成27年6月23日 作成

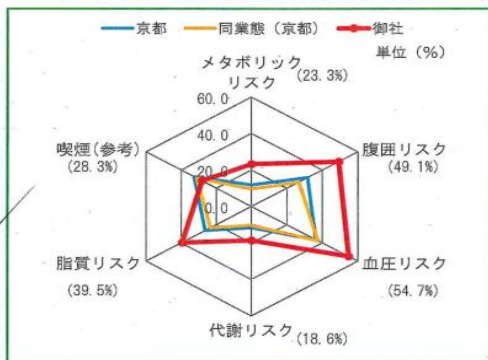
## 平成25年度 事業所健康度診断

(12345678)

◎◎産業株式会社様

(食品・たばこ製造業)

平成25年度生活習慣病のリスク保有率の比較



御社の従業員及びご家族の健診受診率

健診受診率	従業員	家族
御社(25年度)	58.5% (55/81人)	13.3% (4/30人)
京都支部平均	54.1%	15.0%

※御社の35歳~74歳の被保険者及び40歳~74歳の被扶養者が対象です

※協会けんぽの健診を受けた人数と協会けんぽに健診データを提供された人数の合計です

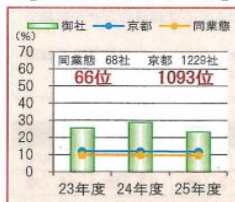
※分母は年間平均人数であるため実際の人数と異なる場合があります

全国健康保険協会 京都支部  
協会けんぽ

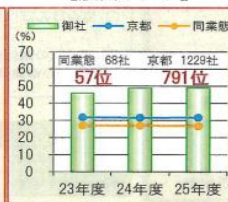
## 生活習慣病のリスク保有率

- 協会けんぽに加入する35歳から74歳の従業員のうち、協会けんぽに健診データの登録がある方が対象です。
- メタボリックリスクは、腹囲リスク該当かつ、血圧・代謝・脂質リスクのうち2項目以上に該当することです。
- 各項目の順位は、25年度の平均被保険者数50人以上かつ健診データの登録がある事業所の中での順位です。

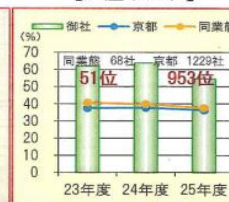
【メタボリックリスク】



【腹囲リスク】



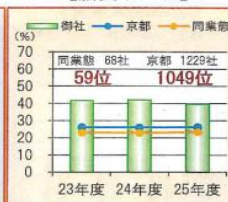
【血圧リスク】



【代謝(血糖)リスク】



【脂質リスク】



【喫煙者の割合(参考)】



	年度	メタボリックリスク	腹囲リスク	血圧リスク	代謝(血糖)リスク	脂質リスク	喫煙者の割合(参考)
御社	23	25.6%	46.0%	62.0%	18.6%	41.9%	38.3%
	24	28.9%	48.9%	63.8%	24.4%	42.2%	34.8%
	25	23.3%	49.1%	54.7%	18.6%	39.5%	28.3%
	(25内訳) 男性のみ	24.2%	42.4%	42.4%	18.2%	39.4%	36.1%
	女性のみ	-	-	-	-	-	-
京都支部	25	11.8%	31.8%	36.3%	11.6%	26.3%	32.6%
	同業態(京都)	25	9.7%	26.7%	37.6%	10.3%	23.5%
全国平均	25	13.6%	34.0%	39.6%	13.9%	28.0%	34.8%

※赤字の欄は京都支部の平均値以上です。

(コメント)

平成25年度は、24年度と比較し各種リスク保有率が下がり良い傾向が見られます。しかしながら、京都支部や同業態と比較すると、各種リスク保有率が平均より高い状態です。高血圧・高血糖・高脂質の状態が重なること、喫煙や心筋梗塞のリスクが高まります。健診後は、保健師等による特定保健指導を受けるように呼びかけていただき、健康づくりの取組みを進めましょう。



# コミュニケーションツールの提供

## 職場での健康意識醸成

### (1)「血管年齢測定機」+「血圧計」を職場へ1週間レンタル

- 食堂、休憩室等に設置
- チラシ、ポスター、アンケートを用意
- 各3セットを28年3月まで事業所様へ1週間単位でレンタル



無料です。  
次から次へレンタル

### (2)「出前健康講座」、130回開催予定（昨年実績85回）

- 職場へ講師を派遣
- メンタル、生活習慣病、腰痛・肩こり対策等のメニュー
- 参加者5名以上
- 平日(9:00~19:00)土・日・祝祭日も可能



無料です。  
回数・メニュー大幅増加

# 健康づくりのメニューの提供

## 職場・家族への健康づくり

保健師・管理栄養士  
が訪問。

### (1) 職場へ伺う特定保健指導（約3割の方の健診結果が改善）

- 従業員様の健診結果に基づき、保健師等と二人三脚で生活改善に6か月間取り組む
- 26年度は約1,900人の加入者様が保健指導を利用



### (2) 「家族健診の推進」（事業所を通じて健診受診を推進）

京都府の保険者  
広報を共同実施。

- 協会けんぽから事業所様へ従業員のご家族の健診受診状況を提示
- 事業場へのポスター掲示などで従業員様から家族へ健診の受診を促す
- 家族健診メニューを複数ご用意  
(がん検診を含むミニドック、無料健診、集団健診など)

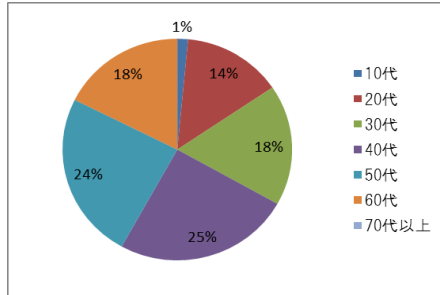


# データヘルス計画27年上期実施結果・下期施策進捗

項目	上期の取組(主な)	下期の施策
1.被保険者健診 受診率の向上	○新規機関との継続交渉(11機関)	○3機関と新規契約締結 ○H28年度健診機関拡大に向けた方策作成 ○H28年度事業者健診データ勸奨の方策作成
2.被扶養者健診 受診率の向上	○イオン桂川周辺の方への個別勸奨 ○9/30に下期集団健診日程の受診勸奨	○集団健診での付加サービス提供(血管年齢測定)【2月】 ○H28年度に向けた無料健診・ミニドック健診扱い機関の募集 ○H28年度の方策作成
3.保健指導受入 事業所の拡大	○保健師等の退職、システム刷新後の不具合が多く、拡大策を取れず。	○初回面談訪問数の拡大 ○H28年度に向けた地域割での外部委託方策を作成
4.糖尿病性腎症 重症化予防事業	○健診と治療とが同一機関の対象者が少なく、方策の見直しを検討することとする。	○要治療・要精密検査対象者への受診勸奨時に重症化予防を勧める方策を作成
5.健康経営の推進	○健康経営をテーマにしたマンガを広報誌に連載開始(全4話 H27年9月～H27年12月)	○H27年11月にセミナー開催 「生き抜く力は、従業員の健康にあり ～健康経営とストレスチェックの実践を～」
6.ヘルスコミュニケーションツール	○14社のモデル事業所にて先行実施、血管年齢測定機 血压計を貸出 (アンケート結果は次頁) ○出前健康講座(約80講座実施済み)	○貸出対象事業所数を拡大。 (70社超、3/末まで予約満了) ○事業所健康度診断を広報・提供し、事業所における健康づくりを提案する。
7.事業所・業界団体 自治体への働きかけ		○地域別健診受診率、業界別健診リスク等をもとに、訪問対象事業所・団体を検討

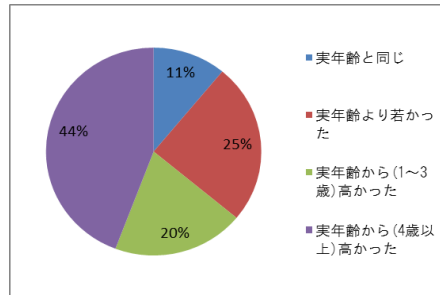
# 血管年齢測定機アンケート結果 (総数14社 539人)

## 1. あなたの年齢は？



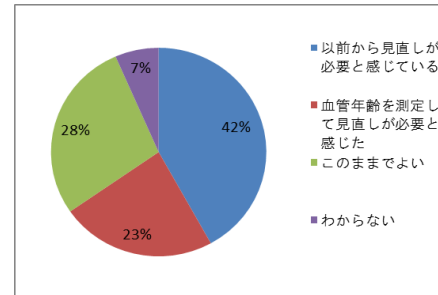
測定者の半数が、40～50代である。

## 2. 血管年齢測定の結果は？



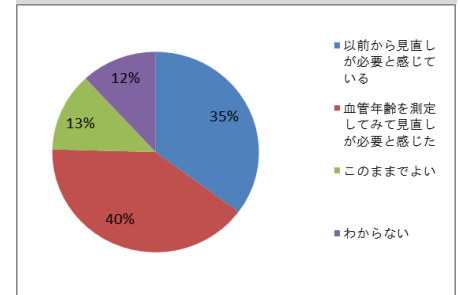
実年齢より4歳以上高い人が4割強

## 3. ご自身の生活習慣についてどう思っていますか？



見直しが必要と感じている人が6割強

## 測定結果が「実年齢から(4歳以上)高かった」人の問3の回答



測定後に見直しが必要と感じた人が4割

## アンケート結果の特徴

- ・回答者(測定者)の年齢は、40代、50代が多く、合計すると約50%となる。
- ・全体の42%が、生活習慣について、以前から見直しが必要であると感じており、健康に対する関心がある程度高いことが窺える。
- ・測定後に、生活習慣の見直しが必要と感じたのは、全体の23%であるが、測定結果が実年齢より4歳以上高かった層では、40%となっており、測定が生活習慣見直しのきっかけになったと考えられる。

## 事業所担当者様の声

- ・社員の健康管理に対する意識向上に大変効果があった。
- ・血管年齢を測定して生活習慣見直しの必要性を感じた人が多かった。
- ・従業員の積極的な行動を見て、血圧測定器の設置を検討している。
- ・血管年齢測定機のレンタルを来年もお願いします。

# 出前・健康講座について

「こころ」と「からだ」の健康づくり、あなたの職場も取り組んでみませんか？

**参加無料**

## 健康講座のご案内

全国健康保険協会京都支部委託事業



職場でこころとからだの健康増進意欲を向上させる取り組みをしてみませんか？  
生活習慣病やメンタルヘルス不調の兆候を予防できれば、企業の活力や生産性のアップにつながります。  
健康講座では、食生活、運動、禁煙などはもちろん、近年注目されている「メンタルヘルス」や「肩こり・腰痛予防」など、充実したテーマの中からお選びいただけます。  
ぜひ、この機会に健康講座をお申込みいただき、職場の健康維持・増進に取り組んでみましょう！

詳 細	
開催期間	平成27年7月1日～平成28年3月31日
対象者	全国健康保険協会京都支部 被保険者
1回当たりの定員	5名以上
開催回数	130回（同会会クリニック～100回、京都工場保健会～30回） <small>（先着順に受付し、予定回に達し次第、予定回数を超過しますので、お申込みにお早めください。）</small>
会 場	申込みのあった事業所内
費 用	無料
開催日時	月～土曜日 9:00～19:00（曜相談） 日曜・祝日 9:00～17:00 京都府北部地域：要相談 受講度は約1時間となります。

### 記帳までの流れ

- 事業所からの要請申込み**  
おページの22種類の講座内容から1講座を選択し、下記の申込書にてお申込みください。
- 開催日時の候補・決定**  
要請内容より申込み事業所の担当部署へご連絡し、事業所の特性や希望等を聞き取り、事業所等によってより効果的な講座内容をご相談のうえ、決定します。
- 健康講座の実施**  
テーマに応じた講師が職場へお伺いします。事業所等では、場内のみご用意ください。

### 健康講座申込書

下部の太枠内に必要事項、希望講座番号（おページ参照）をご記入の上、FAXまたは電話にてお申込みください。

事業所名	所在地	〒	—
健康保険記号	E-mail		
ご担当者名	FAX		
電話番号			
希望講座番号	その他希望事項		

お申し込み先

**A) 国食法人民会（社） 同会会クリニック**  
〒601-8452 京都府西京区長岡京門前3-3-3 京華ビル  
TEL: 075-891-7456 / FAX: 075-893-8135

**B) 一般財団法人京都工場保健会 厚生保健センター**  
〒604-8871 京都府中川区元生寺堂町1-1  
メアーズアーク京都東館5F  
TEL: 075-235-9086 / FAX: 075-803-6555

※お申し込みの個人情報はすべて太枠内は、事業所宛に開示をさせていただいております。

## 健康講座（職場における健康づくり）一覧

希望講座をお選びいただいた際、おページの申込書に併せてご記入の上、講座を講義する機関に、FAXまたは電話にてお申込みください。

### A 同会会クリニック ご提供する健康講座（100回予定）

講座番号	指導内容	タイトル	
1	ヘルス対策	メンタルヘルスの基礎知識と簡単なセルフケア ～心から笑顔！ストレスを解消しよう～	受講
2		オフィスで始めるコミュニケーション向上セミナー ～アナーションで楽しく仕事できる人間関係～	受講
3		ストレス耐性を強化する思考・行動トレーニング ～言葉に込められたメッセージ～	受講
4	その他（要相談）	受けただけではもったいない！今日からできる生活習慣病予防 ～健康増進の活用と生活習慣改善のポイント～	
5		これなら出来る！自分・職場を上手に減らすコツ？お茶！ ～無理なく減らす方法をお伝え～	
6		仕事の合間にプラス10 ～オフィスや移動中に無理なくできるうららかな運動法～	受講
7		たばこをやめればイロイロ得する！ ～禁煙で健康・笑顔・お金まで手に入れよう～	
8	腰痛・肩こり	毎日実践！ストレッチ！！ ～心も体もびりびりラックス～	受講
9	その他	知っておきたい身近な感染症対策 ～よく知って楽しく予防～	受講
10		ドクホを正しく知って賢くお付き合い ～生活習慣病の一次予防対策～	
11		乳がん・子宮がんの基礎知識 ～早期発見で未来が変わる！～	女性限定 受講

### B 京都工場保健会 ご提供する健康講座（30回予定）

講座番号	指導内容	タイトル	
12	その他（要相談）	健康増進の見方 ～健康診断結果の見方や活用～	
13		メタボリックシンドローム ～内臓脂肪の減らし方～	
14		生活習慣病にご用心 ～生活習慣病の予防と合併症や日常生活の注意点～	
15		あなたを変える食事の選び方 ～生活習慣病を予防する栄養学の食事ポイント～	
16		目で見るあなたの食事チェック ～食事メニューからカロリー・バランス・嗜好品の取り方を考える～	受講
17		禁煙のすすめ ～タバコの害、禁煙のメリット、禁煙に向けた方法やポイント～	
18		健康に負けないカラダをつくらう！ ～健康の発生メカニズム、注意すべき点～	受講
19	腰痛・肩こり	肩こり解消、ツラレッシュ体操 ～肩こりの予防方法と質の良い睡眠をとるためのストレッチ体操～	受講
20		かんたん！筋力トレーニング ～手軽にできる器具を使わない筋力トレーニング～	受講
21		膝関節モモ度チェック ～コルキティップシンドロームの予防により運動を健康に保ちましょう！～	
22		その他	インフルエンザを予防しよう！！ ～インフルエンザの正しい予防方法～

# 平成27年度データヘルス計画(PDCA)と今後の課題

## <事業進捗管理方法>

27年度データヘルス計画・アクションプラン

上期実施

P・D・C・A

下期実施

P・D・C・A

プロジェクトメンバーによる  
月2回の進捗会議

28年度データヘルス計画・アクションプラン

## 今後の課題

1. 協会けんぽと事業所の距離がある。

- 4万事業所というボリューム  
事業主に「健康経営」の重要性が伝わっているか見えない。

2. 事業所のうち、7割以上が従業員10人未満、健康増進にコストや労力をかけられない。

3. 「加入者の顔が見えない」、「加入者と協会のパイプがなく、直接訴えかけることが難しい」

- ご本人47万人、ご家族37万人=84万人(京都府民の1/3人)

4. 協会に十分なマンパワーがない。

- システム刷新による効率化が未知数(人員シフトができない)

# 京都支部データヘルス計画の基本方針(健康づくり取り組み)

## 基本方針

### ★ 職場を中心にした「ヘルス・コミュニケーション」の推進 ★

「今とこれからの健康」をテーマに職場・家族・協会けんぽが共に考え、互いの健康に関するコミュニケーションを密にし、健康的な職場・環境づくりに向けた取り組みを行う。



## 重点施策

1 事業所様へ、従業員様の健康を大切な経営資源と考え、健康増進に向けた投資を行う「健康経営」の導入を勧奨。

改革

2 事業所様へ健診や医療費データで従業員様の健康状態を提示。

気づき

3 経営者様と従業員様が、共に健康増進に向けた取り組みを進めるための「コミュニケーションツール」、「健康づくりメニュー」を提供。

変容

## 重点課題(追加)

1. 事業所を經由して如何に加入者に働きかけるか。  
それには、事業主様(経営陣)が従業員・ご家族の健康に関心を持ってもらうことが重要  
■事業所健康度診断書の活用、わかりやすい広報(マンガ第2弾等)
2. 事業主へ「健康経営(データヘルス計画)」取り組みを働きかけるため、関係団体(京都府中小企業団体連合会、京都府商工会連合会、京都商工会議所)への協力依頼。  
■会議等での推進、広報協力、各種連携策の実施等
3. 社員の健康管理(健康経営)に興味のある事業所を「健康経営推進事業所」として組織化する。  
■血管年齢測定機・健康講座利用事業所＝健康保険委員登録(継続性維持)＝健康経営推進事業所登録
4. KEYとなる事業所に限定した訪問での重点的フォロー、成功事例等を集めて横展開する。～29年度
5. インバウンド体制の整備＝健康経営等に関するサポート・相談窓口の設置(専任スタッフ対応)



# 平成28年度データヘルス計画・事業全体図(案)



## 事業所DB化＝健康経営推進 事業所登録

- 健康度診断の提供により「生習病健診」100%受診を推進(扶養者健診の推進)  
⇒対策を強化(事業主健診の切替 事業主との連携による健診推進)
- 血管年齢測定機レンタル、健康講座による行動変容を推進  
⇒健康保険委員限定(台数6台増設)
- 検査・治療、保健指導受入を推進  
⇒従業員変容アンケート、訪問勧奨



協会けんぽ  
京都支部

推進強化

### ○広報

- ・広報拡充(頻度・健康経営内容充実)
- ・家族健診案内内容充実
- ・**健康経営マンガ(第2弾!)**
- ・成功事例インタビュー(訪問)
- ・血管年齢改善ポスター(アンケート集計)

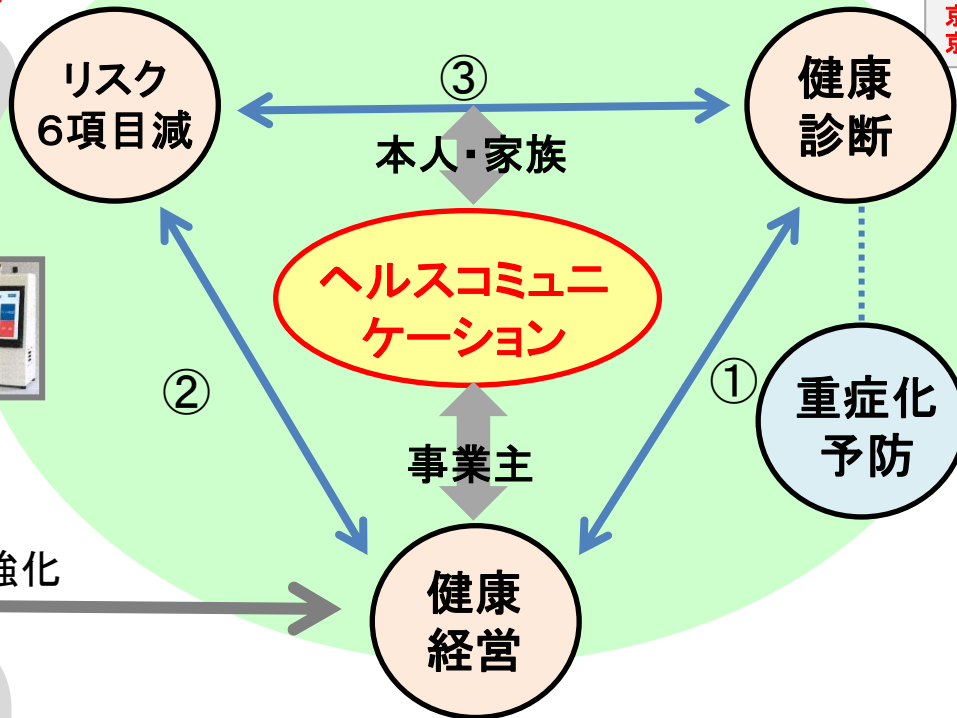
### ○事業所訪問(成功事例づくり)

- ・健康保険委員事業所、大手、問題先事業所、業界団体訪問・保健指導受入依頼

### ○ヘルスコミュニケーション相談窓口

- ・健康経営に関する専門スタッフによる事業所個別相談
- ・オリジナル健康増進プログラム企画
- ・きょうと健康づくり実践企業認定登録サポート

## データヘルス計画



### 【環境整備】

- ・健診実施機関拡大
- ・ミニドック健診機関拡大
- ・無料健診機関拡大

京都府中小企業団体連合会・京都府商工会連合会・  
京都商工会との連携協力

### 健康経営推進事業所

健康保険委員様  
登録事業所

29年度最低目標:200社  
健康経営推進事業所

### 【十分な規模がある】

- ・登録数: 1,467社(構成比3.6%)
- ・被保険者数: 148,717人(構成比31.1%)
- ・被扶養者数: 115,104人(構成比31.2%)

### 【既存インフラがある】

- ①組織化されている。
- ②情報ツールがある。(年4回の機関紙)
- ③ITツールがある。(メルマガ)
- ④専用の研修会がある。
- ⑤表彰制度がある。

グレードアップ  
登録推奨

京都府との連携事業

## きょうと健康づくり実践企業認証制度

- ・京都府との連携協定事業・表彰制度(協会審査委員)
- ・協会より広報力や話題性はあり、「日本健康会議」に準ずる事業
- ・セミナー、パネルディスカッション

29年度目標:100社取組み



### 金融機関優遇サービス(企画中)

事業所向け/従業員向け



あなたと職場と協会けんぽの  
ヘルスコミュニケーション  
HEALTH COMMUNICATION ACTION PLAN