資料3

「うちなー健康経営宣言」について

令和7年度第1回全国健康保険協会沖縄支部評議会
（令和7年7月18日）

全国健康保険協会 沖縄支部
協会けんぽ

うちなー健康経営®宣言

①2040年に男女とも平均寿命日本一

②65歳未満死亡率の改善、③定期健診有所見率の改善

沖縄県内働き盛り世代：約80万人

うちなー健康経営宣言

- 沖縄県
- 沖縄労働局
- 沖縄県医師会
- 協会けんぽ
- 沖縄産業保健総合支援センター

2021年3月に5者で「働き盛り世代の健康づくり」に関する協定を締結

5者が宣言事業所のサポートを行い、上記の目標達成を目指します！

※「健康経営®」はNPO法人健康経営研究会の登録商標です。

うちなー健康経営宣言　認定済事業所数（令和７年３月31日現在）

＜全体＞
2,037事業所

＜協会けんぽ沖縄支部加入＞
1,924事業所
94.45%

令和4年度	加入者数	特定健診（40歳以上）		
		対象者	受診者	受診率
被保険者	85,124	54,741	44,521	81.3%
被扶養者	61,937	14,010	3,971	28.3%
合　　計	147,061	68,751	48,492	70.5%

＜協会けんぽ沖縄支部以外＞
113事業所
5.55％

＜健康保険組合＞
62事業所

＜国保（国保組合含む）＞
29事業所

＜共済組合＞
7事業所

＜協会けんぽ他支部＞
15事業所

※１．加入医療保険を問わないのは全国でも少数

※２．事業所閉鎖などにより脱退した事業所等は除外しています

うちなー健康経営宣言　基本の流れ（協会けんぽ）

①「うちなー健康経営宣言」登録

②健診受診と特定健診データ化

被保険者

- 定期健診
- **生活習慣病予防健診**
- 人間ドック

特定健診データ化

健診を受けっぱなしにしないために特定健診データ化することが重要です。

③健診結果に基づく個別の対応

＜協会けんぽが実施＞

- 異常なし
- 生活習慣改善必要 → **特定保健指導**
- 要精検・治療（受診勧奨） → **医療機関受診**

事業所の積極的な関わり

④事業所カルテ作成・配布

＜協会けんぽが作成＞

④事業所カルテ作成・配布

⑤健康課題への対応

＜事業所が実施＞

○**事業所カルテに基づく自社の健康課題の確認**

○**ニュースレターの回覧**

○**シンポジウム、セミナー、健康講座受講など健康に関する知識や意欲の向上**

○**5者のサポートの活用**
- **ご家族にも健診プロジェクト**
- **高血圧対策プログラム**
- **禁煙サポート事業**
- **フードモデル等の無料貸出**
- **職場の健康力アップ事業など**

※事業所カルテとは・・・健診・保健指導の実施率や、健診結果・生活習慣を事業所単位でまとめ、県内の同業態の平均値などを表やグラフで見える化した資料

「うちなー健康経営推進団体」（令和4年6月1日開始）
（健康経営の拡大・充実）

沖縄県独自の制度

県内に所在する経済団体等の各種団体が、その団体に所属する事業場の健康づくりを進め、「うちなー健康経営推進団体宣言」を宣言し、県民へ公表している団体

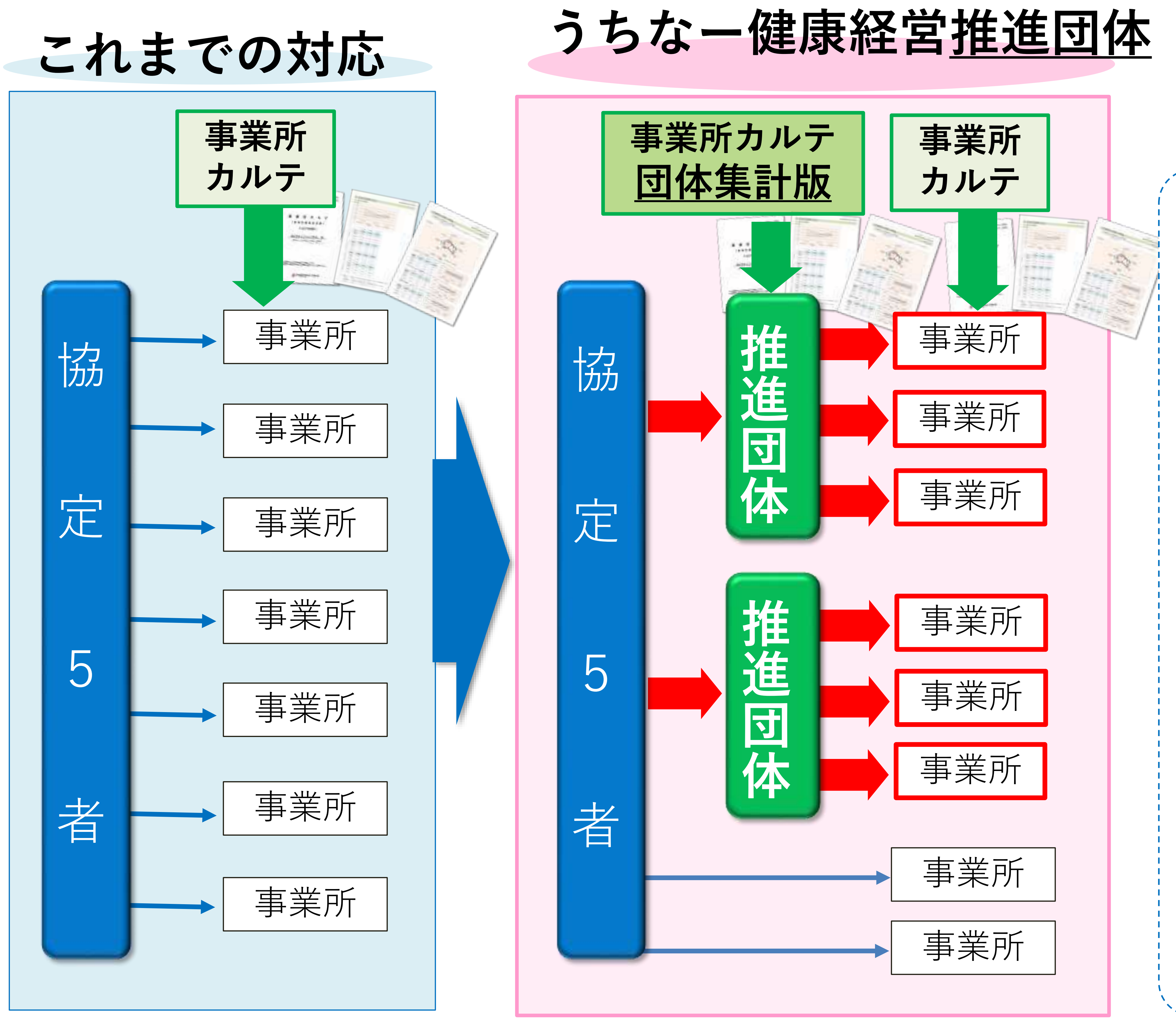
当該団体が下記①～③を通した健康づくりを積極的に進め、今後も活動の継続が見込まれることを協定5者のいずれかが認め、推薦することが必要

①「うちなー健康経営宣言」への登録を推進する

②健診受診を推奨し、保険者と連携して特定健診データ化を促進する

③協定５者の実施する健康事業を所属事業場に展開することに協力するなど、健康づくりに取り組む

「うちなー健康経営推進団体宣言」（支える仕組み）



期待される効果

〇事業所カルテ団体集計版を作成することで、団体所属の事業場同士で健康課題を共有できる。

〇事業主や健康づくり担当者同士の情報交換により、孤立感なく健康づくりを進めることができる。

〇５者の実施するサポートを推進団体単位で実施するなど効果的、効率的な実施ができる。

「うちなー健康経営推進団体一覧」

（令和7年6月1日現在）

No.	団体名	No.	団体名	No.	団体名	No.	団体名
1	読谷村商工会	11	南城市商工会	21	沖縄県工業連合会	31	久米島商工会
2	北那覇法人会	12	宮古島市伊良部商工会	22	八重瀬町商工会	32	南風原町商工会
3	那覇商工会議所	13	宜野湾市商工会	23	金武町商工会	33	沖縄中部法人会
4	北谷町商工会	14	西原町商工会	24	中城村観光協会	34	今帰仁村商工会
5	沖縄商工会議所	15	嘉手納町商工会	25	恩納村商工会		
6	浦添商工会議所	16	北中城村商工会	26	沖縄宮古法人会		
7	豊見城市商工会	17	中城村商工会	27	与那原町商工会		
8	宮古島商工会議所	18	沖縄県パチンコ・スロット協同組合	28	石垣市商工会		
9	うるま市商工会	19	沖縄県法人会連合会	29	糸満市商工会		
10	沖縄県商工会連合会	20	那覇法人会	30	沖縄北部法人会		

うちなー健康経営推進団体との包括協定締結状況

令和3年3月26日	読谷村・読谷村商工会（３者協定）
令和6年7月24日	沖縄県商工会議所連合会
令和7年6月17日	金武町・金武町商工会（３者協定）
令和7年7月18日	沖縄県商工会連合会

令和6年度　事業所で取り組む禁煙サポート事業（結果）

1．事業所申込状況

申込事業所数	72
参加事業所数	52

2．参加者申込状況

参加申込者数	181
参加者数	166

3．禁煙支援薬局

禁煙支援薬局数	31

4．男女別参加・卒煙状況

	合　計		
	参加	卒煙	卒煙率
男　性	149	62	41.6%
女　性	17	10	58.8%
合　計	166	72	43.4%

禁煙サポート事業　終了後アンケート
～アンケート記入時点でたばこを吸ってない方へ～

質問1_禁煙できた要因として、あてはまるもの全てに☑をつけてください。

会社のサポート	38	55.1%
家族のサポート	18	26.1%
薬剤師のサポート	26	37.7%
ニコチンパッチの効果	48	69.6%
その他	10	14.5%

・自分自身の気持ちの問題です。
・かぶれがあったためパッチを断念したが『セルフヘルプガイド』を読んで禁煙に成功した。
・コロナに罹患した。
・段々吸わなくなり、たまに吸うとクラクラするので禁煙につながった。
・意志　・同僚　・自分の意志　・本人次第

質問2_禁煙サポート事業について、あてはまるもの全てに☑をつけてください。

会社のサポートがあった	39	56.5%
上司・同僚のサポートがあった	9	13.0%
ニコチンパッチの補助があった	55	79.7%
禁煙に取り組むきっかけになった	47	68.1%
その他	2	2.9%

・妻の勧めで禁煙を実施した。
・決意

禁煙サポート事業　終了後アンケート
～アンケート記入時点でたばこを吸ってない方へ～

質問2_再喫煙しないために、どんなサポートや環境があれば心強いですか。

・自身の気持ちの問題なので、特にないです。
・タバコのゆうわくに負けない。アクマアクマととなえる。
・タバコ以外でのストレス解消方法を見つける・タバコを吸う口実を作らないようにする。
・禁煙はきっかけが大事で、それを確実に持続するためには、たばこの話をしない事が良いと思う。
・ストレスがたまった時、お酒を飲んだとき、この2つが吸いたくなるタイミングなので、あらかじめ周りにアナウンスしておき、サポートしてもらう。この機会をくれた関係者に感謝します。
・タバコがなくなることです。ストレスや不安がなければ禁煙できるとおもいます。
・自分ですわないという意思を強くもっているので、特にサポートは必要ではない。
・ニコチンパッチを追加購入して引きつづき禁煙に取りくみたい。
・今の職場環境でストレス減になる事業所になると心強い。
・禁煙の動機を絶対に忘れない事！
・自分次第どんな人生にしたいのか。
・まだ吸いたいと思う時があるので、人によってはもう少し長く(8週以降はパッチではなく他の方法で)サポートがあっても良いと思いました。
・定期的な確認。
・何人か複数名で参加するとより効果的だと思う。
・誘惑にまけない。
・喫煙を意識せず、吸っていない意識を持ち、自己意識を高める。
・看護師・薬剤師のサポート(電話確認等)ストレスを溜めない環境。
・会社の飲み会で、喫煙場所がない事。
・サポート事業の継続と、仕事量の適正趣味を見つけ時間を確保する。
・今回、会社のサポートがあったので本当によかったです。後は、自分次第の気持ち次第ですね。
・喫煙の有害性を思い出させる環境。
・一度でもまた吸ってしまうと戻る恐怖はあるので、ガム等の補助は手放せない(普通のガムとのこと)。
・禁煙に失敗しても再チャレンジ出来るという安心感があった。
・たばこ販売を無くす・酒をのまない・本人次第・基本、自分のやる気・喫煙しません。
・自分次第かな。

禁煙サポート事業　終了後アンケート
～アンケート記入時点でたばこを吸っている方へ～

質問1_たばこを吸っている理由として、あてはまるもの全てに☑をつけてください。

パッチを使っても吸いたくなったから	22	26.5%
パッチは副作用があり中断したから	10	12.0%
もらいたばこ	6	7.2%
お酒を飲んだから	13	15.7%
ストレス解消法として	22	26.5%
その他	8	9.6%

・以前、うつ病の薬を飲んでいた為断念した。
・その時点で欲に負けていました。
・毎日は吸っていない。貼ると安心して吸ってしまう(1日1本)。貼ってない日は罪悪感で吸わない。
・あまり効果が分からなかったのでやめた。
・パッチを貼った所が炎症をおこし、初めは我慢していたが、後半は貼らない選択をした。
・10mgに切り替わったらガマン出来なかった。
・パッチを貼って足の筋肉痛がひどくなったのでやめた。

禁煙サポート事業　終了後アンケート
～アンケート記入時点でたばこを吸っている方へ～

質問2_再度、禁煙に取り組むとした場合、どんなサポートや環境があれば取り組みやすいですか。

・まわりに吸っている人がいると中々キビしいです…。次はチャンピックスのような薬が新たに出たら良いと思います。
・うつ病の薬を1年以上、飲むことをやめたので、今後又、禁煙を再開したい。
・会社でのサポートがあると助かります。
・周囲の環境で一番身近な家族、友人、職場仲間との禁煙が出来ればモチベーションを保ちやすいと思う。
・拒否があり、次回は難しい。
・自費負担分が少ない or ないと続けやすい。
・以前は毎日吸うタバコでしたが今は休日だけと決めて吸ってます。すぐに辞めるのは難しいので休日だけをまずは続けて行きたいです。
・辞めるのはなかなか難しく、平日は頑張って我慢し、休日に吸い、少しずつでもタバコから離れられたらいいかなと思います。どんなサポートがあれば取り組みやすいかわからない為辞めることが出来てません。
・ストレスがなく、家庭も仕事も両立できる環境になれば、禁煙に向き合えると思う。
・病院で通院したい。
・今回の内容で十分ですが、パッチがかぶれるので、汗をかきにくい時期が良いかと思います。
・パッチの効果はあったが、お酒とタバコを日常的にワンセットになっていた為吸ってしまったので、飲み会がない月を作り、そこに合わせてパッチ等のサポートを利用したら、次回に辞められると思う。
・周囲に吸う環境がない事。
・体に悪いと思ったとき。
・自分が重度なものだと自覚した為、色々な方の意見を聞くと、飲み薬?が良いと個人的に思いました。
・次回は強い気持ちを持って挑みたい。
・ストレスがないかんきょう。
・経口投与型の支援薬。
・ニコチンパッチを使用中も吸いたくなった。吸っても副作用がなかったため、吸ってしまった。パッチの粘着力も弱く、少し汗をかくだけで剥がれてしまうことがあった。
・ニコチンパッチの効果は感じられなかったが、気持ちの面であるのと無いとでは違うので、今後も継続していただきたい。環境というよりは本人の意思だと改めて感じましたので、要求するようなことはございません。
・禁煙サポート事業が再度あればまた取り組みたい。
・自分で禁煙に向けてゆっくり取り組む。
・自分の住んでいる場所より、近場にサポート事業所があるなら、再度取り組みたいです。

令和7年度　協会けんぽ調査研究フォーラム（第11回）開催案

１．目的

協会はアクションプラン（第3期）以降、戦略的保険者機能を発揮するため加入者の健康増進や医療費適正化等の取組みを推進し、調査研究にも積極的に取り組んできた。また、令和２年度からは外部有識者を活用した委託研究事業を実施し、協会が保有するビッグデータを活用した新たな知見を内外に発信するために調査研究フォーラムを開催してきた。

第11回では、外部有識者を活用した委託研究の「第Ⅳ期（計3班）1年目の中間報告」、「第Ⅲ期（計4班）2年目の中間報告」、「第Ⅱ期（計5班）の最終報告と総合討論」、支部の研究・取組みを発信する。

２．実施形式（案）

前回と同様、会場開催とオンライン配信（YouTube生中継＋アーカイブ配信）。

３．内容

・テーマ案：『持続可能な医療保険制度を目指して』
・支部の調査研究や健診・保健指導等の取組発表（口演3件、他ポスター）
・委託研究（第Ⅳ期）3件の中間報告（1年目）
・委託研究（第Ⅲ期）4件の中間報告（2年目）
・委託研究（第Ⅱ期）5件の最終報告（3年目）・総合討論

４．会場：一橋講堂

５．日程：令和7年5月27日（火）10：00～17：05

６．観客

・運営委員、厚生労働省、協会支部及び一般（主に他保険者）で約200名
　※ 報道関係者、医師会、病院団体、各種学会など関係機関に案内予定
・YouTube視聴者（過去実績は各1,000回程度）

『事業所で取り組む禁煙サポート事業』の効果検証

全国健康保険協会 沖縄支部

玉城 雅人　新垣 清乃
當山 司　長濱 一史

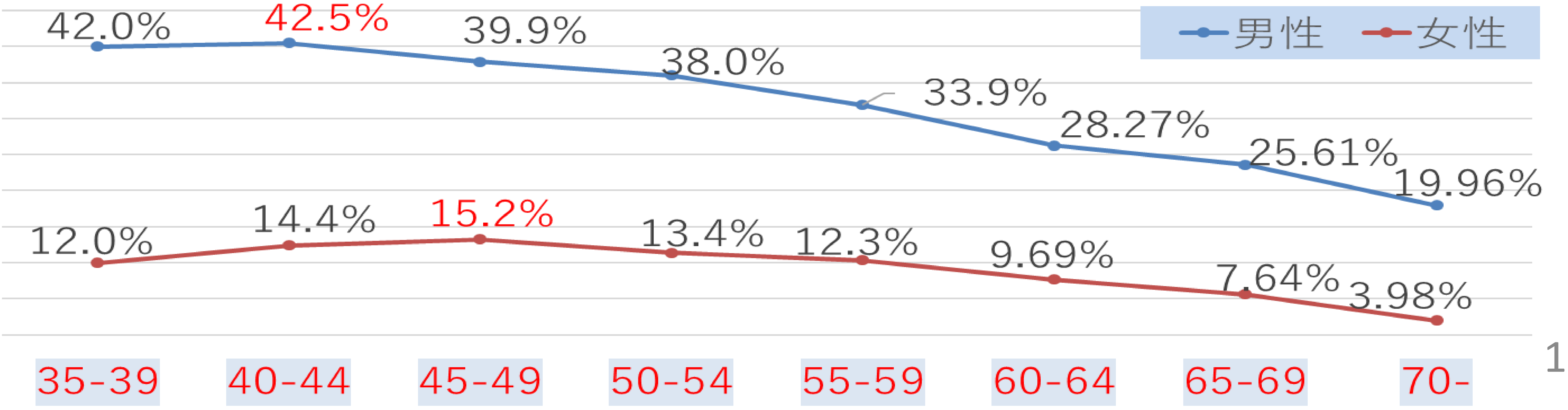
#【背景】

○沖縄支部が、沖縄県、沖縄労働局、沖縄県医師会及び沖縄産業保健総合支援センターと包括協定を締結し、協働運営している「うちなー健康経営宣言」登録事業所の43%が宣言事項として「禁煙・受動喫煙防止に取り組む」としており、喫煙問題への関心が高い。

○沖縄支部被保険者の年齢階級別喫煙率は、男性が40代前半、女性が40代後半が最も高い。

喫煙習慣がある者の割合（沖縄支部・被保険者）

（2022年度）協会けんぽ・35歳以上被保険者健診データより



【 目 的 】

本研究は、沖縄支部が「うちなー健康経営宣言サポート事業」として2023年度に開始した「事業所で取り組む禁煙サポート事業*」（以下「本事業」という）の初年度の効果検証を目的として実施する。

＊事業所で取り組む禁煙サポート事業（2023年度版）

禁煙希望の従業員を、県内29の禁煙支援薬局及び事業所担当者が当支部独自の「禁煙サポート手帳」を用いてサポートする8週間のプログラム。
参加者は、2週間ごとにOTC禁煙パッチ（初回の1箱2週間分のみ無償）を禁煙支援薬局で受け取る際に最大5回、禁煙支援薬剤師の助言を受ける。

「第13回健康寿命をのばそう！アワード」厚生労働省健康・生活衛生局長優良賞受賞

【方法】

沖縄支部加入者のうち、本事業参加者と禁煙外来受診者の禁煙成功率について、①特定健診データ、②レセプトデータ、③参加者へのヒアリングデータを用いてχ^2検定（有意水準5％）で比較した。

比較対象群	対象者	禁煙成功の判定		使用データ
		判定時期	判定基準	
本事業参加者（n＝69）	2023年度本事業参加者のうち、事業参加前からの継続喫煙者*1	事業終了から1ヶ月経過後	参加者ヒアリングに「禁煙継続」と回答した者	・特定健診データ（2022年度） ・参加者へのヒアリングデータ*3
禁煙外来受診者（n＝106）	2022年度に禁煙外来を受診した者*2	禁煙外来受診の翌年度	特定健診の問診票に「喫煙なし」と回答した者	・レセプトデータ（2022年度） ・特定健診データ（2023年度）

*1 事業参加前年度の特定健診の問診票に「喫煙あり」と回答した者を継続喫煙者と定義
*2 ニコチン依存症管理料1または2が算定されているレセプトの受診者
*3 本事業終了時の禁煙成功者のうち、事業終了から1ヶ月経過後の禁煙状況をヒアリングした集計結果

【 結 果 】

禁煙成功率の比較（ χ^2検定結果）

比較対象群	成功者	非成功者	成功率	p値
本事業参加者（n = 69）	25	44	36.2%	p =.758
禁煙外来受診者（n = 106）	36	70	34.0%	

検定の結果、本事業参加者と禁煙外来受診者に有意な差は認められなかった。

【 考 察 ① 】

○本事業と禁煙外来の禁煙成功率に有意な差は認められなかったが、
医療保険者負担分も含めた一人当たりの標準的な総費用は、
本事業が約23,000円、禁煙外来は43,630円～66,530円
（禁煙治療のための標準手順書第8.1版より）であることを考慮すると、
本事業の方が、より医療費適正化効果（費用対効果）は高いと言える。

○2024年度の本事業は、禁煙支援薬局が31局、参加事業所72社、
参加者168人と拡大しており、今後も継続実施することとしている。

【考察②】（今後の課題・展開）

〇データ数の増加

本事業開始初年度分のみでの調査・分析のためデータ数が少なく、本事業参加者の「ブリンクマン指数*別禁煙成功率」などの調査・分析については、個人情報保護の観点から発表できなかった。今後、本事業における事例を積み上げ、本研究を継続したい。

*ブリンクマン指数
喫煙による影響を評価する指標のひとつで、『1日の喫煙本数×喫煙年数』で表される。

参 考

ブリンクマン指数別禁煙成功率の比較

指数200未満：92.3%　／　指数200以上：28.9%

禁煙成功により特定保健指導レベルが改善される者の禁煙成功率*

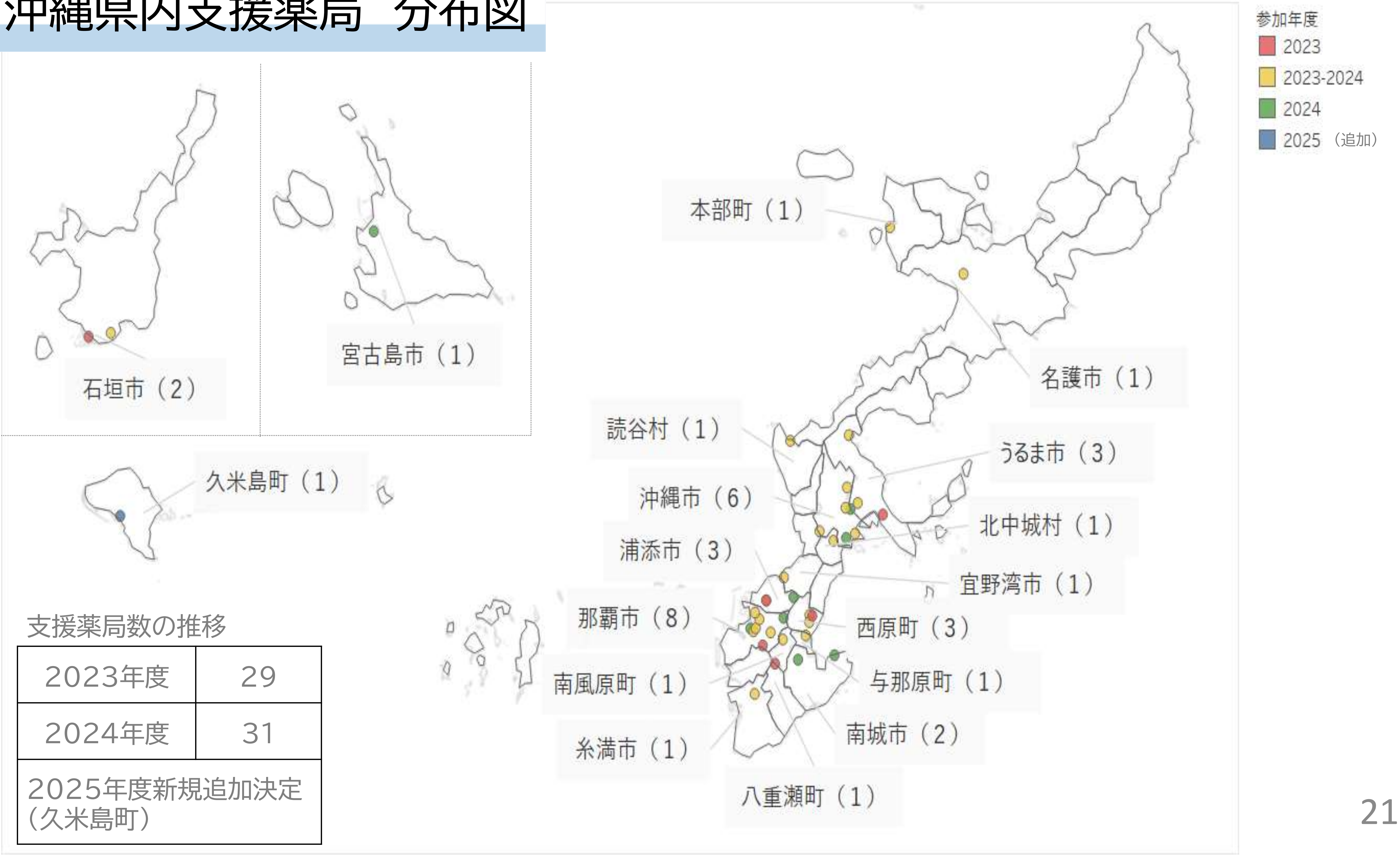
18.2%

*本事業参加者の健診結果において、問診票で「喫煙あり」が「喫煙なし」に変化することにより、特定保健指導階層化レベルが改善される者の禁煙成功者の割合（「喫煙」項目以外の他の健診結果は変わらないと仮定）

【参考①】

沖縄県内支援薬局　分布図

（カッコ内の数値は支援薬局数）



支援薬局数の推移

2023年度	29
2024年度	31
2025年度新規追加決定（久米島町）	

【参考②】

『健康寿命をのばそう！アワード』評価委員による講評

”喫煙率が高い被保険者を抱える保険者として、事業所の従業員の禁煙を支援するために、近隣薬局が事業所のかかりつけ薬局として役割を担う基盤を構築し、成果をあげつつある好事例です。

取組を開始しての期間は短いですが、禁煙支援の手順等の見直しを随時行い、参加事業所の拡大や禁煙支援利用者の増加につなげています。

また、特に若い世代で高い禁煙率が得られており、健康改善ならびに医療費の抑制の点からも意義深いです。今後の事業の発展を期待しています。”

【評価委員：中村　正和】

【参照】
厚生労働省　第13回健康寿命をのばそう！アワード
生活習慣病予防分野受賞プロジェクト事例のご紹介（P19）

【参考③】

2023年度事業　基本スキーム

事業所単位で申込み → 事業説明 →

第1・2週	第3・4週	第5・6週	第7・8週
禁煙パッチの無償提供	・禁煙パッチは事業所又は個人負担 ・事業所は禁煙指導時間の配慮 ・本人への励まし等		

・支援薬局で2週間ごとに禁煙パッチ受け取り
・受け取る際に薬剤師による禁煙指導実施

→ 実施結果の確認（終了1か月後）

協会けんぽ

沖縄県薬剤師会所属
29薬局が支援参加（※2024年度：31薬局）

協会けんぽ

【 参 考 ④ 】

禁煙サポート手帳サンプル

うちなー健康経営宣言サポート事業

事業所で取り組む
禁煙サポート事業

禁煙サポート手帳

氏 名　　　　　　　　様

沖縄県薬剤師会　(公財)沖縄県保健医療福祉事業団
全国健康保険協会 沖縄支部
協会けんぽ

禁煙サポート事業に参加された方へ

このたびは、事業へのご参加ありがとうございます

禁煙の秘訣、それは
「あきらめない」ことです

この事業では、あなたの禁煙を
事業所・禁煙支援薬局・協会けんぽがサポートします
ひとりで取り組むつらい禁煙にくらべて、禁煙成功率も上がります
「まずはやってみようかな」の気持ちで、一緒にがんばりましょう

はじめに

18ページから22ページまでの「問診票」
をご記入ください。

1

禁煙支援薬局訪問予約表

	予 約 日	事業所サイン 日 付	事業所サイン 担当者
※ 初回は事業所ご担当者様がご予約ください。			
1回目	月　日(　)	月　日	
※ 2回目以降はご本人様がご予約ください。			
2回目	月　日(　)	月　日	
3回目	月　日(　)	月　日	
4回目	月　日(　)	月　日	
【終了面談または電話】			
5回目	月　日(　)	月　日	

ご注意

※ 必ず2週間以内、ニコチンパッチがなくなる前に薬局を訪問してください。
※ 都合により予約日を変更する場合は、薬局と事業所の担当者へご連絡ください。
※ 薬局訪問後は、事業所のご担当者様に次回予約日の確認のサインをもらってください。

2

薬剤師記入

1・2週目　来局日　令和　年　月　日（　）

● ニコチンパッチ**補助分**①　　薬剤師サイン
※ 配付したら✔する
☐ **ニコチネル20**（14枚入り）

● 体調の確認　※ ✔で選択する

① 目覚め	☐ 良い	☐ 普通	☐ 良くない
② 胃の調子	☐ 良い	☐ 普通	☐ 良くない
③ 食 欲	☐ ある	☐ 普通	☐ ない
④ 咳や痰	☐ 多い	☐ 普通	☐ 少ない

● 来局時の血圧 ➡　　/　　mmHg

● 指導内容　※ ✔で選択する
☐ ニコチンパッチの使用方法
☐ ニコチンパッチの副作用　☐ 禁断症状の対処方法
☐ その他

5

ご本人様記入

日々の記録（ 禁煙 1～14日 ）　1・2週目

	月 日	パッチ	ひとこと
1日目	/	枚	
2日目	/	枚	
3日目	/	枚	
4日目	/	枚	
5日目	/	枚	
6日目	/	枚	
7日目	/	枚	
8日目	/	枚	
9日目	/	枚	
10日目	/	枚	
11日目	/	枚	
12日目	/	枚	
13日目	/	枚	
14日目	/	枚	

禁煙して3日目までがきついかと思いますが、あとは条件反射・習慣・記憶との闘いです！
まずは3日目を乗り越えましょう！

6

禁煙サポート事業　終了後アンケート

～ アンケート記入時点で、たばこを**吸っていない**方へ ～

質問 **1** 禁煙できた要因として、あてはまるもの全てに✔をつけてください。

☐ 会社のサポート　☐ 家族のサポート
☐ 薬剤師のサポート　☐ ニコチンパッチの効果
☐ その他（　　　　　　　　　）

質問 **2** 事業所で取り組む禁煙サポート事業について、あてはまるもの全てに✔をつけてください。

☐ 会社のサポートがあったので、取り組みやすい
☐ 上司や同僚からのサポートがあったので、取り組みやすい
☐ ニコチンパッチの補助があったので、取り組みやすい
☐ 禁煙に取り組むきっかけになった
☐ その他（　　　　　　　　　）

質問 **3** 再喫煙しないために、どんなサポートや環境があれば心強いですか。

ご記入は以上です　ありがとうございました
※後日、協会けんぽよりお電話にて卒煙状況を確認いたします

14