データヘルス計画①

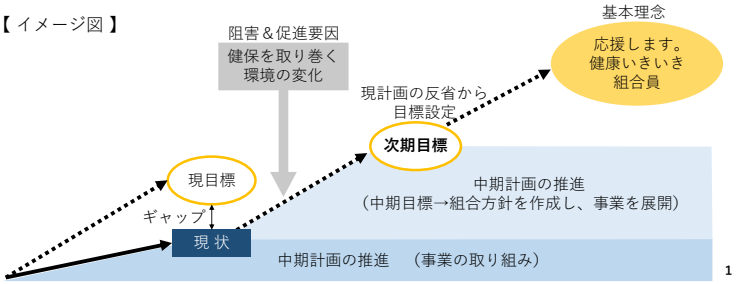
”健康いきいき組合員”
中期計画の策定

Ⅰ．中期計画の趣旨	Ⅳ．当健保を客観的に評価
Ⅱ．次期 中期計画策定のSTEP	Ⅴ．取り巻く環境の変化
Ⅲ．現計画の振り返り	Ⅵ．次期計画の目標設定

Ⅰ．中期計画の趣旨

基本理念「応援します。健康いきいき組合員」の実現に向け、
当健保の保健事業における中期的な方向性を示す

【イメージ図】



1

Ⅱ．次期 中期計画策定のSTEP

1. 現計画の振り返り（評価・反省）	・現計画の達成状況と”健康いきいき”を評価
2. 当健保を客観的に評価	・ベンチマークで当健保の立ち位置を相対評価
3. 取り巻く環境の変化を確認	・当健保の事業に関わる環境変化を整理
4. 次期計画の目標設定	・基本理念の実現に向けて課題を整理し、目標を設定

2

Ⅲ. 現計画の振り返り（評価・反省）

■ 現計画の目標

2023年度までに 『健康意識の高い人』を 25% ➡ 40% に増やす

実現のために
①「健診を受けている人」を 83%→90%に増やす
②「健康3条件を満たす人」を 30%→45%に増やす
＜健康３条件＞ 非メタボ、禁煙、運動習慣

＜設定背景＞高齢化、疾病構造の変化（生活習慣病の増加）等により、生活習慣病に重点を置いた目標設定

	2016年度	2023年度見込	目標（2023年度）	評価
健康意識の高い人	**25%**	**38%**	**40%**	△
① 健診受診率	83%	87%	90%	△
② 健康３条件	30%	44%	45%	△
非メタボ	83%	78%	79%	×
禁　煙	75%	81%	81%	○
運　動	44%	67%	67%	○

目標未達の見込み

3

Ⅲ. 現計画の振り返り（評価・反省）

■ 現計画の主な実施内容（2016～2023年度）

	2016年度	2023年度見込	目標（2023年度）	評価	実施事項
① 健診受診率	83%	→87%	90%	△	・電話での受診勧奨 ・全国の契約医療機関の拡大 ・連続受診者にインセンティブ開始 ・イベント付きファミリー健診
② 健康３条件	30%	↗44%	45%	△	
非メタボ	83%	↘78%	79%	×	・保健指導アプリの導入 ・健診日に初回支援できる体制整備 ・非メタボのリスク所有者に対するメタボ流入予防 ・るぶるMyチャレンジに体重メニューの追加
禁　煙	75%	↗81%	81%	○	・オンライン禁煙外来の導入 ・禁煙セミナーの実施
運　動	44%	↗67%	67%	○	・るぶるMyチャレンジのPR ・事業主イベント、アプリとの連携

コロナで受診者 減

コロナで保健指導 縮小

〈課題〉 **健診受診率は伸び悩み**（主に家族）、**非メタボ率は大幅減少。**

4

Ⅲ. 現計画の振り返り（評価・反省）

■ 厚生労働省提示の**生活習慣病へのステップ**

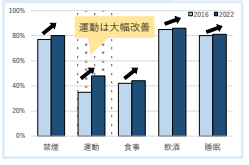
レベル１ 生活習慣の悪化
⬇
レベル２ 健診数値の悪化
⬇
レベル３ メタボ・生活習慣病
⬇
レベル４ 生活習慣病の重症化
⬇
レベル５ 要介護状態

基本理念の実現状況を確認するため、**レベル１～３における組合員の状態を確認**

5

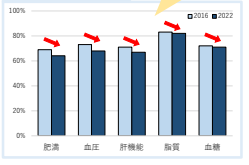
Ⅲ. 現計画の振り返り（評価・反省）

レベル１ 生活習慣（問診）



レベル２ 健診数値

いずれの数値も悪化



・6年間で、健康３条件の一つに挙げた「運動」は大幅改善
・生活習慣の改善は図られたが、**健診数値の改善にまで至らず**

6

Ⅲ. 現計画の振り返り（評価・反省）

レベル３ 生活習慣病の病院受診率

健診数値の悪化も影響し、**生活習慣病の病院受診率も増加。**

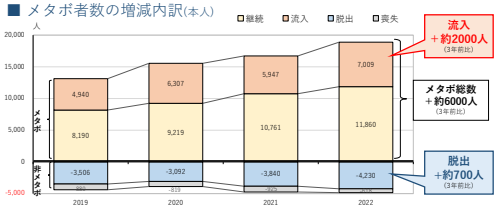
※メタボ：メタボ予備群、該当者

ここまでの反省
・メタボに関連して、健診数値、生活習慣病の病院受診率などが悪化
・メタボ増加要因を検証・反省し、次期計画に反映する

7

Ⅲ. 現計画の振り返り(評価・反省)

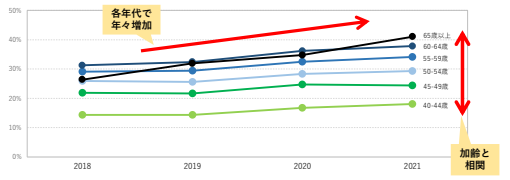
■ メタボ者数の増減内訳(本人)



流入者数の激増に対して 脱出者数は伸びず、メタボ該当者数は年々増加

Ⅲ. 現計画の振り返り(評価・反省)

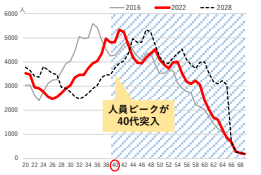
■ 年代別 メタボ予備群・該当者の推移



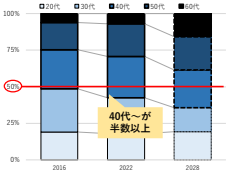
メタボ予備群・該当者は全年代で増加しており、加齢と相関して悪化

Ⅲ. 現計画の振り返り(評価・反省)

■ 年齢別 人員構成表の推移 (前後6年・組合員全体)



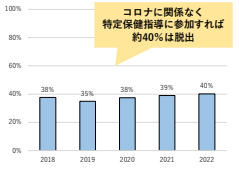
■ 年代別 人員割合



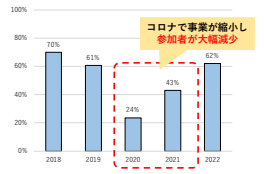
メタボ増加要因❶ 組合員の高齢化により、流入者数 増加＆脱出者数 伸び悩み (今後さらに深刻化)

Ⅲ. 現計画の振り返り(評価・反省)

■ 特定保健指導の脱出率



■ 特定保健指導の参加（実施）率



メタボ増加要因❷ コロナで特定保健指導の参加者が減ったため、脱出者数が減少

Ⅲ. 現計画の振り返り(評価・反省)

■ まとめ

＜現計画の目標について＞
・「健康意識の高い人」は目標未達の見込み、生活習慣は一部改善
・しかし、非メタボ率、健診数値、生活習慣病の病院受診率は悪化

＜メタボ者数の増加要因について＞
・高齢化と特定保健指導の縮小により、流入者数の増加＆脱出者数の伸び悩み

反省点① メタボの増加傾向に対して取り組みが不足

反省点② 健診数値、生活習慣病の病院受診率等の実態確認が不足

Ⅳ. 当健保を客観的に評価

■ ２つの観点から客観的に評価

①健康スコアリングレポート

- **2018年度より厚労省・経産省・日本健康会議が健保の相対評価として導入**
- 各健保の加入者の健康状態や医療費、予防・健康づくりへの取り組み状況を見える化
- 事業主と健保のコラボヘルス推進に活用するツール

②国指標「保険者機能の総合評価指標」

- **2018年度より厚生労働省が後期高齢者支援金の加算・減算における評価として導入**
- 全国の健保の取り組みを相対評価できる指標
- 特定健診・特定保健指導の実施率、また多様な取り組みの実施状況を評価
- 多様な予防・健康づくり事業を積極的に取り組む健保ほど評価が高い

一方で、この評価指標の多くはプロセス・アウトプットのみで評価

13

Ⅳ. 当健保を客観的に評価

■ **相対評価①** 健康スコアリングレポート（2021年度）

【 生活習慣 他健保との比較 】

【 健診数値 他健保との比較 】

・生活習慣：「食事」「飲酒」に問題あり
・健診数値：「肝機能」に改善余地あり

14

Ⅳ. 当健保を客観的に評価

■ **相対評価②** 国指標「保険者機能の総合評価指標」

87位／1419健保 〔 115点／200点 〕

大項目	点数	評価
1．特定健診・特定保健指導	10/85	×
2．要医療者の対応	20/21	○
3．情報提供	4/4	◎
4．後発医薬品の促進	14/22	×
5．がん・歯科	33/34	○
6．健康づくりの働きかけ	18/18	◎
7．事業主と連携	16/16	◎
合 計	115/200	×

【その他の相対評価】

- 特定健診 受診率 549位
- 特定保健指導 実施率 442位
- ジェネリック医薬品の使用割合 930位

独自指標で進んできた当健保には、**全国と比べて改善余地あり**

15

Ⅳ. 当健保を客観的に評価

■ まとめ

＜全国レベルでの相対評価＞
- 「食事」「飲酒」「肝機能リスク」など、他健保と比較すると劣っている
- 「国指標」など、客観的な指標は全国的には順位が低い

＜相対評価の指標について＞
・現計画の策定時点では、国指標など存在しなかったため、指標に組み込めなかった

独自指標「健康意識の高い人」だけに焦点をあて、見落としている項目あり

反省点①　非メタボ・禁煙・運動だけに特化せず、全方向的な取り組みが必要

反省点②　他健保と相対評価できる指標の活用が必要

16

Ⅴ．取り巻く環境の変化

【課題】

- 少子高齢化：・高齢化に伴う生活習慣病の重症化
- 社会保障費の増加：・医療費、納付金の増加による財政悪化で事業が縮小
- 法改正など国の方針変更：・随時、法改正に合わせて事業の方向性を見直し

【機会・手法】

- 国のヘルスケア事業の推進：・国指標の大幅見直し ・健康スコアリングレポート データヘルス等の展開
- 健康経営の浸透：・事業主とのコラボヘルスで事業を効率化

17

Ⅴ．取り巻く環境の変化

（1）「国指標」が２０２４年度に大幅見直し

国指標

見直しの結果

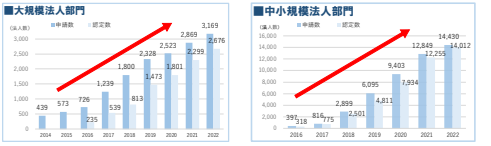
評価＝ プロセス・アウトプット（健保の取り組み状況） ＋ NEW アウトカム（組合員の健康状態）

- ・アウトカム指標により、組合員が健康な健保が評価
- ・取り組むべき保健事業がさらに拡充
- ・国指標の改善が、その他の相対評価の改善にも繋がる

18

Ⅴ．取り巻く環境の変化

（2）「健康経営」に注目する企業が増加



※当健保加入事業主の健康経営の取得状況

健康優良法人 17社／41社

健康経営宣言 23社／41社

健康経営の取得に向けて
当健保も加入事業主にサポート実施

19

（ご参考）トヨタ自動車㈱の取り組み

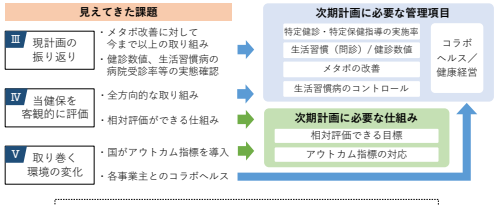
トヨタ自動車㈱ 『2030年健康ビジョン』

- ・2030年までの「健康ビジョン」を策定
- ・全社的に社員の健康への意識が醸成

20

Ⅵ. 次期計画の目標を設定

■ ここまで見えてきた課題から、次期計画に必要な管理項目を整理

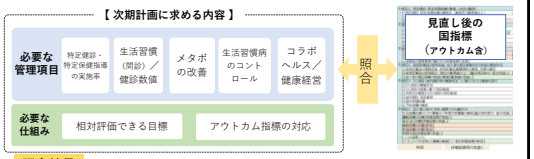


幅広い課題を抱えており、**幅広い取り組み＆仕組みが求められる**

21

Ⅵ. 次期計画の目標を設定

■ 整理した「次期計画に求める内容」を、見直し後の国指標と照合



照合結果

・国指標は「次期計画に求める内容」を**すべて網羅**

・**国指標の項目改善により健康いきいき組合員の達成**
・**次期計画に活用**

22

（ご参考）国指標と必要な管理項目の比較

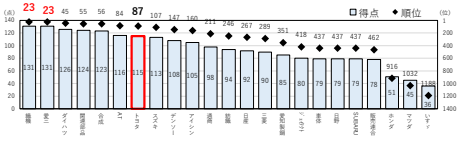
国指標			次期計画に必要な管理項目
大項目	評価内容		
① 特定健診・特定保健指導の実施	・特定健診の受診率 ・特定保健指導の実施率 ・肥満解消率	合致	・特定健診・特定保健指導の実施率 ・メタボの改善
② 要医療者の対応	・受診勧奨 ・糖尿病の重症化予防 ・３疾病のコントロール割合	合致	・生活習慣病のコントロール
③ 予防健康づくりの体制整備	・PHRの体制整備 ・コラボヘルスの体制整備など	合致	・コラボヘルス／健康経営の推進
④ 後発医薬品、適正服薬の促進	・ジェネリックの使用割合 ・適正服薬の取り組みなど		※今回の管理項目には含まれないが、健保事業の重要施策
⑤ がん検診・歯科健診の実施	・がん検診の受診勧奨 ・歯科健診の受診勧奨　など		
⑥ 健康づくりの働きかけ	・生活習慣の改善 ・インセンティブ事業など	合致	・生活習慣（問診）／健診数値

23

Ⅵ. 次期計画の目標を設定

国指標の項目を改善し、同業種トップの健保を目指す

【 国指標のベンチマーク（参照健保：トヨタグループ＆自動車８社）】



目標値　2026年までに **20位以上**／1,419健保

24

Ⅵ. 次期計画の目標を設定

（1）国指標の大項目に当てはめ、組合方針を作成
（2）国指標の結果をもとに毎年度評価し、必要に応じて軌道修正
（3）健診数値、生活習慣病の病院受診率といった実態を表す値を併行して確認

国指標の大項目	国指標の評価内容	組合方針イメージ
① 特定健診・特定保健指導の実施	・特定健診の受診率 ・特定保健指導の実施率 ・肥満解消率	・健診データの回収 ・家族向け受診促進イベント/受診勧奨 ・ICT面談などでデジタル化
② 要医療者の対応	・受診勧奨 ・糖尿病の重症化予防 ・３疾病のコントロール割合	・糖尿病予防のセミナーの推進 ・事業主と連携し受診勧奨/再勧奨 ・ICT面談などデジタル化
③ 予防健康づくりの体制整備	・PHRの体制整備 ・コラボヘルスの体制整備など	・マイナンバーカード推進にむけPR ・事業主とのコラボヘルスの推進
④ 後発医薬品、適正服薬の促進	・ジェネリックの使用割合 ・適正服薬の取り組みなど	・ジェネリックお願いシール ・お薬手帳の利用促進
⑤ がん検診・歯科健診の実施	・がん検診の受診勧奨 ・歯科健診の受診勧奨　など	・女性のがん検診への受診促進 ・歯科未受診者への受診促進
⑥ 健康づくりの働きかけ	・生活習慣病の改善 ・インセンティブ事業など	・禁煙に関するイベントの推進 ・事業主の健康支援システムとの連携 ・るぶるMyチャレンジの推進

25

データヘルス計画②

メタボ動向について

◆対象者：本人

◆検証したいこと

メタボ者が増加しているが、どの群が増えているか調査

◆調査項目

①メタボ者数の増減状況

過去5年間の健診結果よりメタボ者を新規メタボ、再メタボ、継続メタボに分類して推移に違いがあるか調査

②メタボ者数の増減状況は服薬により違いがあるか

③特定保健指導の実施により非メタボに改善する割合

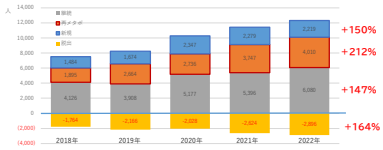
メタボ者の分類について

2018年の場合

	2018年	2017年	2016年	2015年	2014年
新規	**メタボ**	非メタボ	非メタボ	非メタボ	非メタボ
再メタボ	**メタボ**	非メタボ	**メタボ**		
	メタボ	非メタボ	非メタボ	**メタボ**	
	メタボ	非メタボ	非メタボ	非メタボ	**メタボ**
	メタボ	**メタボ**	**メタボ**	非メタボ	**メタボ**
	メタボ	**メタボ**	非メタボ	**メタボ**	
	メタボ	**メタボ**	非メタボ	非メタボ	**メタボ**
継続	**メタボ**	**メタボ**	非メタボ	非メタボ	非メタボ
	メタボ	**メタボ**	**メタボ**	非メタボ	非メタボ
	メタボ	**メタボ**	**メタボ**	**メタボ**	非メタボ
	メタボ	**メタボ**	**メタボ**	**メタボ**	**メタボ**

対象者
・40-64歳
・5年間健診結果有
（40-44歳は1-4年間データ有）
ex.2018年：2014年～2018年健診結果揃っている

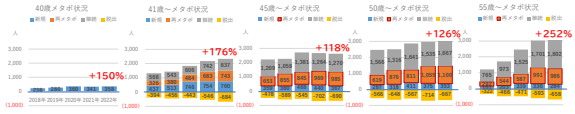
メタボ者数　増減状況



	前年度比				対2018年
	2019年	2020年	2021年	2022年	
新規	**113%**	**140%**	97%	97%	150%
再メタボ	**141%**	103%	**137%**	107%	212%
継続	95%	132%	104%	113%	147%
脱出	123%	94%	129%	110%	164%

・脱出者より新規・再メタボ・継続者が増えメタボ者増加
・コロナの影響を受け、新規メタボが2019年、2020年に増加
・コロナ以降、再メタボ増加者の増加率が特に大きい

年齢別　メタボ増減



メタボ

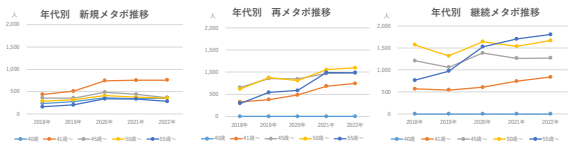
		40歳	41歳～	45歳～	50歳～	55歳～
対2018年	計	150%	176%	118%	126%	252%
	新規	**150%**	**174%**	102%	123%	176%
	再メタボ	-	228%	**151%**	**178%**	**338%**
	継続	-	147%	105%	106%	236%

メタボ脱出

	41歳～	45歳～	50歳～	55歳～
対2018年	174%	144%	118%	204%

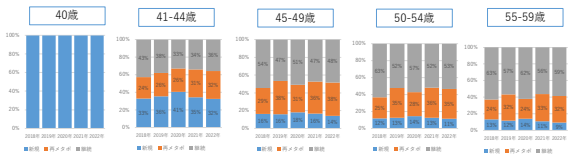
・全ての年代でメタボは増加。
　特に40-44歳、55－59歳の増加が大きい
・新規は40-44歳で特に増加
・再メタボは全ての年代で増加しているが特に50代の人数が増加
・45歳以降は新規より脱出者が多いが、
　再メタボの増加によりメタボ数増加

メタボの分類別　推移



・40-44歳の新規が増加
・全年代で再メタボが増加
・45-49歳の継続者は増加していない

年代別メタボ者の分類内訳



・加齢により　新規メタボ　→　新規・継続メタボ　→　継続・再メタボ　の割合が増加

メタボリックシンドローム対象者について

		服薬	非肥満		内臓脂肪型肥満
			腹囲（女）～89.9 cm （男）～84.9 cm		腹囲（女） 90 cm～ （男） 85 cm～
			BMI～24.9	BMI25～	
リスク	無	無			
	有	有			メタボリックシンドローム 該当者 予備群

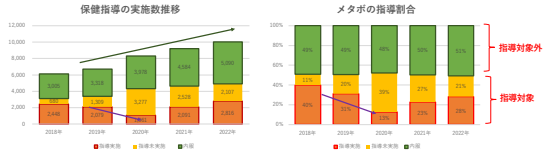
・メタボリックシンドローム対象者は内臓脂肪型肥満者で高血圧、脂質異常症、糖尿病の服薬者も含む

メタボ分類と服薬有無

・メタボは服薬者の継続が一番増加している

・再メタボは服薬なし、服薬者ともに増加している

メタボ者への特定保健指導



・コロナにより2019～2022年指導実施数減少

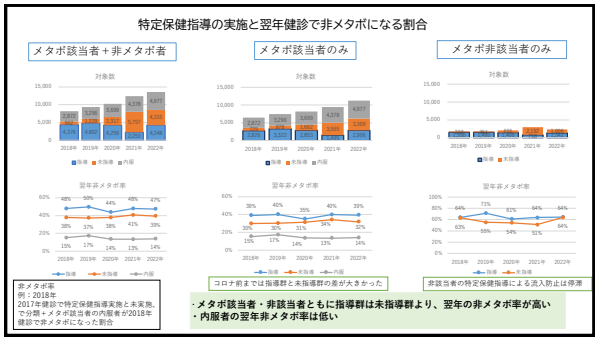
・メタボの内、服薬者割合増加傾向

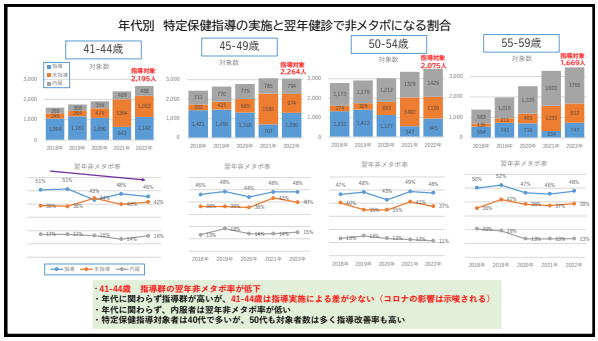
・服薬者は特定保健指導から除外されるためメタボ者の指導対象は約5割

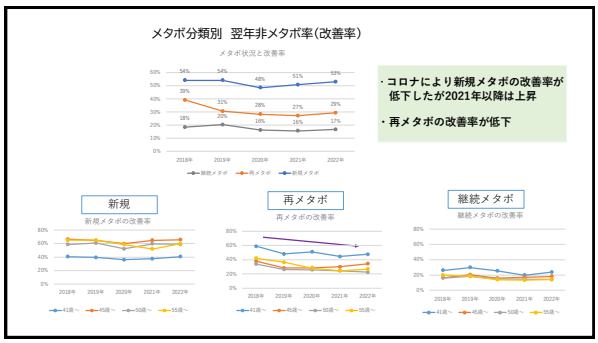
特定保健指導の対象者範囲

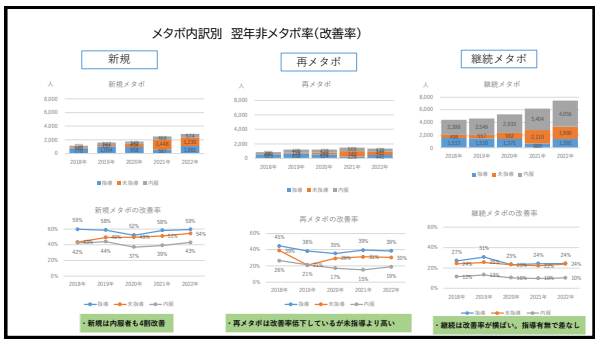
		服薬	非肥満		内臓脂肪型肥満
			腹囲（女）～89.9 cm （男）～84.9 cm		腹囲（女） 90 cm～ （男） 85 cm～
			BMI～24.9	BMI25～	
リスク	無	無			
	有	有			特定保健指導対象者

・特定保健指導は服薬なし　の　メタボ者　と　BMIリスク有者に実施
（非メタボでもBMI25以上のリスク有者も対象）


特定保健指導の実施と翌年健診で非メタボになる割合
メタボ該当者＋非メタボ者
メタボ該当者のみ
メタボ非該当者のみ
対象数
翌年非メタボ率
※非メタボ：
例：2018年
2017年健診で特定保健指導実施と未実施、
つ分類＋メタボ該当者の内服者が2018年
健診で非メタボになった割合
コロナ前までは指導群と未指導群の差が大きかった
非該当者の特定保健指導による流入防止は停滞
・メタボ該当者・非該当者ともに指導群は未指導群より、翌年の非メタボ率が高い
・内服者の翌年非メタボ率は低い


年代別　特定保健指導の実施と翌年健診で非メタボになる割合
41-44歳
45-49歳
50-54歳
55-59歳
対象数
翌年非メタボ率
・41-44歳　指導群の翌年非メタボ率が低下
・年代に関わらず指導群が高いが、41-44歳は指導実施による差が少ない（コロナの影響は示唆される）
・年代に関わらず、内服者は翌年非メタボ率が低い
・特定保健指導対象者は40代で多いが、50代も対象者数は多く指導改善率も高い


メタボ分類別　翌年非メタボ率(改善率)
メタボ状況と改善率
・コロナにより新規メタボの改善率が低下したが2021年以降は上昇
・再メタボの改善率が低下
新規
再メタボ
継続メタボ


メタボ内訳別　翌年非メタボ率(改善率)
新規
再メタボ
継続メタボ
・新規は内服者も4割改善
・再メタボは改善率低下しているが未指導より高い
・継続は改善率が横ばい。指導有無で差なし

メタボ増加理由

【コロナの影響】
・新規メタボと再メタボ増加
・保健指導対象外の服薬者が増加

【保健指導の影響】
・実施率が低下し、改善者減少
・改善率は40代が50代より高い
とは言えない（特に40-44歳）
・再メタボの改善率が低下
・継続者は指導有無で改善率に
差がない（岩盤メタボ）

①流入防止策が必要

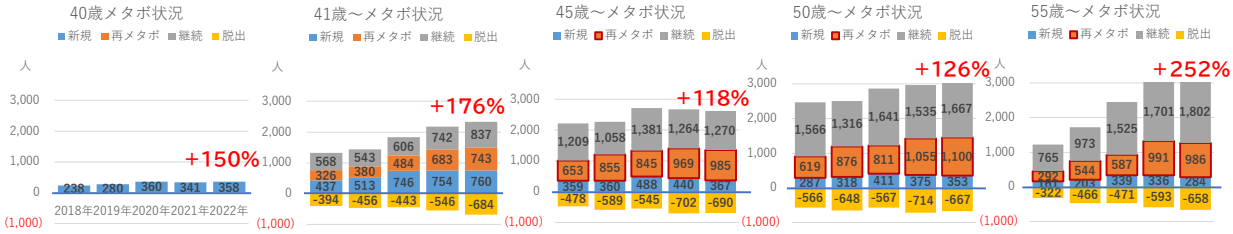
②服薬者はメタボ脱出が困難だが新規であれば
改善する率は高いためフォローできると良い

③保健指導実施者と未実施者で改善率が約10％の差が
ある。実施者を増やし、40代の改善率を高めたい

④再メタボにならないよう、指導後のフォローが
できると良い

⑤岩盤メタボにならないよう、今後も指導ツールや
カリキュラムの改善が必要である

年齢別　メタボ増減



メタボ

		40歳	41歳～	45歳～	50歳～	55歳～
メタボ数	2018年	238	1,331	2,221	2,472	1,218
	2019年	280	1,436	2,273	2,510	1,720
	2020年	360	1,836	2,714	2,863	2,451
	2021年	341	2,179	2,673	2,965	3,028
	2022年	358	2,340	2,622	3,120	3,072
対2018年	計	150%	176%	118%	126%	252%
	新規	150%	174%	102%	123%	176%
	再メタボ	-	228%	151%	178%	338%
	継続	-	147%	105%	106%	236%

メタボ脱出

	41歳～	45歳～	50歳～	55歳～
メタボ脱出数	-394	-478	-566	-322
	-456	-589	-648	-466
	-443	-545	-567	-471
	-546	-702	-714	-593
	-684	-690	-667	-658
対2018年	174%	144%	118%	204%

・全ての年代でメタボは増加。特に40-44歳、55－59歳の増加が大きい
・新規は40-44歳で特に増加
・再メタボは全ての年代で増加しているが特に50代の人数が増加
・45歳以降は新規より脱出者が多いが、再メタボの増加によりメタボ数増加