

2015年9月4日(金)  
日本ヘルスサポート学会第10回学会集

## 小規模事業所の事業主、行政機関、 関係団体との協働

全国健康保険協会  
保健第二グループ 六路 恵子



## 本日の報告

全国健康保険協会の概要

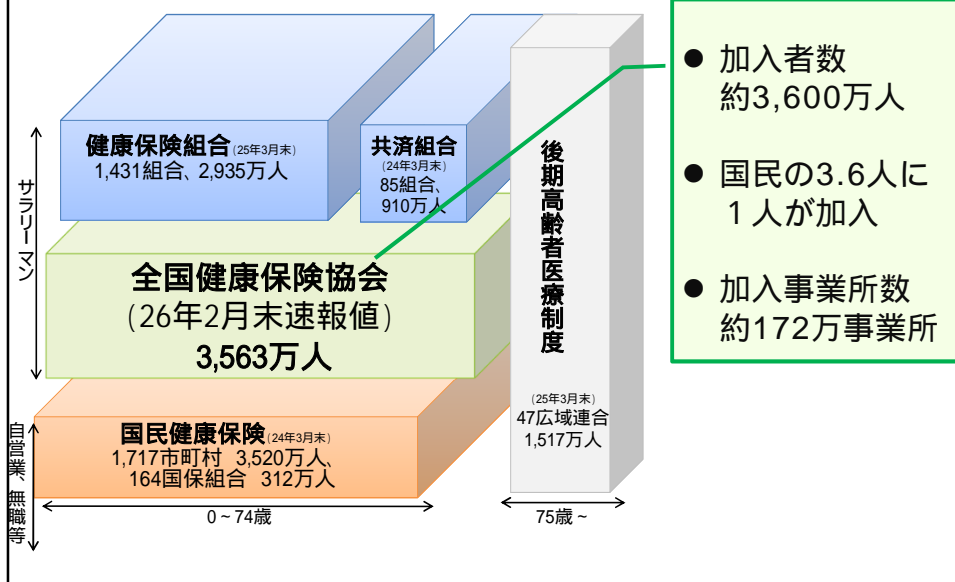
健診結果データの分析結果

事業主、関係機関等と連携した健康づくり支援事例

まとめ

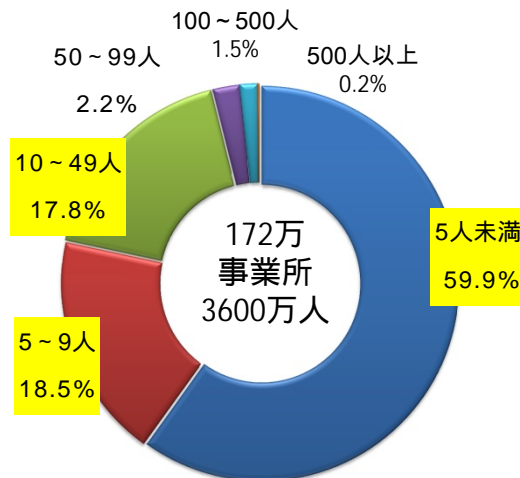


## 全国健康保険協会（協会けんぽ）の概要 （保険者数・加入者数）



## 全国健康保険協会（協会けんぽ）の概要 （事業所規模別事業所数の割合）

事業所の96%が従業員数50人未満



## 全国健康保険協会（協会けんぽ）の概要

他被用者保険加入者に比べて平均年齢、一人あたり医療費が高く、標準報酬総額は低い。

	協会けんぽ	健保組合	共済組合
被保険者	主として中小企業のサラリーマン	主として大企業のサラリーマン	国家・地方公務員及び私立学校職員
保険者数 (25年3月末)	1	1,431	85 (注1)
加入者数 (25年3月末)	3,510万人 本人 1,987万人 家族 1,523万人	2,935万人 本人 1,554万人 家族 1,382万人	910万人 (注1) 本人 451万人 家族 459万人
加入者平均年齢 (24年度)	36.4歳	34.3歳	33.4歳 (注1)
加入者1人あたり医療費 (年額)	161,306円 (24年度)	143,778円 (24年度)	147,592円 (23年度) (注1)
被保険者1人あたり標準報酬総額 (年額)	370万円 (24年度)	537万円 (24年度)	649万円 (23年度)
保険料率	10.00% (26年度全国平均)	8.861% (26年度 予算 早期集計平均)	8.20% (国共済) (25年度平均)
同じ30万円の給料なら、保険料額 (月額)は… 労使折半前の保険料額 (月額)	30,000円	26,583円	24,600円

出典) 協会けんぽ事業年報、健康保険・船員保険被保険者実態調査、健康保険・船員保険事業状況報告、医療保険に関する基礎資料  
平成25年4月4日第8回社会保障制度改革国民会議資料を一部抜粋。(地共済9.36%、私学共済7.39%(いずれも25年度))  
注1) 共済組合については、保険者数及び加入者数は平成24年3月末、加入者平均年齢は平成23年度の数値であり、加入者1人あたり医療費は2月～翌年1月の数値である。

## 中小企業の強みを活かした活動の推進



- 事業所での健康づくりは事業主(キーパーソン)の考え次第  
事業主がその気になれば動きは速い
- 事業主と従業員一人一人が直結し、顔が見える関係
- 従業員同士のつながりが強い

事業主への働きかけ

事業主のステークホルダーと連携した健康づくり事業が可能  
加入者の健康課題は、地域の課題と直結している。  
地域保健との連携がカギ！  
業種によって健康課題が違う。業種団体との連携が大切！

関係機関との連携

## 協会けんぽが保有するデータの特徴を活かした活動

3600万人の健康情報を保有している

- ・全国各地に加入者がいる
- ・全業種にわたって加入者がいる



- ・地域別、業種別、事業所別に比較が可能で、健康特性を把握しやすい

データを活用して、事業主や地域保健、行政機関、関係団体の担当者などと健康特性を共有し、加入者の健康づくりについて共に考えることができる

## 加入者の健康特性を把握するためのデータ分析

1. 健診結果に基づくリスク因子(27項目)について  
2012年度健診受診者 520万人のデータ分析  
都道府県別比較  
市町村別比較  
業種間(42業種)比較

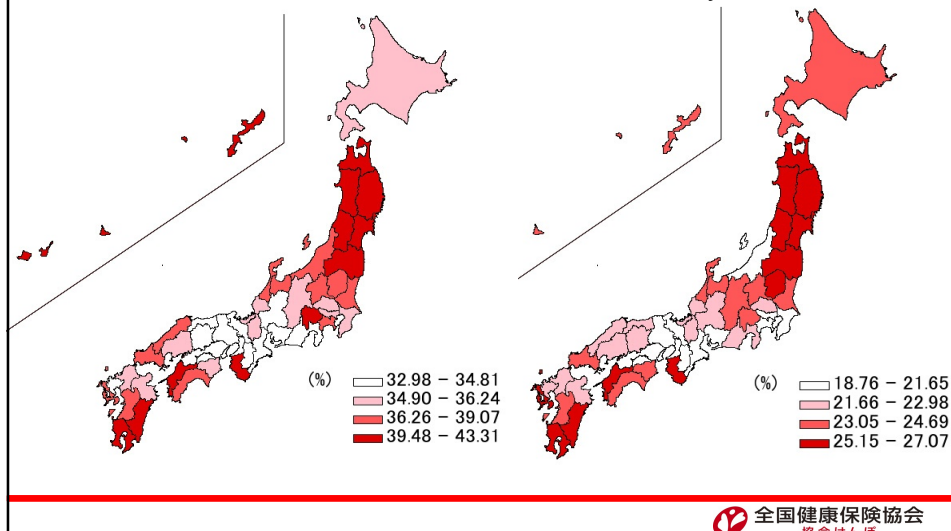
2. 健診後1年間の受診状況について  
糖尿病、高血圧、高脂血症に関する受診状況  
・平成21年9～11月の健診受診者を集計対象として、その後1年間の医療機関受診状況(入院、入院外)をレセプトで確認した

## 高血圧の年齢調整有病率（都道府県別）

（SBP 140mmHg/DBP 90/服薬中）

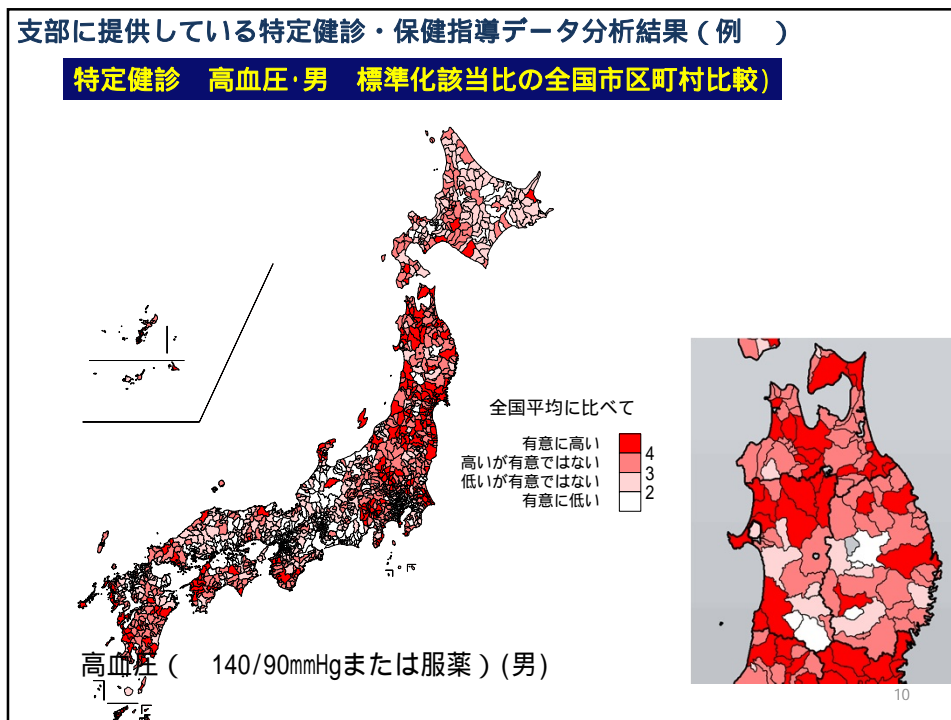
Men, 40-74 yrs.

Women, 40-74 yrs.



## 支部に提供している特定健診・保健指導データ分析結果（例）

**特定健診 高血圧・男 標準化該当比の全国市区町村比較**

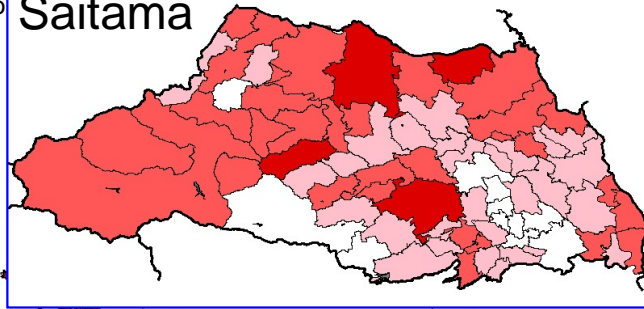
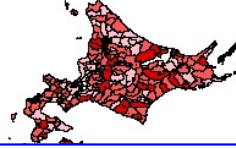


## 高血圧の標準化該当比（市町村別）（基準:全国）

- Low, significant
- Low, n.s.
- High, n.s.
- High, significant
- Too

Men,  
40-74 yrs.

Saitama



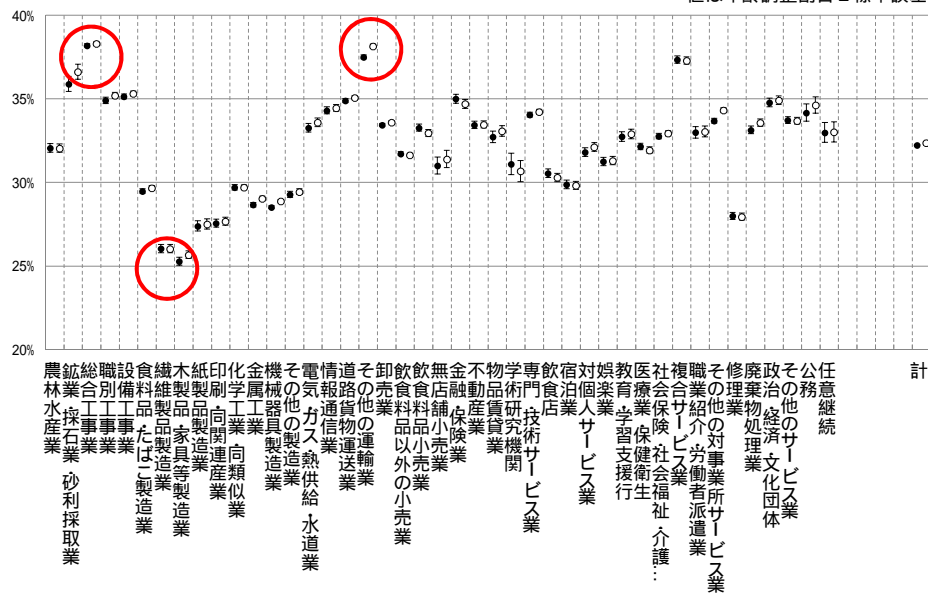
全国健康保険協会  
協会けんぽ

## BMI25以上の者の年齢調整割合（業種別）

(割合) 40-74歳男性)

● 2011年度 ○ 2012年度

値は年齢調整割合 ± 標準誤差



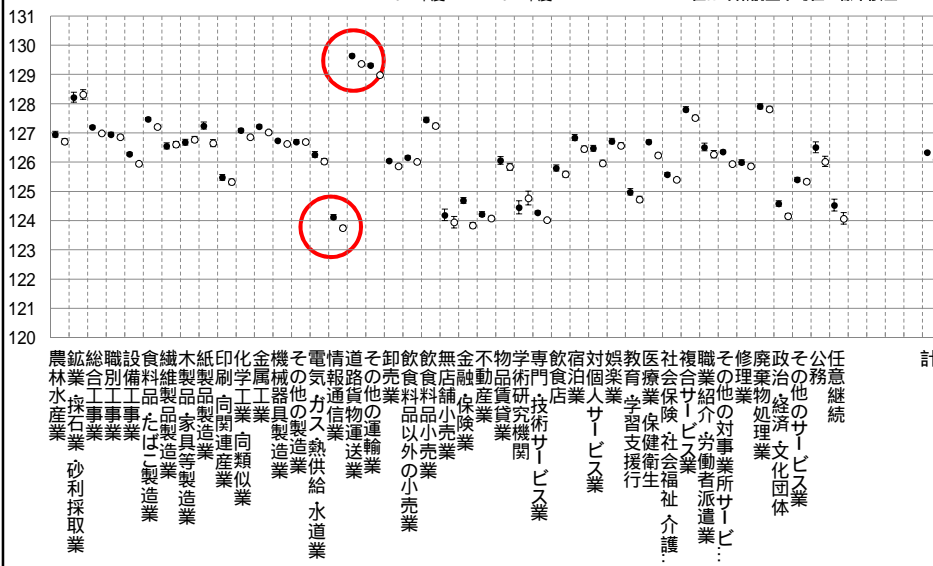
## 収縮期血圧の年齢調整平均値（業種別）

（40-74歳男性）

（平均）

●2011年度 ○2012年度

値は年齢調整平均値 ± 標準誤差



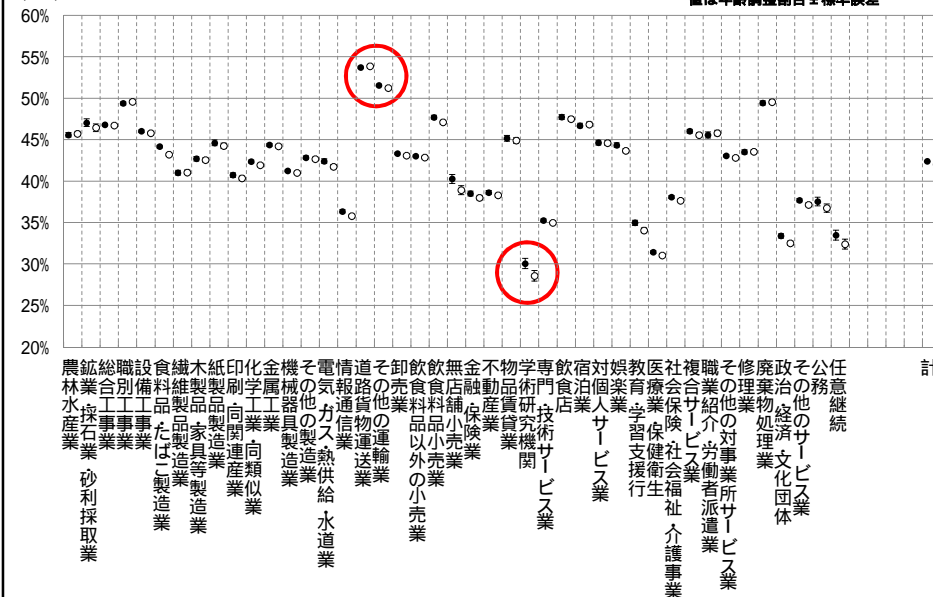
## 喫煙者の年齢調整割合（業種別）

（40-74歳男性）

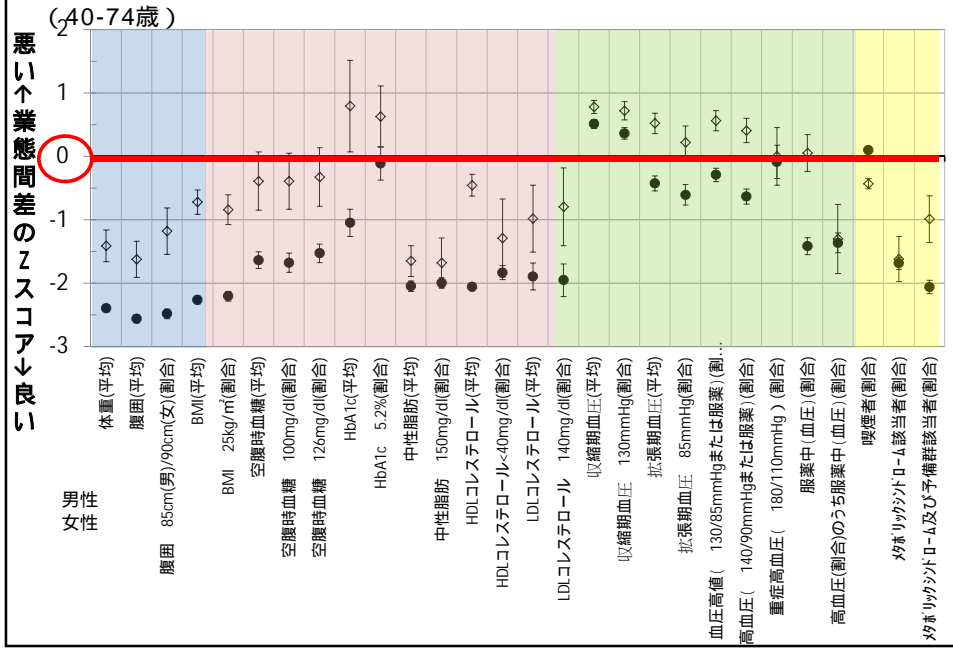
（割合）

●2011年度 ○2012年度

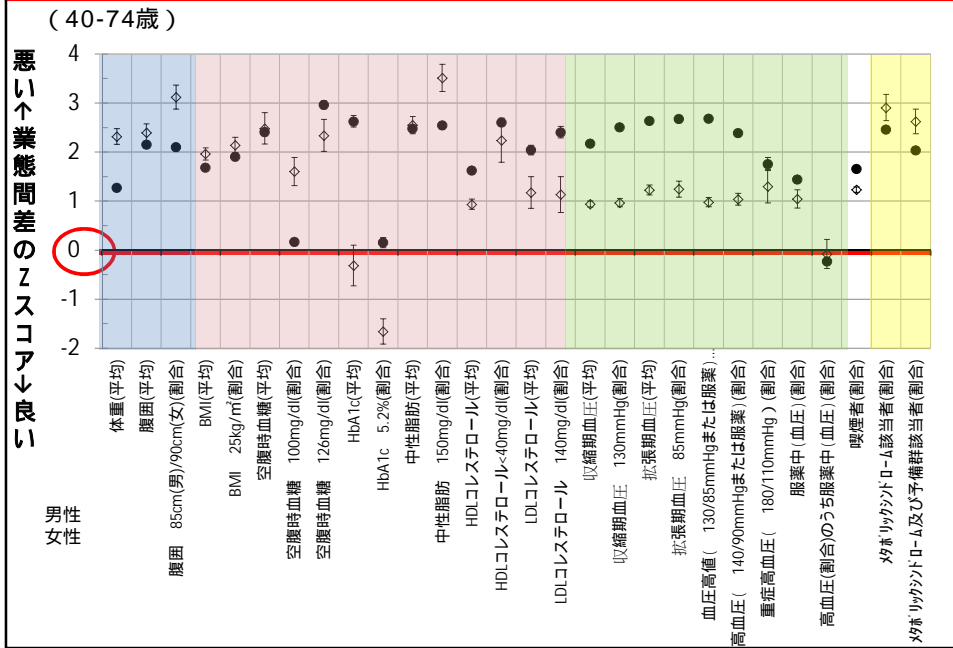
値は年齢調整割合 ± 標準誤差



## 業種別健診結果データの特徴 (Zスコア)(木製品・家具等製造業)

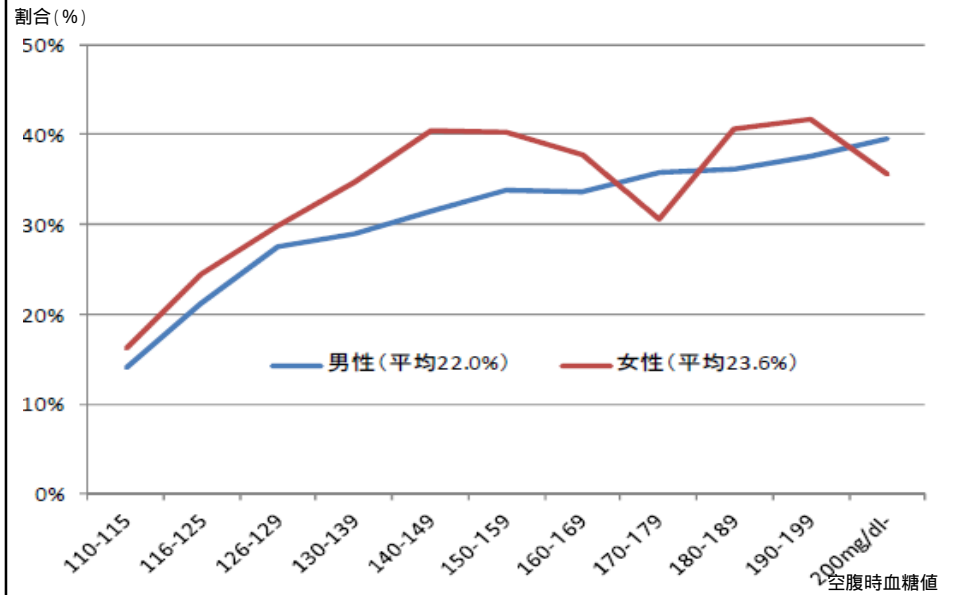


## 業種別健診結果データの特徴(Zスコア) (その他の運輸業)



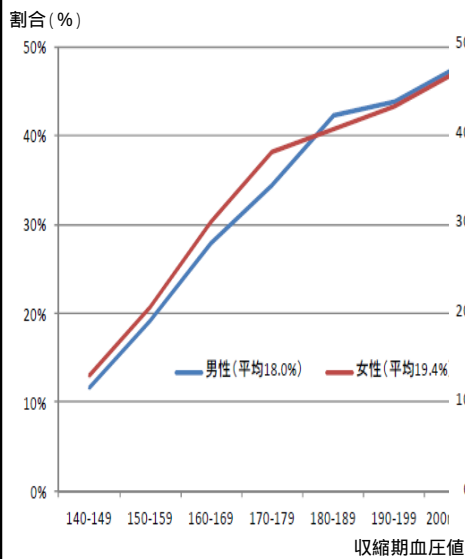


健診1年後の受診状況  
 (健診1年前に糖尿病に関する医療機関受診がない者について)

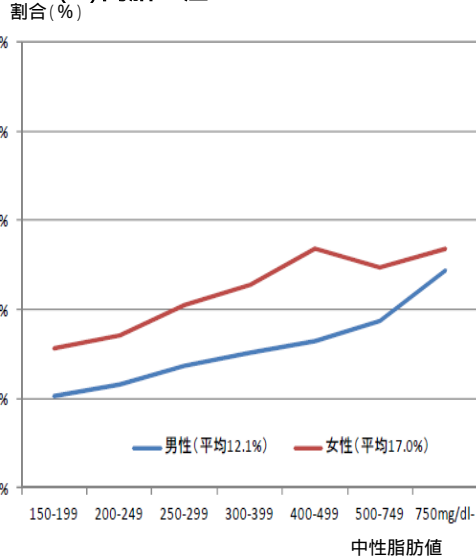


健診1年後の受診状況  
 (健診1年前に高血圧、高脂血症に関する医療機関受診がない者について)

(2) 高血圧症



(3) 高脂血症



## 特定健診結果データの分析結果と データヘルス計画の基本的事項

### 健診結果データは、地域間差、業種間差がある

健康課題は、

**地域の環境**(食習慣、運動習慣、運動する環境、医療体制、保健福祉体制等)と関係があるのではないか。

**職場の環境**(業種ごとの働き方の特性、身体の動かし方、働き方に起因する食習慣、職場の健康管理体制、価値観、エンパワメント等)に関係があるのではないか。

健診の結果、医療機関受診が必要と判定された者のうち、糖尿病については4割、高血圧については5割、高脂血症については3割しか受診していない

### 基本 事項

1. 特定健診、特定保健指導の推進
2. 事業主との連携
3. 重症化予防の推進

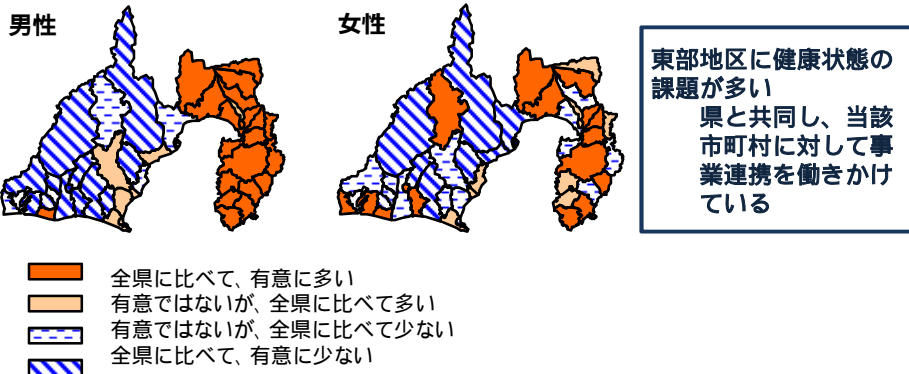
## 事業所の健康づくり支援事例

## 事業実施例 静岡支部

## 県が主導し、健診結果データを分析

静岡県が主導し、協会けんぽ静岡支部(27.86%)のほか、国民健康保険(43.14%)、共済組合(9.05%)、健康保険組合(18.73%)の健診データを分析

### 静岡県のメタボ該当者



出典：「平成23年度 特定健診・特定保健指導に係る健診等データ報告書」(静岡県)

## 事業実施例 広島支部

## ヘルスケア通信簿による健康課題の「見える化」と事業主とのコラボヘルス

ヘルスケア通信簿に基づく事業所ごとの健康課題の把握を基に、特徴にあった保健事業を展開している。



＜事業実施例 広島支部＞

サンプル2  
(高リスク労働者)

業種: 建設業

## ヘルスケア通信簿

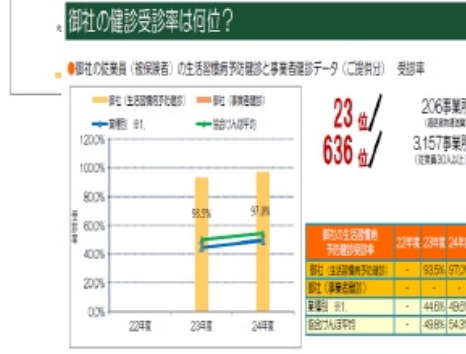
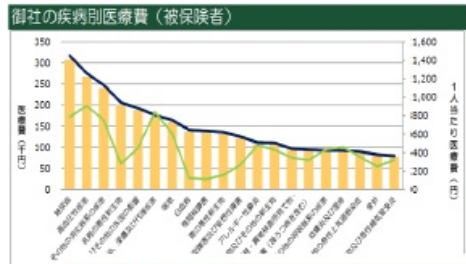
～ 安定した経営は従業員の健康づくりから～

協会けんぽの事業実施にご協力いただきありがとうございます。  
この度、3年間の健診結果や実際の医療費を基に、御社の健康に関する特徴や分析結果を、協会けんぽ広島支部と他社との比較、または業種別で比較した「ヘルスケア通信簿」としてお届けいたします。  
通信簿の結果に基づき、御社の特徴に合った保健事業をご提案させていただきます。  
従業員の方ご自身の健康に、御社の健康経営の取組みとして、協会けんぽが貢献する取組について、ご協力をお願い申し上げます。

平成28年11月29日

全国健康保険協会  
協会けんぽ  
広島支部  
ヘルスケア

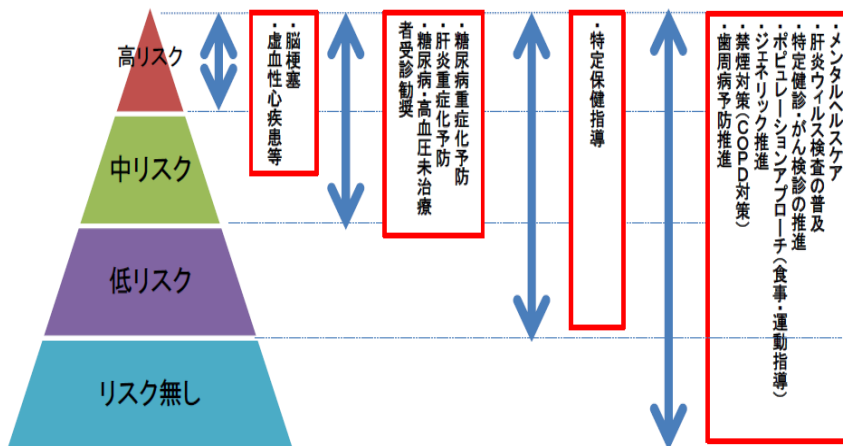
※通信簿は、ヘルスケア通信簿の商標登録です。  
問い合わせ先: 082-568-1032 協会けんぽ広島支部保健グループ



※ヘルスケア通信簿は、全国健康保険協会の商標登録です。

＜事業実施例 広島支部＞

実施する事業の体系



さらに発展的な取組み

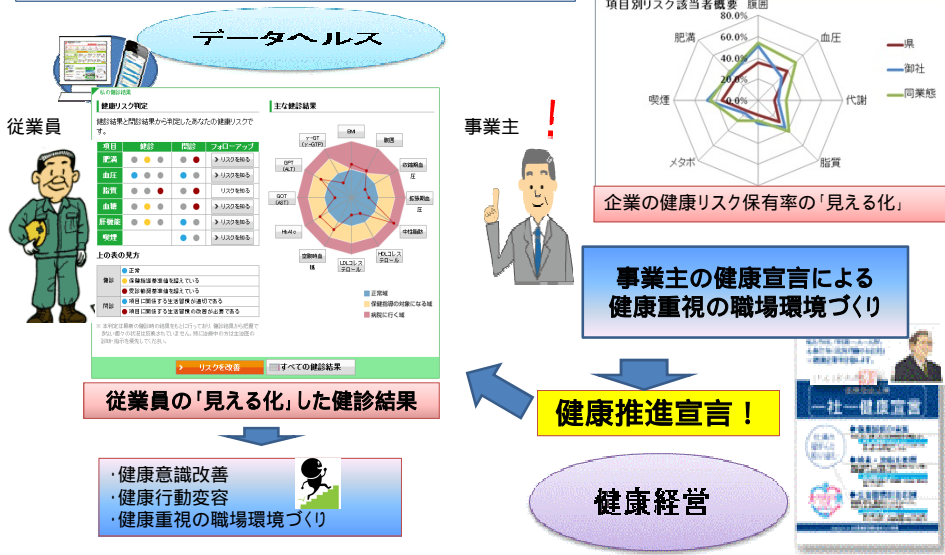
広島銀行と相互連携の覚書を締結して共同作成した健康経営評価シートを基に、広島銀行は、健康経営取組みに応じた融資利率の引き下げも行っている。

## 事業実施例 大支部

## 事業主との協働「一社一健康宣言事業」

健康意識の改善と健康行動が可能な  
職場づくりを進めている

宣言企業 365社  
参加被保険者 31,878人



## 事業実施例 大支部

26年度は、インセンティブの導入を主眼に

### 事業主向けインセンティブ

健康経営の認定制度がスタート!

企業の頑張りを大分県知事が認定、表彰



### 従業員向けインセンティブ

わくわく健康プラス

健康宣言を行なった事業所の従業員が参加可能

健康づくりを行ない  
ポイントを貯める

ポイント順位や抽選で  
景品をGet

【事業結果】

健康宣言企業数 365社  
宣言事業所の被保険者数 31,878人

H25年度の健診率  
宣言事業所: 前年度比 + 8.8%  
大支部 : " + 3.9%

H25年度一人当たり医療費  
宣言事業所: 157,476円  
大支部 : 168,247円

## 実践事業所の紹介

腰痛を訴える人が多いため、「運動する人を増やす」と宣言し、県主催の「歩いて健康No1決定戦」に参加したA事業所

### 3ヶ月間のウォーキング効果！ 意識・行動に変化が！

昨年9月から11月までの約3カ月間、継続してウォーキングに取り組んだところ、参加者に次のような意識や行動の変化がみられました。

- ・歩数の記録をつけるのが習慣になり、イベント終了後も続けている。
- ・これまで話題に全くのぼらなかった歩数計というアイテムについて、真剣に話すメンバー達の姿がみられた。
- ・ウォーキングをきっかけに体を動かすことに目覚め、テニス、ゴルフ、フットサルなど休日に積極的にスポーツを始める人が多くなった！
- ・每晚歩くようになり、ほとんど晩酌をしなくなった。
- ・突然に健康意識が高まり、食事も気を付けるようになった。
- ・ダイエットに成功した！

### 当初の目標を超えた、最大の成果を獲得！

同社の担当者の方によると、ウォーキングの結果、腰痛持ちはほとんどいなくなり、当初の目標は達成できた。しかし、今回は、この目標達成よりも、これまであまり意識していなかった「健康」に対する意識が非常に高まったとみんなが感じており、このことが当初の想定を超えた最大の成果と感じており、今後こうした取組みを継続できるような企画を社内で話し合っていきたいとのこと。

最後に、事業所診断シートをもとに協会けんぽの保健師から「プラス10運動」「分煙、禁煙対策」「適度なアルコール摂取」「減塩、野菜摂取」などのアドバイスを行いました。同社の健康増進の取組みはまだ始まったばかり、今後、益々発展していくことを期待しています。

## 事業実施例 岩手支部

### 業種・業態の特性に合わせた職場の健康づくり支援（スモールチェンジ）

事業所の業種・業態の健康特性に合わせた職場の健康づくりを協会けんぽが直接支援する事業 協会けんぽ岩手支部と早稲田大学応用健康科学研究室が連携して推進

#### 「スモールチェンジ」とは？

食事では真っ先に野菜から食べる、お茶碗のサイズを一回り小さくする、というように、**敷居の高くない健康行動を始める・続ける・増やす**こと。

#### 「業種業態の特性に合わせた職場の健康づくり支援」の流れ

##### 1. 開始時

職場全体で取り組める**健康づくり（スモールチェンジ）メニュー**や取り組み目標を設定する。事業所チェックリストの実施結果をもとに、保健師がアドバイスし、1年間のサポート計画を立てる。

##### 2. 1年間の実践

スモールチェンジ（身体と心）の健康情報、業種業態に合わせた健康情報、事業所様の社内情報等を掲載した**テラーメイド新聞**を毎月発行し、情報提供を行う。保健師、管理栄養士、健康運動指導士等によるセミナー等の開催により、事業所様の取り組みをフォローアップする。

##### 3. 介入前・6カ月・12カ月終了時

事業所チェックリスト、従業員の健康意識に関するアンケートを実施し、実施結果を事業所にフィードバックする。事業所では、取り組んだ成果の確認として活用する。



## 事業実施例 岩手支部

## K印刷での実践紹介

業種に合わせた  
「チームHappiness」  
活動情報  
(早稲田の竹中教授作成)



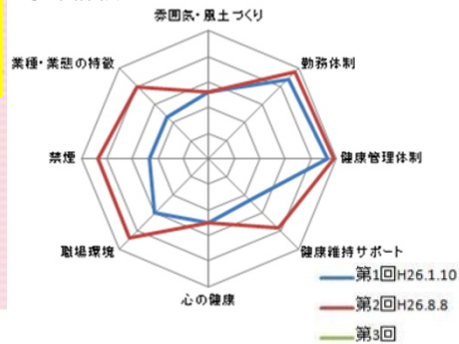
各事業所に合わせた  
健康づくり情報  
(担当保健師作成)

事業所が作成

### K印刷のスマールチェンジ目標

- 1. からだのスマールチェンジ**
  - ・ラジオ体操、ウォーキング等で身体を動かしてみよう
  - ・缶ジュースはカロリーオフに
  - ・缶コーヒーはブラックが微糖に変えてみよう
- 2. こころのスマールチェンジ**
  - ・挨拶をしよう
- 3. 職場環境のスマールチェンジ**
  - ・職場の整理整頓をしよう

### 【事業評価】



## 事業実施例 岩手支部

## 各事業所の実践紹介

### K印刷



健康講座に参加した職員が、会社のなかで「チームHappiness」として減塩活動の推進をすることになりました

「チームHappiness」誕生！



### A事業所



### B事業所



## まとめ

**事業所が主体的に健康づくりに取り組むことができるように、関係機関と協会が連携して仕組み作りをしている**

**事業所の健康課題を見える化した情報提供**（例：へすスケア通信簿）  
**健康リスクに応じた支援**（例：広島支部のリスク別支援、業種別支援）  
**事業主による健康づくり宣言、従業員とともに目標設定など仕組み作り**  
（例：一社一健康宣言）

**事業所の中で健康づくりを進める人材育成**

- ・健康保険委員の育成
- ・自主的なグループの組織化（例：「チームHappiness」）

**加入者の健康づくり意識や仲間意識を高めるための支援**

- ・健康教室など実践的な支援
- ・業種の健康課題に則した情報提供（例：スモールチェンジ新聞）
- ・定期的に事業所情報も載せた新聞による仲間意識の醸成（例：同上）

**仕組みを動かすための仕掛け**

- ・インセンティブの導入  
（例：銀行と連携による健康経営評価、健康経営認定、ポイント付与）

**行政機関や関係団体と連携した継続的な取り組み**

- ・関係団体の提供メニューを活用した健康づくり