

保険者基本情報及び実施率

| 【基本情報】            | 令和 6年 8月時点       |         |   |                   |        |                                                                                                                                               |                  |      |   |
|-------------------|------------------|---------|---|-------------------|--------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|------|---|
| 保険者名              | ジェイアールグループ健康保険組合 |         |   |                   |        |                                                                                                                                               |                  |      |   |
| 保険者種別             | 健康保険組合（単一）       |         |   |                   |        |                                                                                                                                               |                  |      |   |
| 被保険者・被扶養者の人数／平均年齢 | ①-1 被保険者数（全体）    | 132,542 | 人 | ①-2 被保険者数（40～74歳） | 69,163 | 人                                                                                                                                             | ①-3 被保険者平均年齢（全体） | 42.0 | 歳 |
|                   | ②-1 被扶養者数（全体）    | 132,934 | 人 | ②-2 被扶養者数（40～74歳） | 31,393 | 人                                                                                                                                             | ②-3 被扶養者平均年齢（全体） | 22.2 | 歳 |
| 事業所数／自治体数         | 14               |         |   |                   |        |                                                                                                                                               |                  |      |   |
| 特徴（業種・業態・職種）      | 【業種・業態】          |         |   |                   |        | 【職種】                                                                                                                                          |                  |      |   |
|                   | 運輸業              |         |   |                   |        | ・事務職    ・営業職（駅員）<br>・運輸従事職（新幹線・電車等運転士、車掌、信号扱手、バス運転手）<br>・車両系（車両基地勤務）<br>・施設職（保線、土木、建築、機械、電力信号通信）<br>・医療職（病院勤務、産業保健施設勤務）<br>・システムエンジニア    ・研究職 |                  |      |   |

| 【実施率】  | 令和 6年 9月時点 |      |   |      |      |   |
|--------|------------|------|---|------|------|---|
| 特定健康診査 | 被保険者       | 91.8 | % | 被扶養者 | 49.0 | % |
| 特定保健指導 | 被保険者       | 40.5 | % | 被扶養者 | 11.8 | % |

| ジェイアールグループ<br>健康保険組合 | 保健事業カルテ                                                                                                                                                                                                                       |  |  |  |  |
|----------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|--|
| 事業名                  | 特定保健指導                                                                                                                                                                                                                        |  |  |  |  |
| 背景となる健康課題            | リバンド・リピート対象者の割合（令和4年度 78%）が他健保平均（同年度 76%）に比べて高い。<br>40代未満の特定保健指導対象者割合（令和4年度 20%）が他健保平均（同年度 15%）に比べて高い。<br>血圧・脂質・血糖が特定保健指導域にある不健康群の割合は21.3%（令和4年度）であり、増加傾向である。<br>他組合と比較して男性は肥満割合が高く、女性は肥満割合は低いが増加傾向である。<br>被扶養者の特定保健指導実施率が低い。 |  |  |  |  |
|                      | 今後、生活習慣や働き方の特徴を明記すると、<br>事業内容をより具体的に検討しやすくなります。                                                                                                                                                                               |  |  |  |  |
| 事業目的・目標              | メタボリックシンドロームに着目した「特定健診」により発見された生活習慣病のリスクに対し、専門職による面接において生活習慣の見直しの必要性を認識し、目標設定することで、運動習慣や食生活・喫煙等の生活習慣の改善、生活習慣病のリスク低減を図る。                                                                                                       |  |  |  |  |
|                      | 生活習慣改善と生活習慣病リスク低減という事業の目標が明確になっています。                                                                                                                                                                                          |  |  |  |  |

| 事業の成果<br>（アウトカム評価指標） |                                   | 評価指標の定義             |                                                                           |        | 実績値   |        |        |        |        |        |
|----------------------|-----------------------------------|---------------------|---------------------------------------------------------------------------|--------|-------|--------|--------|--------|--------|--------|
|                      |                                   | 項目                  | 計算方法                                                                      | 用いるデータ | H30   | R1     | R2     | R3     | R4     | R5     |
| 共通<br>アウトカム<br>(1)   | 内臓脂肪症候群<br>該当者割合                  | 該当者数                | 内臓脂肪症候群該当者数（A）<br>※R5についてはR6.9未現在                                         | 法定報告値  |       | 14,358 | 14,313 | 14,151 | 13,088 | 13,040 |
|                      |                                   | 対象者数                | 特定健康診査を受けた人数（B）<br>※R5についてはR6.9未現在                                        | 法定報告値  |       | 85,915 | 82,413 | 84,076 | 82,445 | 78,913 |
|                      |                                   | 該当者割合               | 内臓脂肪症候群該当者割合（A/B）<br>※R5についてはR6.9未現在                                      | 法定報告値  |       | 16.7%  | 17.4%  | 16.8%  | 15.9%  | 16.5%  |
| 共通<br>アウトカム<br>(2)   | 特定保健指導による特定保健<br>指導対象者の減少率        | 保健指導の対象<br>で無くなった人数 | 前年度に特定保健指導を受けた人の<br>うち、当該年度に特定保健指導の対<br>象で無くなった者の人数（A）<br>※R5についてはR6.9未現在 | 法定報告値  |       | 2,339  | 2,029  | 2,459  | 2,423  | 2,172  |
|                      |                                   | 対象者数                | 前年度に特定保健指導を受けた人<br>数（B）<br>※R5についてはR6.9未現在                                | 法定報告値  |       | 8,588  | 7,743  | 8,304  | 8,027  | 7,532  |
|                      |                                   | 減少率                 | 特定保健指導対象者の減少率<br>（A/B）<br>※R5についてはR6.9未現在                                 | 法定報告値  |       | 27.2%  | 26.2%  | 29.6%  | 30.2%  | 28.8%  |
| 独自<br>アウトカム          | 特定保健指導による特保対象<br>者減少率<br>（強制被保険者） | 減少率                 | ※服薬で対象外となった方を含み、積<br>極→動機づけになった人は含まない<br>※R5についてはR6.9未現在                  | 法定報告値  | 26.2% | 27.4%  | 26.3%  | 29.6%  | 30.2%  | 29.1%  |
|                      | 特定保健指導対象者率<br>（強制被保険者）            | 対象者率                | ※特定保健指導対象者/評価対象<br>者*100<br>※R5についてはR6.9未現在                               | 法定報告値  | 22.2% | 22.2%  | 22.7%  | 21.8%  | 20.6%  | 20.4%  |
|                      | 非肥満率<br>（強制被保険者）                  | 非肥満率                | ※40歳以上被保険者（任継を除く）<br>※BMI25以上、腹囲男性85cm以上・女性90cm以上<br>※R5についてはR6.9未現在      | 保険者申告  | 51.0% | 50.7%  | 50.5%  | 51.3%  | 52.5%  | 53.5%  |
|                      | 特定保健指導による特保対象<br>者減少率<br>（被扶養者等）  | 減少率                 | ※被扶養者+任継被保険者+任継<br>被扶養者<br>※R5についてはR6.9未現在                                | 法定報告値  | 23.0% | 23.3%  | 23.0%  | 29.1%  | 29.8%  | 21.1%  |

|              | 実施年度 |    |    |    |    |    |    | 工夫        |       |                 |                                                                                               |                                                                                                   |                                                                                        |                                                     |
|--------------|------|----|----|----|----|----|----|-----------|-------|-----------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------|
|              | H30  | R1 | R2 | R3 | R4 | R5 | R6 | 対象者       | 事業の流れ | 工夫の分類           | 工夫している点                                                                                       | 工夫の理由、ねらい                                                                                         | 良かった点                                                                                  | 苦労した点・課題                                            |
| 成果を上<br>げる工夫 |      |    |    |    |    |    |    | 被保険者      | 指導実施  | c.プログラムの工夫      | 第4期特定保健指導に合わせ、事業主に複数の<br>選択肢を提示し、共に外部委託先を選定                                                   | 事業主で把握する健康課題に即したプログラムの選<br>択を可能にする。                                                               | 委託先別の実施率を比較し、次年度以降、より<br>戦略的な選択が可能になる。<br>※今年度からの施策のため、効果検証は今後<br>行う                   | 古くから付き合いのある健診<br>機関での実施など、見直し<br>に消極的な事業主も存在<br>する。 |
|              | ●    | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | 被保険者      | その他   | d.環境整備          | 一部事業主において、各年度の特定保健指導開<br>始に合わせ、事業主、外部委託先、健保の3者で<br>打ち合わせの機会を設定                                | 指導の内容や方向性をすり合わせ、より実態に即した<br>ものとすることで、実施率の向上・成果の最大化につ<br>ながる。                                      | 相互に密にコミュニケーションを取れる関係性を築<br>くことで、円滑でより効果的な支援となった。                                       | 一部の事業主での開催に<br>留まっている。                              |
|              | ●    | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | 被保険者      | 指導実施  | b.行動変容・継続<br>支援 | 事業主各社より参加者や未参加者から忌憚のな<br>い声を収集し、外部委託先に伝達                                                      | ニーズや実態に即した支援とすることで、実施率の向<br>上・成果の最大化につなげる。                                                        | 委託先から参加しやすい環境整備（ICT面談<br>におけるweb会議ツールの拡充）や実施率・ア<br>ウトカム向上に向けた提案を受けることが増えた。             | 委託先の都合により、要望<br>に応じていただけないこともあ<br>る。                |
|              | ●    | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | 被保険者      | 指導実施  | b.行動変容・継続<br>支援 | 一部事業主において、産業保健部門での特定保<br>健指導の実施                                                               | 勤務実態等を熟知した自社の保健師により、実態に<br>即した効果的な支援を実施し、アウトカムを上げる。                                               | 事業主産業保健部門ならではのきめ細かな支<br>援を実施できた。                                                       | 産業保健部門を持つ事業<br>主は限られている。                            |
|              | ●    | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | 被扶養者      | 指導実施  | d.環境整備          | 保健事業として実施している「人間ドック費用補<br>助」による人間ドック受診後、その結果を受け同日<br>に初回面談を実施。                                | 人間ドック受診直後という健康に対する意識が高いう<br>ちに実施することで、アウトカムの向上を図る。                                                | 対象者の負担軽減と共に、行動変容促進に寄<br>与した。                                                           | 一部の医療機関での実施<br>に留まる。                                |
|              |      |    |    |    |    |    | ●  | 対象者全<br>員 | 指導実施  | c.プログラムの工夫      | アウトカムにこだわったコースの導入                                                                             | アウトカムを意識するためにグッズを活用するコースの<br>導入により、アウトカムへの意識向上を図る。                                                | コースの選択肢を提示することで、第4期からの<br>指標であるアウトカムへの事業主の意識向上に<br>繋がった。<br>※今年度からの施策のため、効果検証は今後<br>行う | 現状のインセンティブでは押<br>し上げ効果は限られる                         |
|              | ●    | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | 対象者全<br>員 | その他   | d.環境整備          | 健保独自のデータヘルスレポートを作成し、リバンド・<br>リピート率や40歳での新規流入者数を事業主<br>に共有<br>事業主間でのスコアの順位を示し、スコア改善への<br>意識を鼓舞 | コロナヘルスを推進し、事業主と共同で対策を検討・<br>実施する。                                                                 | 正確な実態を事業主にも把握してもらい、スコア<br>改善の必要性を認識してもらうことで、協力を得<br>られやすくなった。                          | 事業主により温度差があ<br>る。                                   |
|              | ●    | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | 対象者全<br>員 | その他   | d.環境整備          | 一部外部委託先と定期的な打ち合わせ（定例<br>会）を実施し、実施率に加え、アウトカム目標の<br>達成状況についても情報収集                               | 事業主に共有し、指導内容のブラッシュアップを図る。                                                                         | 委託先と良好な関係を構築することで、健保・事<br>業主の要望や、委託先の提案、進行中の支援<br>での課題等、緊密な連携を図ることができた。                | 一部の委託先との開催に留<br>まっている。                              |
|              | ●    | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | 対象者全<br>員 | その他   | d.環境整備          | 特定健診受診率向上や運動習慣定着（「みん<br>なで歩活」参加動奨など）で顕著な成果があった<br>事業主に対する表彰実施および取り組み内容の<br>ホームページでの掲載         | 取り組みをしっかりと取り上げ、表彰・周知することで、<br>事業主の生活習慣の改善に対する意識向上、他事<br>業主への波及を図る。                                | 表彰箇所が取組の継続・他事業主への水平展<br>開につながっている。                                                     | 事業主により温度差があ<br>る。                                   |
|              | ●    | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | 対象者全<br>員 | その他   | e.その他           | 禁煙サポートプログラム（禁煙補助剤購入補助・<br>対面及びオンライン禁煙外来受診費用補助）の<br>実施                                         | 喫煙者本人の健康被害や病気の予防だけでなく、ご<br>家族や周囲の方々の受動喫煙被害も防ぐ。<br>喫煙者が減れば、階層化におけるリスクも減り、結<br>果、特定保健指導の対象者減も見込める   | 件数は少ないものの、コンスタントな問合せ・利用<br>があり、当プログラムが禁煙のきっかけに役立って<br>いる。                              | 加入者への制度の周知<br>岩盤層へのアプローチ                            |
|              | ●    | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | 対象者全<br>員 | その他   | e.その他           | アプリを用いたウォーキングイベント「みんなで歩活」<br>の開催                                                              | 楽しみながら運動習慣の定着を図る。<br>生活習慣の改善により特定保健指導の対象者を減<br>らす。                                                | 高いアプリ保有率・参加率を誇り、運動習慣のみ<br>ならず職場内のサポート体制構築にも寄与した。                                       | 平均8000歩達成率のさら<br>なる向上                               |
|              | ●    | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | 対象者全<br>員 | その他   | e.その他           | アプリやホームページでの健康に関するコラム掲載、<br>配信の実施                                                             | 健康に興味・関心を持ち、きっかけを様々な角度、媒<br>体で提供する。食生活や運動など、生活習慣に関す<br>るコラムも多数掲載・配信し、セルフケアに努めてもら<br>うきっかけを提供している。 | 以前と比較し、高頻度に多種多様な情報提供<br>を行っている。                                                        | 加入者への周知（閲覧率<br>向上）                                  |

| 事業の実施率・実施量<br>(アウトプット評価指標) |                       | 評価指標の定義 |                                                                  |        | 実績値    |        |        |        |        |        |
|----------------------------|-----------------------|---------|------------------------------------------------------------------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|
|                            |                       | 項目      | 計算方法                                                             | 用いるデータ | H30    | R1     | R2     | R3     | R4     | R5     |
| 共通<br>アウトプット               | 特定保健指導実施率             | 実施者数    | 特定保健指導終了者数（A）<br>※R5についてはR6.9未現在                                 | 法定報告値  | 7,358  | 7,828  | 7,744  | 7,769  | 7,424  | 6,716  |
|                            |                       | 対象者数    | 特定保健指導対象者数（B）<br>※R5についてはR6.9未現在                                 | 法定報告値  | 16,673 | 16,462 | 16,328 | 15,988 | 14,975 | 14,310 |
|                            |                       | 実施率     | (A/B)<br>※R5についてはR6.9未現在                                         | 法定報告値  | 44.1%  | 47.6%  | 47.4%  | 48.6%  | 49.6%  | 46.9%  |
| 独自<br>アウトプット               | 特定保健指導実施率<br>(強制被保険者) | 実施率     | ※国（支払基金）報告値<br>※R5についてはR6.9未現在                                   | 法定報告値  | 48.7%  | 52.8%  | 51.7%  | 53.8%  | 54.6%  | 51.2%  |
|                            | 特定保健指導実施率<br>(被扶養者等)  | 実施率     | ※国（支払基金）報告値<br>※被保険者等（被保険者＋任継被<br>保険者＋任継被扶養者）<br>※R5についてはR6.9未現在 | 法定報告値  | 11.3%  | 9.4%   | 13.0%  | 9.6%   | 13.3%  | 12.1%  |

被保険者と被扶養者ごとに評価指標が設定されているので、評価やその結果に基づく見直しにつながりやすいです。



|                          |                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|--------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 評価指標の設定、実績値についての<br>コメント | <ul style="list-style-type: none"><li>健康課題の背景にある生活習慣（働き方）の特徴を明確にすると、特定保健指導で注目すべき生活習慣がわかります。</li><li>今後、生活習慣改善と生活習慣病リスク低減という事業の目標の達成度を測るアウトカム指標を設定すると、事業効果や改善すべき点が検討しやすくなります。</li><li>特定保健指導対象者の減少率の実績値は比較的高くなっています。今後、初回実施者と経年実施者で分けて効果を確認すると、資源の最適化の検討につながります。</li></ul> |
|--------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

|                     | 実施年度 |    |    |    |    |    |    | 工夫    |       |             |                                                                                   |                                                                                                        |                                                                                           |                                |
|---------------------|------|----|----|----|----|----|----|-------|-------|-------------|-----------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------|
|                     | H30  | R1 | R2 | R3 | R4 | R5 | R6 | 対象者   | 事業の流れ | 工夫の分類       | 工夫している点                                                                           | 工夫の理由、ねらい                                                                                              | 良かった点                                                                                     | 苦労した点・課題                       |
| 実施量・<br>率を<br>上げる工夫 | ●    | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | 被保険者  | 初回面接  | d.環境整備      | 一部事業主において、日勤者のみ勤務時間内での特定保健指導実施を可能としている                                            | 初回面談参加のハードルを下げ、実施率の向上を図る。                                                                              | 仕事で参加できることで、面談調整の幅が大きく広がった。                                                               | 一部事業主・一部対象者に留まる。               |
|                     | ●    | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | 被保険者  | 周知・勧奨 | d.環境整備      | 実施率の低い事業主に対し、支社別等の細かな実施率のデータを示す。                                                  | 特定保健指導の現状と実施率向上に取り組む必要性を認識してもらい、より具体的に課題を確認してもらうことで、事業主の協力を得る。                                         | 実施率向上に向けた打ち合わせの実施など、事業主の意識向上につながっている。                                                     | 事業主により温度差がある。                  |
|                     | ●    | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | 被保険者  | 指導実施  | d.環境整備      | 一部事業主において、産業保健部門での特定保健指導の実施                                                       | 勤務実態等を熟知した自社の保健師により、実態に即した効果的な支援を実施し、実施率を上げる。                                                          | 外部委託先での実施に比べ実施率が向上した。                                                                     | 産業保健部門を持つ事業主は限られている。           |
|                     | ●    | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | 対象者全員 | 指導実施  | b.行動変容・継続支援 | 一部外部委託先と定期的な打ち合わせ（定例会）を実施し、初回面談や実施率の進捗確認を行い、中断者への働きかけや面談調整の促進を行うことで、速やかな解決に務める    | 事業主に具体的な依頼をすることができ、協力を得られやすくなる。                                                                        | ピンポイントな参加意欲や、事業主担当者への面談調整協力依頼など、効果的な働きかけをすることができ、事態の前進につながった。                             | 一部の委託先との開催に留まっている。             |
|                     |      |    |    |    |    |    | ●  | 対象者全員 | 指導実施  | c.プログラムの工夫  | 新規委託先の導入および既存委託先の新規コースの導入                                                         | 「毎年変わり映えしない」という声が多かった中で、第4期の契約更新にあたり、アプリを用い気軽に参加できる等、特色ある新たな委託先・グッズを用いたアウトカム達成を狙った新たなコースを設定し、実施率向上を図る。 | 事業主の施策で導入したアプリ内で特定保健指導に参加できるようになり、参加へのハードルが下がった事業主もあった。<br>※今年度からの施策のため、効果検証は今後行う         | 現状のインセンティブでは押し上げ効果は限られる        |
|                     |      |    |    |    |    |    | ●  | 被扶養者  | 周知・勧奨 | a.意識付け      | 「資格情報のお知らせ」（被保険者情報に被扶養者情報を同封）とともに送付した特定健診の受診勧奨リーフレットに、特定保健指導の参加勧奨について掲載           | 数少ない紙媒体での訴求の機会を逃さず、参加勧奨を実施し、実施率向上を図る。                                                                  | アプローチしづらい被扶養者の手元に届く機会を逃さず、特定保健指導の重要性について伝え、参加勧奨できた。また、ご家族（被保険者）と共に確認いただくことでより大きな効果を期待できる。 | 情報誌のweb化により、次回以降の紙媒体での勧奨予定が無い。 |
|                     |      |    |    |    |    | ●  | ●  | 被扶養者  | 周知・勧奨 | a.意識付け      | 事業主に対し、被扶養者を含めた特定保健指導実施率を伝達するとともに、保健指導の重要性を共有し、各社の社内報等を通じて被保険者から被扶養者への働きかけを強めてもらう | 実施率の低さが課題である中、働きかけが難しい被扶養者へのアプローチを図る。被保険者が所属する会社からの周知による訴求力向上を狙う。                                      | 特定保健指導の参加勧奨について、親しみやすいタッチでの特集を組んでいただけするなど、事業主からも訴求をしていただけ。                                | 事業主により温度差がある。                  |
|                     | ●    | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | 被扶養者  | 初回面接  | d.環境整備      | 保健事業として実施している「人間ドック費用補助」による人間ドック受診後、その結果を受け同日に初回面談を実施。                            | 人間ドック受診からそのままでの流れで実施することで実施率向上を図る。                                                                     | 後日通知・参加勧奨をする通常の流れに比べ、実施率が向上し、アプローチが難しい任意継続・被扶養者の実施率向上に寄与した。                               | 一部の医療機関での実施に留まる。               |

|                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|-----------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 工夫についての<br>コメント | <ul style="list-style-type: none"><li>14事業主から構成される大規模健保である特性を踏まえて、事業主、産業保健スタッフ、委託事業者などの資源を上手く活用されています。</li><li>事業主の問題意識を喚起するための現状・課題の可視化や、委託事業者との課題や方向性のすり合わせも特定保健指導の実効性向上にプラスに働いていることがうかがえます。事業主による特性、保健事業に対する温度差を踏まえた日々の対応にもノウハウが内在していると思います。</li><li>産業保健スタッフのノウハウや、委託事業者とどのようなことをどのタイミングで共有しているかなどは明文化して引き継ぐと良いです。また、プログラム終了者の変化（意識、生活習慣、体重・血圧等）を報告してもらうと、事業評価や改善策の検討につながります。</li></ul> |
|-----------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|