

古井先生による講評

■ 今回の結果から

- メタリックシンドローム該当者や血圧が高い人などの割合が増加
この背景として人口の高齢化などの要素も考えられるが、平成30年度以前の経年推移¹⁾などを考慮すると、新型コロナウイルス感染症による社会環境や個々の生活習慣の変化が影響している可能性は否定できない。
- 血糖値の高い人の割合は後期高齢者医療広域連合以外で減少
この背景には就寝直前に食事をする割合や睡眠不足の割合がすべての保険者で改善傾向にあり、特に働き盛り世代に関しては通勤時間の減少に伴う食生活の改善や宴席が減ったことなどの影響も考えられる。
- 運動や飲酒の変化は、国保と被用者保険で違い、また健保という同じ保険者種別の中でも異なる傾向
被保険者の年齢構成や働き方（オンライン採用の有無を含む）、職場での対策の有無によって、良くも悪くもなることがうかがえる。
- 食事や睡眠については、保険者種別が違って共通の傾向

このように、**新型コロナウイルス感染症による影響には多面的な要素があり、対策の検討には性・年代などの属性や居住地、職場といった被保険者の生活環境を踏まえた分析が重要**であることがうかがえる。
また、**保険者内でも、被保険者の健康状態が二極化している可能性があるため、平均値の変化だけではなく、分布を捉えることが有用**。具体的には、健康状態が悪化した層と良くなった層を可視化し、前者には必要な支援をすることが重要。

■ 今後の取組への示唆

- データの活用が効果的な取組につながる
今回、特定健診と標準的な質問票のデータによって、被保険者の健康状態、生活習慣の様子とその変化が可視化された。それにより、**新型コロナウイルス感染症に伴う社会環境の変化によって、メタリックシンドロームや高血圧という健康課題が顕在化し、その課題を解決する対策が必要であることがわかった**。これらの健康課題の背景には食事や運動の要素が考えられるため、**特に健康状況が悪化した層では、今後、飲食の量や間食、歩数などを捉えることが重要**。これらのデータは**特定保健指導の現場にも有用な情報**になる。
- 保険者相互の比較によって取組の優先度がわかる
保険者協議会では、保険者種別が異なる集団の状況を比較し、自保険者の状況を客観的に把握することが可能。新型コロナウイルス感染症の前後で、被保険者の健康状態の変化には一定の傾向がみられたが、**東京都保険者協議会の中で比べることで自保険者の特徴が明確になり、注目すべき健康課題や対策の検討につながりやすくなる**。また、**属性や環境が似た保険者同士で、対策の知見を共有すれば保健事業の質向上に有用**。

今回の集計では、それぞれの保険者の保健事業と健康状況の変化との関連までは分析されていないが、今後、「データヘルス計画」の標準化が進むと、被保険者の健康課題や保健事業による効果が比較しやすくなるので²⁾、東京都保険者協議会の取組にも活用していただければと思う。

[参考文献・資料]
1) 厚生労働省特定健康診査・特定保健指導に関するデータ
<https://www.mhlw.go.jp/bunya/shakaihoshou/iryouseido01/info02a-2.html>
2) 井出博生,中尾杏子,古井祐司. 第2期データヘルス計画の中間評価を踏まえた第3期計画の展望. 健康保険, 2022;76(8):6-12
https://ifi.u-tokyo.ac.jp/wp/wp-content/uploads/2022/08/dh_202208kenkohoken.pdf