

2023年度 活動報告

特定保健指導応用研究会

2024年 6月 28日（金）
研究会活動報告会

研究会の目的

【活動目的】

- ① 参加健保の事例紹介、外部委託業者のプログラム紹介、国の法改正の研究などを通じ、特定健康診査・特定保健指導実施のノウハウ、ポイントを学ぶ。
- ② ①を踏まえて自健保の特定健康診査、特定保健指導実施における課題を明確化し、対策を見出し自健保にて実践する。
- ③ 自健保で実施した対策の効果検証を行い、研究会にフィードバックをする。



特保の実施率向上はもとより、重症化予防・保険給付費削減につなげることを目指す

2023年度 研究会基礎情報

参加健保数 : 40健保（最大41健保）

参加者数 : 53名（スタート時）（最大55名）

保健指導運営に関わっている	27人
運営・保健指導（支援）の両方	5人
対象者への保健指導（支援）を行っている	11人
常務理事・アドバイザー	7人
事務長	5人

参加者の特徴：特定保健指導実施者（有資格者）と運営側が混在
情報交換の内容が多岐にわたる
議題によっては担当外のため情報がない場合もある

2023年度メンバー

【参加健保】

最大時 41健保 55人

富士フイルムグループ	ファイザー	小田急グループ
ノバルティス	日産自動車	イオン
パイオニア	SGホールディングスグループ	第一三共グループ
アクセンチュア	MSD	三越伊勢丹
シーイーシー	協和キリン	日本航空
日本旅行	日本ゼオン	栗田
カシオ	丸井	ボッシュ
国際興業	ロイヤル	花王
大和証券グループ	ヤマハ	山崎製パン
ポーラ・オルビスグループ	ヤマトグループ	D I C
パナソニック	資生堂	B I J
日本マクドナルド	小松製作所	大塚製薬
T D K	明治安田生命	三菱重工
麒麟ビール	野村證券	

2023年度の活動

【2023年度の活動実績】

研究会開催数	: 12回
事例紹介	: 14健保
ミニグループ会議	: 3回
アンケート	: 3回
外部業者講演	: 3回
健保連講演	: 1回

事例紹介

2020年度から2023年度までのべ46健保の事例が紹介された

2020年度 : 6健保

2021年度 : 9健保

2022年度 : 17健保

2023年度 : 14健保（うち4健保は2回目）

日本旅行、丸井、シーイーシー、資生堂、ヤマハ、
大和証券グループ、日本航空、栗田、小松製作所、
花王、明治安田生命、D I C、B I J、大塚製薬

特定保健指導の実施について

これまでの事例紹介から見てきたこと・・・

- ◆ 特定保健指導の効果
- ◆ 実施率を上げるためには
- ◆ 実施対象へのアプローチ
- ◆ 指導内容について
- ◆ リピーター対策

特定保健指導の効果

特定保健指導の効果はあるのか

> > 統計学的にOutcome（重症化予防・保健医療費削減）の効果は確認できていない

- ✓ 保健指導の案内をするだけで2割は自主的に改善（特保対象外）
- ✓ 参加・完了者のうち1/3は翌年改善（特に初めての対象者は脱却しやすい）
- ✓ 2/3はリピーター

特定保健指導による効果は確認できたが、さらに効果を高める工夫（リピーター対策等）が必要

実施率を上げるためには

特定保健指導実施率向上のポイントは

- ✓ 対象者抽出から案内までをできるだけ早期に実施
(鉄は熱いうちに打て！)
- ✓ 健診時に初回面談を実施
- ✓ 就業時間内での実施可
- ✓ 事業主との連名で案内／リマインド
- ✓ プログラムのバリエーション
- ✓ 岩盤層対策

事業主とのコラボヘルスは重要！

実施対象へのアプローチ

若年層に対する特定保健指導

- ✓ 早期対象者は脱却しやすい
- ✓ 40歳になった際の母数を減らす効果がある

服薬者に対する保健指導

- ✓ 事業主実施の重症化予防とのすみわけが必要
- ✓ 服薬指導により特保の対象者を減らすことができるが根本的な解決ではない



特定保健指導の枠を超えた考え方が必要

指導内容について

特定保健指導のプログラムの工夫

- ✓ 複数のプログラムを持つ
 - >> 対象者の選択の幅を広げる効果はあるが、運営の手間は増える
- ✓ 禁煙指導を組み込む
 - >> 対象者抽出の際のリスク低減に効果
- ✓ Web面談等を効果的に使う
 - >> 対象者が全国に散在している場合など



各健保の状況に合わせた工夫が必要

リピーター対策

リピーター（連続対象者）への対策は

- ✓ 隔年での案内／参加は効果なし
（特保の費用削減にはなるが・・・）
- ✓ 毎年案内・参加でも脱却は難しい
- ✓ 複数プログラムは効果がある



また決め手となる対策は見いだせていない

特定保健指導の実施について

まとめ

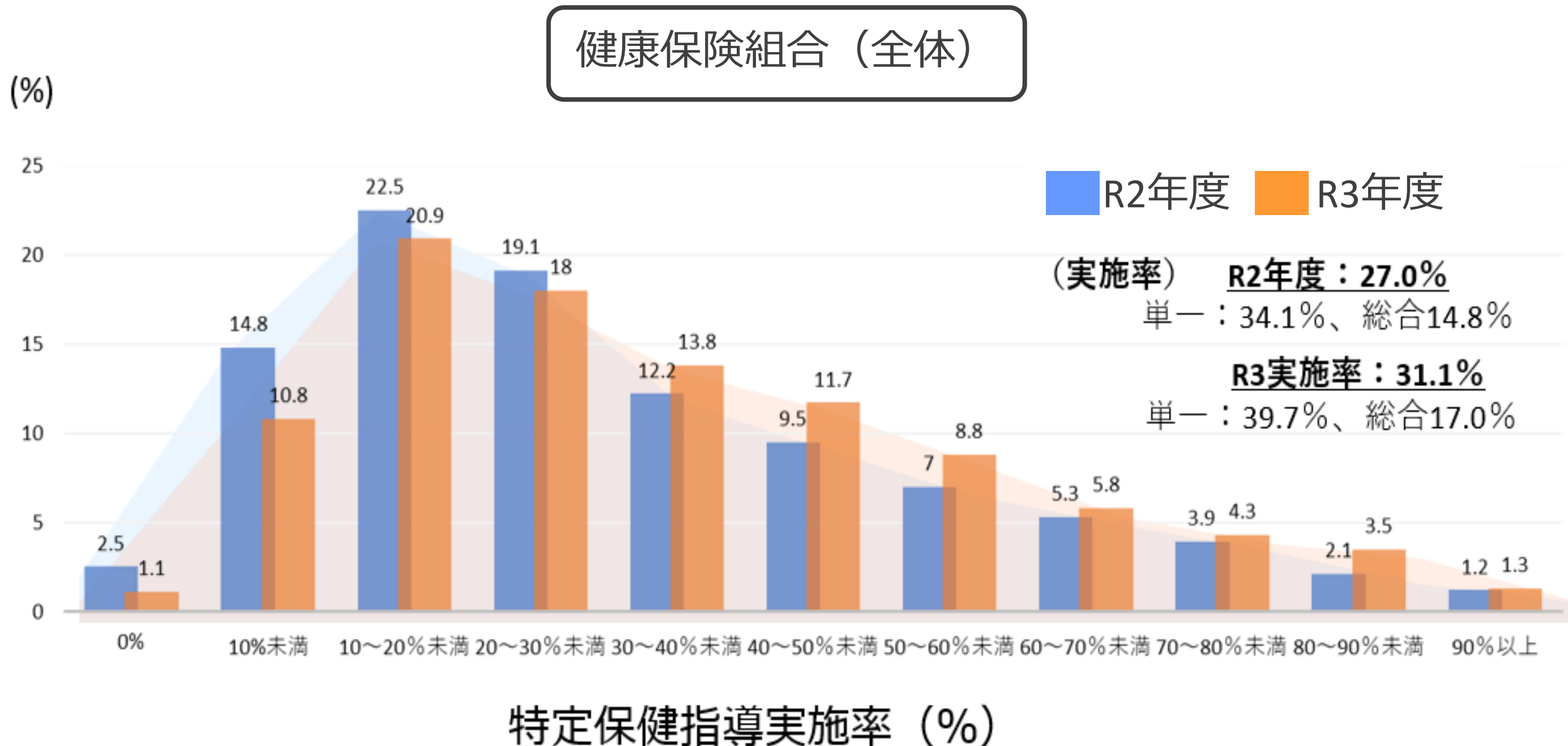
- ✓ 特定保健指導対象者の年齢、性別、職種などの人員構成や背景は健保によって異なる
- ✓ 全ての健保、すべての対象者に共通の効果をもたらす「特効薬」はない



当研究会での事例紹介や情報交換が重要となる

特定保健指導 第4期見直し

特定保健指導実施率の分布（R2とR3年度の比較）



第4期 特定保健指導

【保険者種別実施目標】 2021年実績：健診56.5%（80.5%）、保健指導24.6%（31.1%）

保険者種別	全国目標	市町村国保	国保組合	協会けんぽ	単一健保	総合健保・ 私学共済	共済組合 (私学共済除く)
特定健診	70%以上	60%以上	70%以上	70%以上	90%以上	85%以上	90%以上
特定保健指導	45%以上	60%以上	30%以上	35%以上	60%以上	30%以上	60%以上

特定健診（問診票含）

1. 質問票の見直し（飲酒・喫煙・保健指導項目）
2. 中性脂肪の随時採血導入

特定保健指導

1. 成果を重視した特定保健指導の評価（アウトカム評価の導入）
2. 実施方法の見直し（ICT活用の推進・早期介入の評価など）
3. 服薬者への対応（保健指導前・指導後の服薬者の除外）

第4期 特定保健指導

成果を重視した特定保健指導の評価体系

特定保健指導の評価……アウトカム評価を基本とする

★アウトカム評価（初回面接から3ヶ月以上経過後の実績評価時に一度評価する）

主要達成目標

◆ **2cm・2kg※・・・180p**

※当該年の健診時の体重の値に、0.024を乗じた体重（kg）以上かつ同体重と同じ値の腹囲（cm）以上減少している

★プロセス評価

（2cm,2kg未達成の場合、対象者の行動変容等のアウトカム評価とプロセス評価の合計が180p以上の支援を実施することで特定保健指導終了とする）

対象者の行動変容等を評価

（2cm,2kg未達成の場合、）

・1cm・1kg	・・・	20p
・食習慣の改善	・・・	20p
・運動習慣の改善	・・・	20p
・喫煙習慣の改善（禁煙）	・・・	30p
・休養習慣の改善	・・・	20p
・その他の生活習慣の改善	・・・	20p

○継続的支援の介入方法（）内は最低時間等

・個別（ICT含む）	・・・	70p（10分）
・グループ（ICT含む）	・・・	70p（40分）
・電話	・・・	30p（5分）
・電子メール・チャット等	・・・	30p（1往復以上）

○健診後早期の保健指導（分割実施含む）

・健診当日の初回面接	・・・	20p
・健診後1週間以内の初回面接	・・・	10p

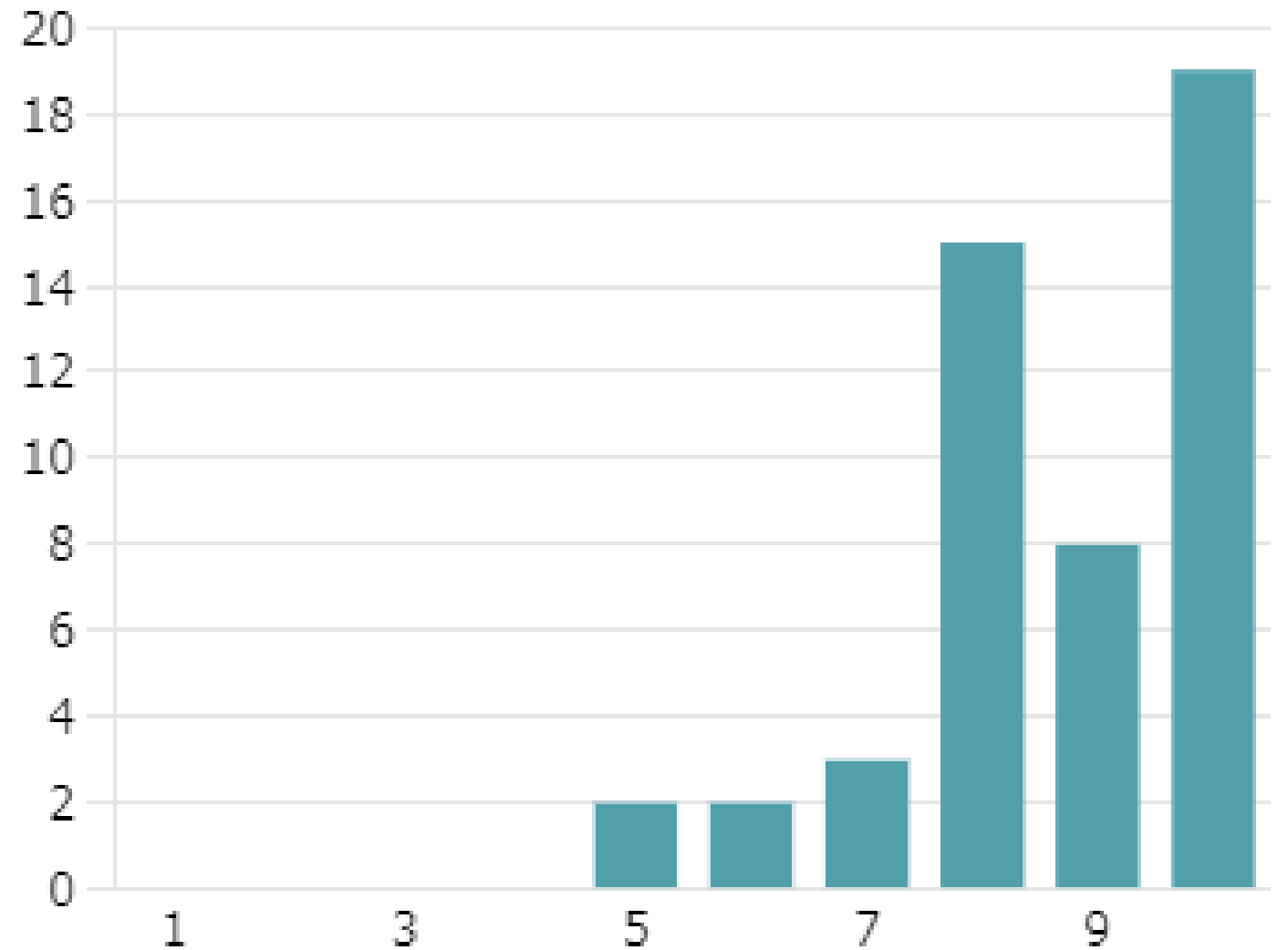


※行動変容については、生活習慣の改善が2ヶ月以上継続した場合に評価

2023年度アンケートより

今年度の研究会活動全体の「満足度」 （10点満点）

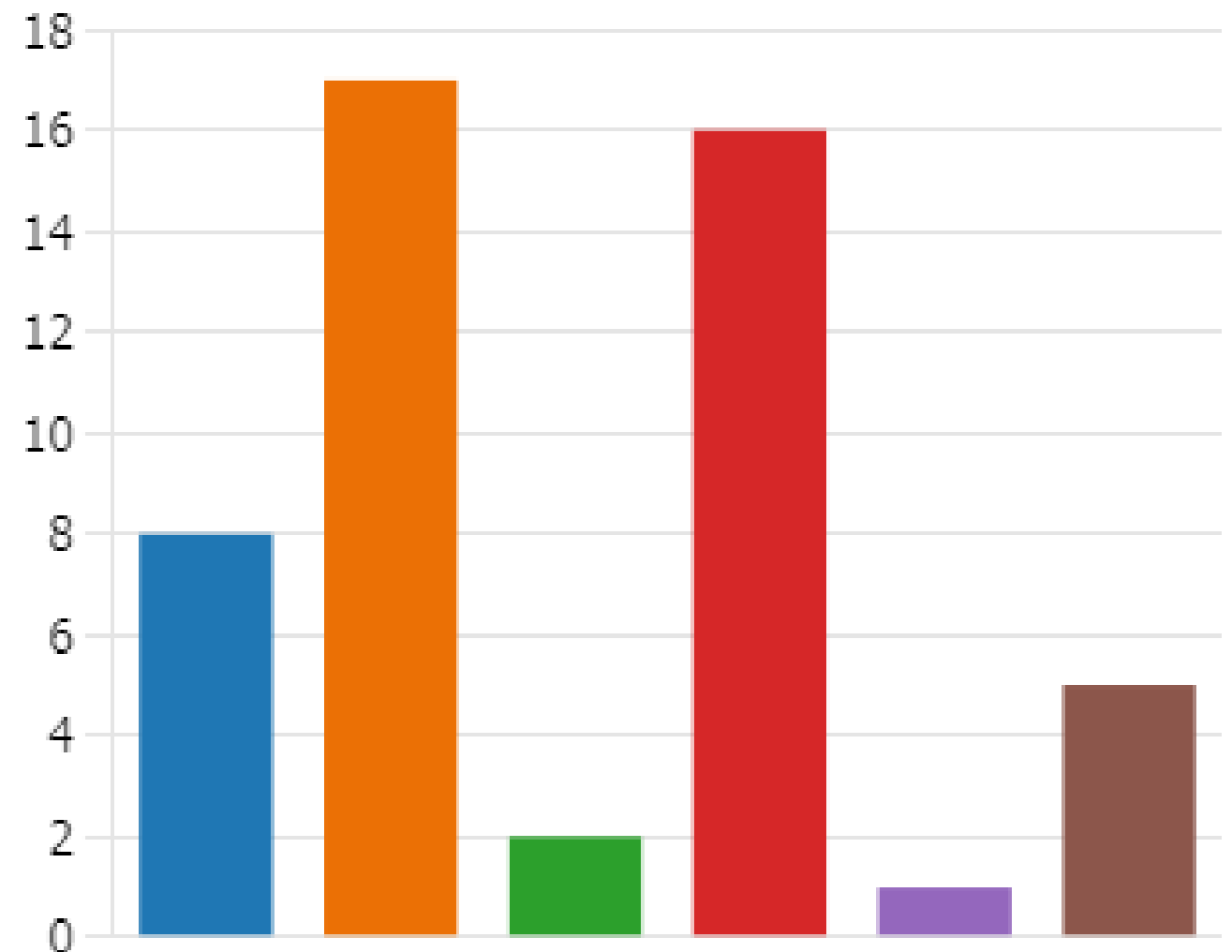
8.67
平均評価



2023年度アンケートより

来年度の研究活動で当研究会のあり方についてと、
参加できる立ち位置について

- 研究会 & 勉強会（運営側に参画）
- 研究会 & 勉強会（参加者としてなら）
- 勉強会（運営側に参画）
- 勉強会（参加者としてなら）
- 休会
- その他



2024年度に向けて

2023年度終了時のアンケート結果より

- ✓ 研究会活動の満足度は高かった（8.67／10点満点）
- ✓ 一方で、約半数が事例紹介／情報交換だけでなく、研究を望んでいる



2024年度は事例紹介／情報交換に加えて、分科会による研究を模索する

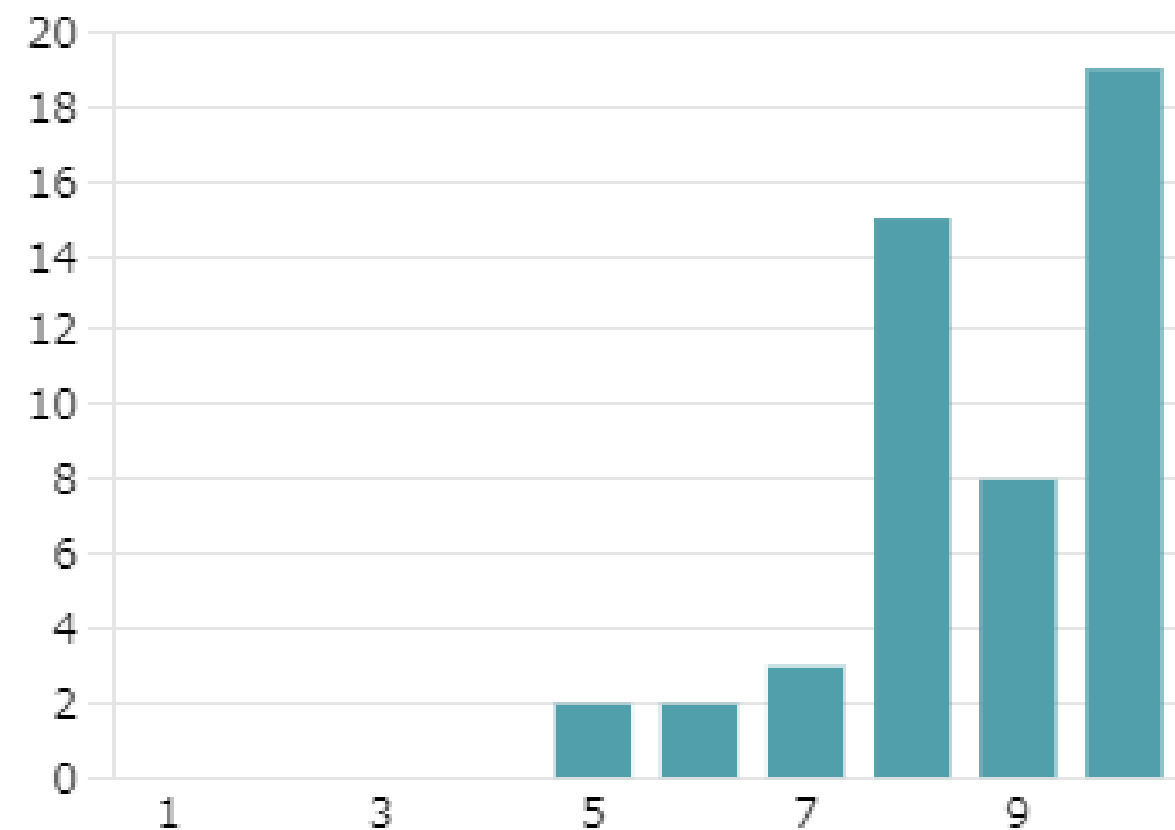
ご清聴
ありがとうございました



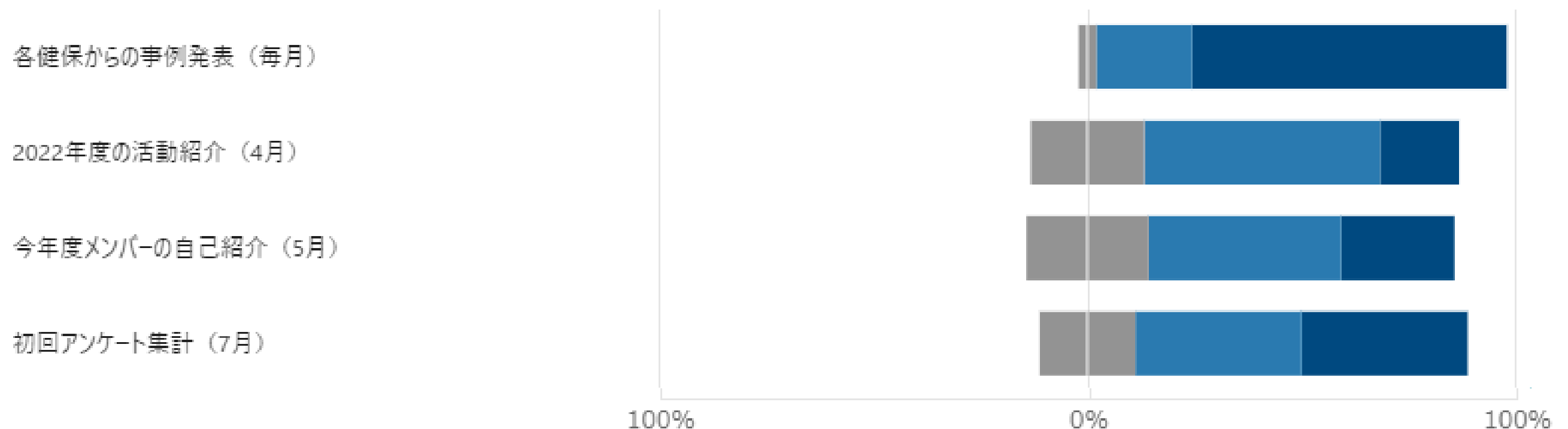
B a c k U p

3. 今年度の研究会活動全体の「満足度」をお答えください。

8.67
平均評価



■ 全く寄与していない ■ やや寄与していない ■ どちらとも言えない ■ やや寄与している ■ 大きく寄与している



■ 全く寄与していない
 ■ やや寄与していない
 ■ どちらとも言えない
 ■ やや寄与している
 ■ 大きく寄与している

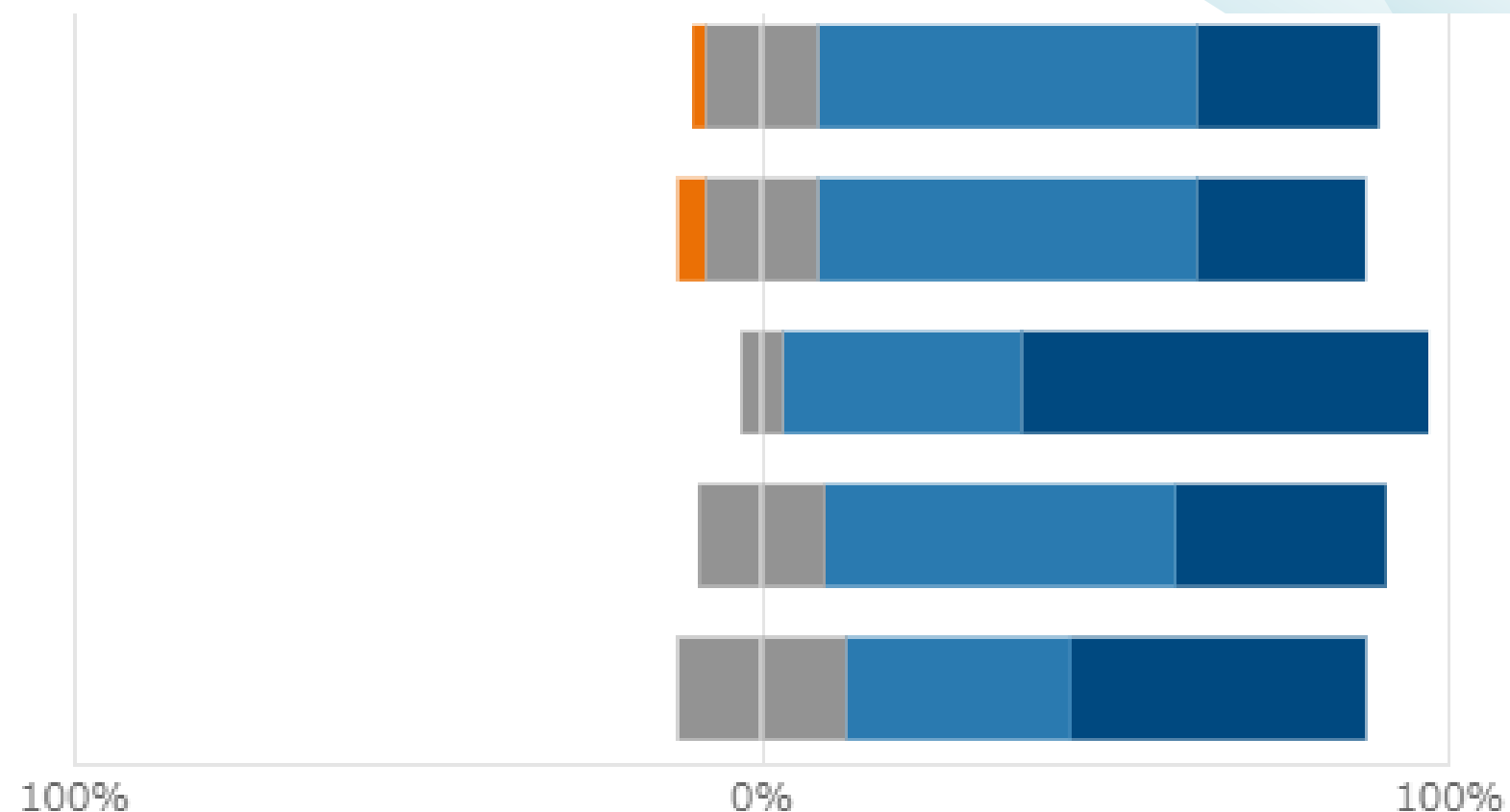
講演：株式会社シードプランニング（9月）

講演：パリュ-HR（11&12月）

講演：健保連（1月）

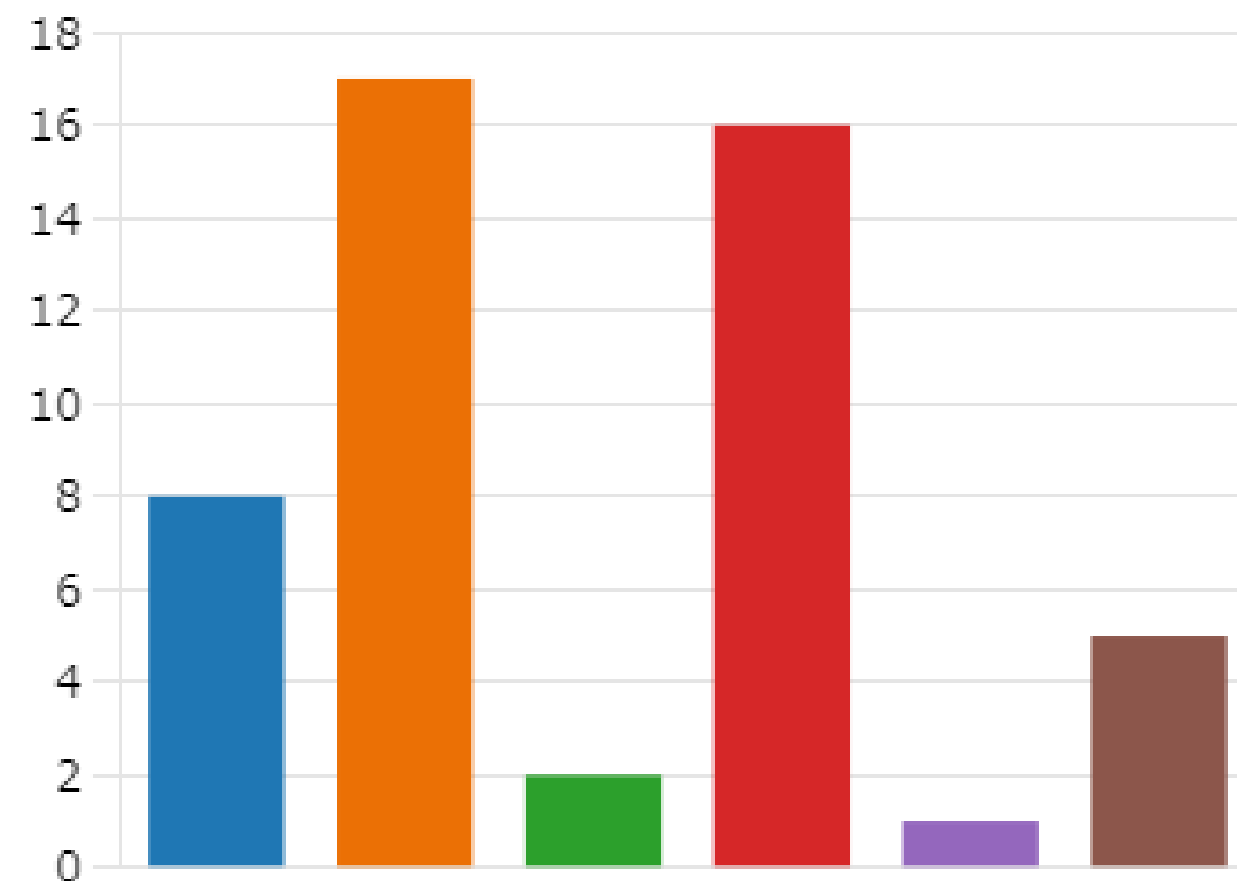
ミニグループ会議（6・7・2月）

録画：Youtubeでの事後共有（毎月）



11. 来年度の研究会活動で、当研究会の在り方についてと、参画できる立ち位置 について教えてください

- 研究会 & 勉強会（運営側に参画）
- 研究会 & 勉強会（参加者としてなら）
- 勉強会（運営側に参画）
- 勉強会（参加者としてなら）
- 休会
- その他



健診・保健指導と特定健診・特定保健指導の関係

健診・保健指導

- ・高確法
- ・健康増進法
- ・労働安全衛生法
- ・健康保険法
- ・学校保健安全法
などに基づき実施

特定健診・特定保健指導

- 高確法に基づく保険者の義務
- 40歳から74歳までの被保険者・被扶養者が対象

〈健診・保健指導実施者向け〉

標準的な健診・保健指導プログラム
(健康局作成)

保険者の義務
ではない
健診・保健指導

〈保険者向け〉

特定健康診査・特定保健指導の
円滑な実施に向けた手引き
(保険局作成)

保険者が義務で行う
特定健診・特定保健指導