シニアの健康研究会

2023.3.30

◆発表内容

1. 研究会詳細
2. 活動目的／成果目標
3. 活動状況
4. 2023年度の計画

１．研究会詳細

◆研究会名：「シニアの健康研究会」

◆2022年度

・健保数、人数

33健保（9特退）、35名

・内訳

常務理事(11名)、事務長等（12名）、医療職（4名）、保健事業担当等（8名）

・参加率（全8回：平均79%）

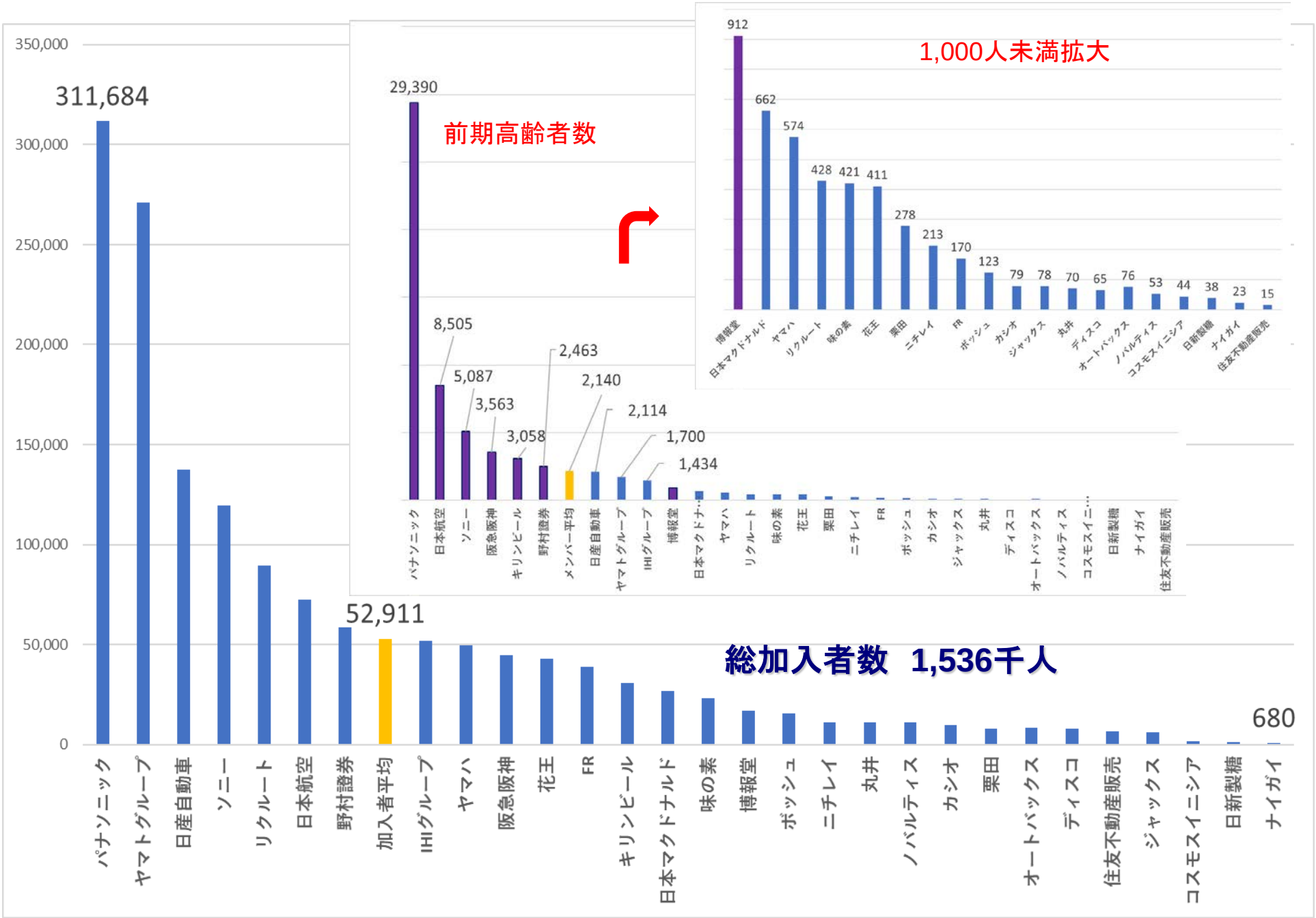
5/20（86%）、6/9（83%）、7/14（77%）、9/7（74%）、10/13（80%）
11/10（85%）、1/12（73%）、3/9（74%）　※ONL懇親会／8/26、1/19

◆2022年度(2022.09現在)

1.担当理事	リクルート	10	全日本空輸	19	ヤマトグループ	28	丸井
2.リーダー	ニチレイ	11	IHIグループ	20	野村證券	29	阪急阪神
3.運営委員	アクセンチュア	12	オートバックス	21	日産自動車	30	ソニー
4.運営委員	日本マクドナルド	13	ジャックス	22	コニカミノルタ	31	ヤマハ
5.運営委員	花王	14	東芝	23	ＴＯＴＯ	32	ファイザー
6.運営委員	パナソニック	15	日新製糖	24	コスモスイニシアグループ	33	ＭＳＤ
7.運営委員	ボッシュ	16	日本航空	25	花王	34	日本ヒューレッド・パッカード
8	ヤマハ	17	栗田	26	カシオ	35	住友不動産販売
9	博報堂	18	キリンビール	27	ジャパンディスプレイ	※	特退

◆参考：加入者数・前期高齢者数等

シニアの健康研究会



２．活動目的／成果目標

◆活動目的

世の中のシニアの健康を増進するため、先ずは自健保のシニアに対して効果的な健康施策を立案・実施し、ヘルスリテラシーが高く、心身共に健康なシニアを地域保険へ送り出すことで高齢者の医療費を適正化し、併せて納付金等が健保財政に与える影響も最小限に抑えることを目指します。

◆成果目標

①シニアの健康に関する最新知見の獲得
②納付金、支援金制度の背景理解
③研究会参加の健保が共同で活用できるシニア向け健康事業（素材連携）の立案
⇒健保が単独で実施する場合と比べた費用対効果の優位性を考慮

３．活動状況

◆2022年度

前年と同様に全て
Zoom会議で実施

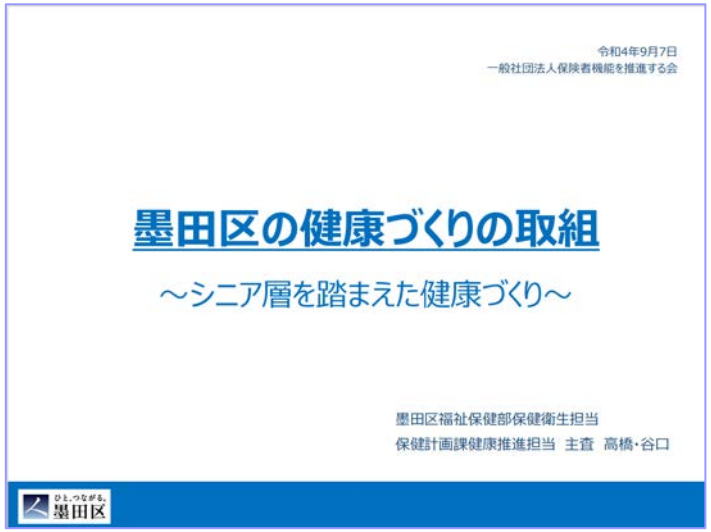
	第１回	第２回	第３回	第４回
	5月20日	6月9日	7月14日	9月7日
実施内容	◆参加メンバー自己紹介等 ①2022年度参加健保の現状について ②前年継続事業について／広報かわら版、未受診者生活問診アンケート ③グループワーク（５グループ）健保間情報交換（期待やテーマ案出し）	◆今回初めて参加のメンバー自己紹介 ①高齢者医療費分析データの提供依頼 ②「青山レポート」の再共有 ③グループ討議（４グループ）及び討議内容の共有	◆2021年度活動報告の再放送 ①健保連レセ分析システムのレクチャー及び自健保との比較方法について ②グループ討議（３グループ）及び討議内容の共有	◆「墨田区の健康づくりの取組～シニア層を踏まえた健康づくり～」 ①質疑応答と情報交換 ②全体討議

今年も
大変好評
でした

	第５回	第６回	第７回	第８回
	10月13日	11月10日	1月12日	3月9日
実施内容	◆東京大学　井出先生のご講演「データヘルス・ポータルサイトから見た健保組合のデータヘルス計画」 ①質疑応答 ②全体討議	◆片切講師による納付金／支援金に関するレクチャー 	◆前回の「納付金／支援金に関するレクチャー」補足・質疑 ◆保険事業一覧の更新版に関するGW	◆保険事業一覧の更新版に関するGW ◆今年度の振返りと次年度継続事業と全体での情報交換

3．活動状況

◆2022年度



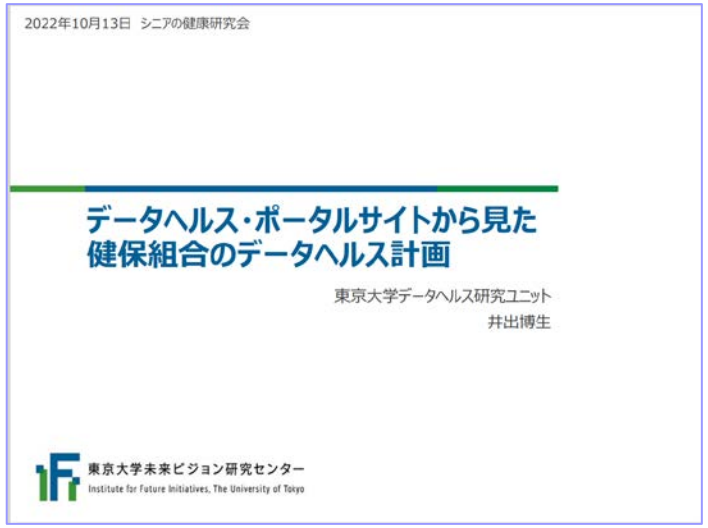
●テーマ
「墨田区の健康づくりの取組」
～シニア層を踏まえた健康づくり～
墨田区福祉保健部保健衛生担当
保健計画課健康推進担当　谷口様　高橋様

●開催日
9月7日（水）

●受講後の質疑応答より
Q:重複多受診等、医療側に問題がある場合の対応について。
A：昨年より薬剤師会と連携。処方時に重複があった場合薬剤師より主治医に連絡してくれる。患者にも副作用などを説明。
Q:ABC検診の実施状況について
A：胃がんリスク検診として、5歳年齢刻みで実施。それ以外の方は胃X-rayや内視鏡を実施。
Q:医師会等への依頼は難しく思われるがその工夫や方法。
A：墨田区は三師会（医師会・薬剤師会・歯科医師会）との連携を図っている。定期的に連絡会を行う。顔を見て繋がりを作り、お願い事をする。キーマンを説得する。

３．活動状況

◆2022年度



●テーマ
「データヘルス・ポータルサイトから見た健保組合のデータヘルス計画」
東京大学政策ビジョン研究センターデータヘルス研究ユニット
特任准教授　井出　博生　先生

●開催日
10月13日（水）

●受講後の質疑応答より
Q：専門職との連携が大事だとの話の中で産業医、産業保健師を除くとあるがその理由は？
A：事業主と産業医の連携は別の項目で定義しているため。
Q：共通の評価指標の入力は任意となっているが、今後入力にあたり国のデータから抽出できるようにしたいのことだが抽出できるようになるのが先か義務が先かそのあたりは？
A：評価指標が5つの時は7割ぐらいの入力率だったが、23に指標が増えて自分で入力しなければならない項目が増えてから数%しか入力がない。今後はプリセットできる箇所は増やしていくことが必要。

３．活動状況

◆Ａグループ：　「シニア扶養者向けコンテンツの共同利用」
※日産健保の「健康かわら版」をシニア研向けにアレンジして共同利用する

＜参加健保＞

・２０２１年度（６健保）
アクセンチュア、ニチレイ、日産、日新製糖、ノバルティス、ヤマハ

・２０２２年度（９健保）
アクセンチュア、ニチレイ、日産、日新製糖、ノバルティス、ヤマハ、ソニー、
ジャパンディスプレイ、ヤマトグループ

＜費用＞

1. 冊子の増刷（各健保合計数）

	条件	部数	単価	金額	金額（税込み）
A	A-1：空欄（判押し） OR A-2:共通の名入れ	1,000部	73.8	73,800	81,180
		3,000部	34.5	103,500	113,850
		5,000部	23.5	117,500	129,250
B	自健保の名入れ	100部	730	73,000	80,300
		300部	244	73,200	80,520
		500部	147	73,500	80,850

2. 版権と送料

・共有データ版権料　：　１件　20,000円（税込み22,000円）

・送 料　：　１件　150円（税込み165円）　冊子料金含まず、住所データ受渡から送付まで。封筒は各健保より支給すること。

◎2023年度からの単価改定
3,000部　44.5円（＋10円）
5,000部　29.5円（＋6円）

◆編集の例

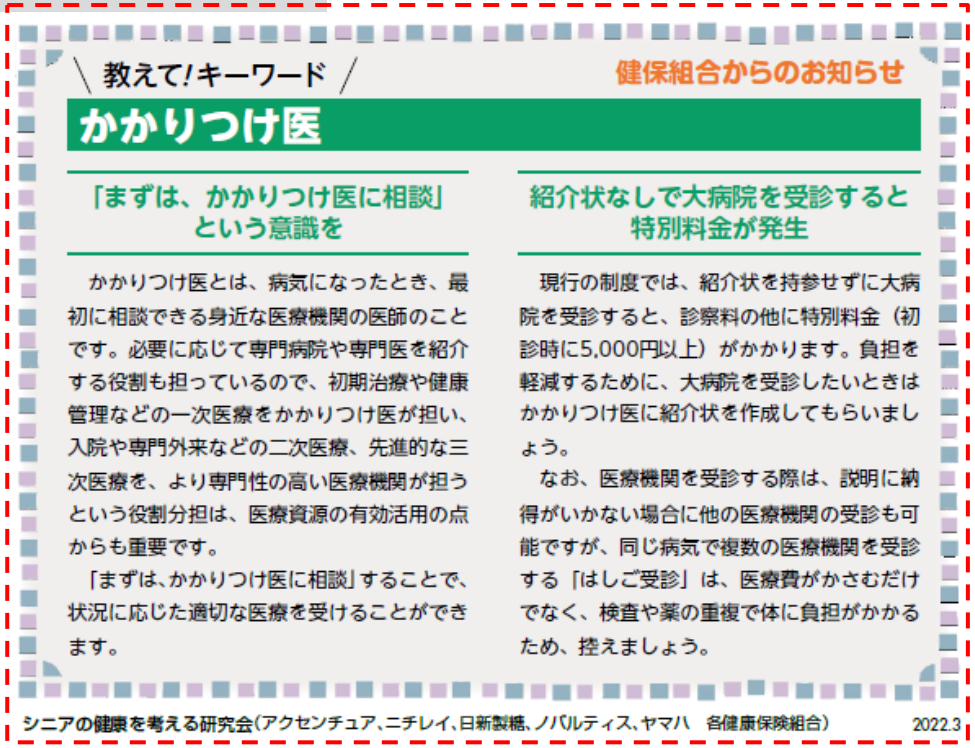
◆日産健保　季刊誌「健康かわら版」（A4版・4頁・オールカラー）

＜内容＞

①日産健保で作成している「健康かわら版」
　４頁のうち、最終頁の下半分をシニア研用
　の記事で差し替え

②毎回メイン記事との関連性に配慮して作成

③共同利用の健保名は奥付に設定



教えて!キーワード　健保組合からのお知らせ

かかりつけ医

「まずは、かかりつけ医に相談」という意識を

かかりつけ医とは、病気になったとき、最初に相談できる身近な医療機関の医師のことです。必要に応じて専門病院や専門医を紹介する役割も担っているので、初期治療や健康管理などの一次医療をかかりつけ医が担い、入院や専門外来などの二次医療、先進的な三次医療を、より専門性の高い医療機関が担うという役割分担は、医療資源の有効活用の点からも重要です。

「まずは、かかりつけ医に相談」することで、状況に応じた適切な医療を受けることができます。

紹介状なしで大病院を受診すると特別料金が発生

現行の制度では、紹介状を持参せずに大病院を受診すると、診察料の他に特別料金（初診時に5,000円以上）がかかります。負担を軽減するために、大病院を受診したいときはかかりつけ医に紹介状を作成してもらいましょう。

なお、医療機関を受診する際は、説明に納得がいかない場合に他の医療機関の受診も可能ですが、同じ病気で複数の医療機関を受診する「はしご受診」は、医療費がかさむだけでなく、検査や薬の重複で体に負担がかかるため、控えましょう。

シニアの健康を考える研究会（アクセンチュア、ニチレイ、日新製糖、ノバルティス、ヤマハ　各健康保険組合）　2022.3

◆これまでの実績

シニアの健康研究会

2022.02 | 07 | 10 | 12 | 2023.03

メイン記事

Vol.35（5,900部）

「いまこそ見直したい薬の飲み方」

Vol.36（4,150部）

「『気分の落ち込み』に注意！」

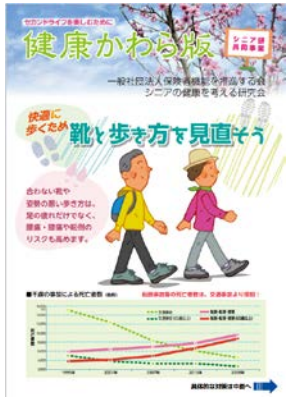
Vol.37（8,900部）

「元気に過ごすための『秋バテ』対策！」

Vol.38（17,000部）

「『座りっぱなし』は危険がいっぱい！」

Vol.39（8,400部）



「靴と歩き方を見直そう」

シニア研記事

「かかりつけ医」

「『睡眠力』を高めましょう！」

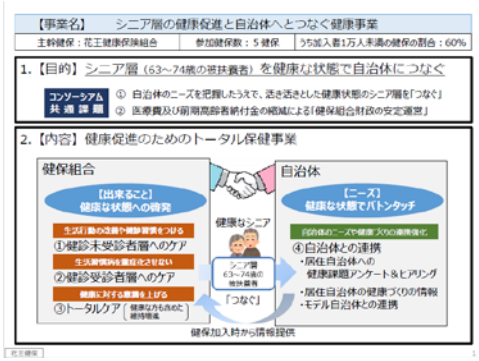
「『かかりつけ歯科医』をもっていつまでも健康な歯を！」

「下半身を鍛えるエクササイズ」

「ウォーキングで健康増進を目指そう」

3．活動結果

◆ Bグループ：～被扶養者健診未受診層へのアプローチ～
『生活問診アンケートの実施と結果のFB』を複数健保で実施する
※花王健保他による「シニア層の健康促進と自治体へとつなぐ健康事業より」

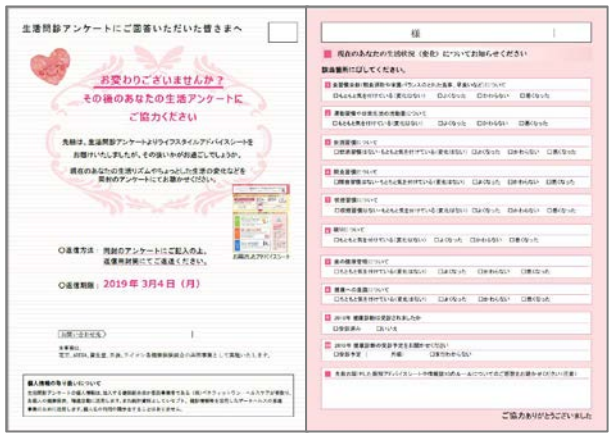


＜参加健保＞
・2021年度（3健保）
博報堂、ヤマハ、日新製糖
・2022年度（6健保）
博報堂、ヤマハ、日新製糖、栗田、ボッシュ、ニチレイ

「生活問診アンケート」

「ライフスタイル　アドバイスシート」

「行動変容アンケート」



2022.01　05　07　09　10　11

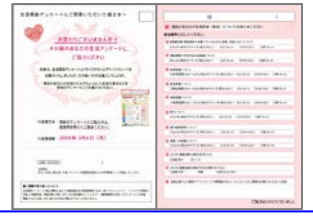
◆2021年度

・博報堂	1月21日（113／182）	5月27日（113）	9月28日（113）
・ヤマハ	1月21日（75／160）	5月27日（75）	9月28日（75）
・日新製糖	1月21日（３／10）	5月27日（3）	9月28日（3）

2022.07　10　11　2023.03　04　05

・2022年度グループは
足並みに若干乱れあり

◆2022年度



・ボッシュ	7月15日（22／44）	10月14日（22）	3月16日（22）
・栗田	7月15日（33／89）	10月14日（33）	3月16日（33）
・ニチレイ	8月29日（23／39）	11月15日（23）	3月16日（23）

（回収数／送付数）と（送付数）

解析・評価結果の納品

参加６健保で総括

４．2023年度の計画

◆継続すること

①「健康かわら版」の作成
・参加健保より継続を希望する声が多数
②保健事業一覧の作成
・作成目的を明確にして実施へ
③各種勉強会
・片切講師の納付金／支援金に関するレクチャーと金額シミュレーション
・社外講師によるセミナー

※「生活問診アンケート」は5月の総括を踏まえて検討

◆新たに実施すること

①新メンバーからの要望を踏まえて検討
②継続メンバーから有効事例の紹介　　等

ご清聴ありがとうございました。