データヘルス計画
第３期計画書

最終更新日：2025/4/1

セントラル警備保障健康保険組合

データヘルス計画とは？

平成25年に閣議決定された成長戦略 『日本再興戦略』 において、すべての健康保険組合にデータヘルス計画の作成・公表、事業実施、評価などの取り組みが求められることとなりました。データヘルス計画は、健康診断やレセプトデータの分析に基づいた保健事業をPDCAサイクルで効果的・効率的に進めるための事業計画です。

第３期データヘルス計画について

健康保険組合では、平成27年から平成29年を第1期、平成30年から令和5年を第2期として、皆さまの健康保持増進に取り組んで参りました。その結果、疾病の発症・重症化予防に一定の成果をあげることができました。そして今回、令和6年度から令和11年度の6年間を第3期として新たにデータヘルス計画を策定しました。

健康保険組合は、データヘルス計画を通じて、加入者の皆さまが末永く幸福な生活を送れるように、皆さまと共に疾病を予防し、健康な身体づくりを目指して参ります。

第3期　データヘルス計画の構成

STEP 1

1-1　基本情報

健康課題の抽出と今後の保健事業を検討をする上で重要となる、加入者の属性や事業所の概要を整理し、自健保組合の特徴を把握します。

1-2　保健事業の実施状況

事業の見直しの必要性や新規事業について検討するために、既存の保健事業それぞれの取組み状況を整理します。

1-3　基本分析

健康課題を探るための基本分析データです。効果的な保健事業を行うカギとなる医療費や健診データをもとに構造的な問題と背景を分析します。

STEP 2　健康課題の抽出

健康課題と対策の方向性を整理します。健康課題の解決に向けて必要な保健事業を具体的に検討するため、「特に優先すべき健康課題」を抽出します。

STEP 3　保健事業の実施計画

健康課題の解決を念頭においた事業全体の「目的」と、それを実現していく過程の「目標」を設定した上で、個別の事業の具体的な計画と目標値、評価指標等を設定します。

STEP１-１ 基本情報

	R６見込	R7見込	R８見込
被保険者数	3,728名	4,104名	–
男性	88.7%	89.1%	–
（平均年齢）	43.4歳	44.5歳	–
女性	11.3%	10.9%	–
（平均年齢）	35.7歳	37.1歳	–
加入者数	5,790名	6,274名	–
適用事業所数	1カ所	1カ所	–
対象となる拠点数	19カ所	19カ所	–
保険料率	98.0‰	98.0‰	–

健康保険組合と事業主側の医療専門職（人）		R6見込		R7見込		R8見込	
		常勤	非常勤	常勤	非常勤	常勤	非常勤
健康保険組合	顧問医	0	0	0	0	–	–
	保健師等	0	0	0	0	–	–
事業主	産業医	0	16	0	16	–	–
	保健師等	0	0	0	0	–	–

		第3期基礎数値（R4年実績）			第3期基礎数値（R4年実績）
特定健康診査実施率	全体	87.9%	特定保健指導実施率	全体	15.4%
	被保険者	94.6%		被保険者	16.2%
	被扶養者	59.3%		被扶養者	0.0%

		R６見込		R７見込		R８見込	
		予算額（千円）	被保険者一人当たり金額（円）	予算額（千円）	被保険者一人当たり金額（円）	予算額（千円）	被保険者一人当たり金額（円）
保健事業費	特定健康診査事業費	19,550	5,244	23,950	5,836	–	–
	特定保健指導事業費	4,840	1,298	7,000	1,706	–	–
	保健指導宣伝費	1,564	420	1,645	401	–	–
	疾病予防費	93,647	25,120	100,965	24,602	–	–
	体育奨励費	0	0	1,370	334	–	–
	直営保養所費	0	0	0	0	–	–
	その他	0	0	0	0	–	–
	小計 … a	119,601	32,082	134,930	32,878	–	–
	経常支出合計 … b	2,002,958	537,274	1,834,273	446,948	–	–
	a / b × 100（%）	5.97		7.36		–	–

STEP 1 - 1 基本情報

■ 年齢構成（被保険者）

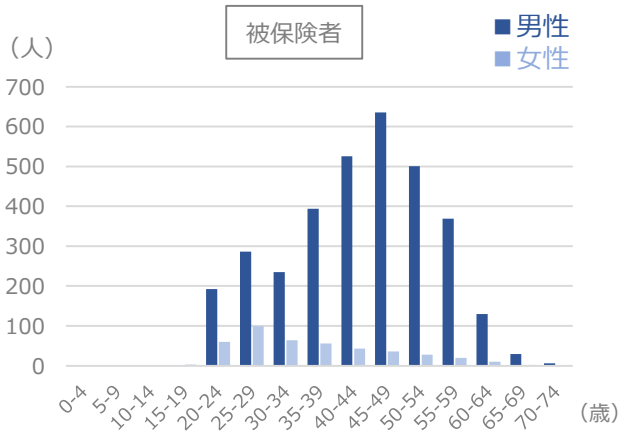
R6見込						R7見込						R8見込					
（歳）	男性	女性	（歳）	男性	女性	（歳）	男性	女性	（歳）	男性	女性	（歳）	男性	女性	（歳）	男性	女性
0-4	0	0	5-9	0	0	0-4	0	0	5-9	0	0	0-4	–	–	5-9	–	–
10-14	0	0	15-19	0	3	10-14	0	0	15-19	8	3	10-14	–	–	15-19	–	–
20-24	192	60	25-29	286	99	20-24	184	59	25-29	293	97	20-24	–	–	25-29	–	–
30-34	235	64	35-39	394	56	30-34	258	54	35-39	357	66	30-34	–	–	35-39	–	–
40-44	526	43	45-49	636	36	40-44	567	44	45-49	677	43	40-44	–	–	45-49	–	–
50-54	501	28	55-59	369	20	50-54	598	36	55-59	480	30	50-54	–	–	55-59	–	–
60-64	130	10	65-69	29	2	60-64	169	12	65-69	51	4	60-64	–	–	65-69	–	–
70-74	6	0				70-74	14	0				70-74	–	–		–	–

■ 年齢構成（被扶養者）

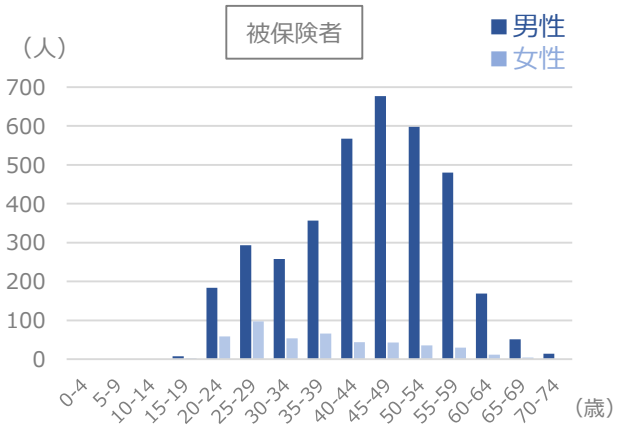
R6見込						R7見込						R8見込					
（歳）	男性	女性	（歳）	男性	女性	（歳）	男性	女性	（歳）	男性	女性	（歳）	男性	女性	（歳）	男性	女性
0-4	95	106	5-9	153	157	0-4	97	96	5-9	143	161	0-4	–	–	5-9	–	–
10-14	185	180	15-19	191	177	10-14	182	186	15-19	224	184	10-14	–	–	15-19	–	–
20-24	73	69	25-29	5	22	20-24	90	77	25-29	6	16	20-24	–	–	25-29	–	–
30-34	0	34	35-39	1	83	30-34	0	36	35-39	0	74	30-34	–	–	35-39	–	–
40-44	0	121	45-49	0	128	40-44	0	112	45-49	0	139	40-44	–	–	45-49	–	–
50-54	0	126	55-59	1	86	50-54	0	149	55-59	0	102	50-54	–	–	55-59	–	–
60-64	1	42	65-69	0	17	60-64	2	54	65-69	0	24	60-64	–	–	65-69	–	–
70-74	0	9				70-74	0	16				70-74	–	–		–	–

STEP 1 - 1 基本情報

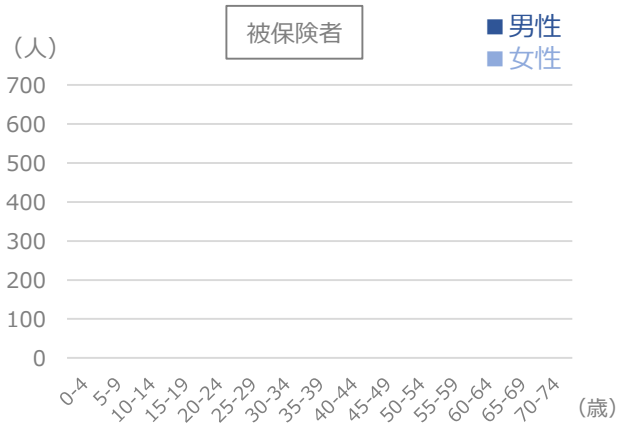
■年齢構成 R6年度見込み

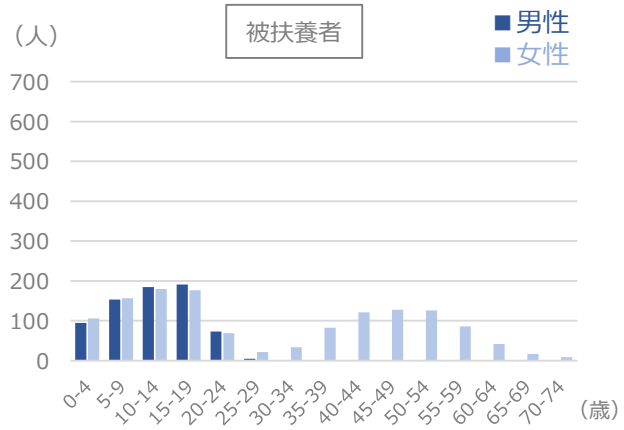


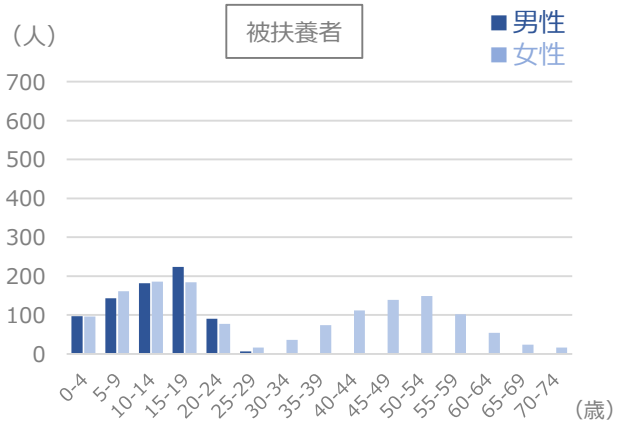
■年齢構成 R7年度見込み

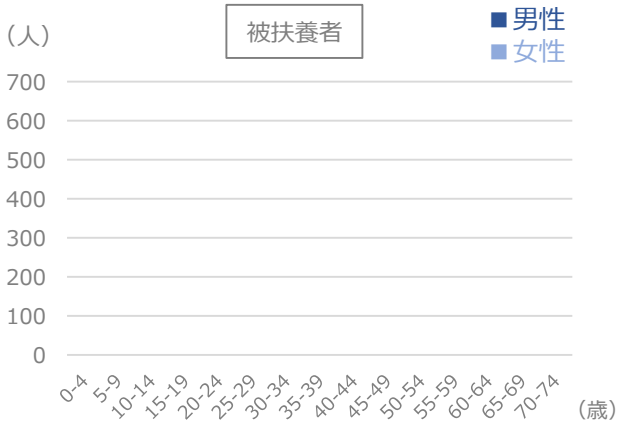


■年齢構成 R8年度見込み









基本情報から見える特徴	① 男性社員が約9割を占める ② 40代の男性社員が多く、平均年齢は年々緩やかに上昇 ③ 事業主の拠点が全国にあり、加入者も点在している ④ 事業主の健康診断と併せて実施しているため、被保険者の特定健診受診率は高い

STEP 1 - 2 保健事業の実施状況

予算科目	事業名	事業目標	事業費（千円）	振り返り			評価
				実施状況・時期	成功・推進要因	課題及び阻害要因	
保健指導宣伝	健保組合ホームページ	①ホームページから発信することで健康意識を高める ②保健事業の告知、募集、結果等を掲載し円滑な運営を行う	384	毎月1回、健康情報を掲載	グラフやフローチャート、クイズ形式を用いて、わかりやすく興味を持たせる情報提供を実施	特になし	5
予算措置なし	社内報による広報活動	①社内報から発信することで健康意識を高める ②保健事業の告知、募集、結果等を掲載し円滑な運営を行う	–	毎月1回、健康情報を掲載	グラフやフローチャート、クイズ形式を用いて、わかりやすく興味を持たせる情報提供を実施	特になし	5
特定健康診査事業	特定健康診査（被保険者）	40歳以上の被扶養者に対してメタボリックシンドロームに着目した健診を実施し、健診結果から特定保健指導の対象者を抽出する	17,176	①年1回、事業主が実施する定期健康診断と併せて受診 ②実施時期：4月～9月	事業主と実施する定期健康診断と併せて実施することで高い受診率を維持	特になし	4
	特定健康診査（被扶養者）	40歳以上の被保険者に対してメタボリックシンドロームに着目した健診を実施し、健診結果から特定保健指導の対象者を抽出する	2,615	①年1回、被扶養者に対して実施する家族健診と併せて受診 ②実施時期：7月～10月	①受診可能な健診機関の増加 ②ネットから予約可能になり利便性が向上	特になし	4
特定保健指導	特定保健指導	特定保健指導判定基準に該当した者を対象とし、保健師、管理栄養士等の専門家から指導を受けることによって正しい生活習慣を身につけ、メタボリックシンドローム、生活習慣病を予防する	1,960	①特に指導効果が高いと考えられる者を抽出し指導 ②実施時期：2月～9月	①指導は本人の希望を確認した上で実施しているため完了率が高い ②事業所と連携し対象者をフォロー	特になし	4
保健指導宣伝	育児図書	第一子を出産した被保険者・被扶養者を対象に育児に役立つ育児関連図書を配付。育児を支援し、子どもの健全な育成に役立つ情報を提供する	92	①第一子を出産した被保険者・被扶養者に育児図書を毎月、1年間（12回）送付 ②実施時期：通年	①配付する育児図書のラインアップを毎年見直し ②配付期間を初回1回から1年間に変更	特になし	5

STEP 1 - 2 保健事業の実施状況

予算科目	事業名	事業目標	事業費（千円）	振り返り			評価
				実施状況・時期	成功・推進要因	課題及び阻害要因	
疾病予防	人間ドック	受診を希望する40歳以上の被保険者に対して、精密な健診を実施することにより、疾病の早期発見・早期治療を実現する	35,849	①年1回、事業主が実施する定期健康診断と併せて受診 ②実施時期：4月～9月	①事業主が受診状況を管理しているため受診率が高い ②自己負担5,000円以外を健保で補助	特になし	5
	生活習慣病健診	35歳以上の被保険者に対して、精密な健診を実施することにより、疾病の早期発見・早期治療を実現する	20,943	①年1回、事業主が実施する定期健康診断と併せて受診 ②実施時期：4月～9月	①事業主が受診状況を管理しているため受診率が高い ②費用は全額健保で補助	特になし	4
	法定外血液健診	34歳以下の被保険者に対して、精密な健診を実施することにより、疾病の早期発見・早期治療を実現する	4,762	①年1回、事業主が実施する定期健康診断と併せて受診 ②実施時期：4月～9月	①事業主が受診状況を管理しているため受診率が高い ②費用は全額健保で補助	特になし	4
	家族健診	35歳以上の被扶養者に対して、精密な健診を実施することにより、疾病の早期発見・早期治療を実現する	9,521	①委託先が提携している全国の健診機関から選択し、生活習慣病健診を受診 ②実施時期：7月～10月	①受診可能な健診機関の増加 ②ネットから予約可能になり利便性が向上 ③費用は全額健保で補助	特になし	4
	二次健診	再検査の費用を補助することで受診率を高め、疾病の早期発見・早期治療を実現する	2,386	①健診の結果、異常値があった場合、1回目の再検査費用を健保で補助 ②実施時期：4月～2月	①健診機関から再検査を通知 ②事業所で受診状況を管理 ③健保からの費用補助	特になし	4
	重症化予防プログラム	生活習慣病の重症化リスクが高い者に対して、委託先の保健師が主治医と情報を共有し指導を行い、生活習慣病の重症化を予防する	945	①生活習慣病の重症化リスクが高い者を抽出し、オンラインで面談後に受診勧奨と指導を実施 ②実施時期：2月～9月	①通院後も保健師と医師が連携し対象者へ指導を継続 ②事業所と連携し対象者をフォロー	①数値的に期待する改善効果が見られない ②単価が高く、費用対効果の面が課題	2

STEP 1 - 2 保健事業の実施状況

予算科目	事業名	事業目標	事業費（千円）	振り返り			評価
				実施状況・時期	成功・推進要因	課題及び阻害要因	
疾病予防	インフルエンザ予防接種	インフルエンザの重症化を予防する	35,849	①インフルエンザ予防接種費用2,500/人を補助 ②実施時期：10月～1月	①社内報、HPを使った注意喚起 ②事業所内で予防接種を受けられる等、事業主と協力	特になし	2
疾病予防	家庭用常備薬	家庭用常備薬購入に補助を行い、急病と応急処置に備える	2,454	①家庭用常備薬の購入に被保険者一人当たり1,000円を補助 ②実施時期：9月～11月	①ネット上から注文できるよう改善され利便性が向上 ②医薬品を見直し、ニーズの高い医薬品をリストに入れた	特になし	5
体育奨励	ウォーキングチャレンジ	①歩くことを習慣づけることにより、メタボリックシンドロームの改善、生活習慣病を予防する ②ストレス解消、メンタルヘルス改善	331	①参加希望者は1カ月間、アプリを使ってウォーキングにチャレンジし、基準歩数をクリアした人に抽選でインセンティブを付与 ②実施時期：5月	①アプリで楽しみながら参加 ②インセンティブ制の導入 ③社内報等を使って広く参加者を募集	特になし	5

評価 ： 1．39%以下　2．40%以上　3．60%以上　4．80%以上　5．100%

STEP 1 - 3 基本分析

1　医療費分析

- 1-1　全　体
- 1-2　生活習慣病
- 1-3　が　ん
- 1-4　精神系疾患
- 1-5　呼吸器系疾患
- 1-6　医療費分析から判る特徴

2　疾病リスク分析

- 2-1　血圧リスク
- 2-2　血糖リスク
- 2-3　脂質リスク
- 2-4　肝機能リスク
- 2-5　疾病リスク分析から判る特徴

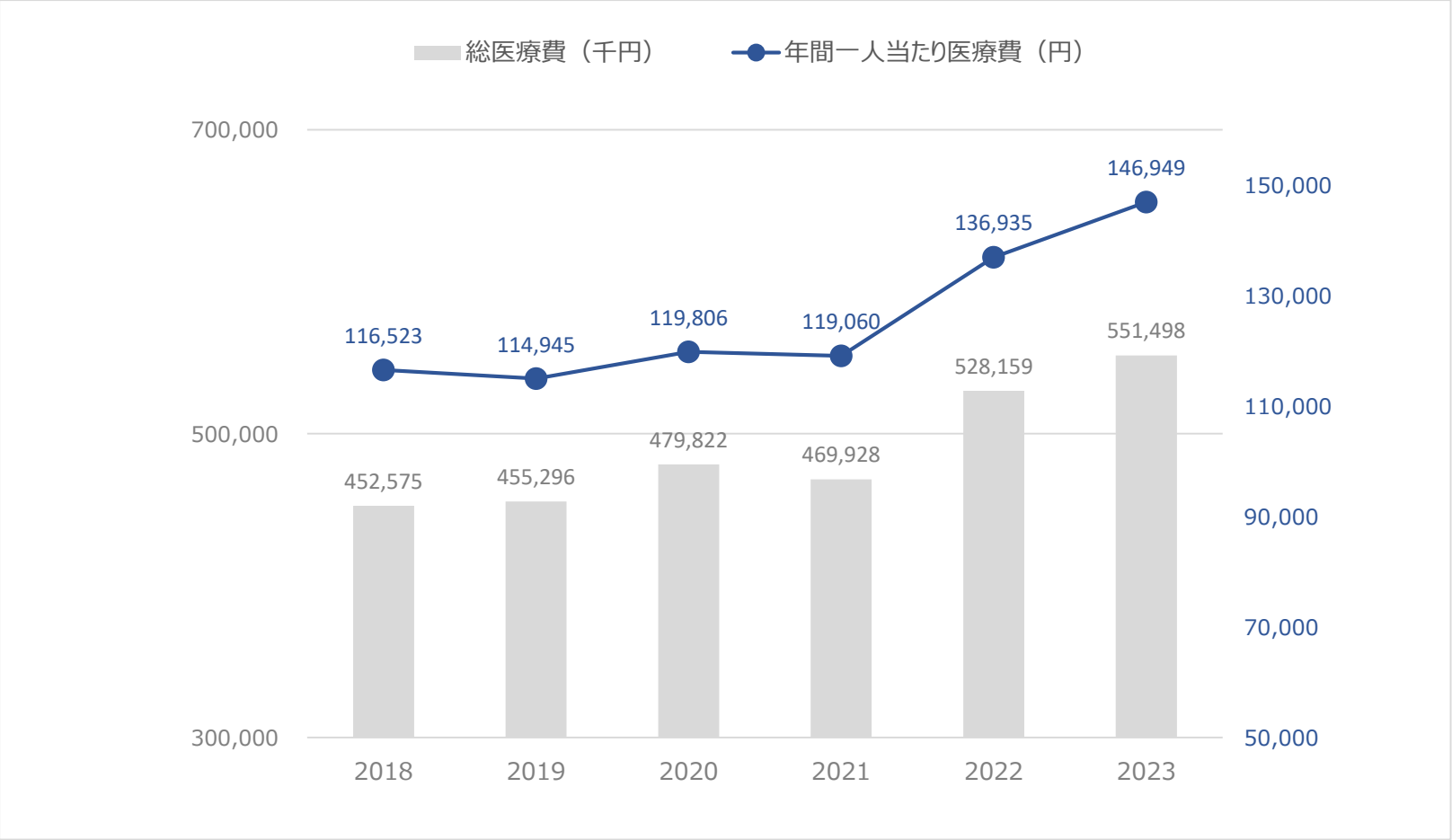
3　生活習慣分析

- 3-1　喫煙習慣
- 3-2　運動習慣
- 3-3　食事習慣
- 3-4　飲酒習慣
- 3-5　睡眠習慣
- 3-6　生活習慣分析から判る特徴

4　特定健診分析

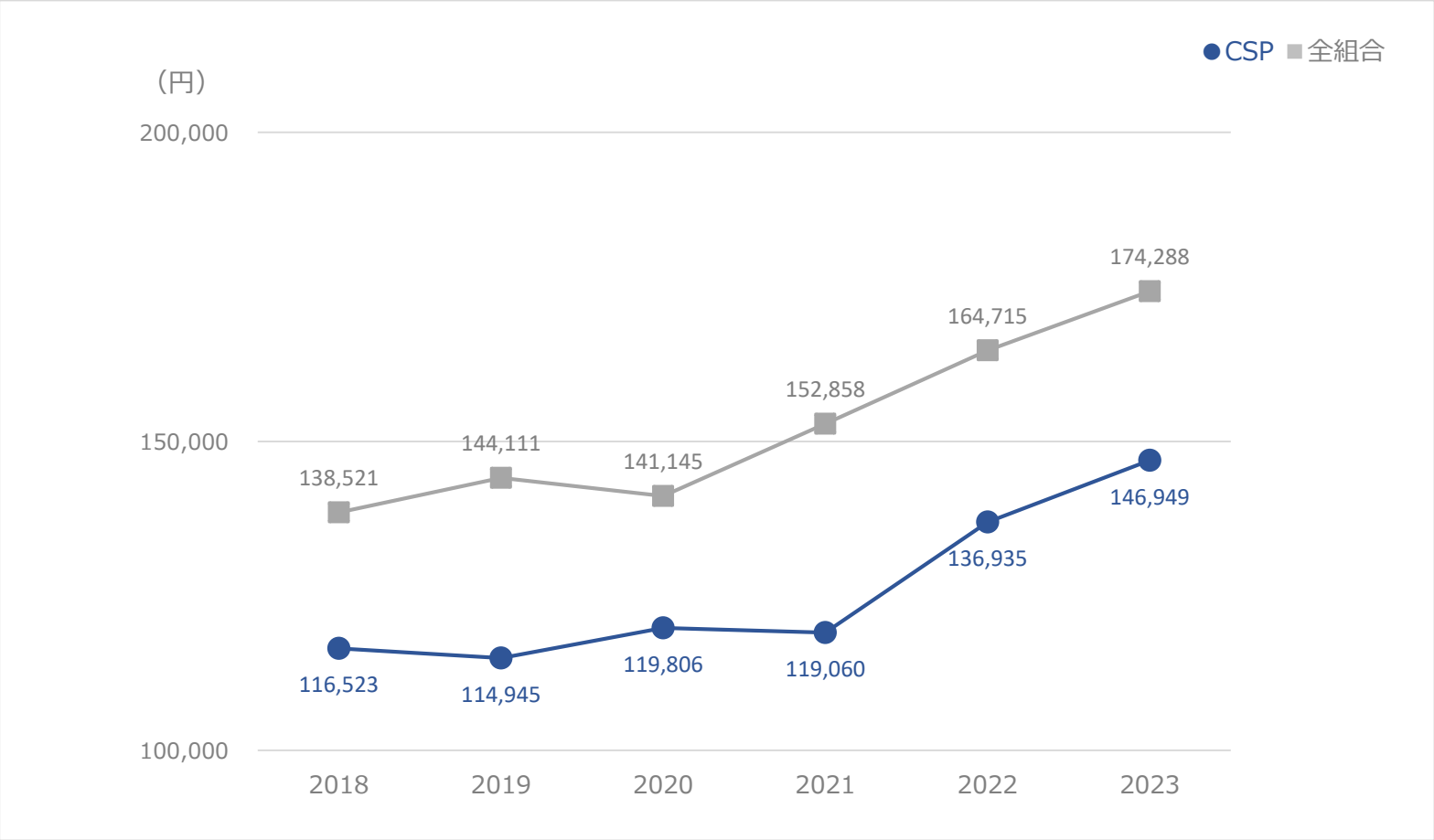
- 4-1　内臓脂肪症候群
- 4-2　特定健診分析から判る特徴

■ 総医療費と年間一人当たり医療費の推移



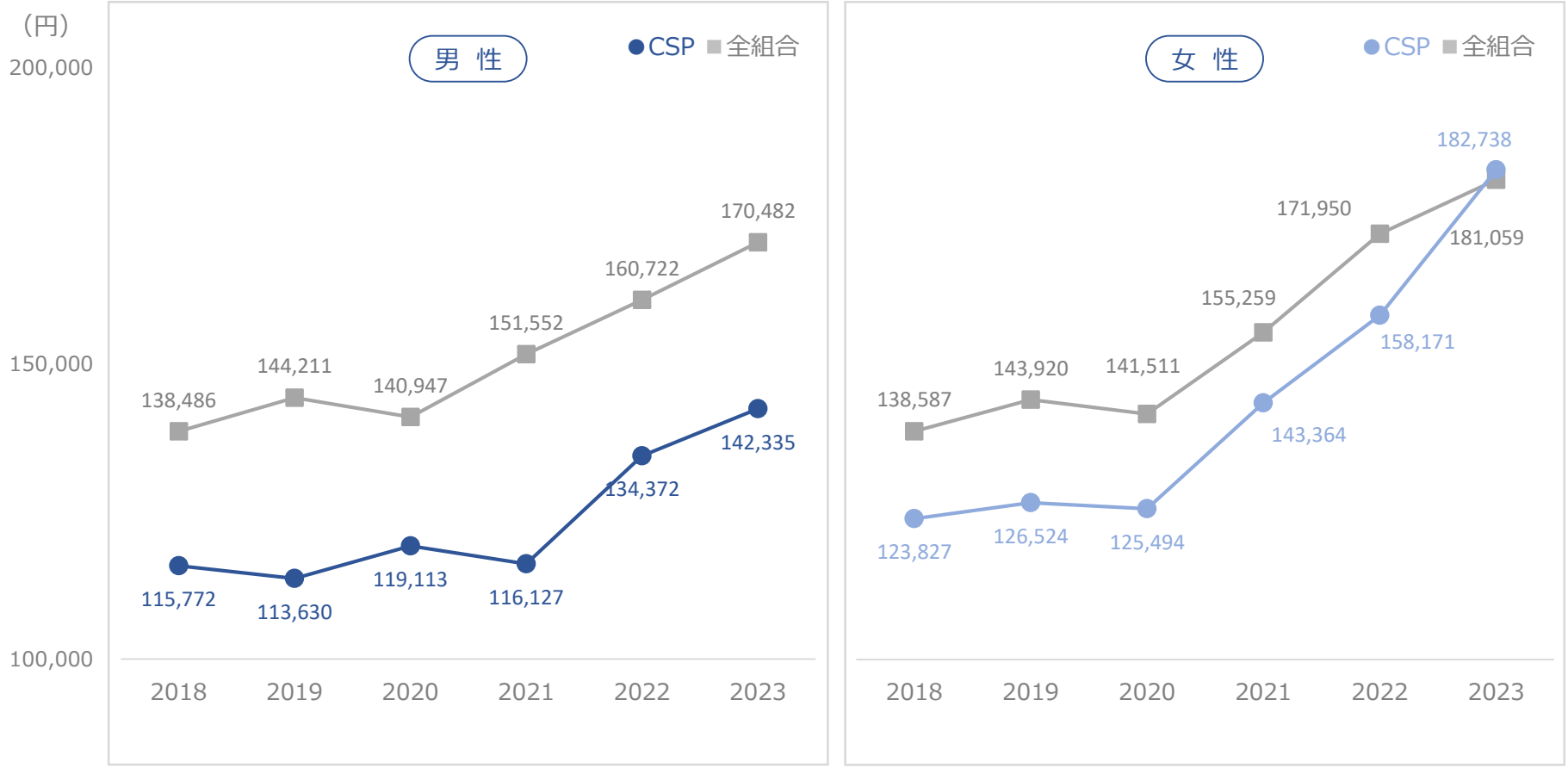
- 医療費は増加傾向にあり、2023年のCSP被保険者の総医療費は、5年間で約9900万円増加し5億5150万円。
- 年間一人当たり医療費（医療費／被保険者数）も増加しており、2023年は、2018年に比べ3万円以上増加。

■ 年間一人当たり医療費の推移　全組合比較



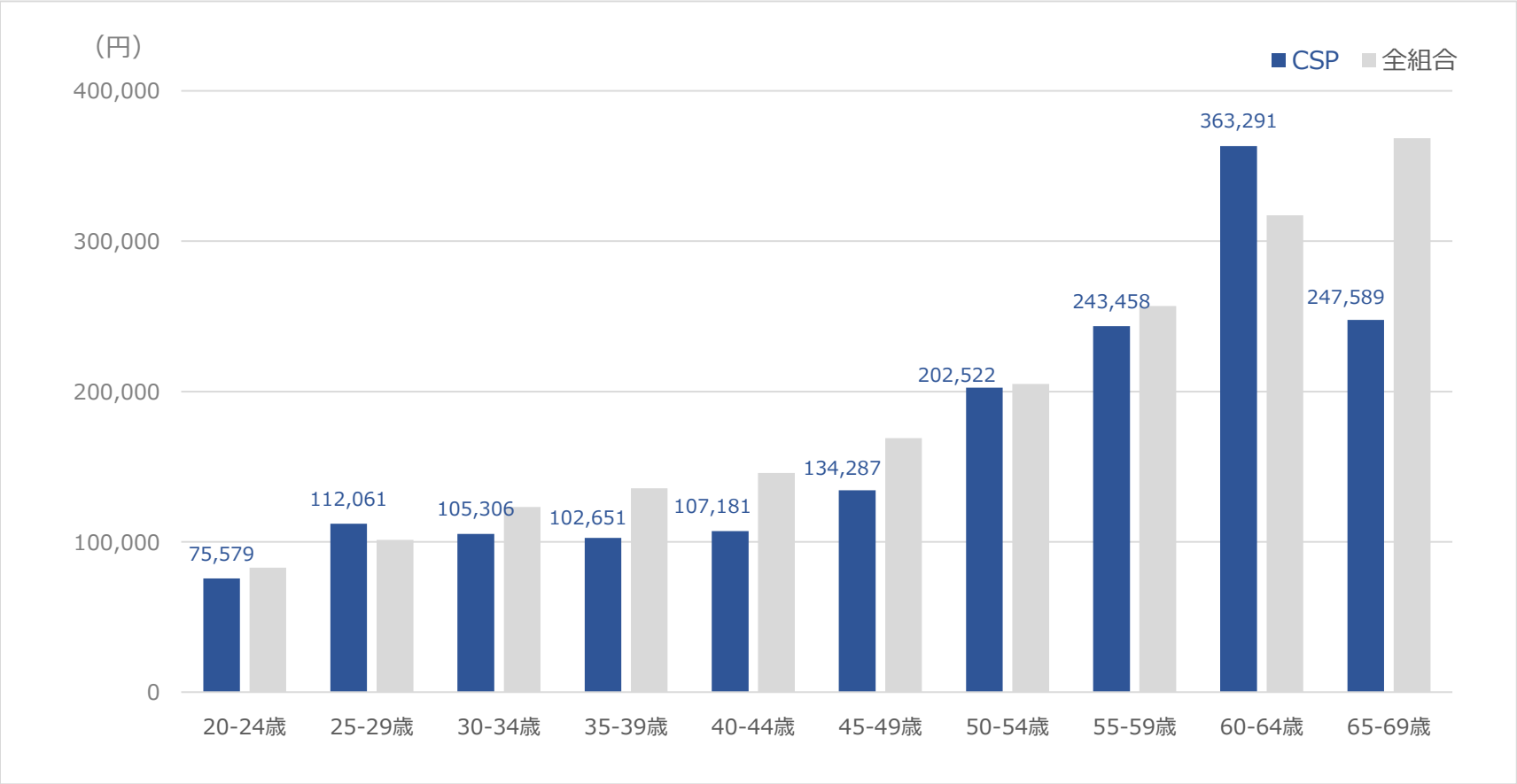
・ 年間一人当たり医療費は、2023年度において全組合の17万4千円に対し、14万7千円と抑制されている。
・ ただし、経年で見ると増加傾向にあり、ここ2年間で＋23%と急激に増加しており将来的には注意が必要。

■ 年間一人当たり医療費の推移 男女別



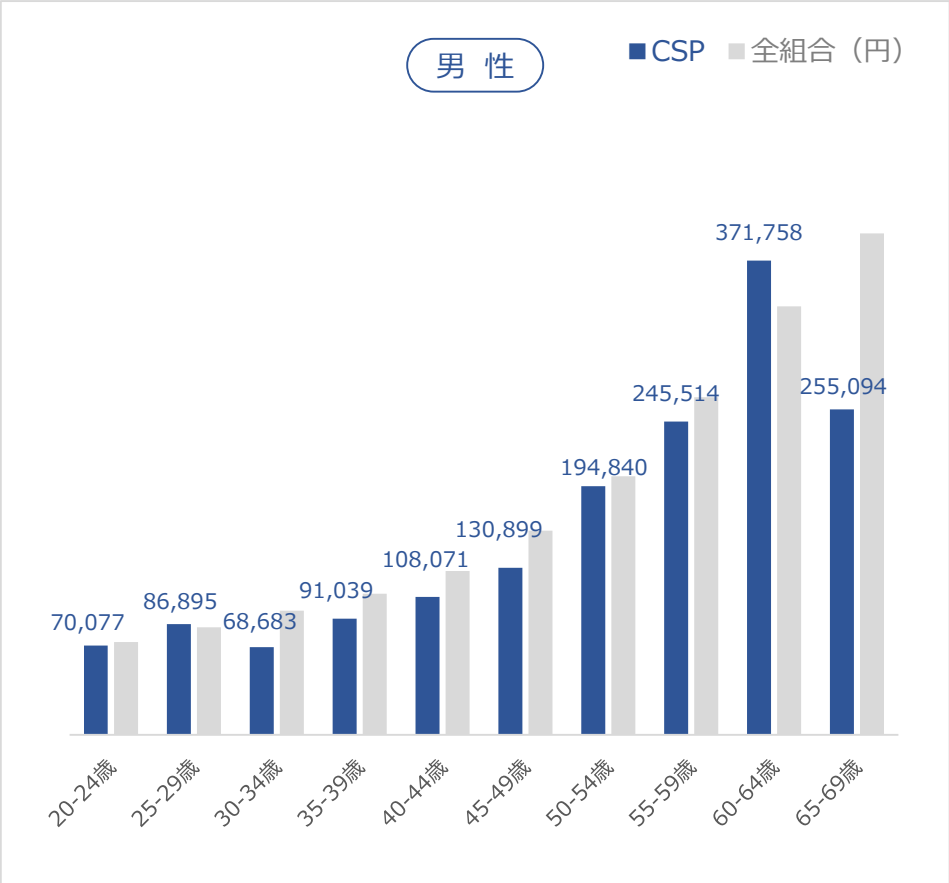
- CSP男性の年間一人当たり医療費は全組合に比べ、約2万8千円低く抑制されている。
- CSP女性は、2022年から2023年に急激に増加（＋2万5千円）し、全組合平均をわずかに上回った。

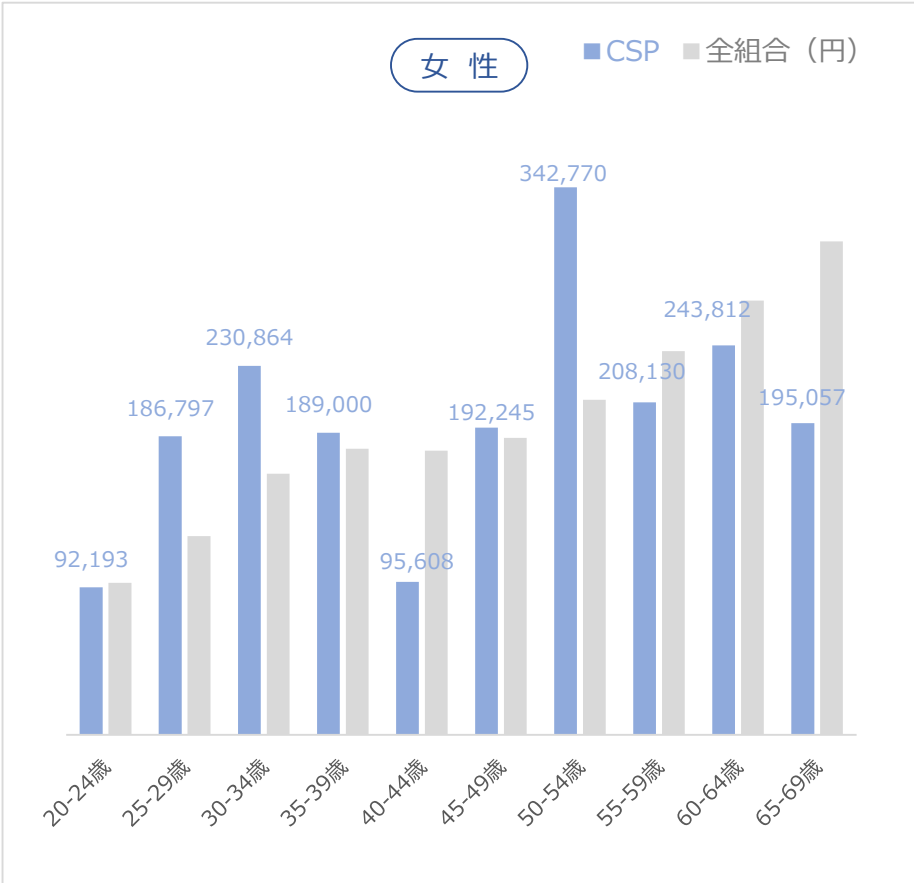
■ 年間一人当たり医療費　年齢階層別



- 年齢階層別に医療費を見ると45歳から急激に医療費が増加し、50代からはさらに大きく増加。
- 全組合との比較では、60歳～64歳を除いた全ての年代で抑えられており、現状、医療費は抑制されている。

■ 年間一人当たり医療費　年齢階層別　男女別

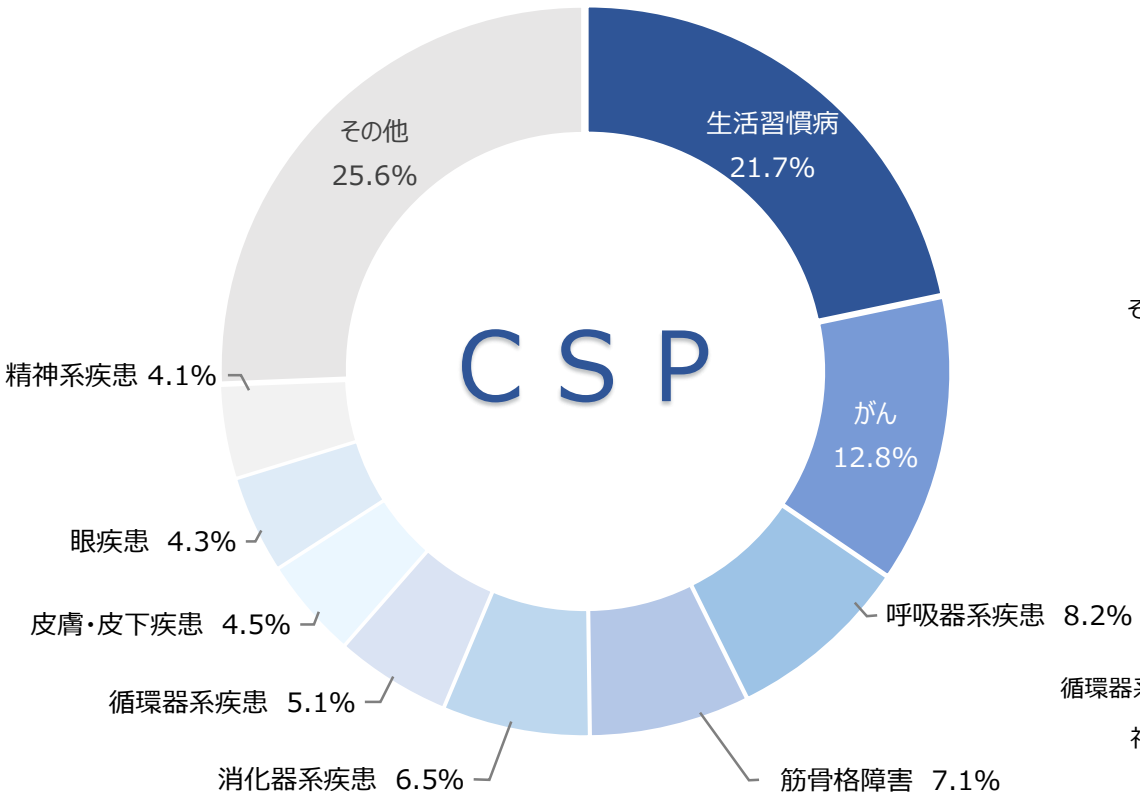


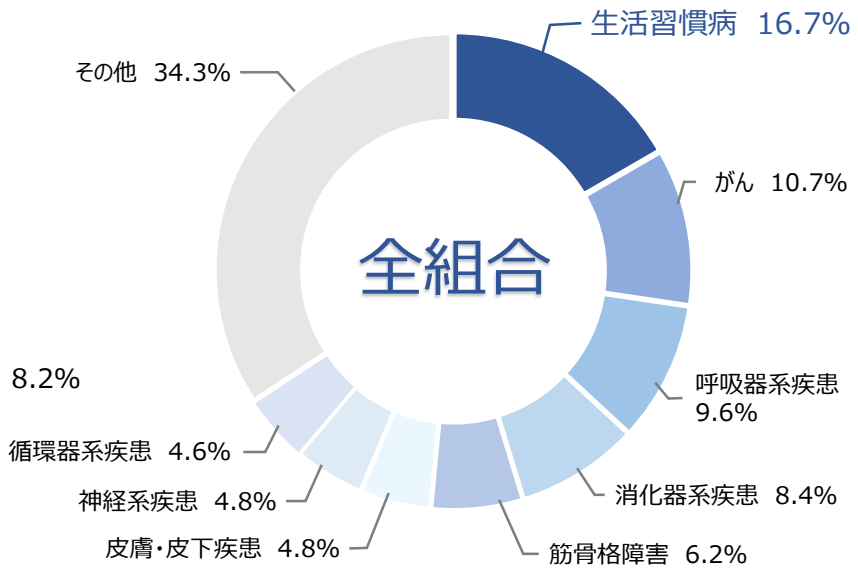


- 男性は、加齢とともに医療費が増加し、40代で年間一人当たり10万円を超える。50代になると20代の3倍の医療費が発生。
- 若い世代の女性が全組合に比べ高額な理由は、妊娠・周産期系疾患や乳がん等が発生した影響によるもの。

■ 疾病大分類別の医療費割合　全組合比較

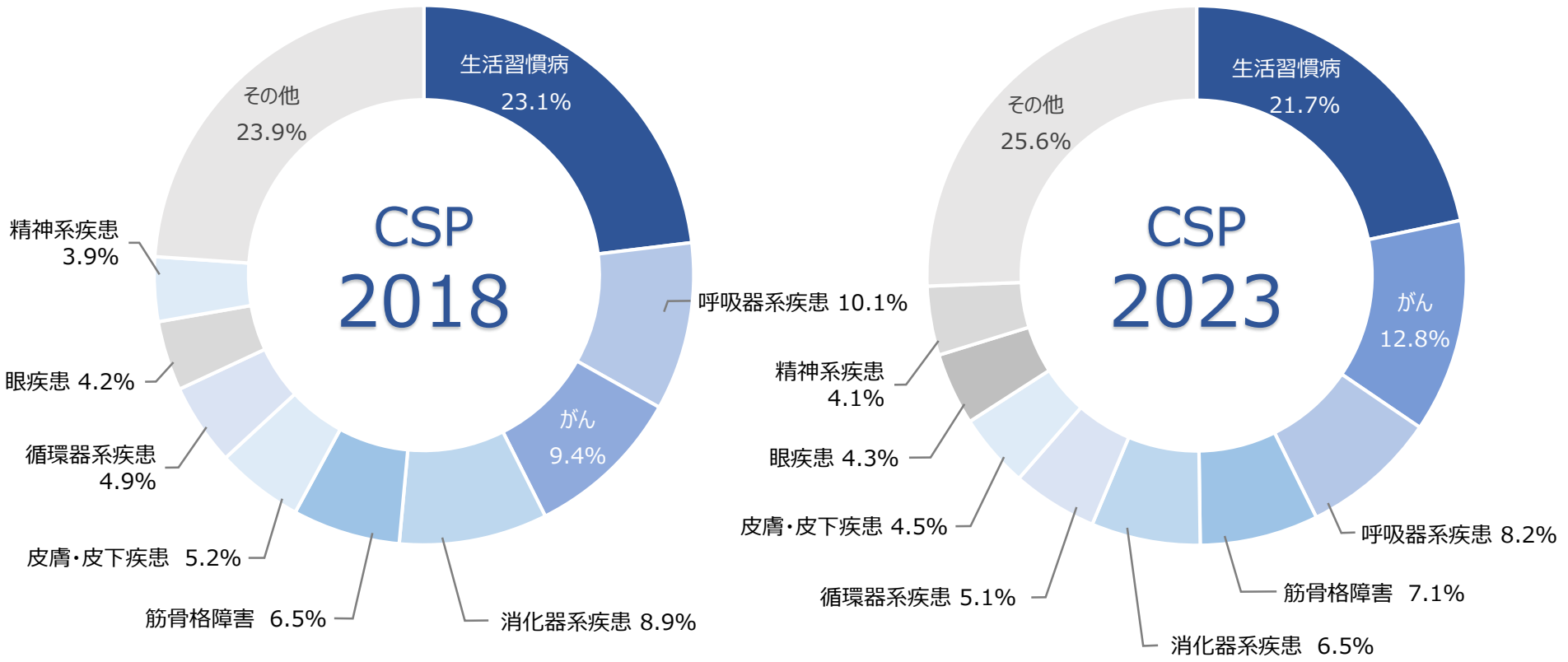
【生活習慣病】
厚生労働省「特定健康診査実施計画作成の手引き」に記載された疾病中分類を生活習慣病としている。中分類の「0402 糖尿病」「0403 脂質異常症」「0901 高血圧性疾患」「0902 虚血性心疾患」「0904 くも膜下出血」「0905 脳内出血」「0906 脳梗塞」「0907 脳動脈硬化（症）」「0909 動脈硬化（症）」「1402 腎不全」としている。





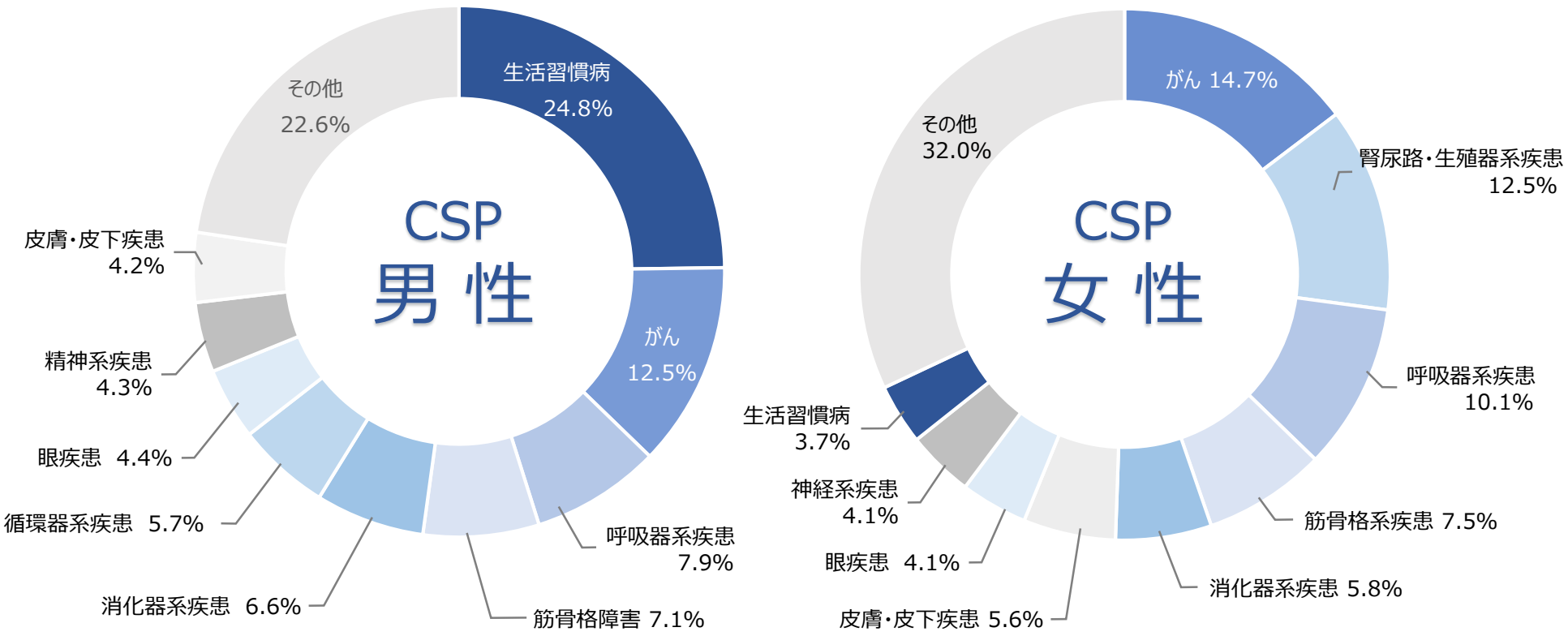
- 疾病大分類別の医療費割合を見ると、CSPは「生活習慣病」が21.7%と一番高く、全組合の16.7%と比べても高い割合。
- 次いで割合が高いのは「がん」で12.8%。「生活習慣病」と「がん」で34.5%と全体の1/3以上を占める。

■ 疾病大分類別の医療費割合　5年前との比較



- 医療費割合を5年間前と比較。「生活習慣病」が一番高いことに変化はないが、割合は23.1%→21.7%と若干減少。
- 「がん」の割合は9.4%→12.8%に増加。精神系疾患は大きな変化は見られない。

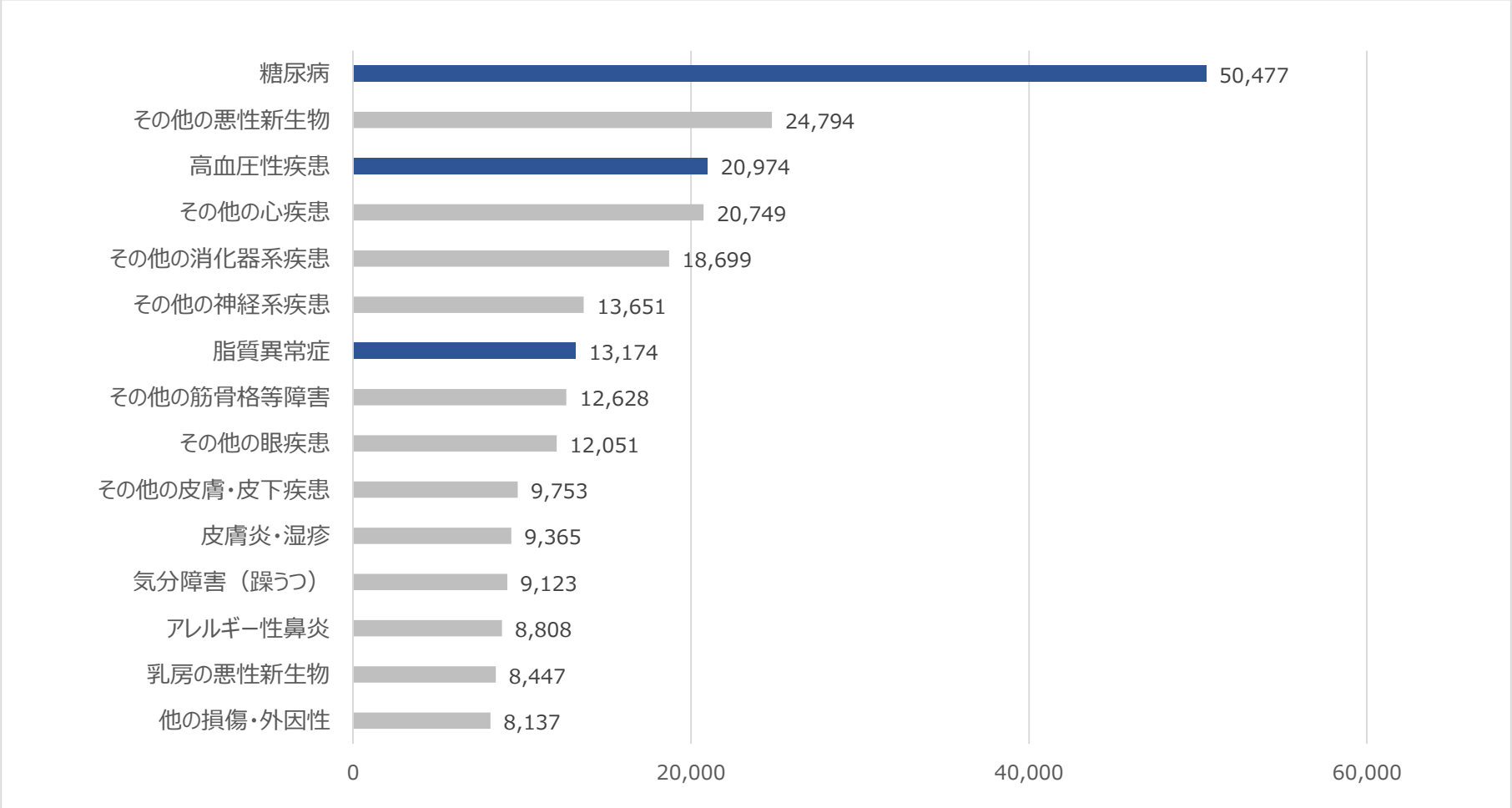
■ 疾病大分類別の医療費割合　男女別



- 男性は「生活習慣病」の割合が1/4を占めるが、女性にはほとんど発生しておらず、4%に満たない割合。
- 女性は「がん」の割合が最も多く、その8割以上は乳がんの医療費。女性では産婦人科系の疾患の割合が高い。

■ 疾病別の年間医療費　高額上位15位

（単位：千円）

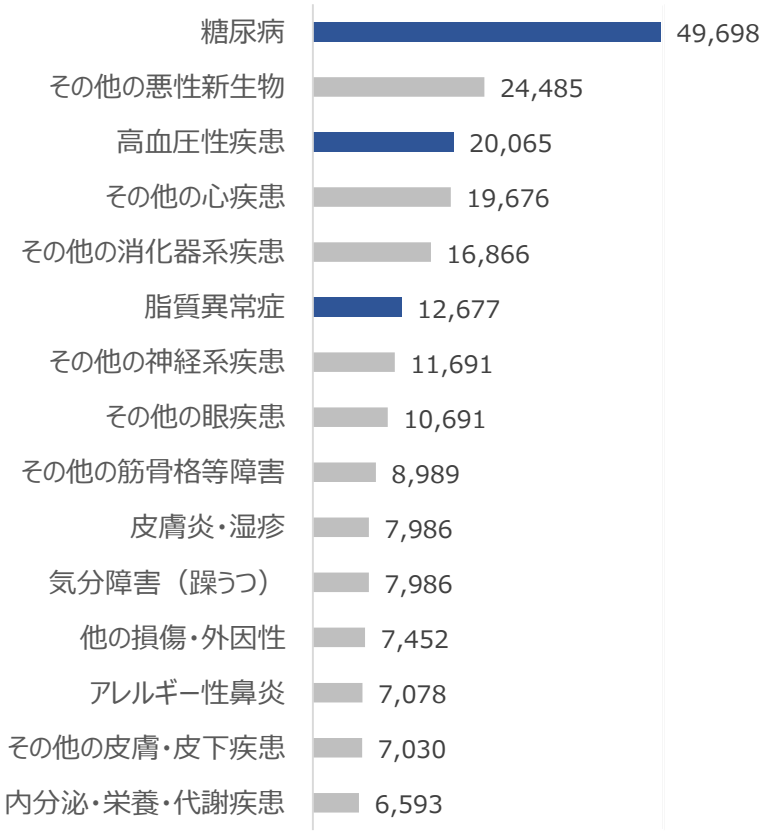


- CSPで発生している疾病別の医療費は「糖尿病」が最も多く、2位の「その他の悪性新生物」の2倍以上の5,047万円が発生。
- 1位の「糖尿病」の他、3位「高血圧性疾患」7位「脂質異常症」の生活習慣病も上位。　※紺色が生活習慣病

■ 疾病別の年間医療費　高額上位15位　男女別

（単位：千円）

男 性

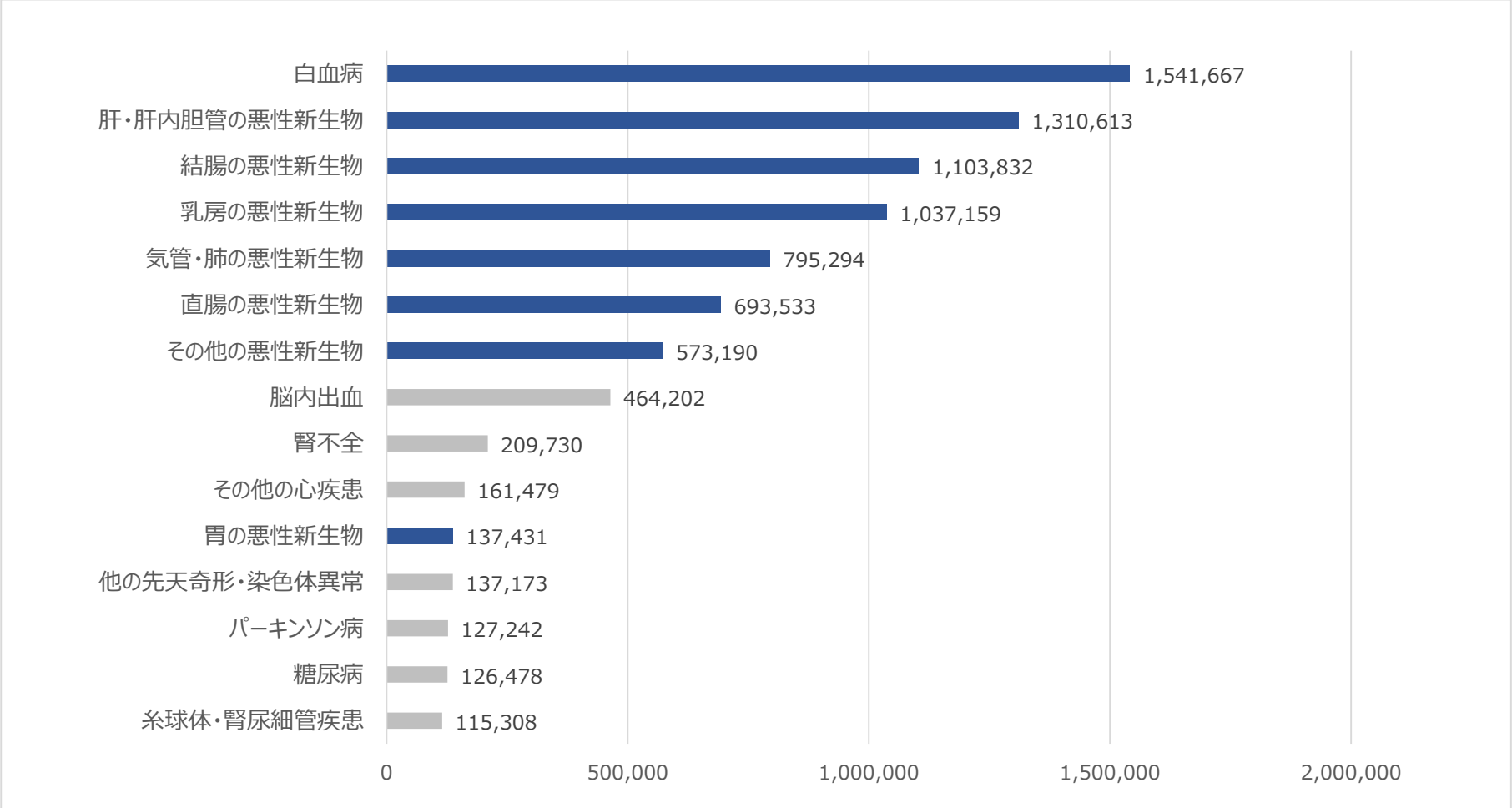


女 性

- 男性は「糖尿病」「高血圧性疾患」「脂質異常症」など、生活習慣病が上位だが、女性は上位に入っていない。
- 女性は「乳房の悪性新生物（乳がん）」が最も多く、その他、女性特有の疾患に医療費が多く発生。

■ 疾病別の受診者一人当たり医療費　高額上位15位

（単位：円）

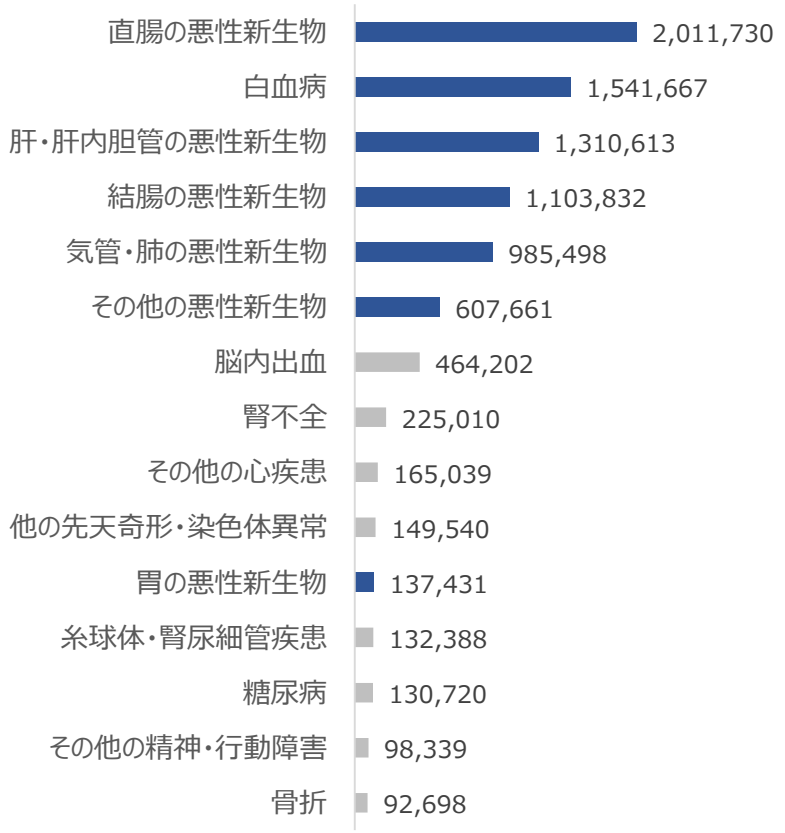


- 受診者一人当たり医療費（疾病別医療費／受診者数）は「白血病」が最も多く、上位7位まで悪性新生物（がん）が占める。
- 悪性新生物が発症した際には、受診者一人当たりに高額な医療費が発生することが判る。　※紺色が悪性新生物

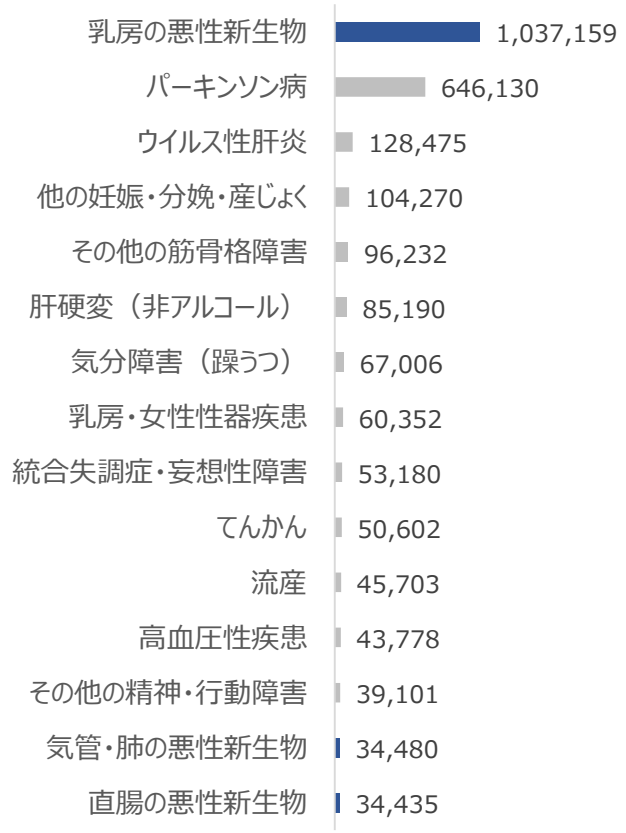
■ 疾病別の受診者一人当たり医療費　高額上位15位　男女別

（単位：円）

男 性



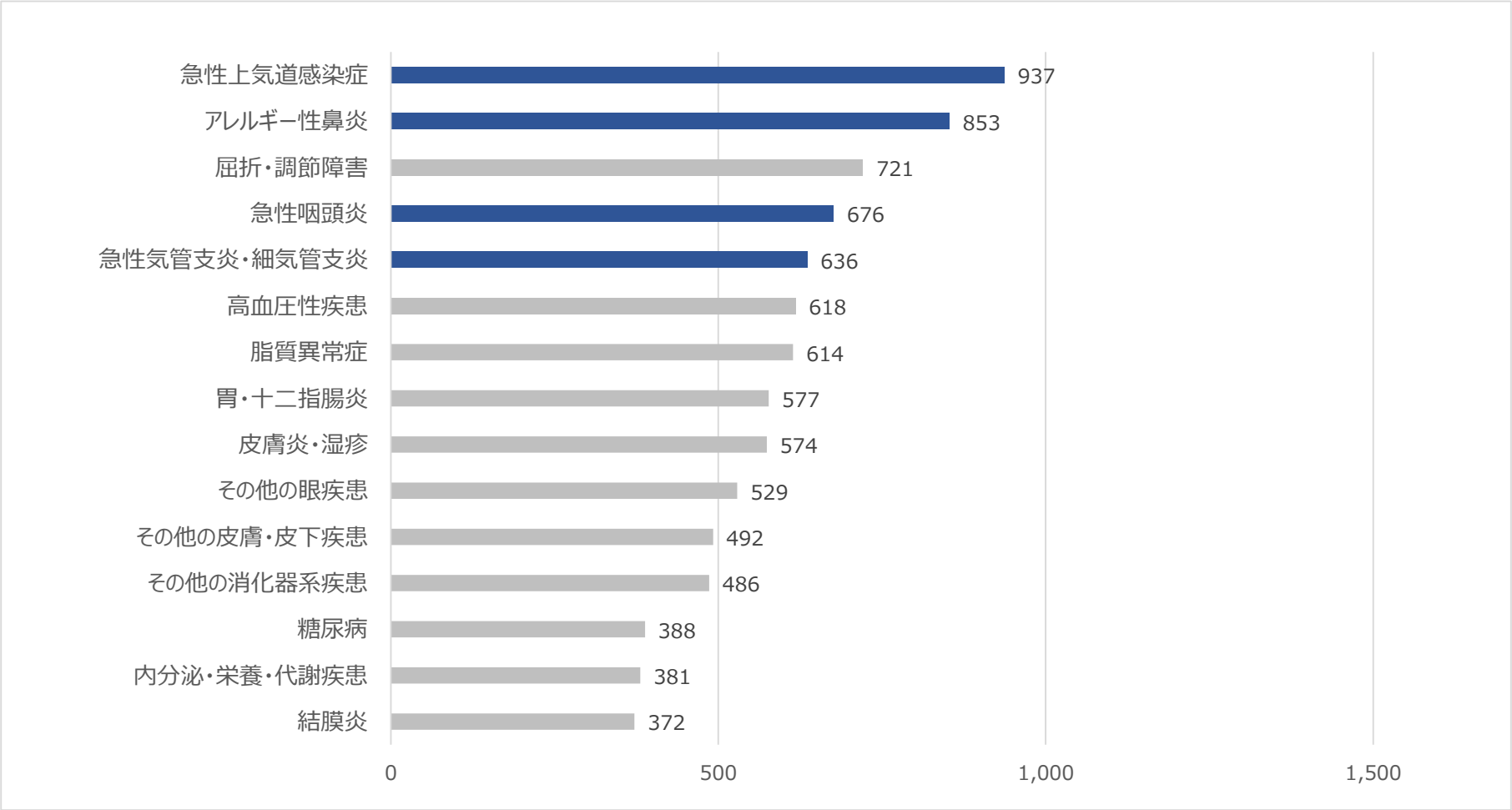
女 性



- 男性は悪性新生物（がん）が上位を占めるが、生活習慣病が重症化して起こる「脳内出血」「腎不全」も医療費が多く発生。
- 女性は「乳房の悪性新生物」の医療費が高いが、男性に比べると悪性新生物は多く発生していない。

■ 疾病別の年間受診者数　上位15位

（単位：人）

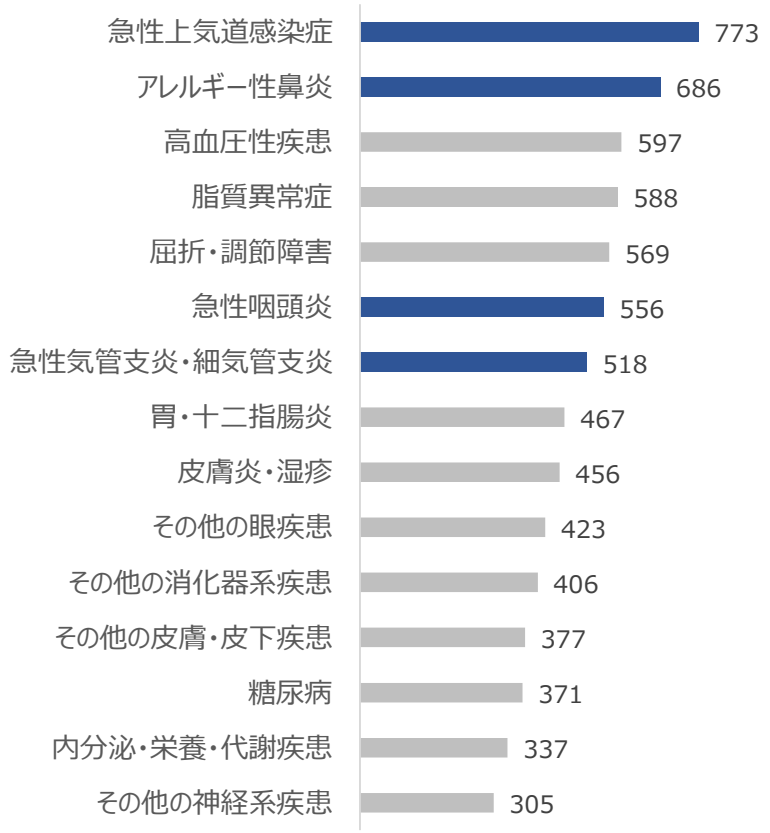


・ 病院で受診した人数が多い疾病は、最も多い「急性上気道感染症」を含めて呼吸器系疾患が上位。　※紺色が呼吸器系疾患
・ 「急性上気道感染症」には風邪の症状、「アレルギー性鼻炎」には花粉症が含まれており、受診者数が多い。

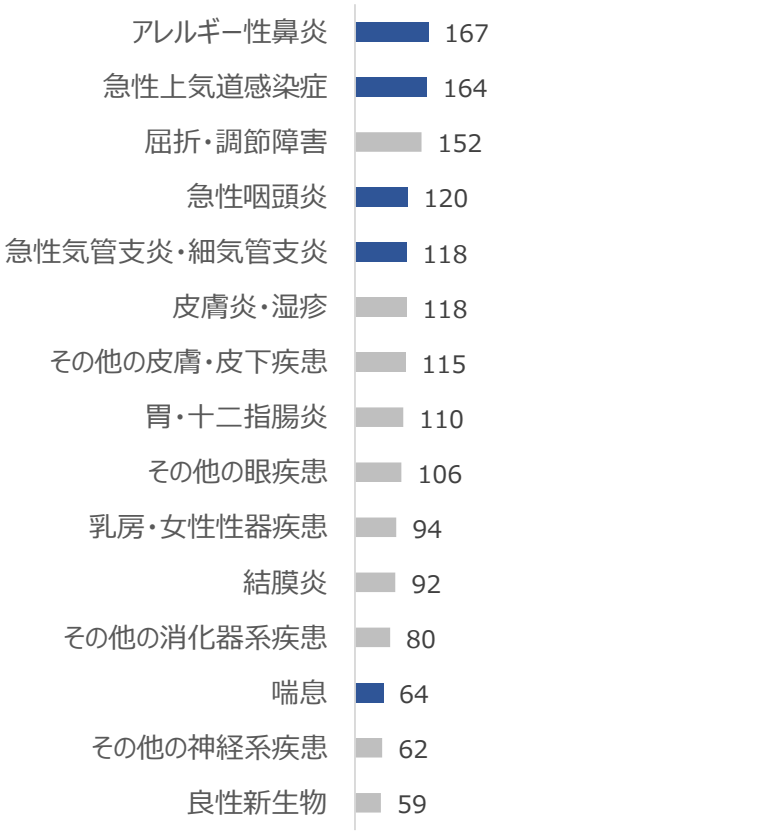
■ 疾病別の年間受診者数　上位15位　男女別

（単位：人）

男 性

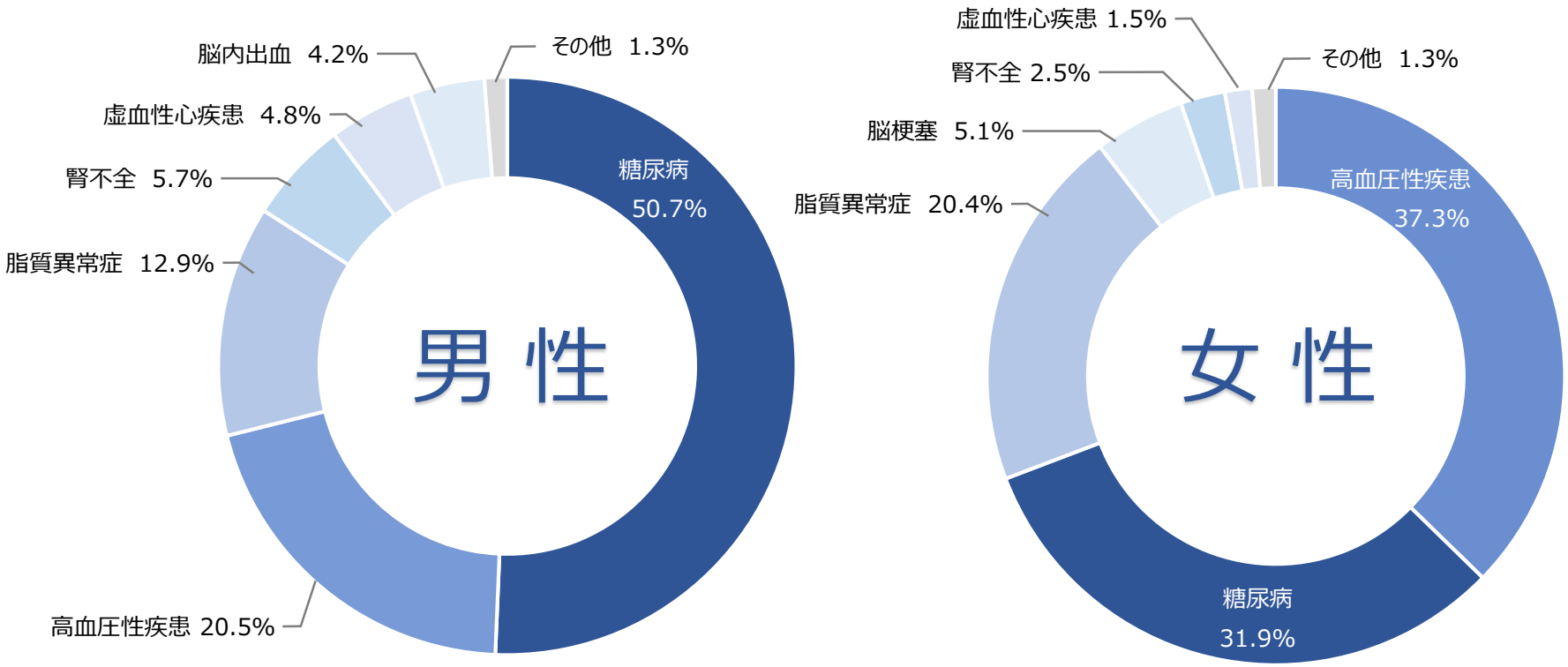


女 性



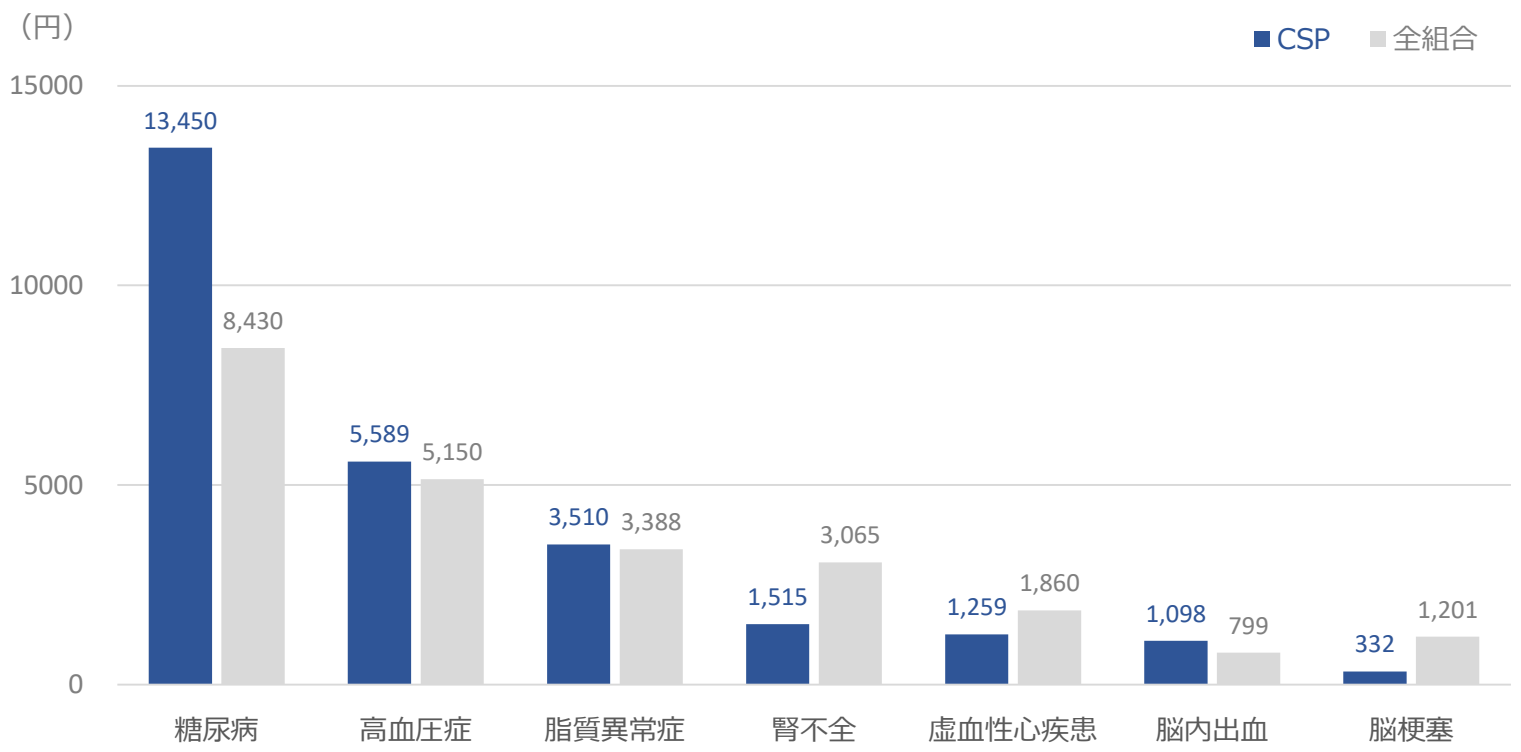
- 男性・女性ともに「急性上気道感染症」「アレルギー性鼻炎」を始めとした呼吸器系疾患が上位を占める。
- 男性は「高血圧性疾患」「脂質異常症」「糖尿病」の生活習慣病の受診者も多い。

■ 生活習慣病 疾病別の医療費割合



- 生活習慣病の医療費の内訳は、「糖尿病」が男性は5割、女性は3割を超え高い割合を占める。
- 男女ともに「糖尿病」「高血圧性疾患」「糖尿病」が多くを占め、「脳梗塞」や「脳内出血」などの重症化の割合は低い。

■ 主な生活習慣病一人当たり医療費　全組合比較

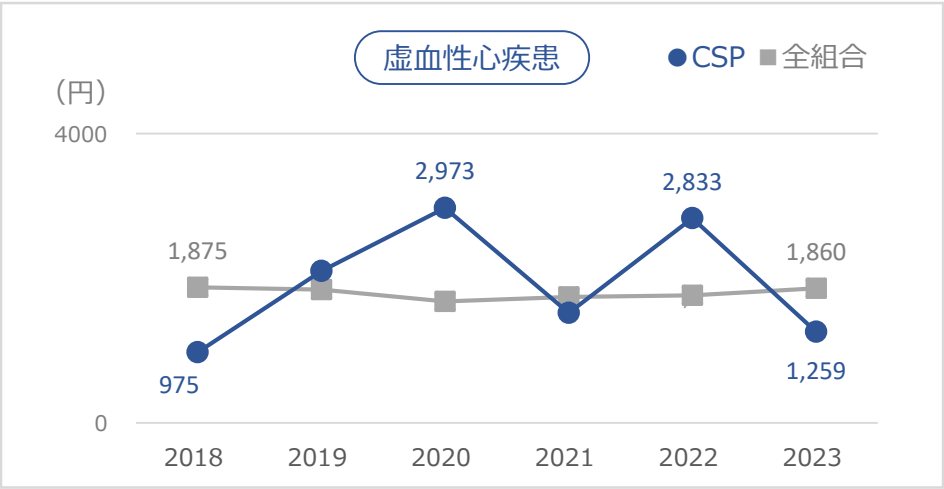


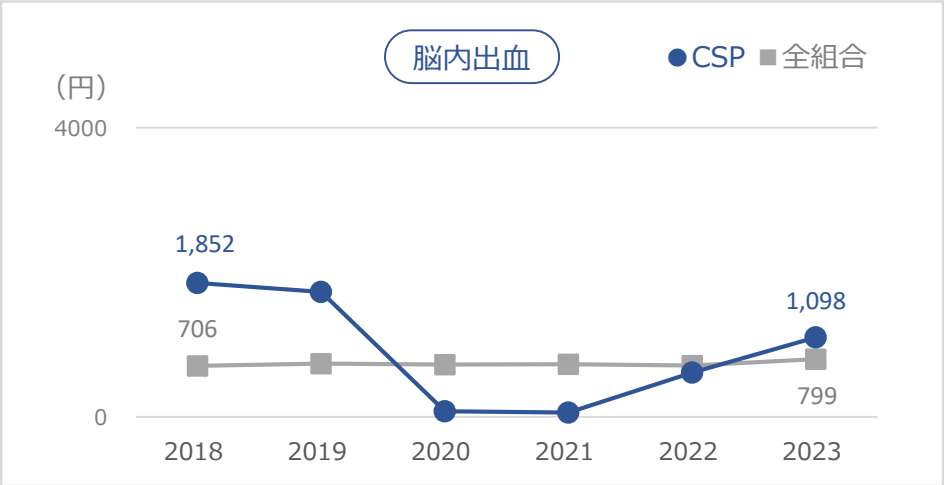
- 主な生活習慣病の一人当たり医療費（医療費／被保険者数）を全組合と比較。糖尿病は全組合の1.6倍発生。
- 重症化疾患である「腎不全」「虚血性心疾患」「脳梗塞」はいずれも全組合より抑制されている。

■ 主な生活習慣病 一人当たり医療費推移

・「糖尿病」が増加傾向にあり全組合平均より高い状況が続く。「高血圧症」「脂質異常症」は平均と同程度だが緩やかに増加。

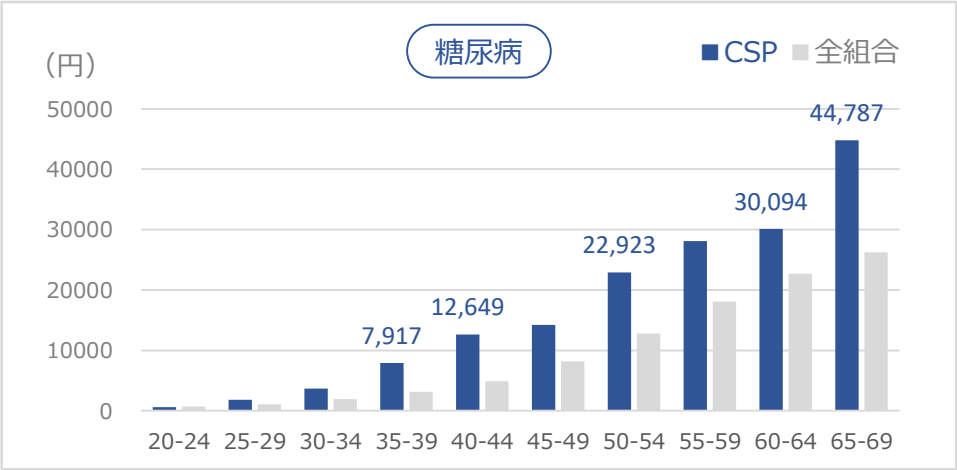
■ 主な生活習慣病 一人当たり医療費推移

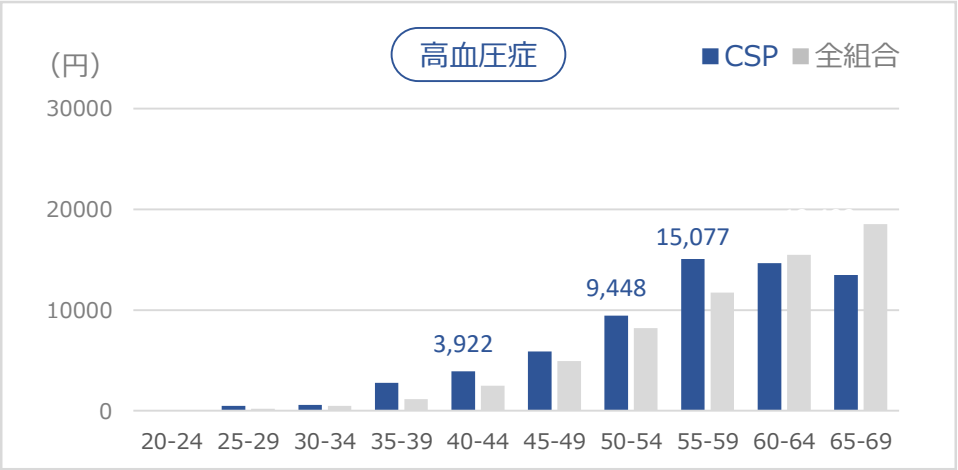


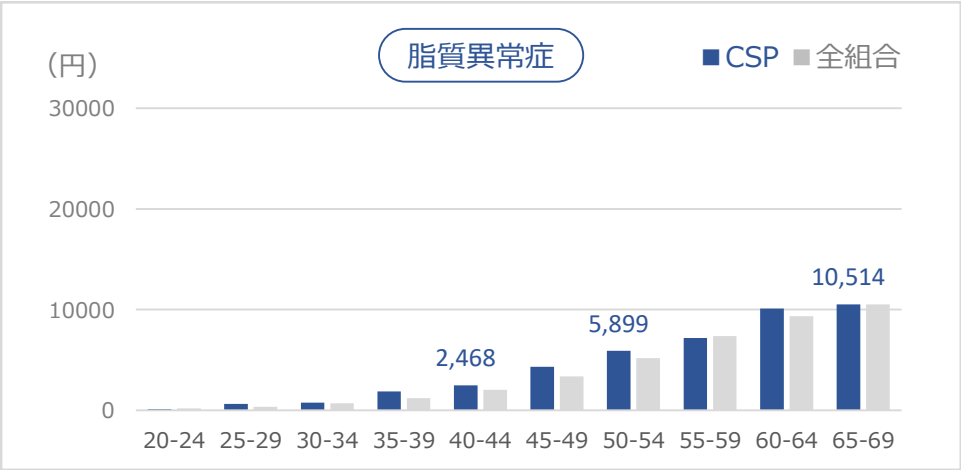


・「虚血性心疾患」は前年から大きく減少。「腎不全」は全組合平均より抑制されているが増加傾向にあり、今後が懸念。

■ 主な生活習慣病一人当たり医療費　年齢階層別

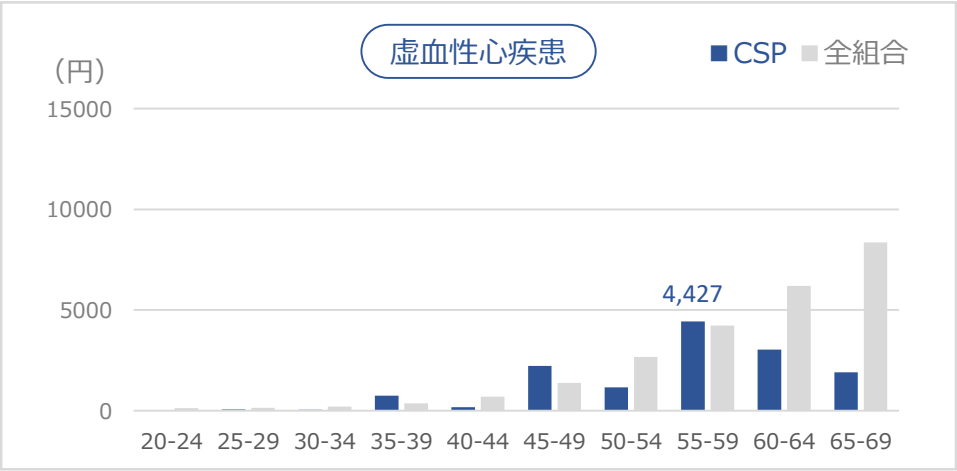


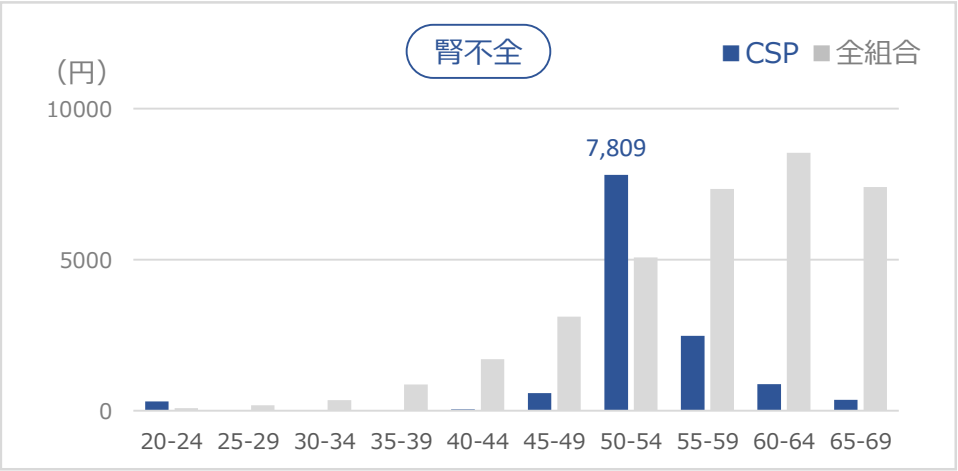


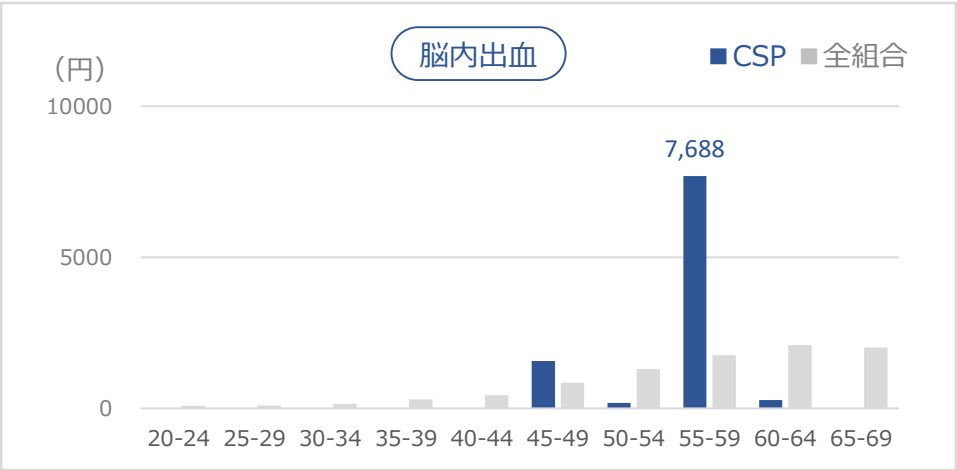


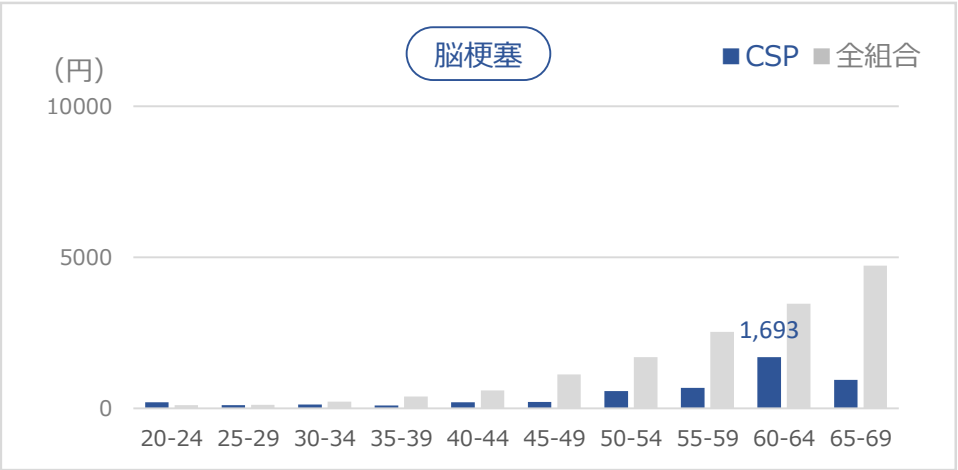
- いずれの生活習慣病も一人当たり医療費は、加齢とともに増加する傾向。50代になると急激に医療費が増加。
- 糖尿病は70歳以上を除く全ての年代で全組合平均より高額。比較的若い30-40代でも高い医療費が発生している点が課題。

■ 主な生活習慣病一人当たり医療費　年齢階層別



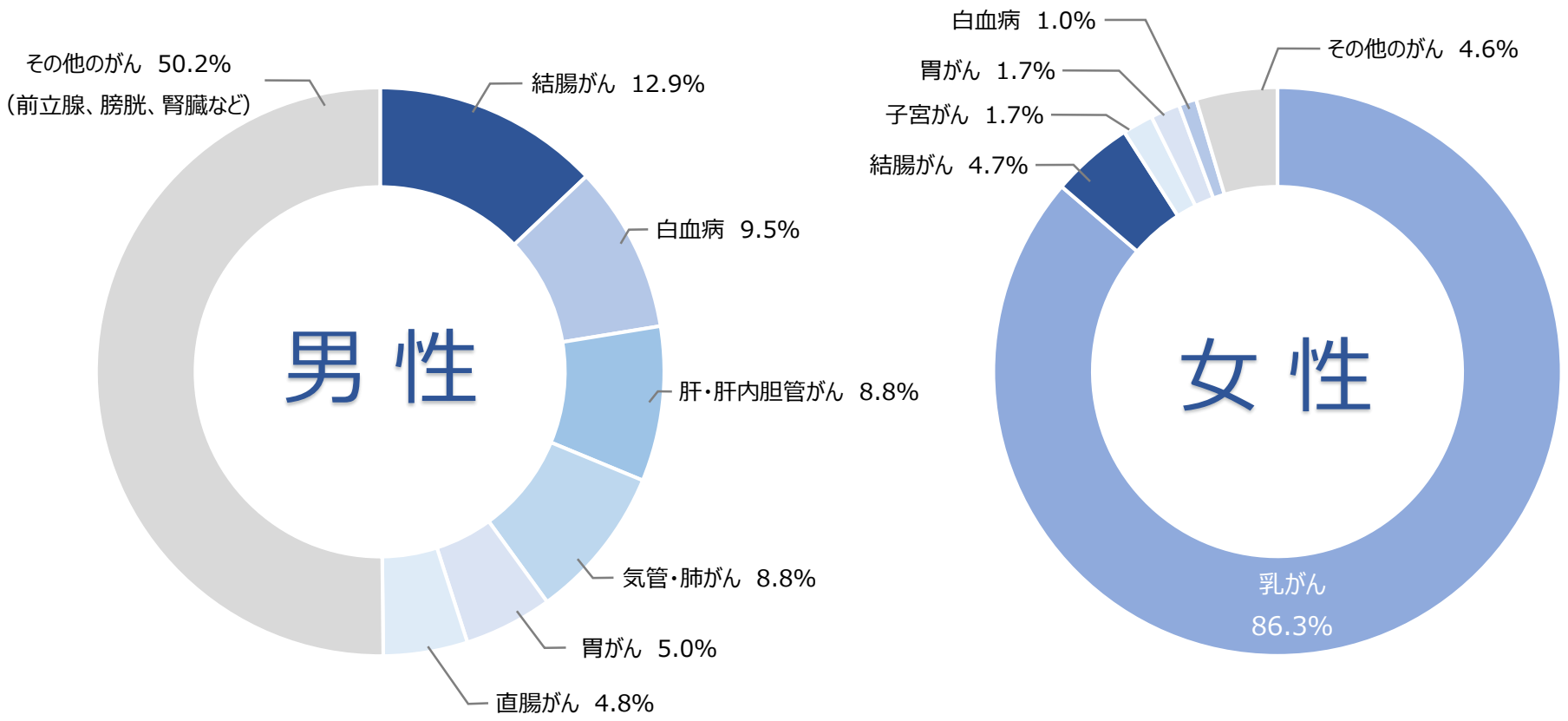






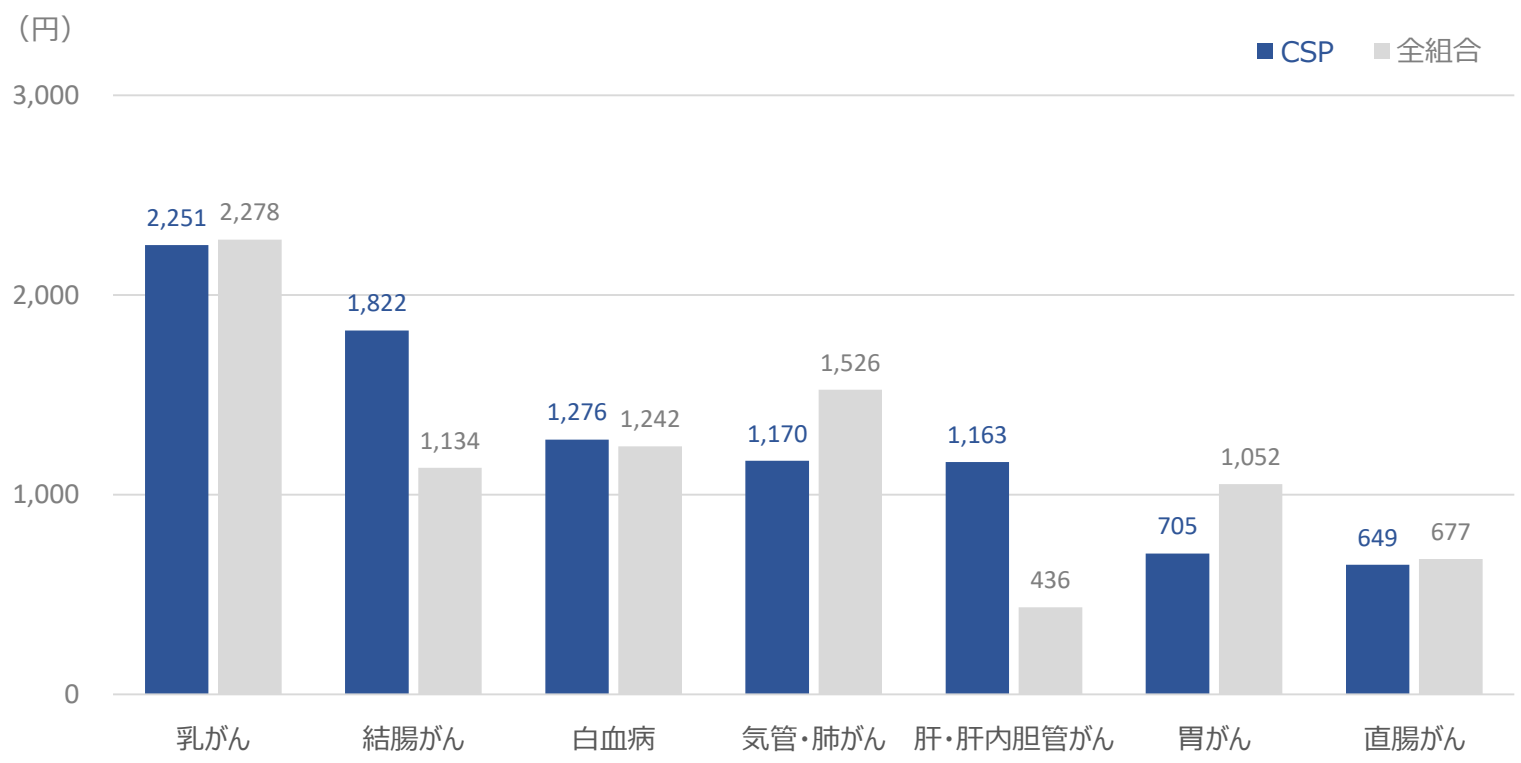
- 生活習慣病の重症化疾病は、40歳を過ぎると起こり始めている。
- CSPでは「腎不全」「脳内出血」は一部の世代で突出しているものの全体的に医療費は低く、現状、重症化は抑制されている。

■ がん 疾病別の医療費割合



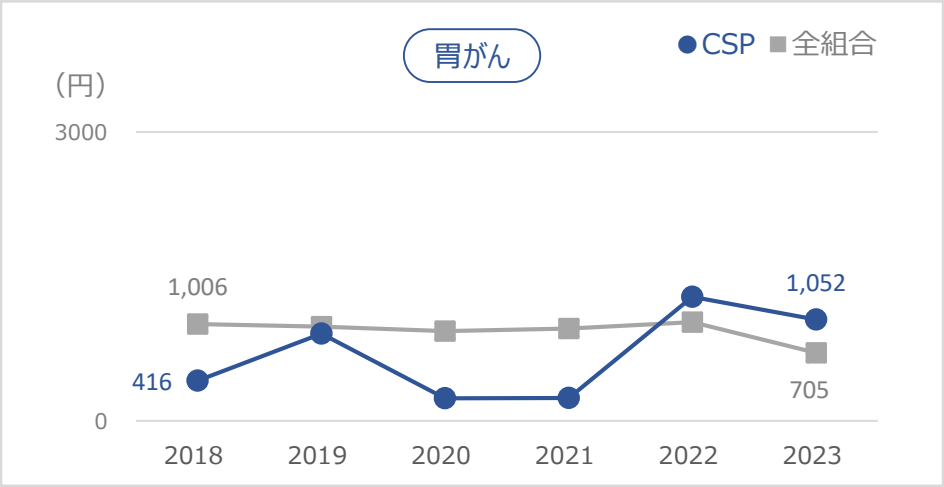
- がんの医療費を疾病別に見ると男性は「その他のがん」が多く、ここには「前立腺がん」「膀胱がん」「腎臓がん」等が含まれる。
- 女性のがんは「乳がん」が圧倒的に多く、ほぼ9割を占める。

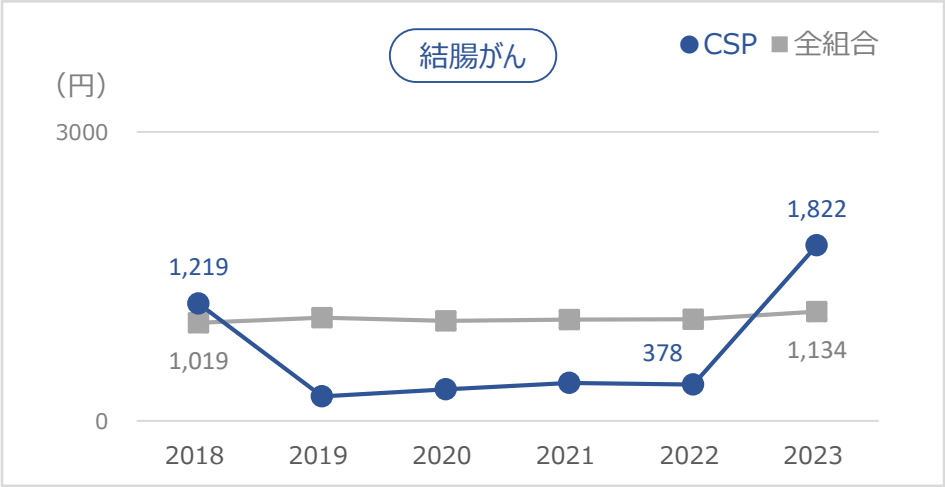
■ 主ながん一人当たり医療費　全組合比較

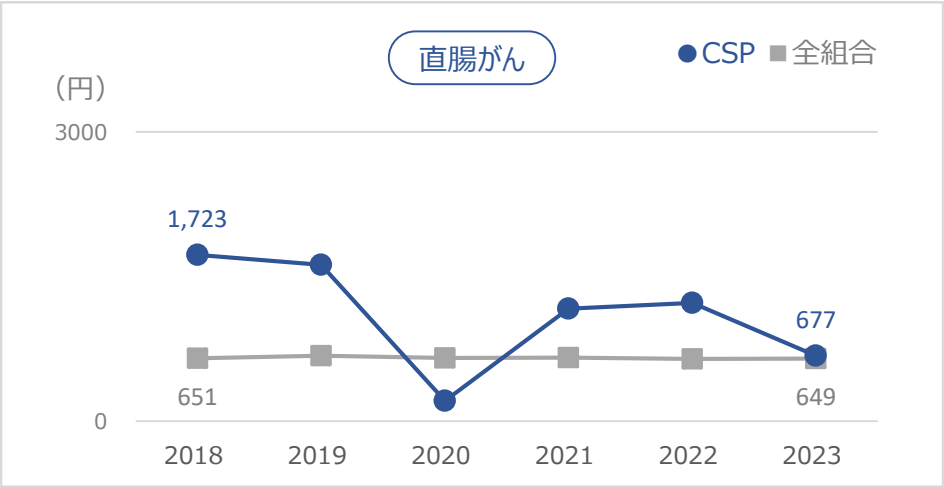


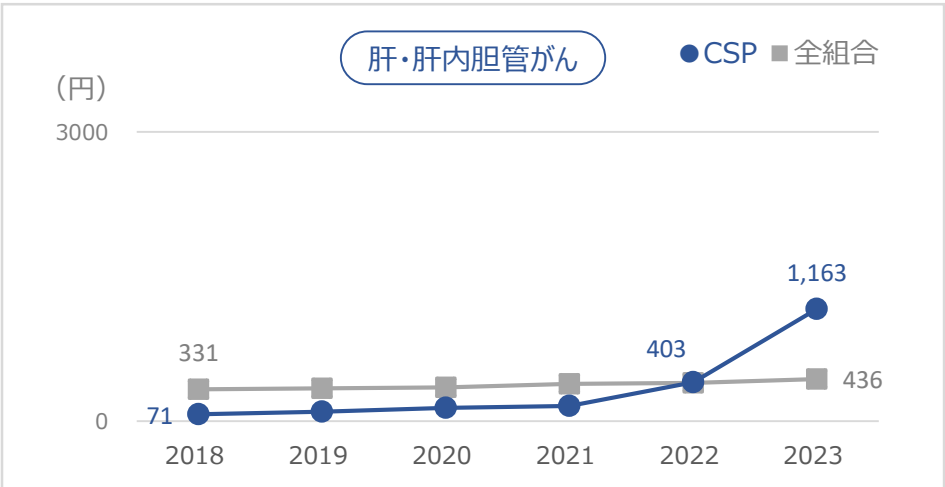
- 主ながんの一人当たり医療費（医療費／被保険者数）を全組合と比較。「結腸がん」「肝・肝内胆管がん」が高額。
- 「乳がん」は全組合平均と同程度だが、CSPは女性社員の割合が低いため、実質はこれより高額に発生している。

■ 主ながん 一人当たり医療費推移



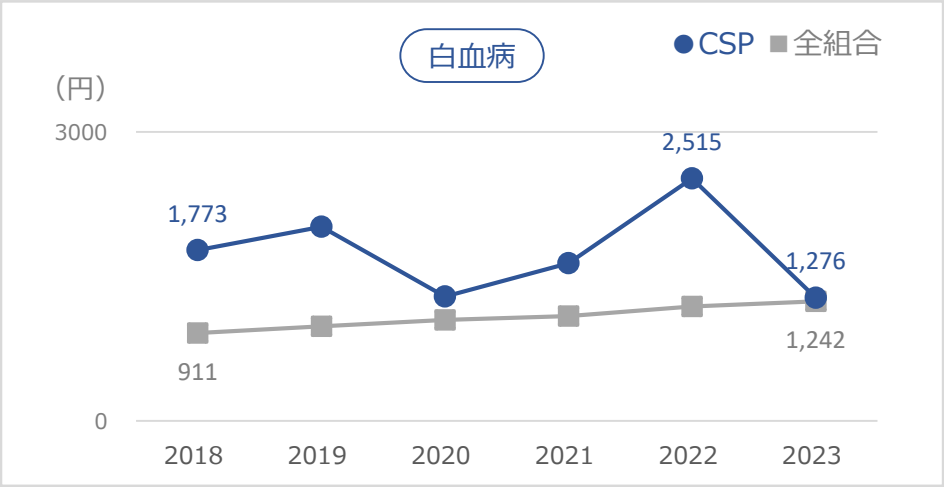


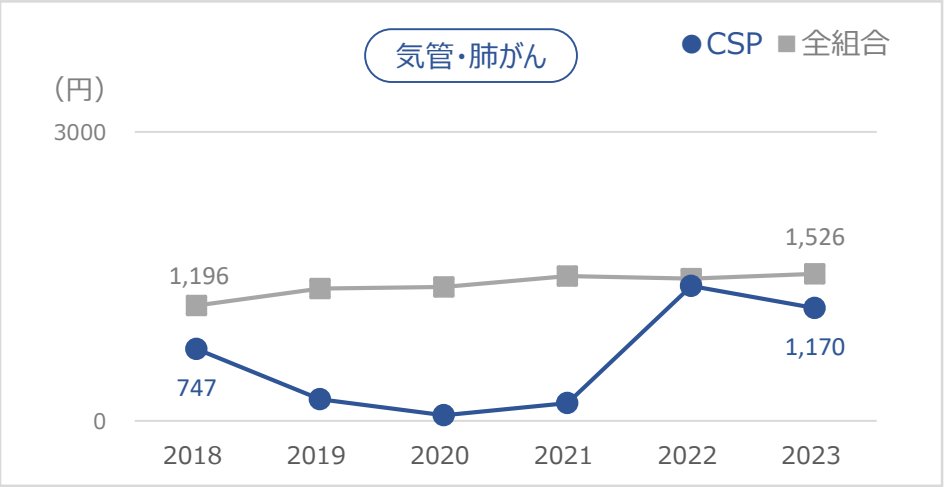


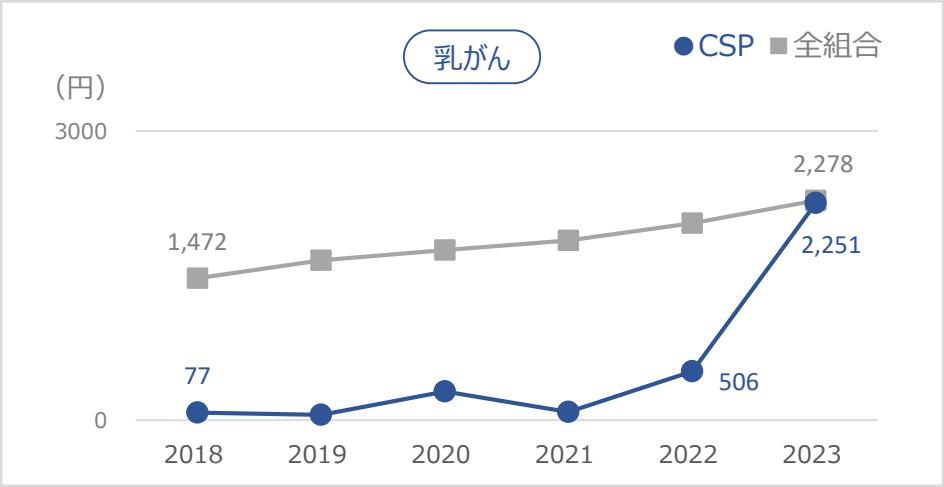


・ がんの医療費は全体的に増加傾向にあり、特に「結腸がん」「肝・肝内胆管がん」は前年度から大幅に増加し全組合平均を上回った。

■ 主ながん 一人当たり医療費推移

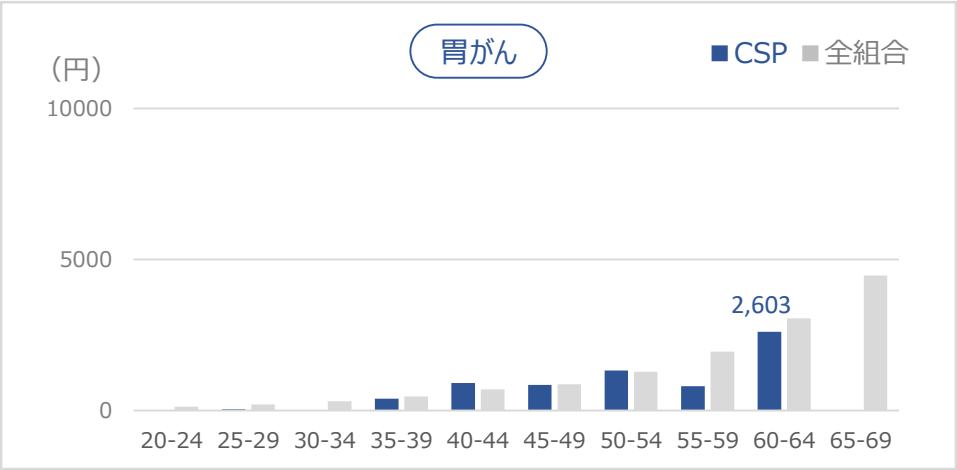


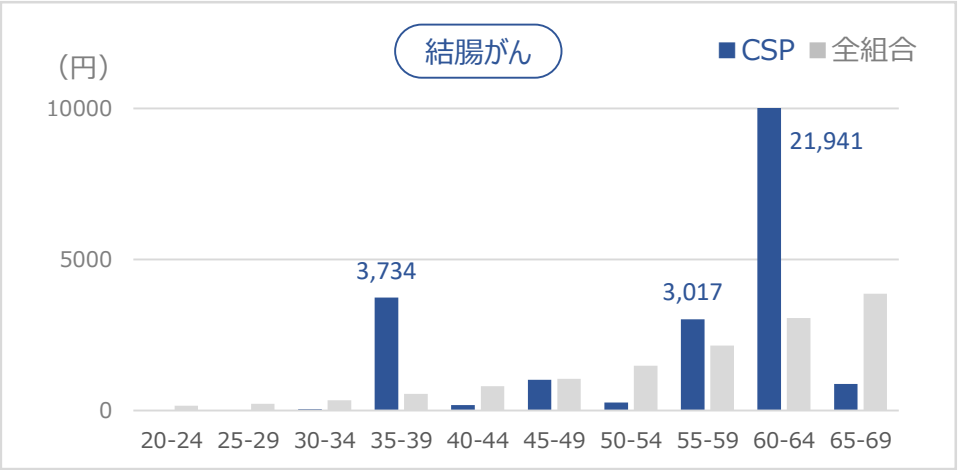


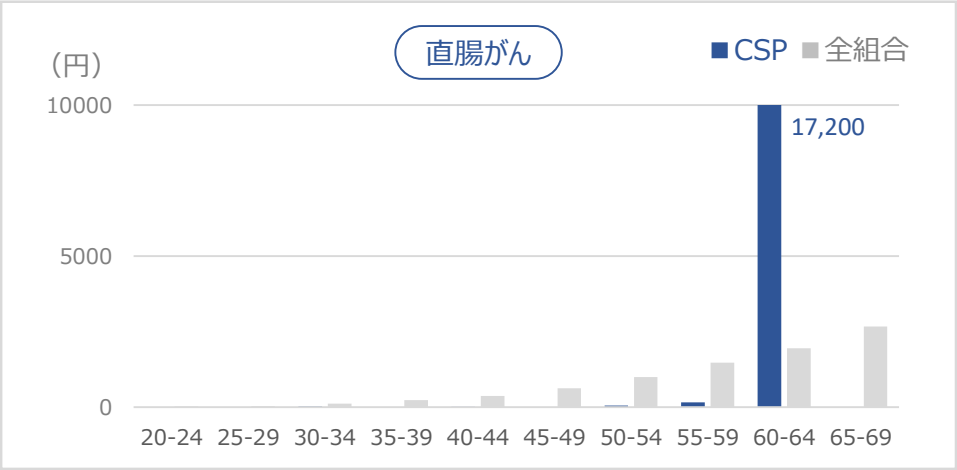


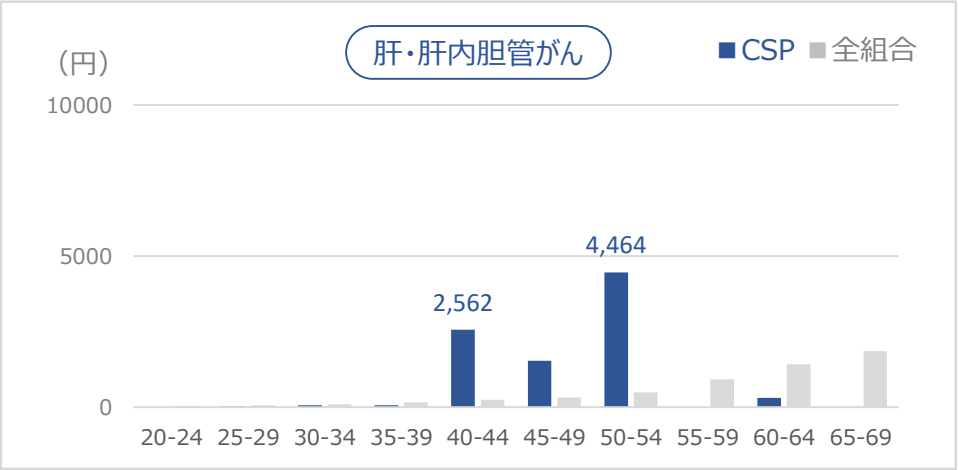
・「白血病」は経年で全組合平均を上回っていたが2023年度は大幅に減少。「乳がん」は2022年度から2023年度に約4倍に増加。

■ 主ながん一人当たり医療費　年齢階層別



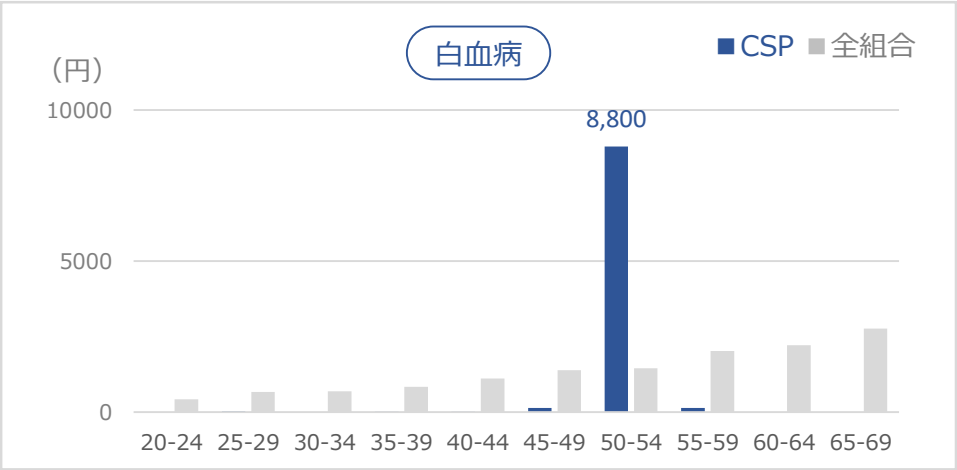


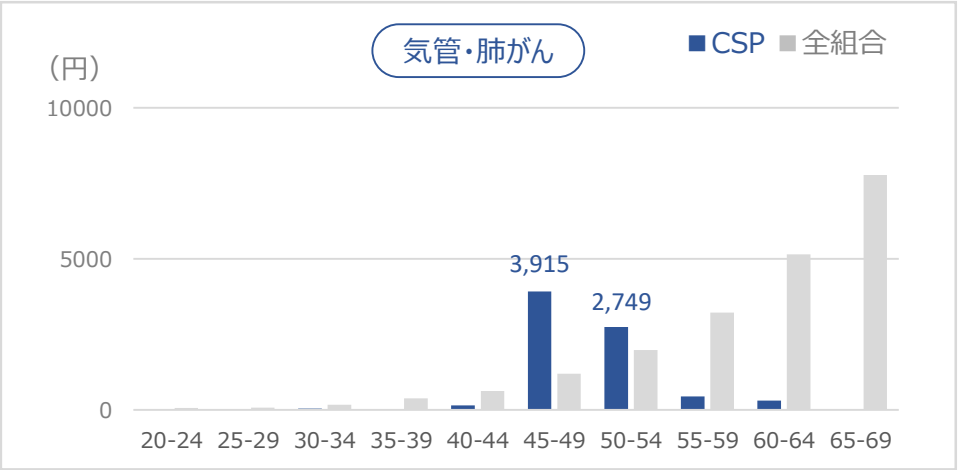


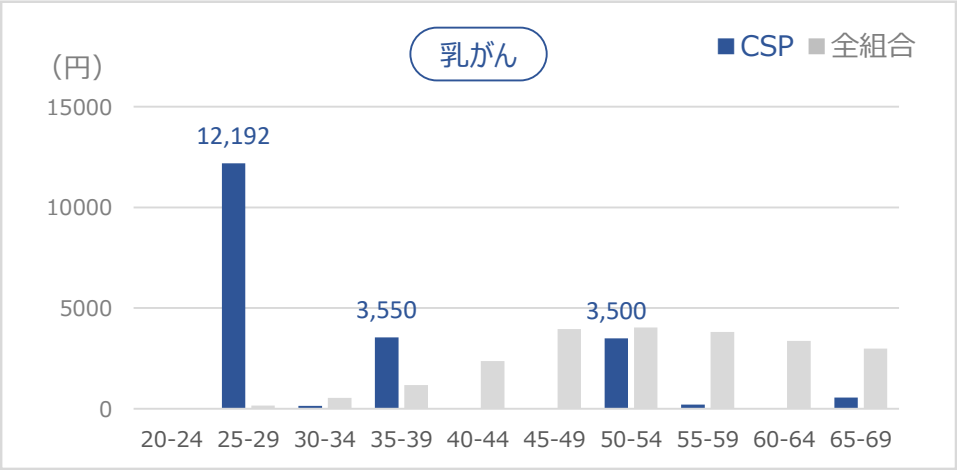


- 「結腸がん」は30代で発症が始まり、50-60代で平均より高額な医療費が発生。「肝・肝内胆管がん」は40-50代が高額。
- がんは治療費が高額のため、一人でも発症すると一人当たり医療費も高くなり、一部の世代で突出してしまう。

■ 主ながん一人当たり医療費　年齢階層別

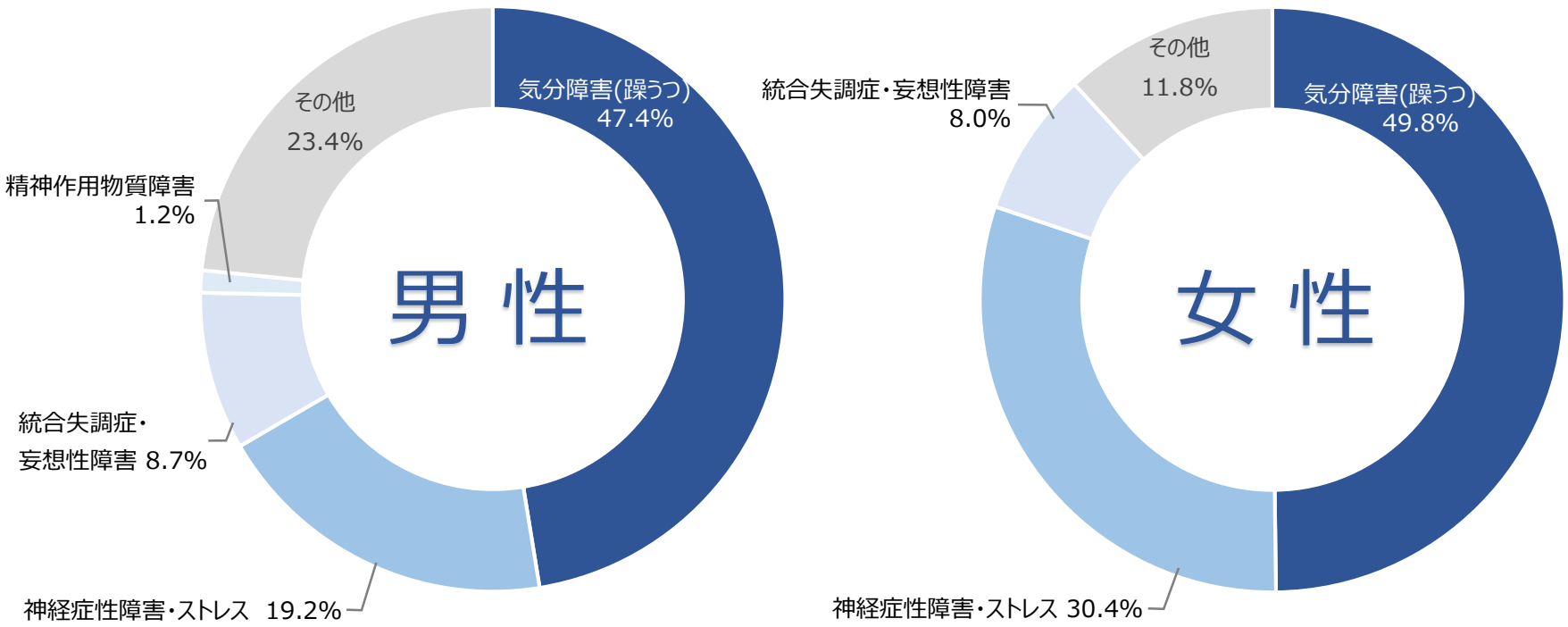






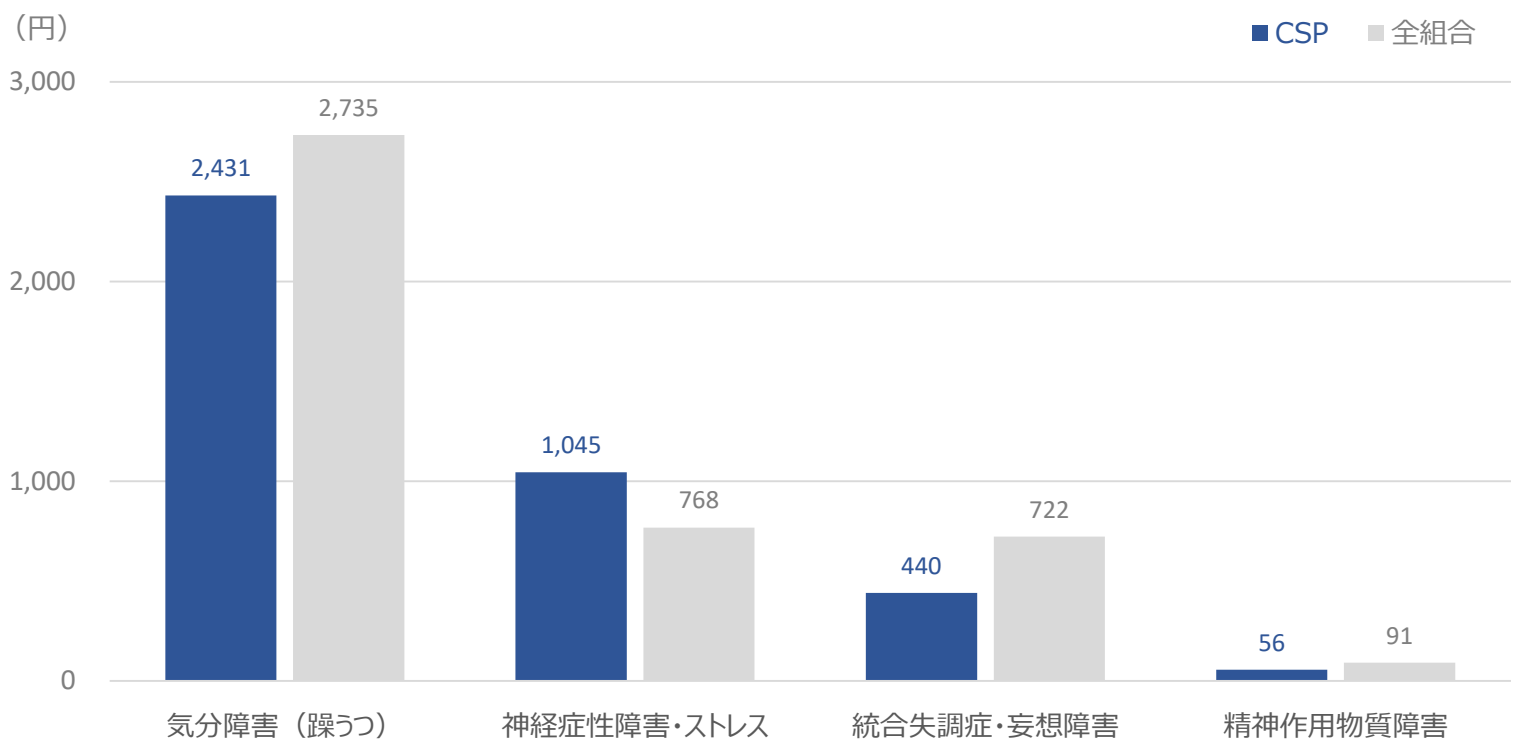
- 「白血病」は50代、「気管・肺がん」は40-50代で医療費が高額に発生し、その他の年代ではほとんど発生していない。
- 「乳がん」は25-29歳の世代で一人当たり12,192円と高額に発生。40代以降は全組合平均を大きく下回る。

■ 精神系疾患　疾病別の医療費割合



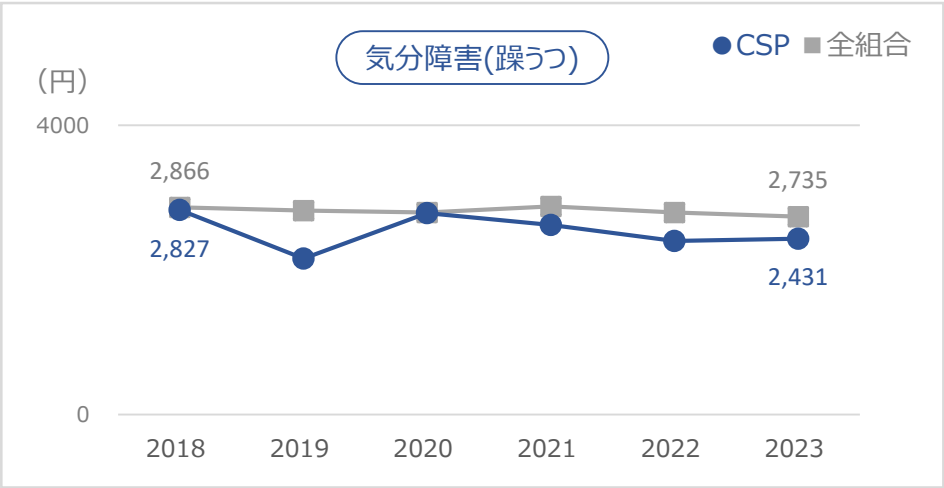
- 精神系疾患の内訳は、男女とも「気分障害(躁うつ)」に最も医療費が発生しており、ともにほぼ5割を占める。
- 2番目に多い「神経症性・ストレス」には「適応障害」「パニック障害」「不安障害」などが含まれる。

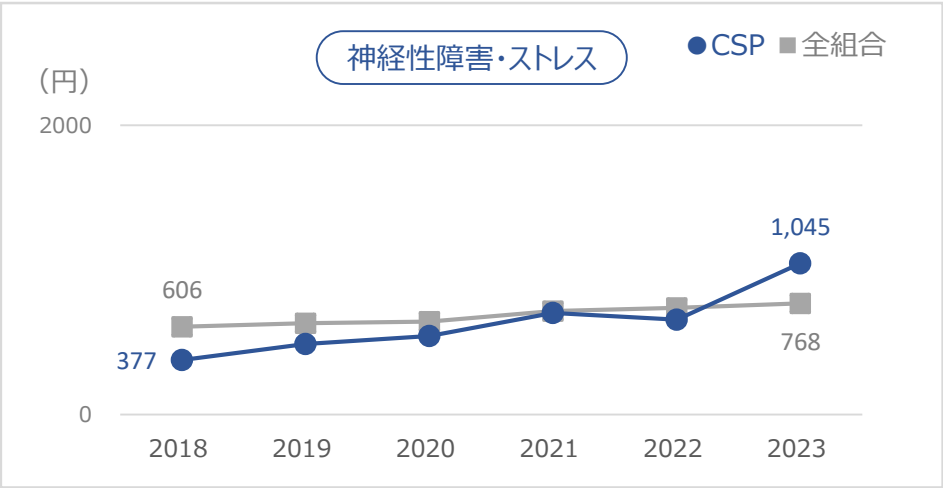
■ 主な精神系疾患一人当たり医療費　全組合比較

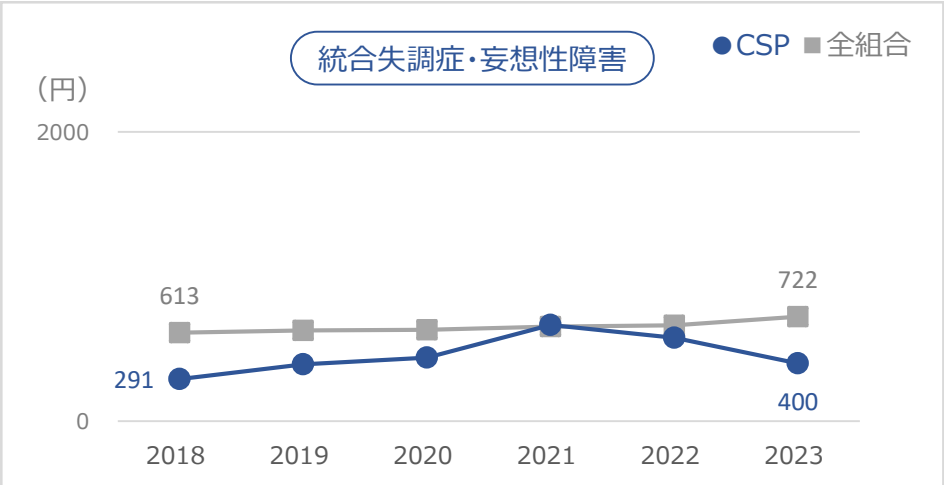


・ 主な精神系疾患の一人当たり医療費（医療費／被保険者数）を全組合と比較。
・ 「神経症性障害・ストレス」は全組合平均を上回っているが、精神系疾患全体としては医療費は抑制されている。

■ 主な精神系疾患 一人当たり医療費推移

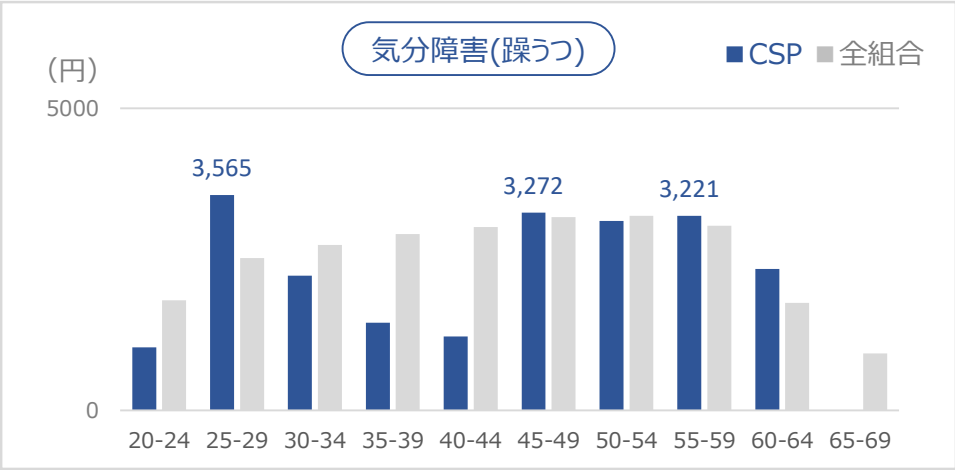


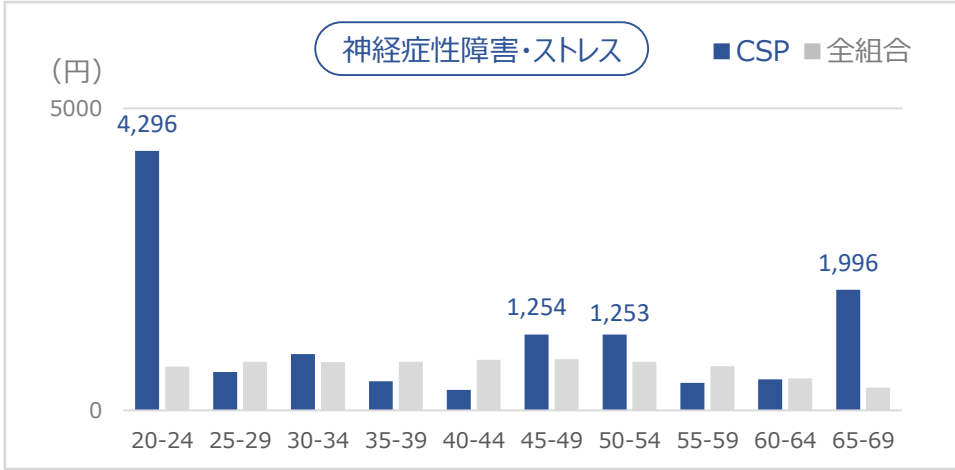


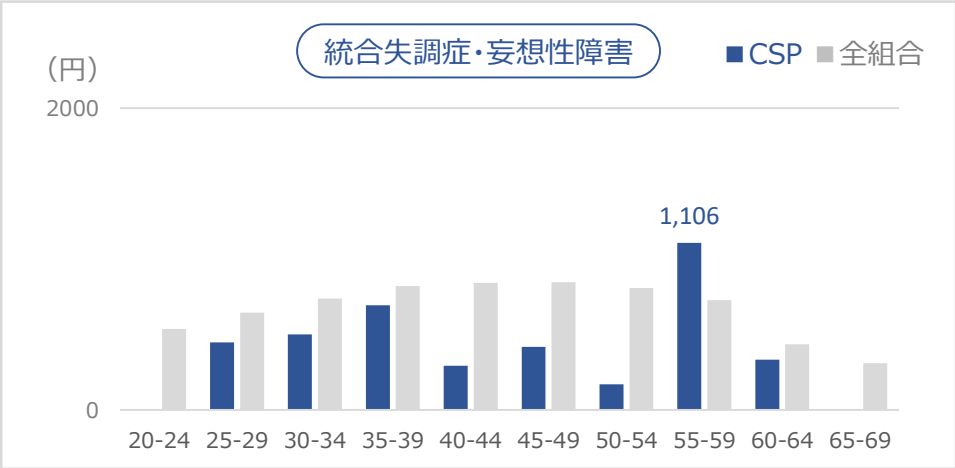


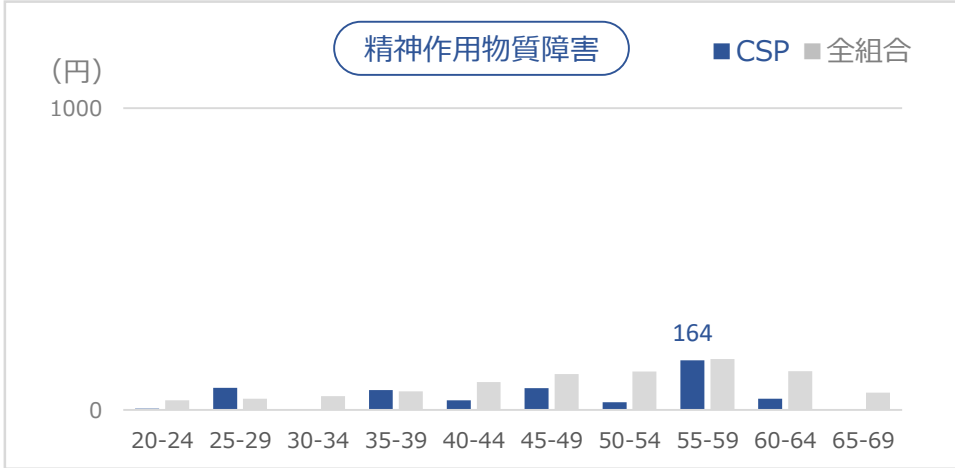
・ 精神系疾患の医療費は全組合平均と同程度の水準で推移。「神経性障害・ストレス」は増加傾向だが、他の疾患は横ばいで推移。

■ 主な精神系疾患一人当たり医療費　年齢階層別



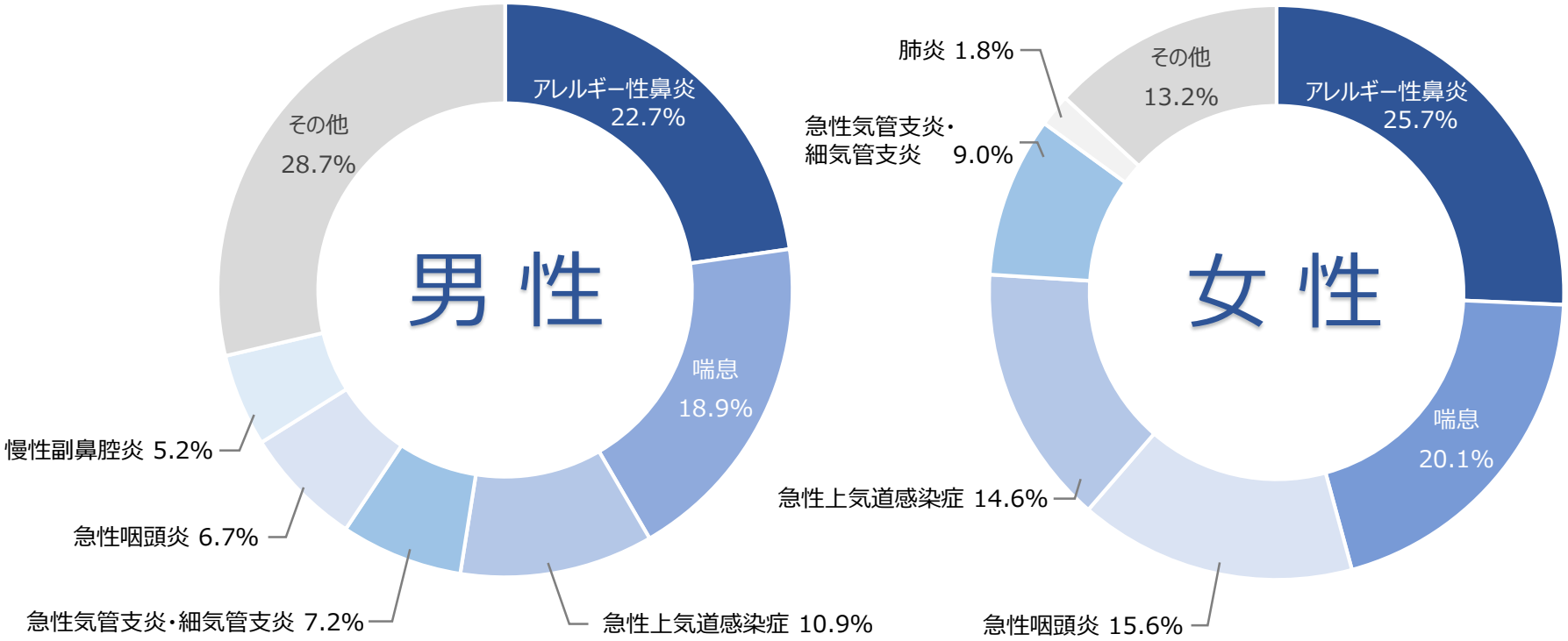






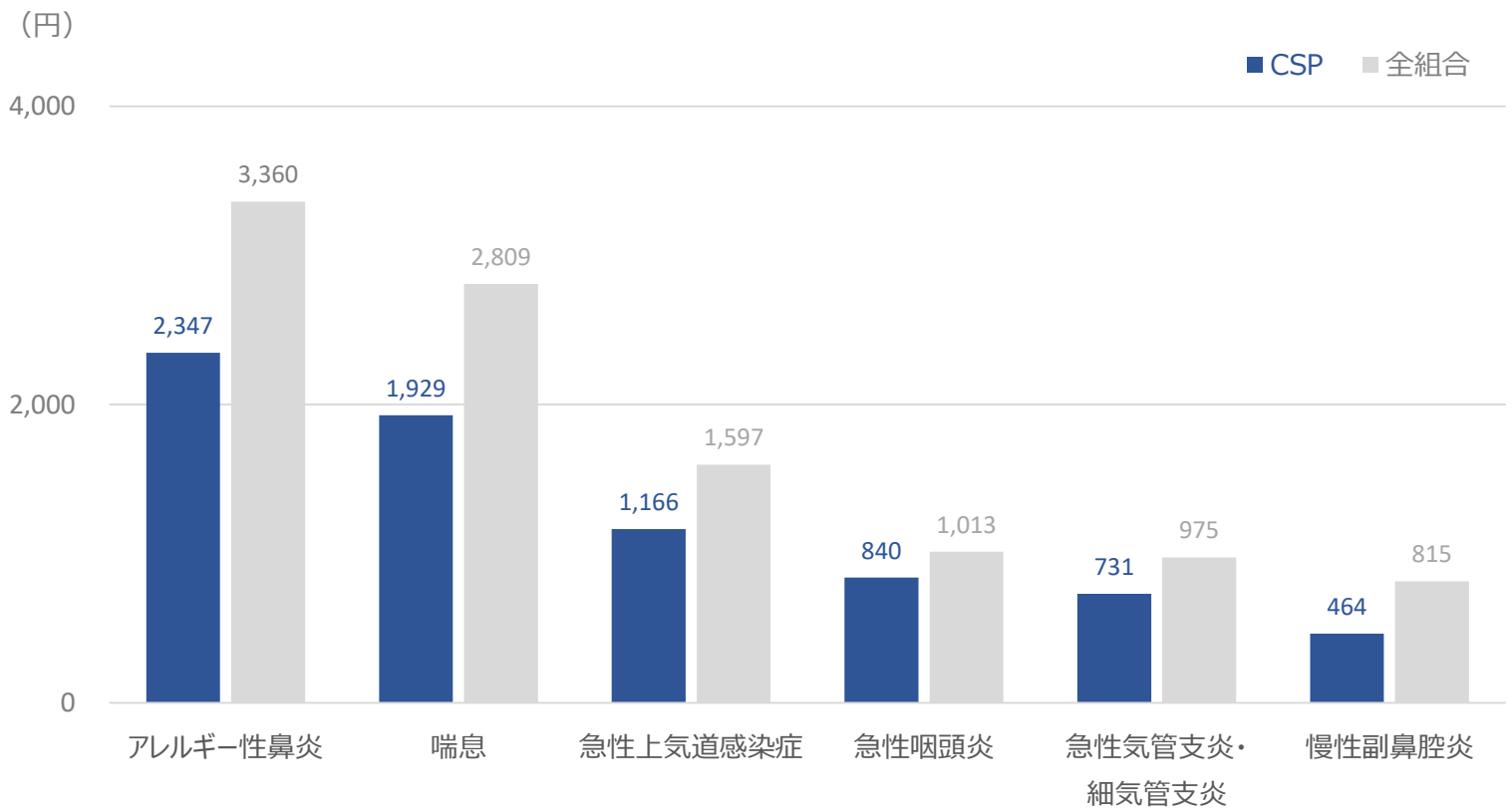
- 精神系疾患はどの世代でもまんべんなく発生している。
- CSPは全国に比べ「気分障害（躁うつ）」「神経症性障害・ストレス」に若い世代に高額な医療費が発生しているのが特徴。

■ 呼吸器系疾患　疾病別の医療費割合



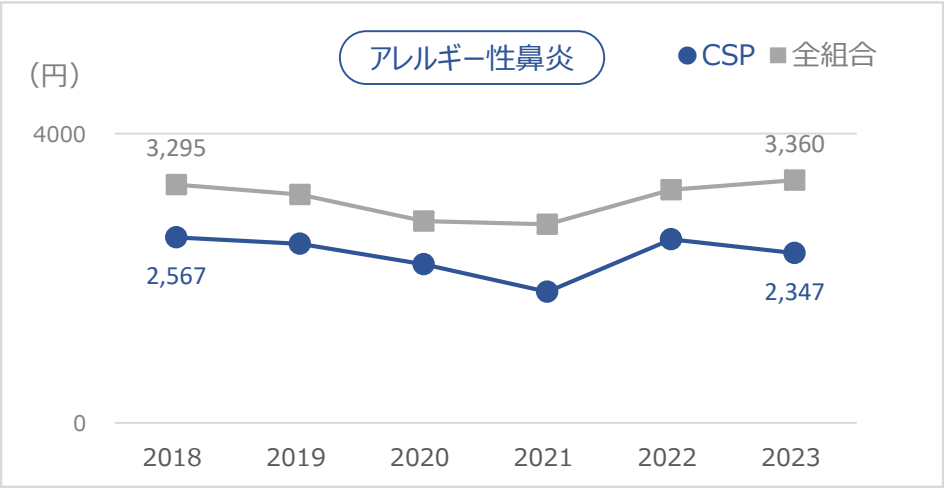
- 呼吸器系疾患の医療費内訳は、男女ともに「アレルギー性鼻炎」と「喘息」に多くの医療費が発生。
- 女性は「アレルギー性鼻炎」が1/4を占め、ここには「季節性アレルギー鼻炎」（花粉症）が含まれる

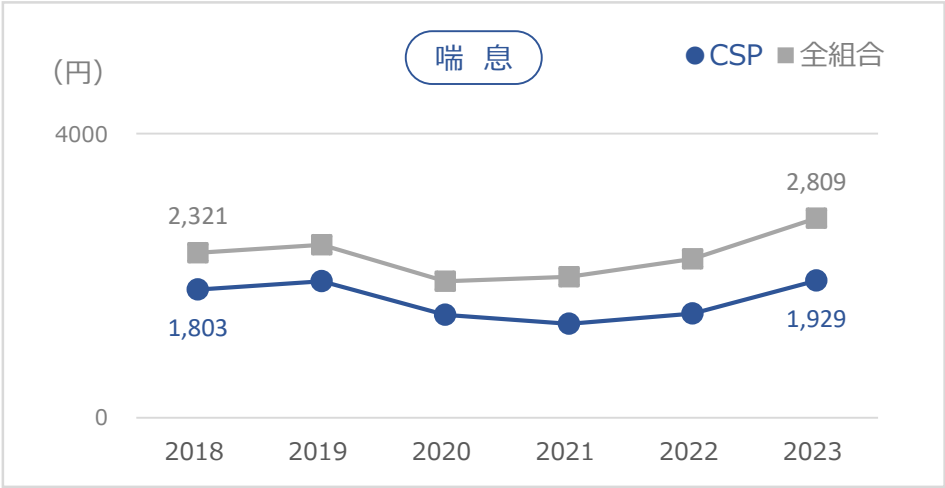
■ 主な呼吸器系疾患一人当たり医療費　全組合比較

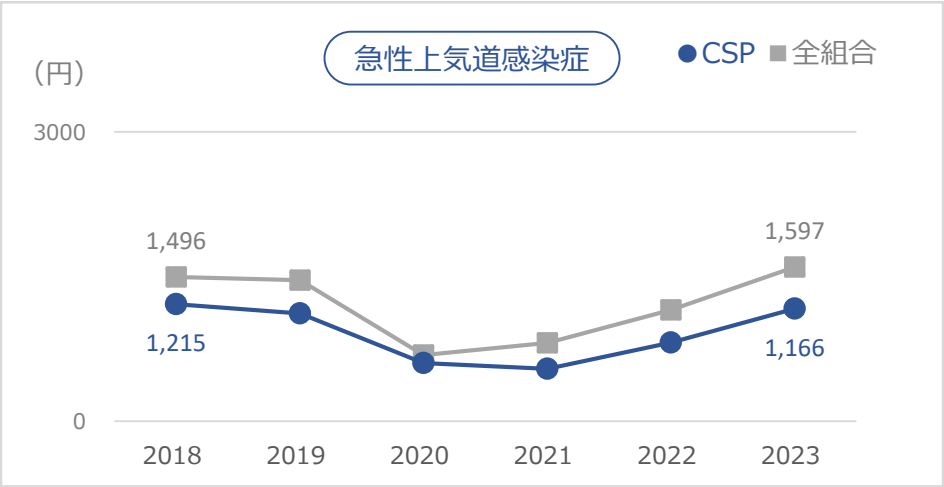


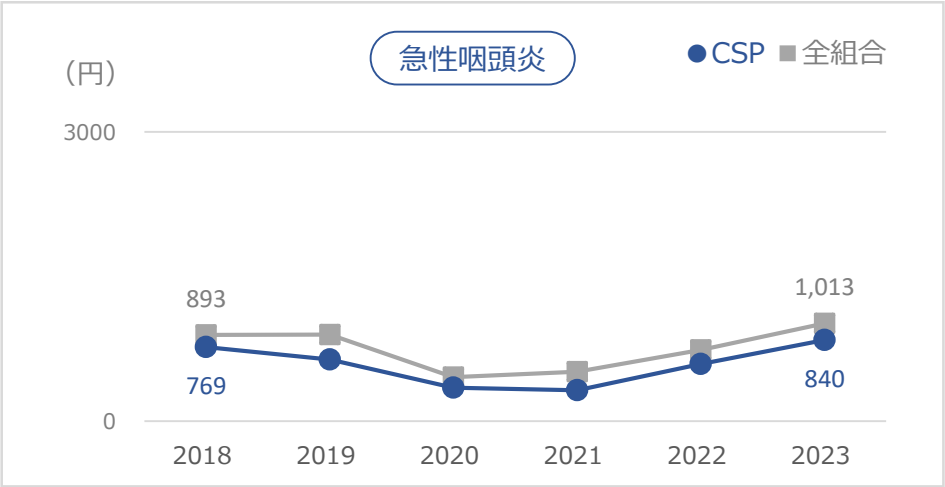
- 主な呼吸器系疾患の一人当たり医療費（医療費／被保険者数）を全組合と比較。全ての疾病で全組合平均より抑制。
- 呼吸器系疾患の中ではCSPで最も医療費が高い「アレルギー性鼻炎」も全組合平均に比べると7割程度。

■ 主な呼吸器系疾患 一人当たり医療費推移



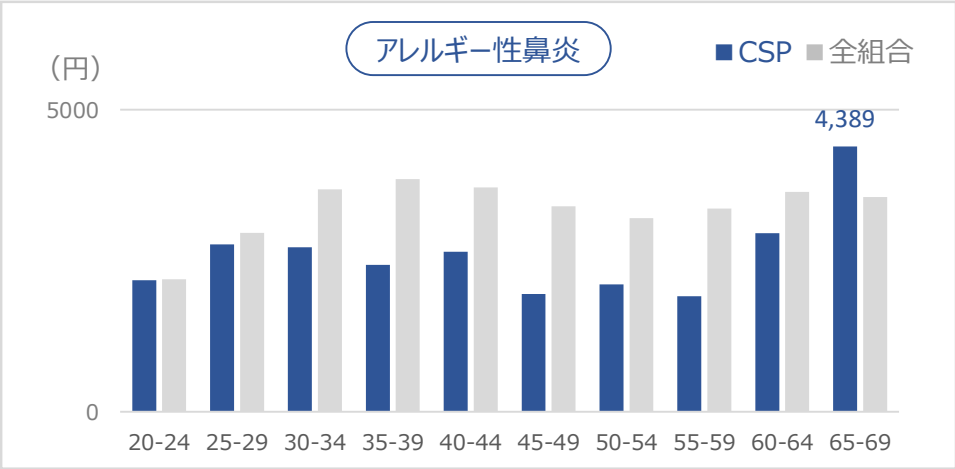


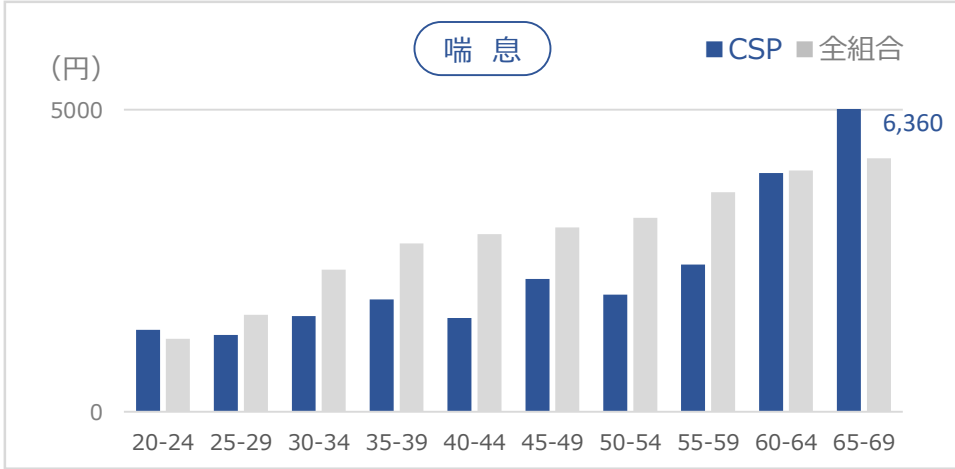


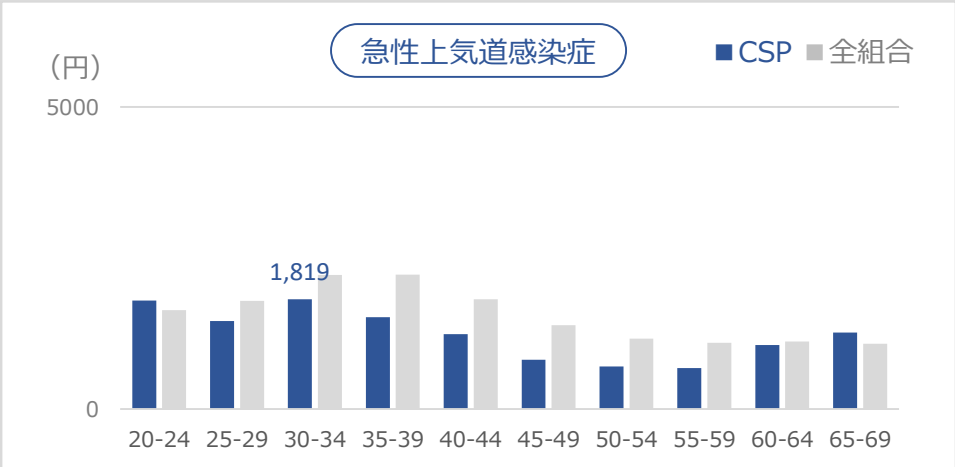


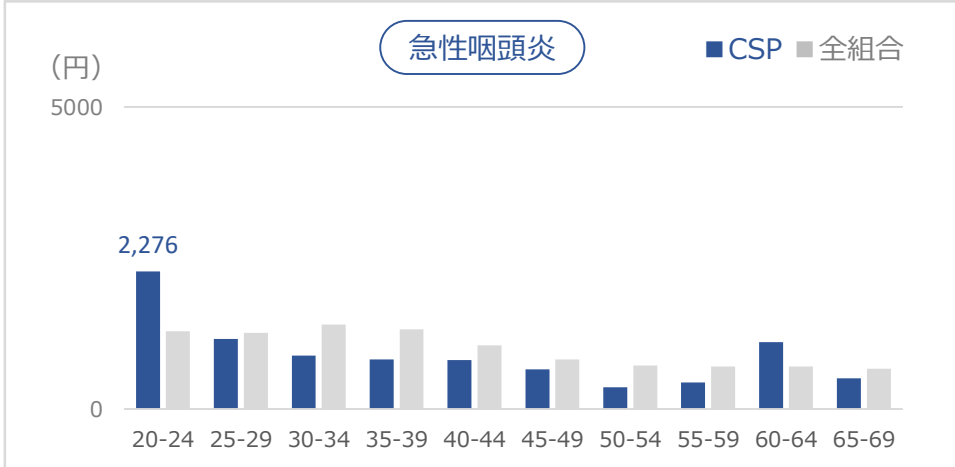
・ いずれの疾患も2020年・2021年までは減少し、その後増加に転じている。全組合も同傾向にあり、新型コロナの影響と考えられる。

■ 主な呼吸器系疾患一人当たり医療費　年齢階層別









- 呼吸器系疾患はどの世代でもまんべんなく発生している。
- CSPを全組合と比較した場合、一部の世代では突出しているものの全体的にはどの世代も医療費は抑制されている。

医療費分析から判る特徴

POINT 1

糖尿病の一人当たり医療費は、全組合平均の1.6倍

全ての疾病の中で最も医療費が発生しているは糖尿病で、2番目に多いその他の悪性新生物の２倍発生。糖尿病の一人当たり医療費は、全組合平均の約1.6倍発生しており、大きな課題。

POINT 2

重症化は抑制されているが、腎不全の増加が懸念

重症化の虚血性心疾患、腎不全、脳梗塞の医療費は、全組合と比較して抑制されている。現状は抑えられているものの、腎不全が増加傾向にあり糖尿病受診者が重症化するとさらに増加するため、将来的に懸念される。

POINT 3

現状、医療費は全組合平均に比べ抑制されている

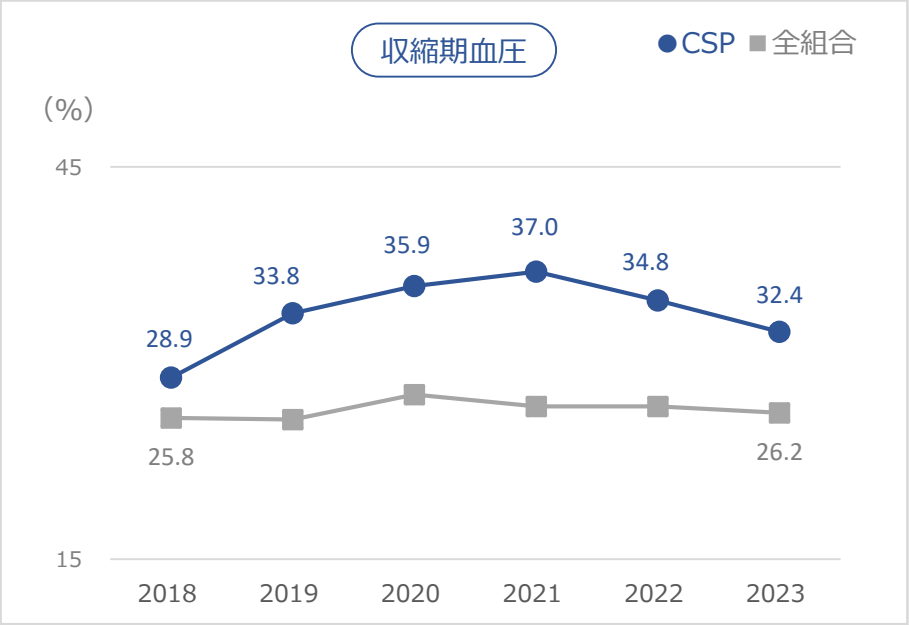
重症化が多く発生しておらず、がんやメンタルの医療費も抑えられており、現状、医療費は抑制されている。しかしながら、がんの医療費が増加傾向にあり、また生活習慣病の三疾患（糖尿病、高血圧症、脂質異常症）の受診者が重症化に転じた場合には、今後、急激に増加する危険性あり。

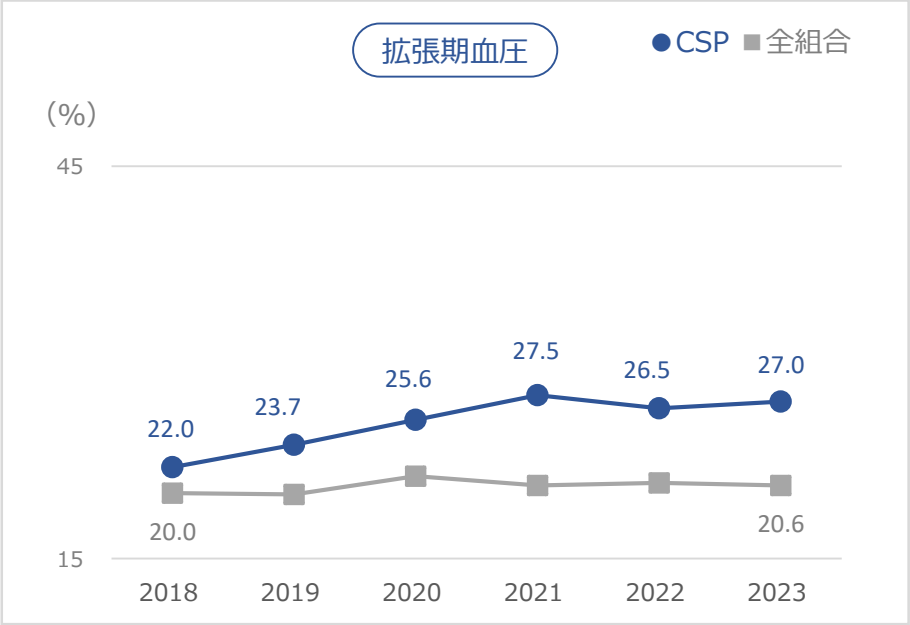
■ 血圧リスク保有者の割合　全組合比較

【血圧リスク保有者】 収縮期血圧 130㎜Hg以上、拡張期血圧 85㎜Hg以上

- 血圧リスク保有者の割合（リスク保有者数／血圧検査受診者数）を全組合と比較。拡張期血圧、収縮期血圧ともに全国より高い割合。
- 収縮期血圧は、全組合平均が４人に1人の割合に対し、CSPは約3人に1人がリスク保有者と非常に高い割合。

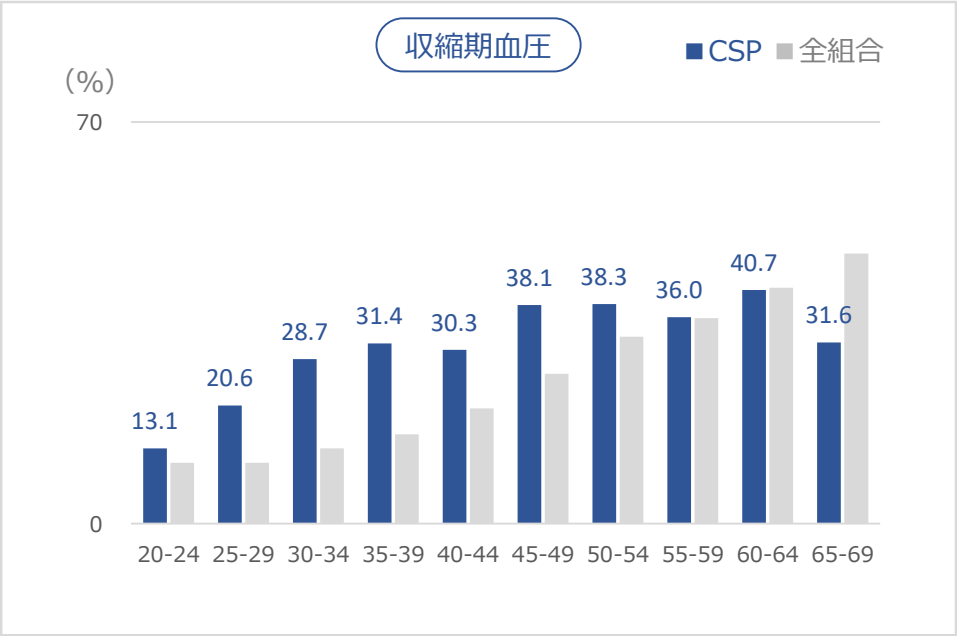
■ 血圧リスク保有者の推移　全組合比較

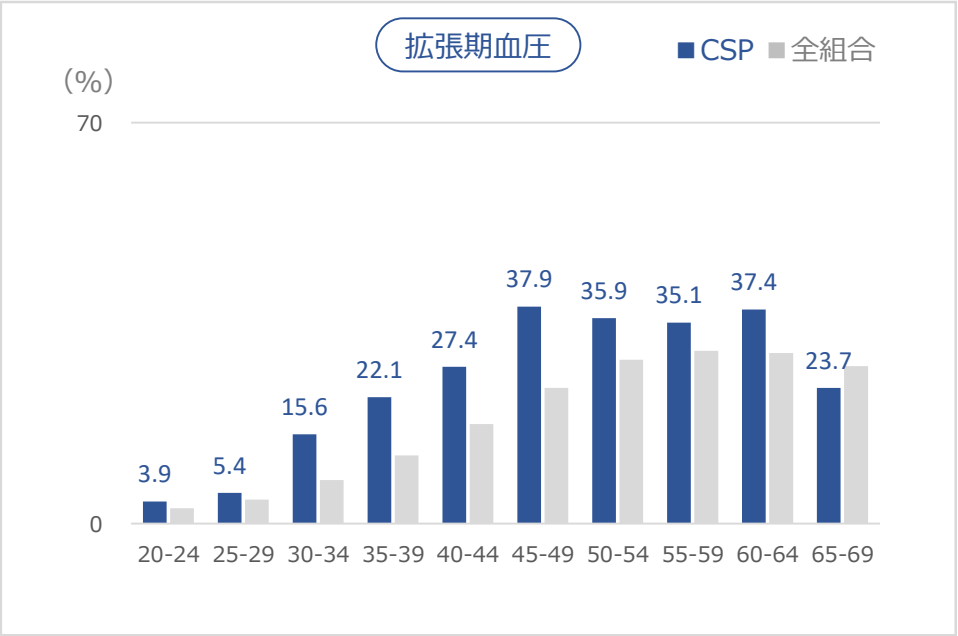




- 収縮期血圧は、ここ2年間でリスク保有者割合が減少しており良い傾向だが、全組合平均よりはまだ高い値。
- 拡張期血圧は、全組合平均より高い割合で推移し年々増加。高血圧症から動脈硬化に進行するリスクが高まるため要注意。

■ 血圧リスク保有者の割合　年齢階層別

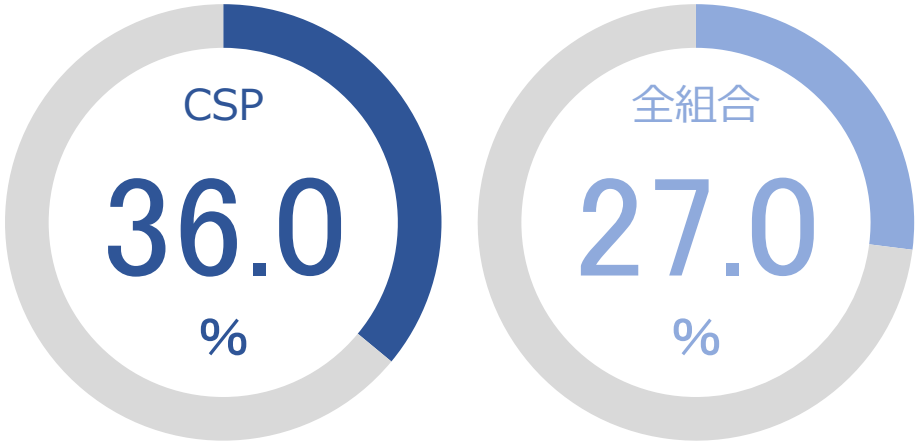




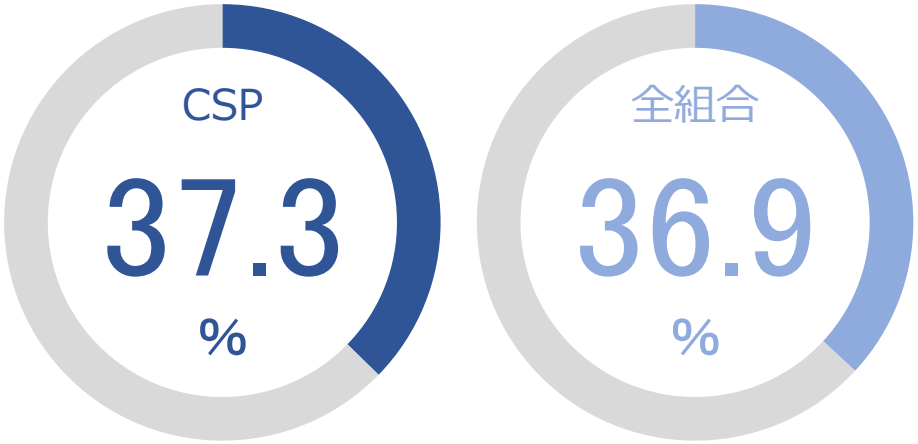
- 収縮期血圧・収縮期血圧ともにほとんどの世代で全組合平均よりリスク保有者の割合が高い。
- CSPは若い世代にリスク保有者が多いのが特徴。20～30代でも全組合平均と比べて圧倒的にリスク保有者が多い。

■ 血糖リスク保有者の割合　全組合比較

空腹時血糖



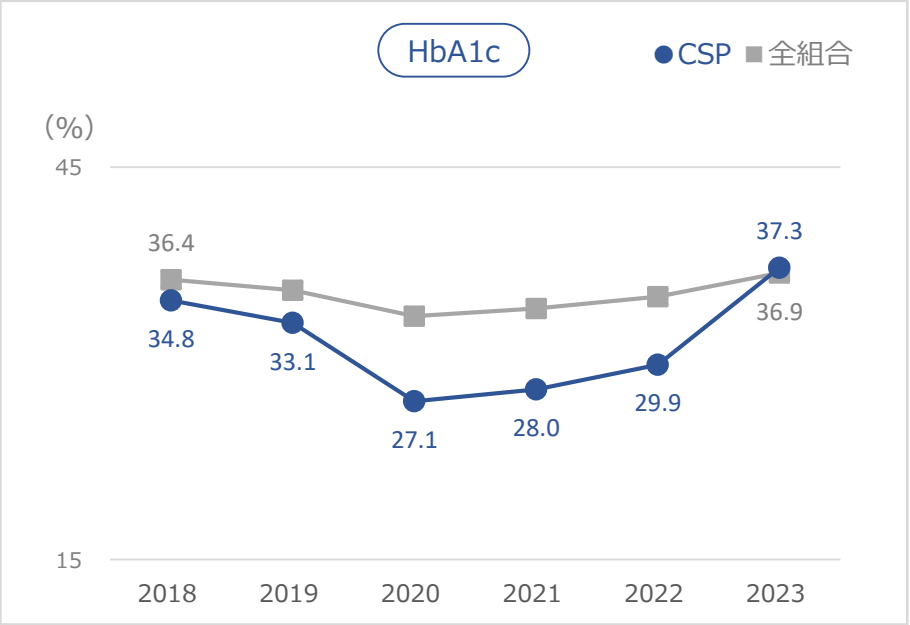
HbA1c



【血糖リスク保有者】空腹時血糖 100mg/dl以上、HbA1c 5.6%以上

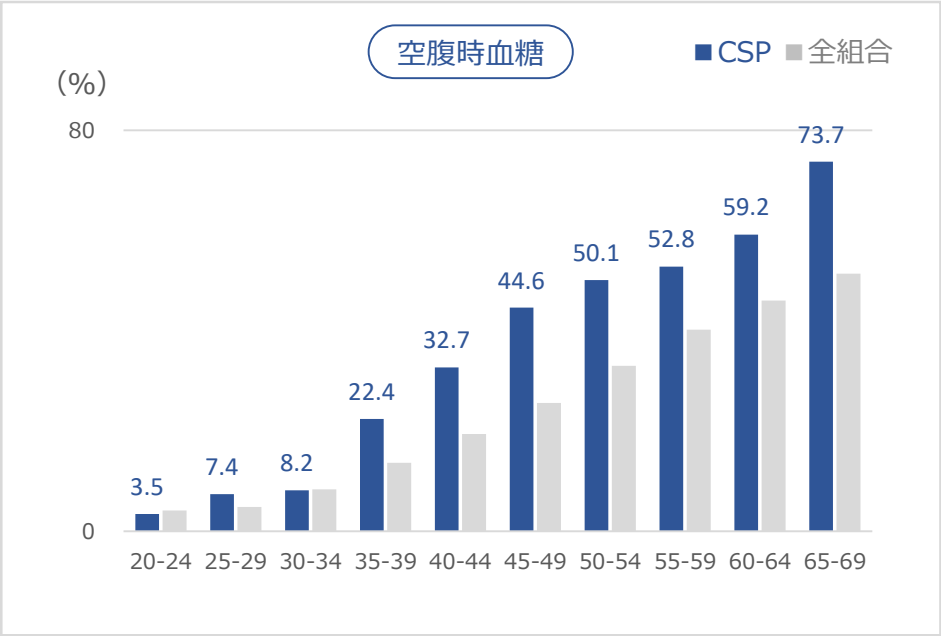
- 血糖リスク保有者の割合（リスク保有者数／血糖検査受診者数）を全組合と比較。
- 空腹時血糖、HbA1cともに全国より高い割合。リスク保有者を放置すると今後さらに糖尿病が増加する危険性あり。

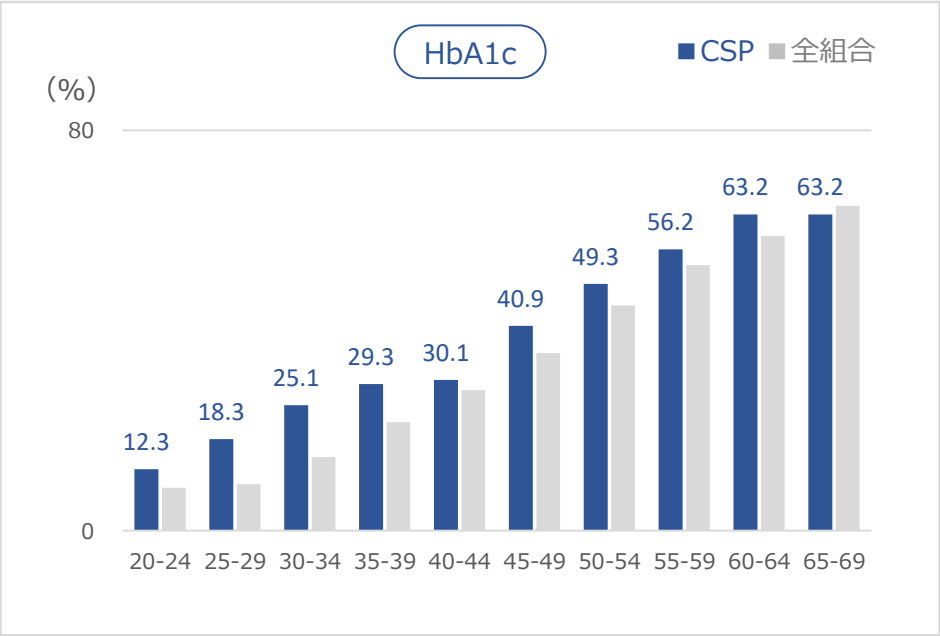
■ 血糖リスク保有者の推移　全組合比較



- 空腹時血糖のリスク保有者は増加傾向にあり、経年で見ても全組合平均より高い割合で推移。3人に1人以上がリスクあり。
- HbA1cは、これまで全組合平均を下回っていたが2023年度は急増し平均を超えた。

■ 血糖リスク保有者の割合　年齢階層別

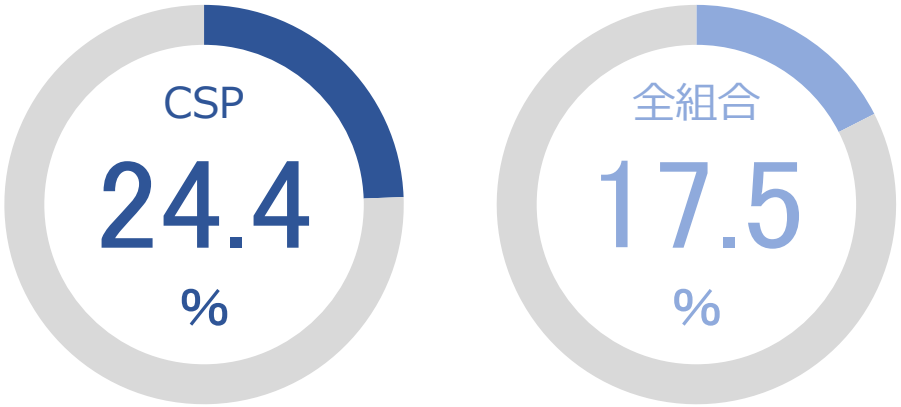




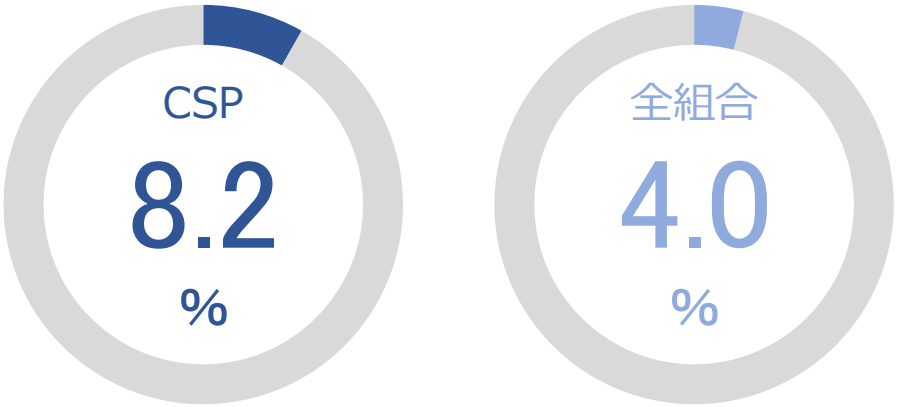
- いずれの項目も加齢とともにリスク保有者が増加する傾向。50代では、ほぼ半数が血糖リスク保有者に該当。
- HbA1cは、若年層でのリスク保有者が多い。この層がこのまま改善しないでいると40-50代になったときに糖尿病を発症するが可能性が高い。

■ 脂質リスク保有者の割合　全組合比較

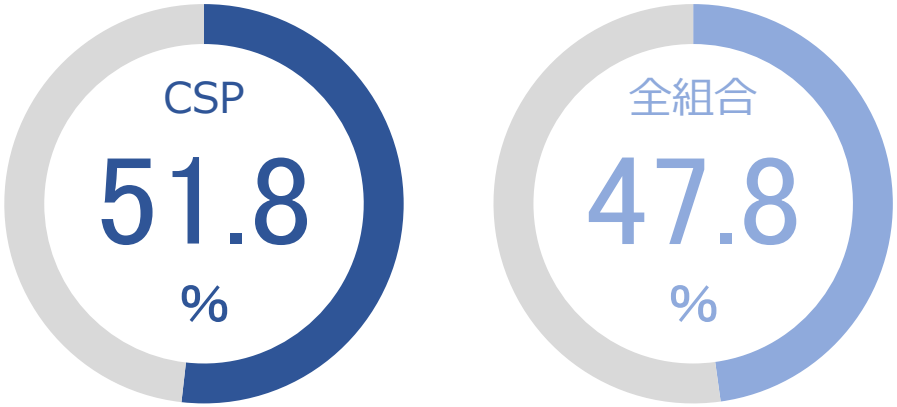
中性脂肪



HDLコレステロール



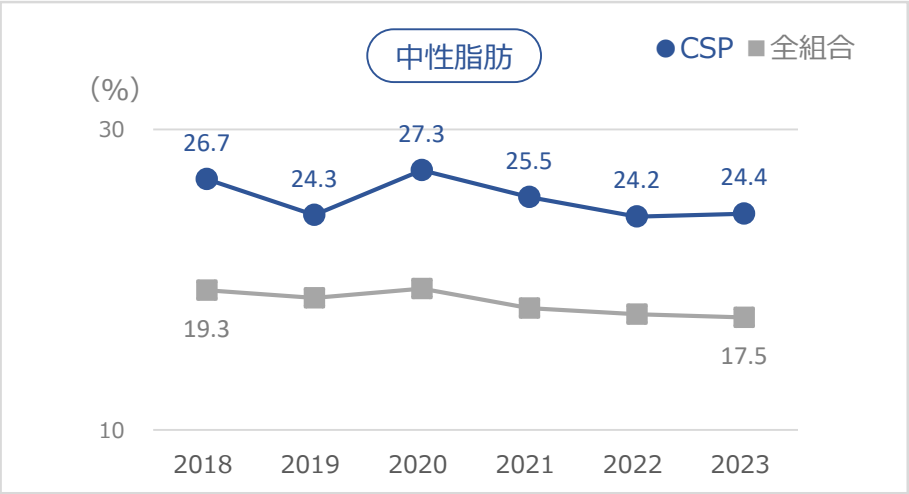
LDLコレステロール

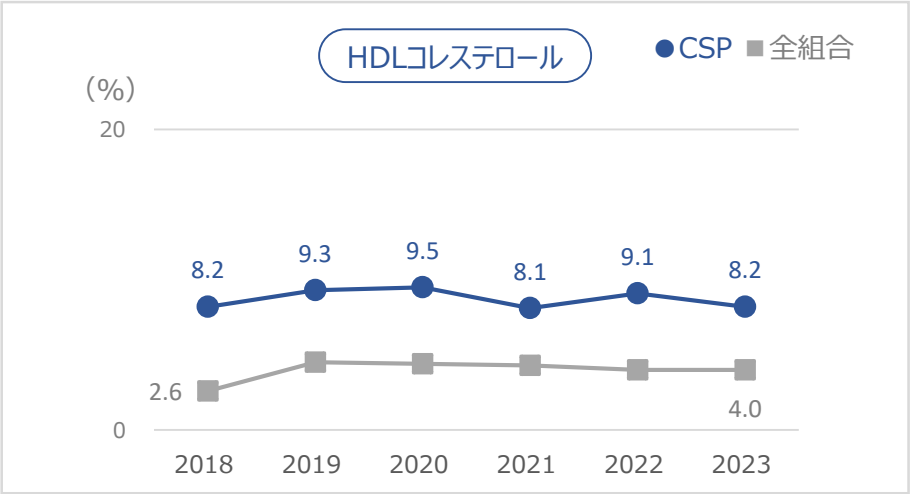


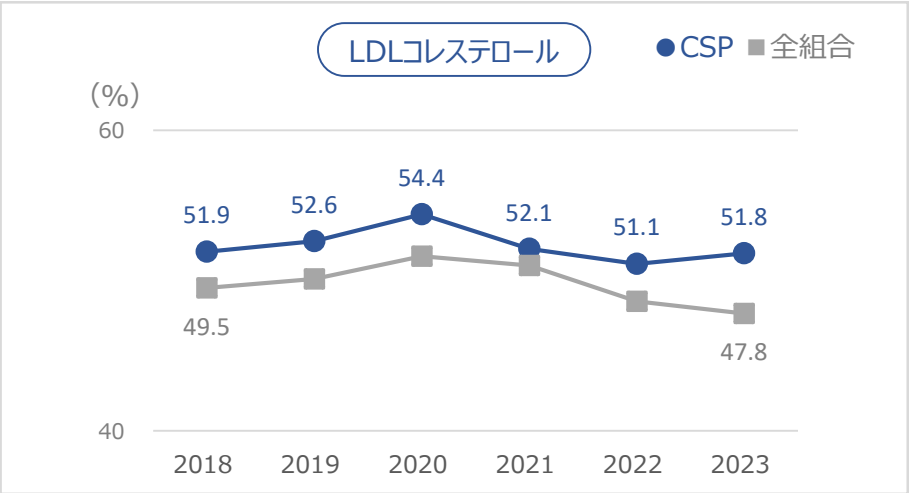
【脂質リスク保有者】
- 中性脂肪　150 mg/dl以上
- HDLコレステロール　40 mg/dl未満
- LDLコレステロール　120 mg/dl以上

- 脂質リスク保有者の割合（リスク保有者数／脂質検査受診者数）を全国と比較。
- LDLコレステロールは全組合平均も高い割合だが、CSPはさらに高く、半数以上がリスク保有者。

■ 脂質リスク保有者の推移 全組合比較

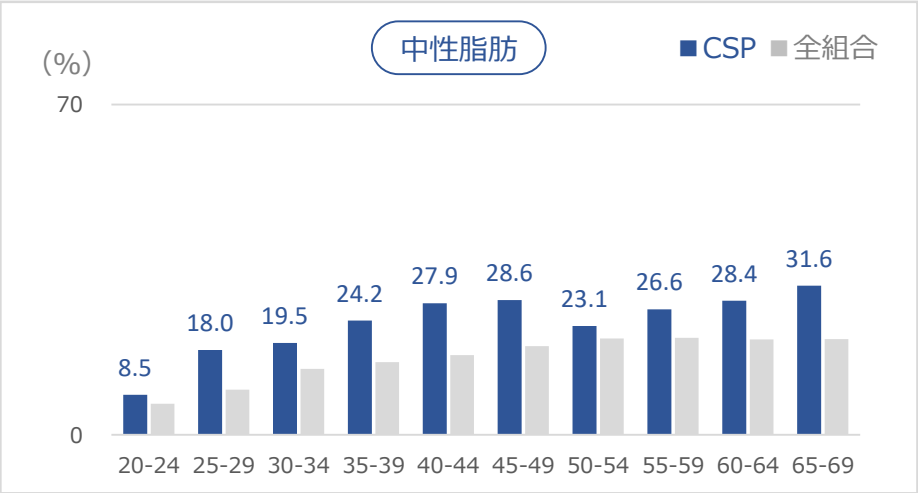


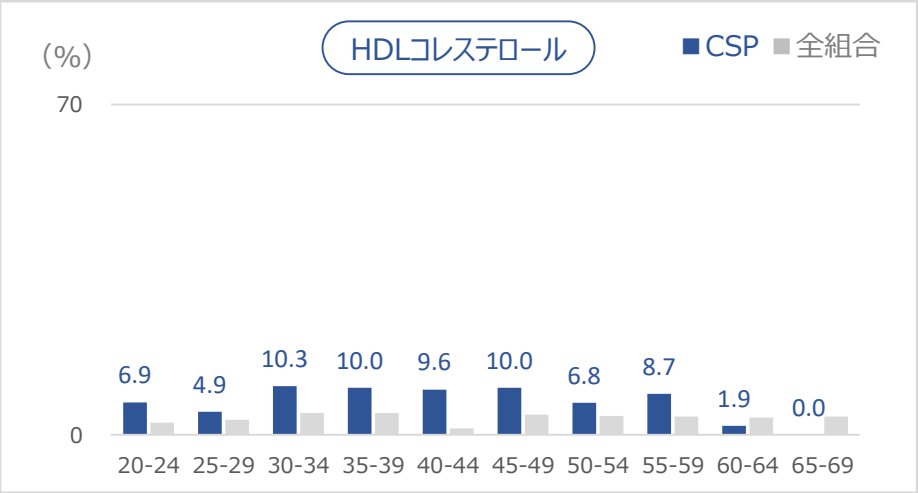


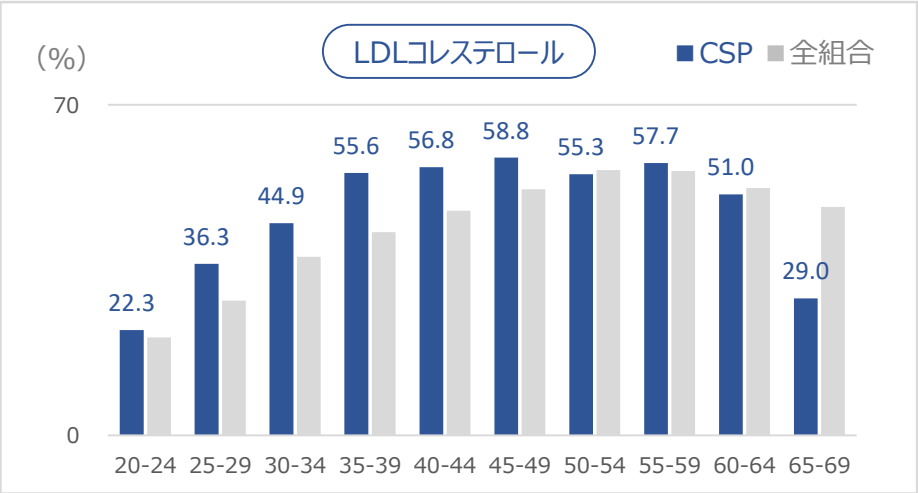


- 経年で見ると3項目とも大きな増減は見られない。
- いずれの項目も全組合平均より高い割合で推移しており、改善せずに放置しておくと脂質異常症の発症につながる。

■ 脂質リスク保有者の割合　年齢階層別



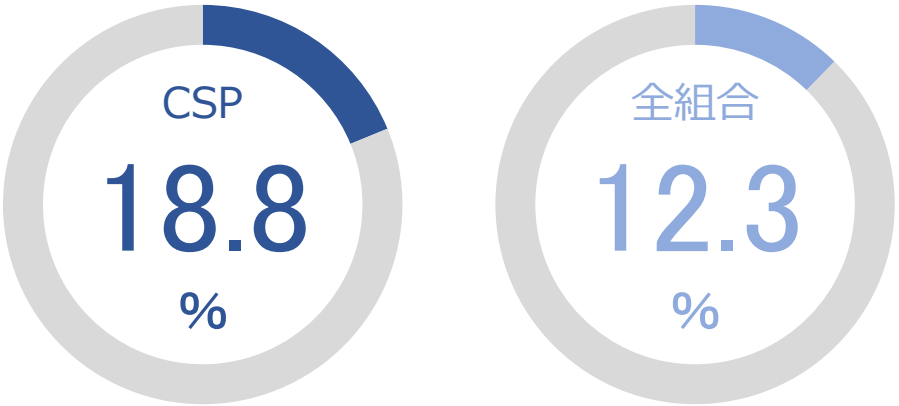




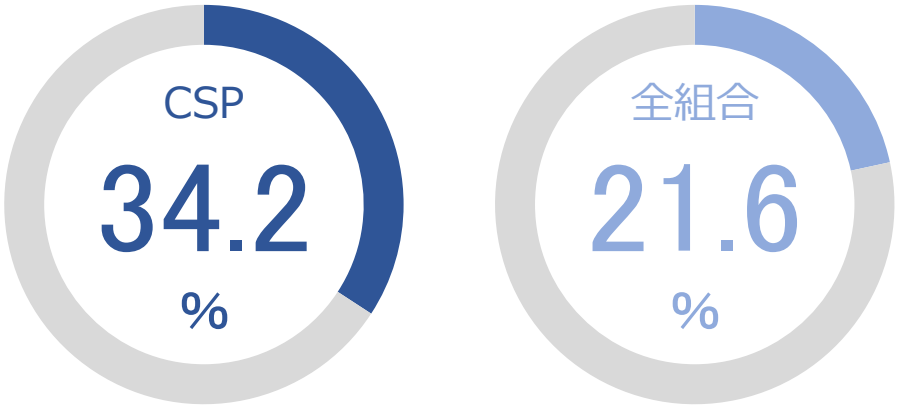
- いずれの項目もCSPは若い世代にリスク保有者が多い。
  加齢とともに発症リスクは高まるため早期改善が望ましい。
- 特にLDLコレステロールは25-29歳で3人に1人以上、
  35-39歳で2人に1人以上と非常に高い割合。

■ 肝機能リスク保有者の割合 全組合比較

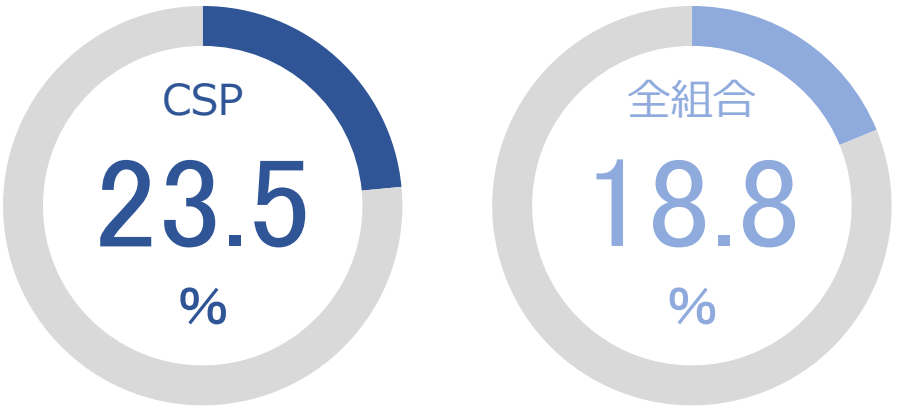
GOT(AST)



GPT(ALT)



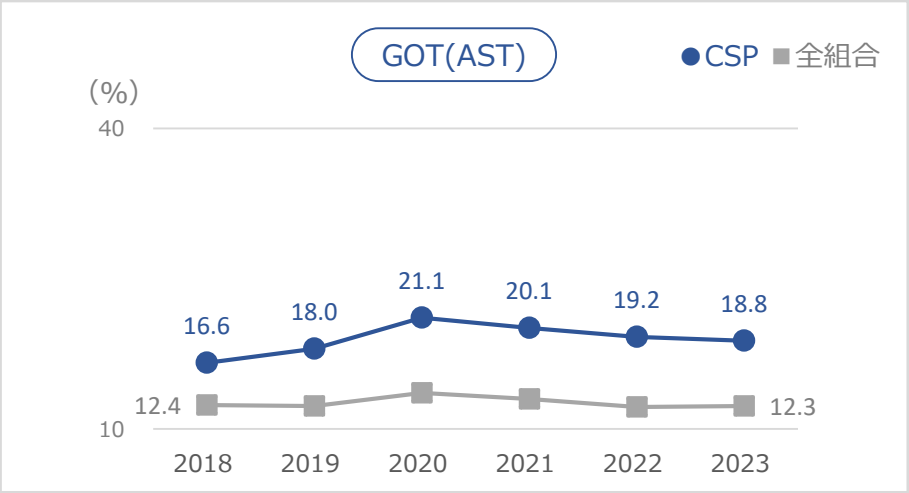
γ-GPT

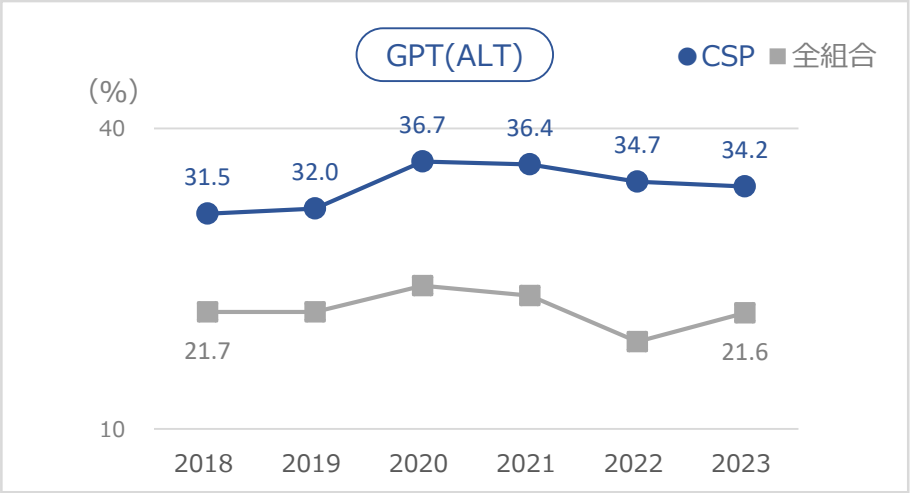


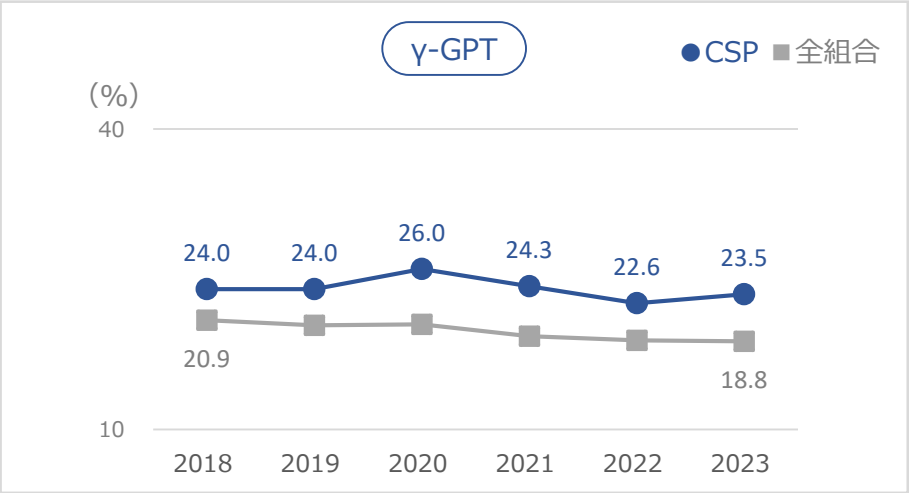
【肝機能リスク保有者】
- GOT(AST)　31 U/L以上
- GPT(ALT)　31 U/L以上
- γ-GPT　51 U/L以上

- 肝機能リスク保有者の割合（リスク保有者数／肝機能検査受診者数）を全国と比較。
- 全ての項目で全組合平均よりもリスク保有者高い割合。GPTの割合が特に高く、3人に1人以上にリスクあり。

■ 肝機能リスク保有者の推移 全組合比較

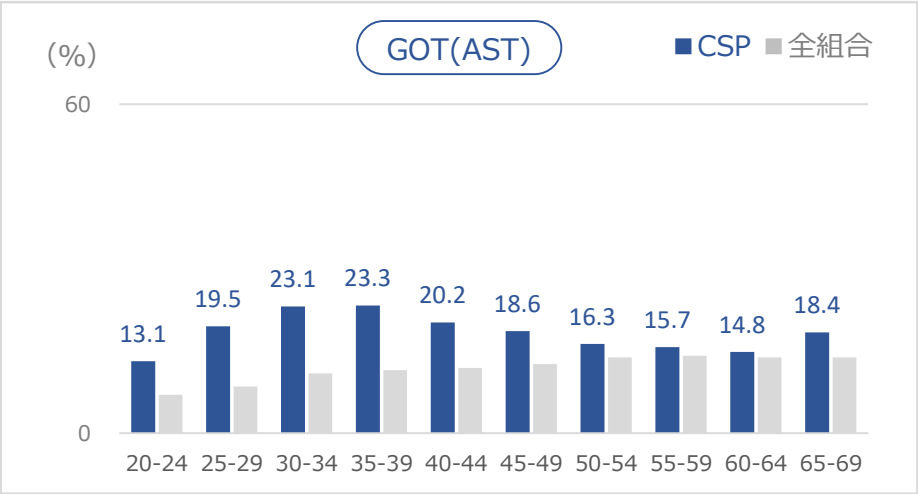


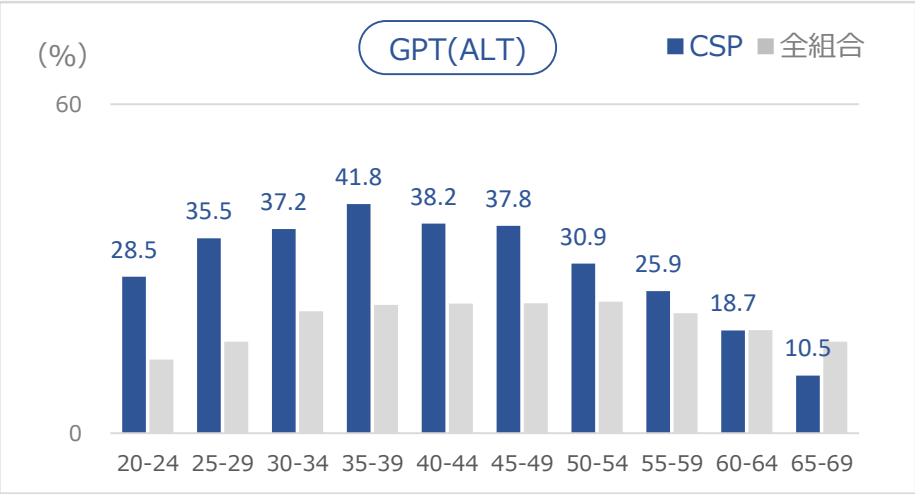


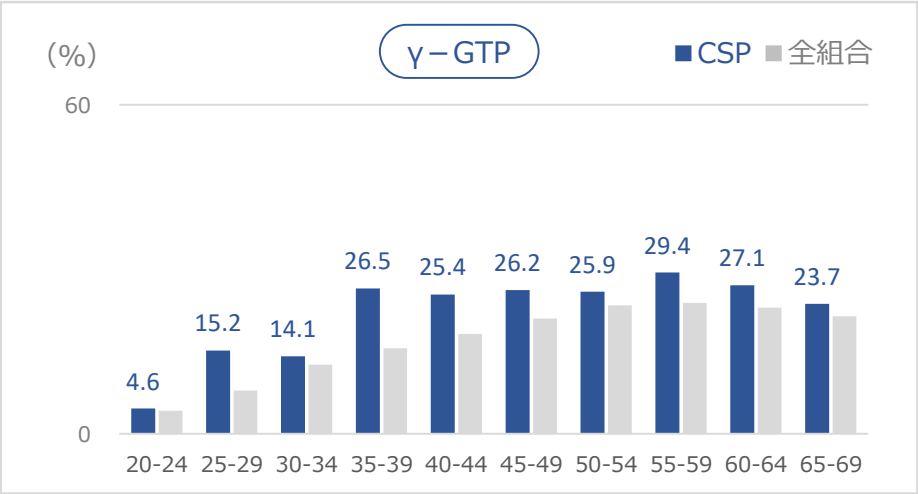


- いずれの項目も全組合平均より高い割合で推移しており、アルコール性肝炎や慢性肝炎、肝硬変の発症リスクあり。
- 特にGPT(ALT)は、全組合平均が2割前後で推移しているのに対し、CSPは3割以上で推移している。

■ 肝機能リスク保有者の割合　年齢階層別







- ほぼ全ての世代において、全組合平均に比べてリスク保有者の割合が高い。
- CSPは若い世代からリスク保有者が多いのが特徴。特にGPT(ALT) は、20代で3割がリスク保有者となっている。

疾病リスク分析から判る特徴

POINT 1

全ての検査項目で全組合平均よりもリスク保有者が多い

検査10項目のうち、全ての項目でリスク保有者の割合が全組合より高い。
仮にこのリスク保有者が発症した場合、医療費が急激に増加する可能性あり。

POINT 2

血糖リスク保有者が増加傾向

空腹時血糖、HbA1c のリスク保有者の割合が、ここ2年間で急増した。
どちらの項目も3人に1人がリスク保有者となっており、改善せずにこのまま放置しておくと糖尿病、腎不全の医療費増加につながり早期改善が必須。

POINT 3

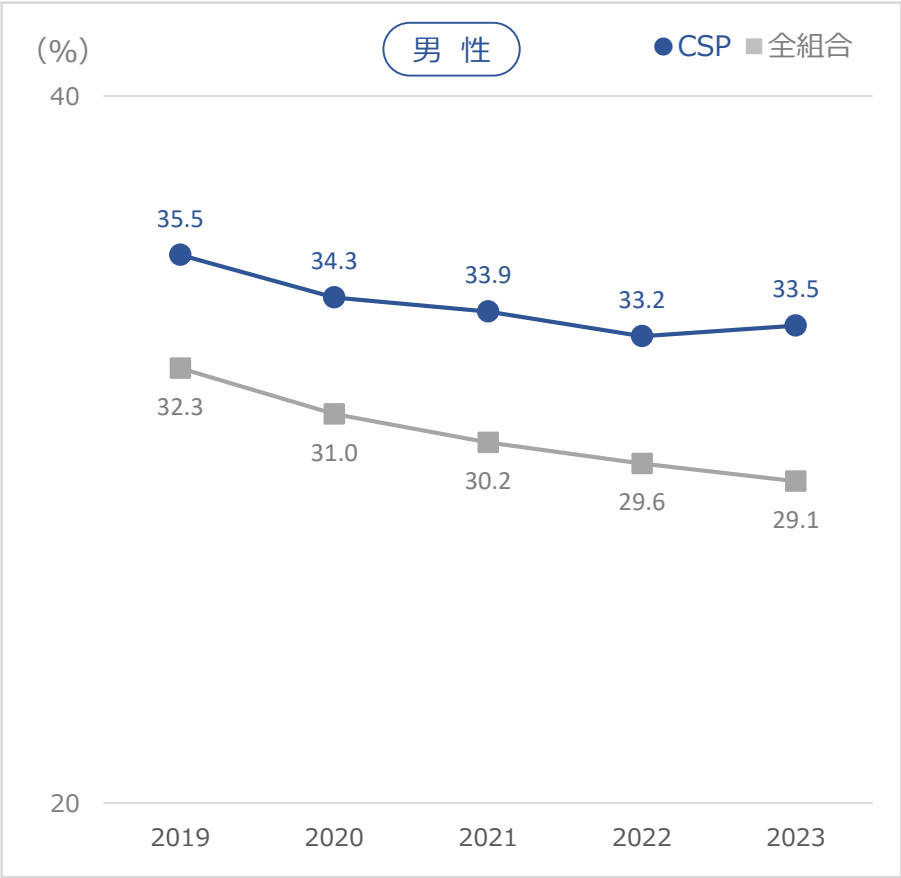
若い世代にリスク保有者が多く、将来的に不安

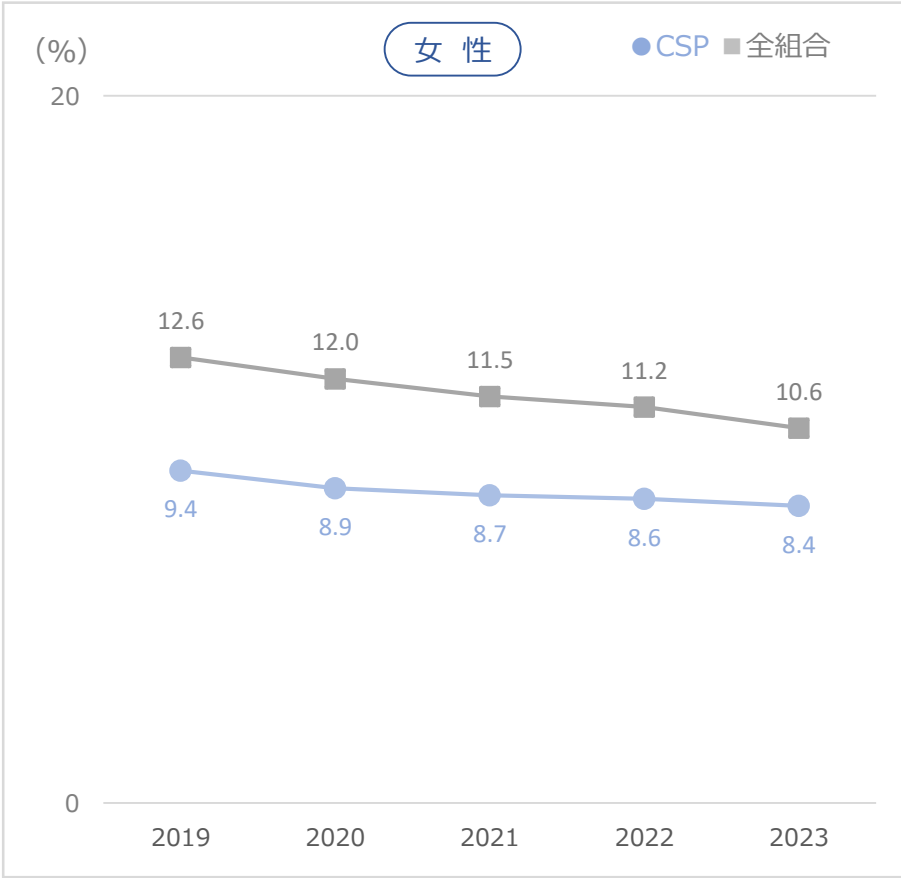
CSPは、全組合に比べて20～30代の若い世代のリスク保有者割合が高い。
加齢とともに生活習慣病の発症リスクは高くなり、また、血管は脆く、傷つきやすくなっていくため、現在のリスク保有者である若い世代が、40～50代になったときに動脈硬化に進行する危険性がある。

■ たばこを習慣的に吸っている者の割合 全組合比較

- 男性の喫煙者割合は、全組合平均の29.1%に対し、33.5%と高い割合。3人に1人以上が習慣的にたばこを吸っている。
- 女性は全組合平均より喫煙者の割合が低く優良。喫煙は生活習慣病や様々ながんの要因となるため、今の割合を維持することが大切。

■ たばこを習慣的に吸っている者の推移 全国比較





- 社会的な風潮もあり、男女ともに喫煙率は減少傾向にある。
- 男性は全組合平均に比べ減少幅が少なくもう少し努力したいところ。女性は経年でも全組合平均を下回っている。

■ たばこを習慣的に吸っている者の割合　年齢階層別

- 男性はほとんどの世代で全組合平均を上回っている。特に25-29歳、30-34歳といった若い世代の喫煙者が多い。
- 女性は世代によって差があるものの45歳以降に喫煙率が高くなっている。

■ 運動習慣が不適切な者の割合　全組合比較

①「1回30分以上の汗をかく運動を週2日以上、1年以上実施」の回答が「いいえ」

男 性

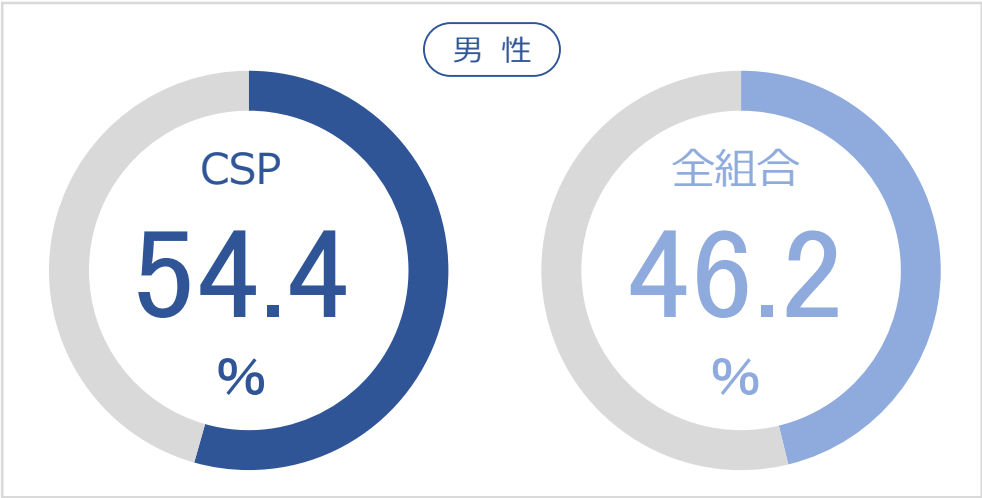
女 性

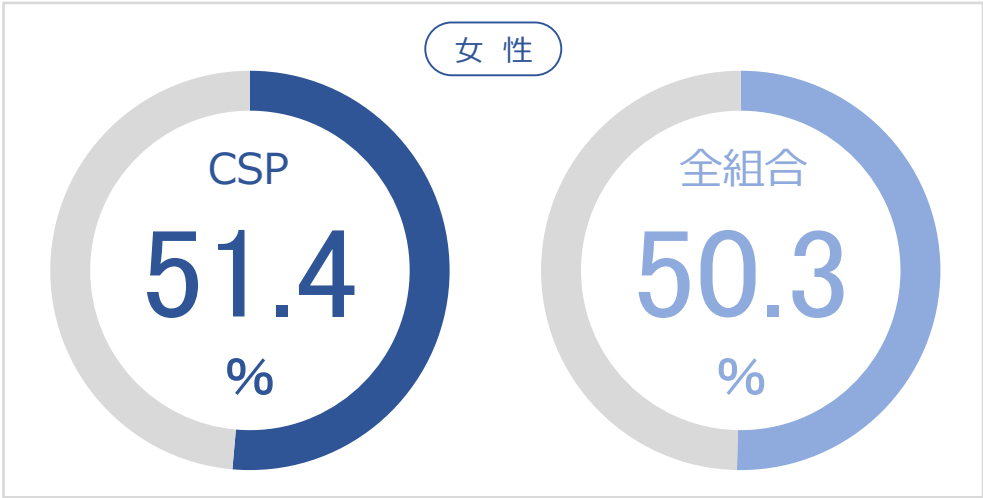
②「日常生活において歩行又は同等の身体活動を1時間以上実施」の回答が「いいえ」

男 性

女 性

③「ほぼ同じ年齢の同性と比較して歩く速度が速い」の回答が「いいえ」

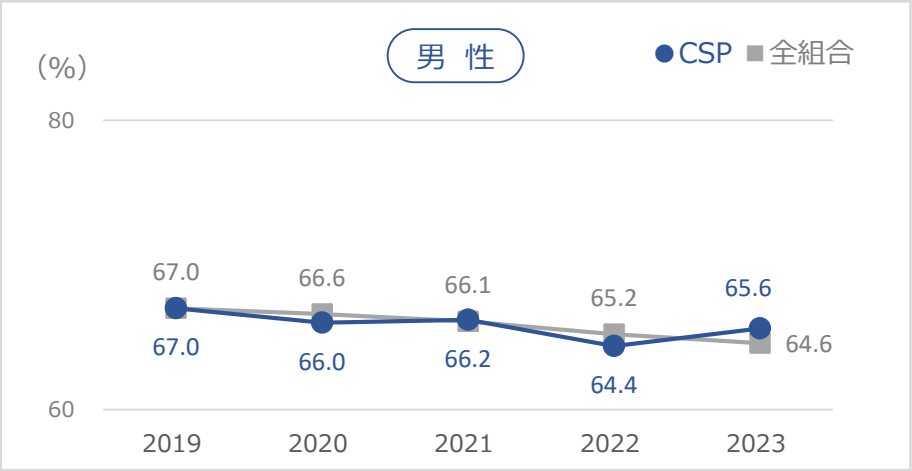


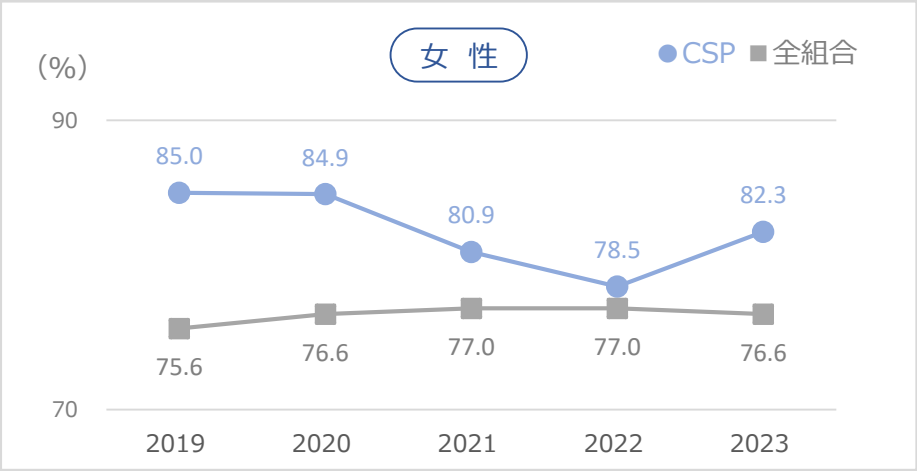


- 「1回30分以上の汗をかく運動を週2日以上、1年以上実施」は全組合平均より悪く、女性は8割以上の者が実施していない。
- 男女とも「日常生活において歩行又は同等の身体活動を1時間以上実施」が全組合平均より優良。継続していくことが大切。

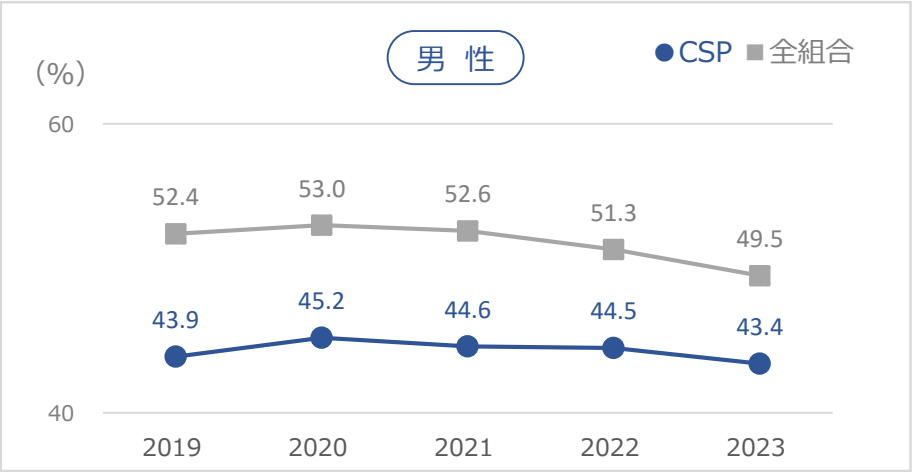
■ 運動習慣が不適切な者の推移

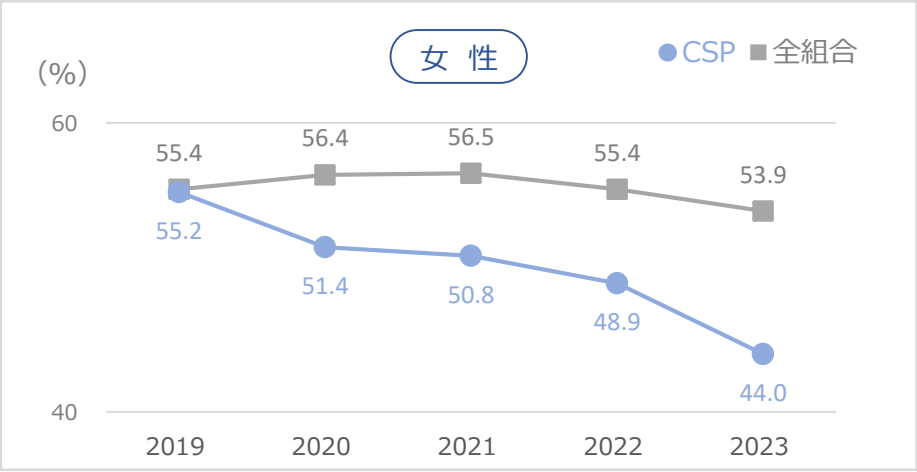
①「1回30分以上の汗をかく運動を週2日以上、1年以上実施」の回答が「いいえ」





②「日常生活において歩行又は同等の身体活動を1時間以上実施」の回答が「いいえ」



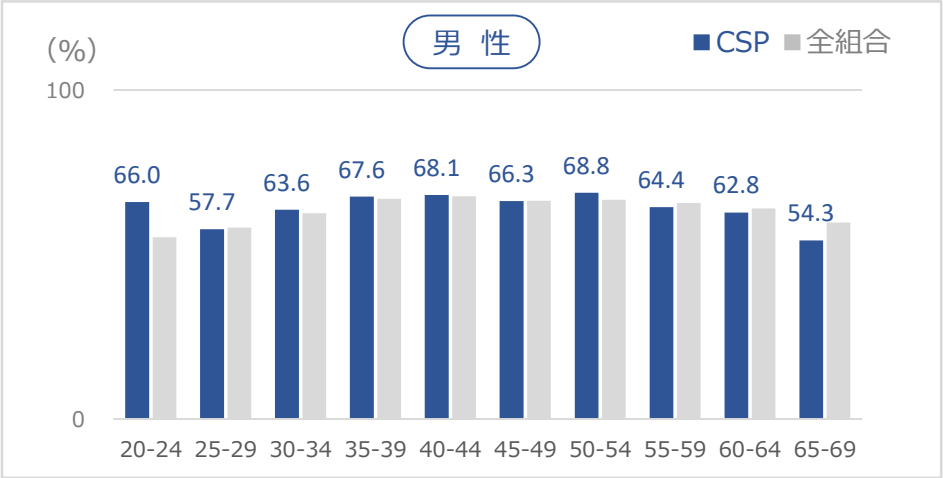


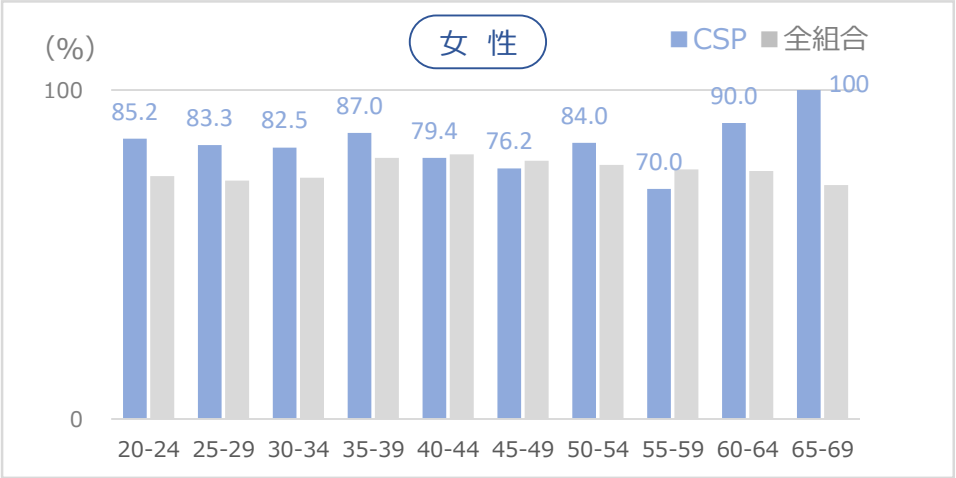
③「ほぼ同じ年齢の同性と比較して歩く速度が速い」の回答が「いいえ」

- 「日常生活において歩行又は同等の身体活動を1時間以上実施」は、女性が年々改善されており良い傾向。
- 男性は経年で比較しても、全組合平均より良好な身体活動を継続している。

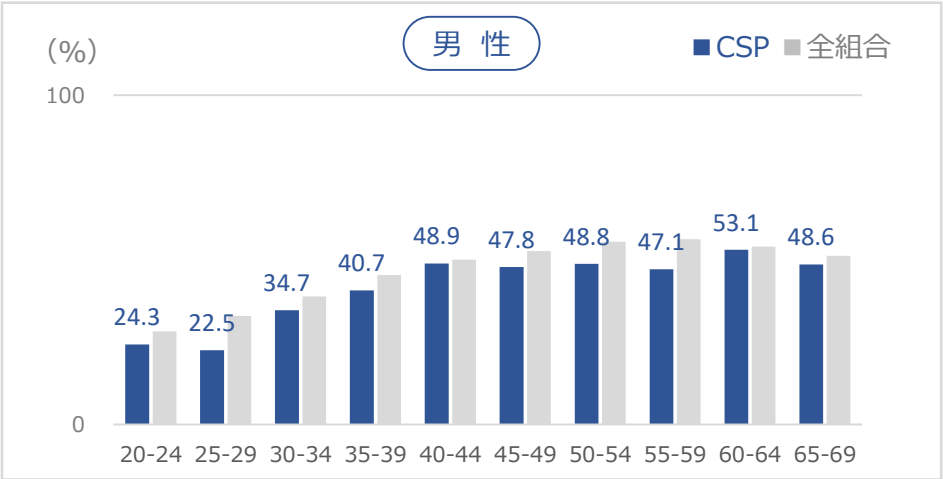
■ 運動習慣が不適切な者の割合　年齢階層別

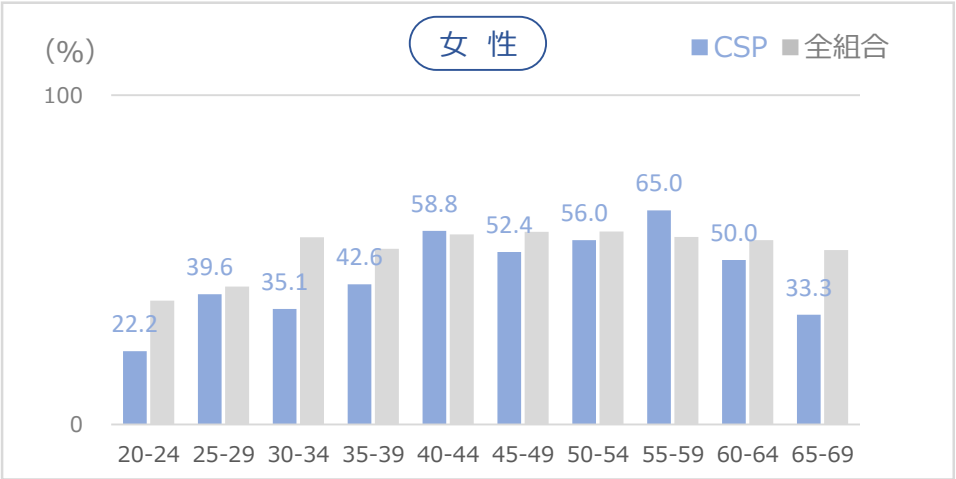
①「1回30分以上の汗をかく運動を週2日以上、1年以上実施」の回答が「いいえ」



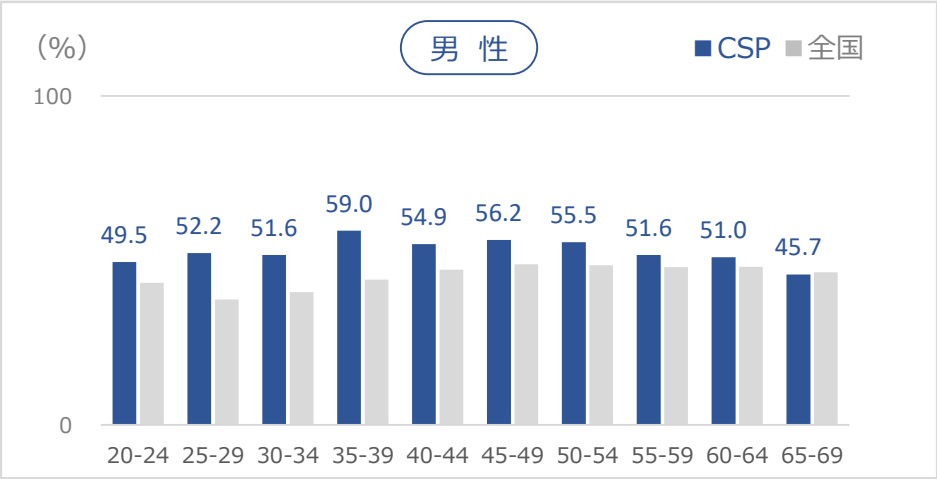


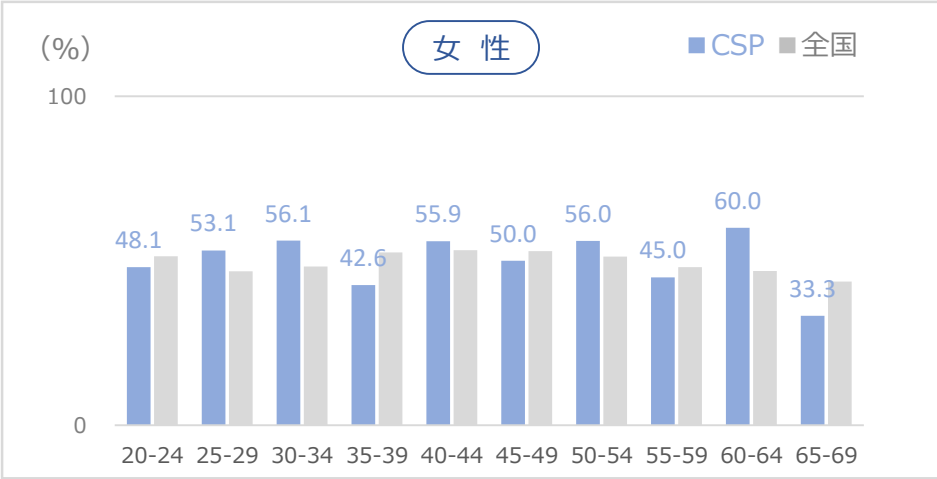
②「日常生活において歩行又は同等の身体活動を1時間以上実施」の回答が「いいえ」





③「ほぼ同じ年齢の同性と比較して歩く速度が速い」の回答が「いいえ」





- 「日常生活において歩行又は同等の身体活動を1時間以上」は20代男性は7割以上、40～50代男性も半数以上が実施している。
- 運動習慣は、全体的に歩行又は同等の身体活動は日常的に実施できているが、汗をかく運動が実施されていない（特に女性）。

■ 食事習慣が不適切な者の割合　全組合比較

① 「人と比較して食べるスピードが速い」の回答に「いいえ」

男 性

女 性

② 「就寝前の2時間以内に夕食を摂ることが週に3回以上ある」の回答が「はい」

男 性

女 性

③「朝昼夜の3食以外に間食や甘い飲み物を摂取していますか」の回答が「毎日」

男 性

女 性

④「朝食を抜くことが週に3回以上ある」の回答が「はい」

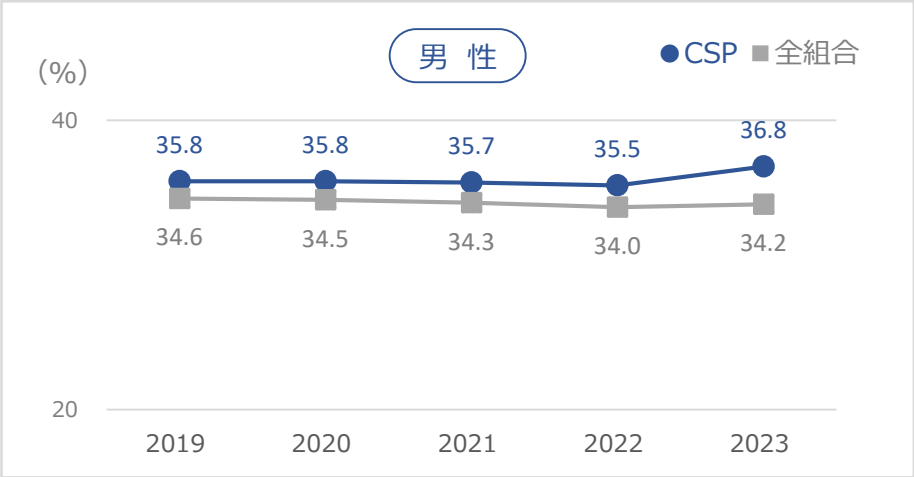
男 性

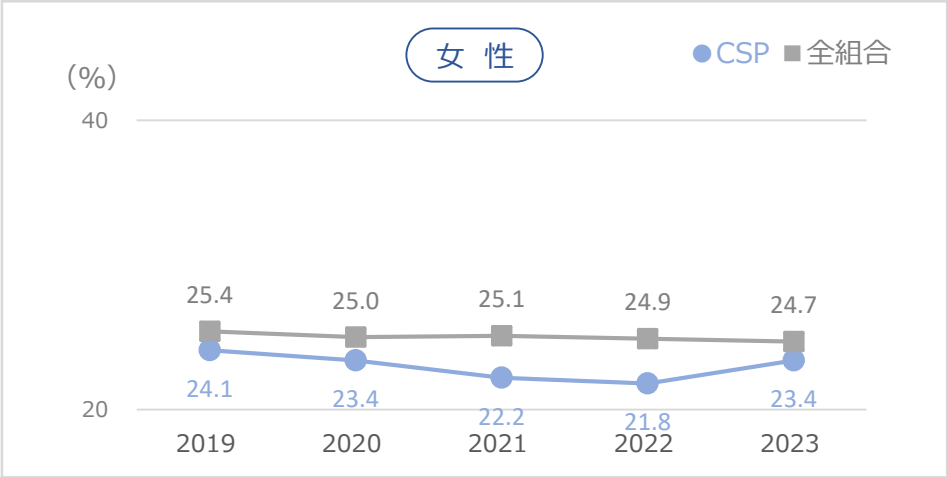
女 性

・ 食事習慣は全体的に全組合平均に比べて悪い。特に朝食を抜くことが週3回以上ある者が男性は約4割と高い割合。

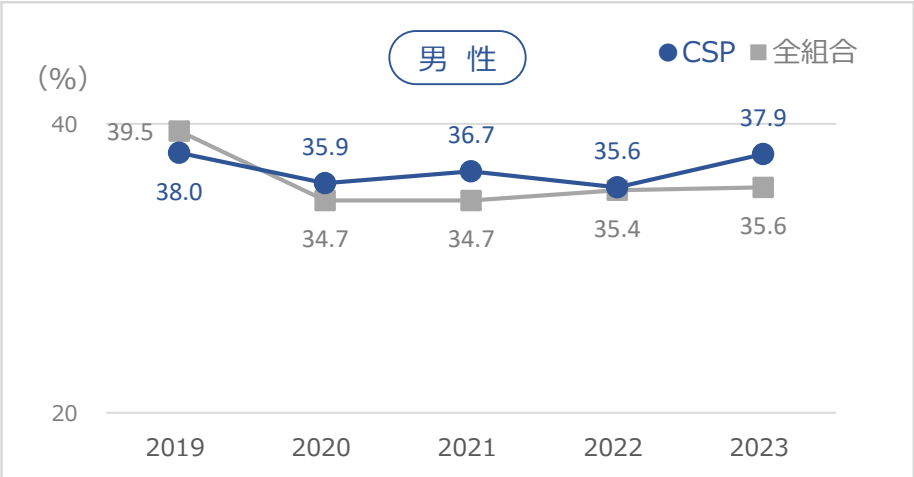
■ 食事習慣が不適切な者の推移

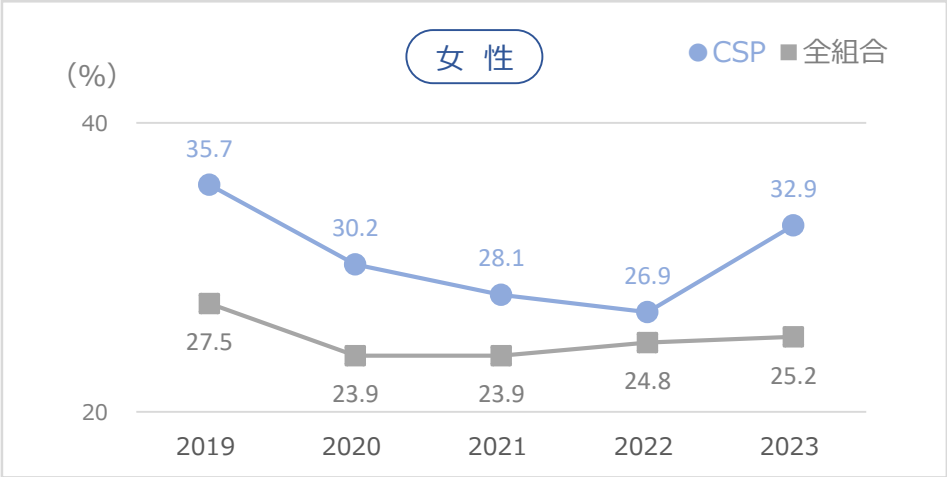
①「人と比較して食べる速度が遅い」の回答が「速い」



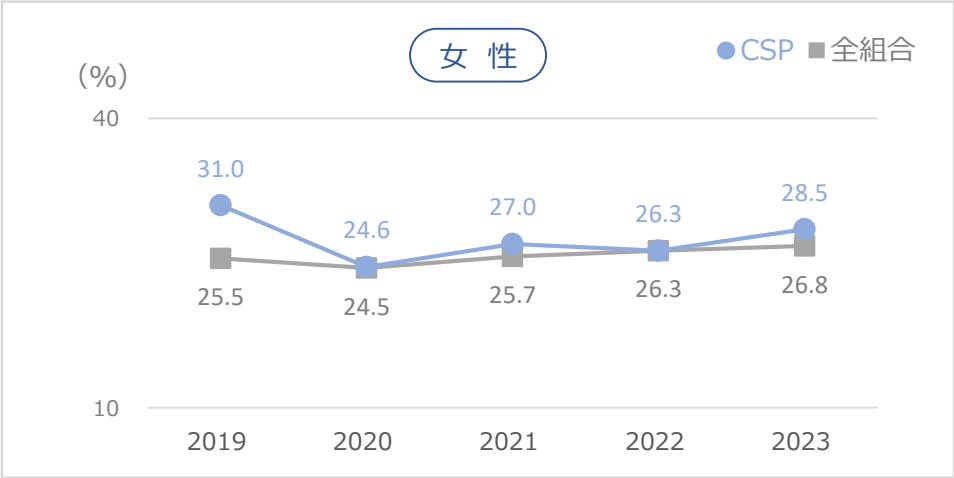


②「就寝前の2時間以内に夕食を摂ることが週に3回以上ある」の回答が「はい」

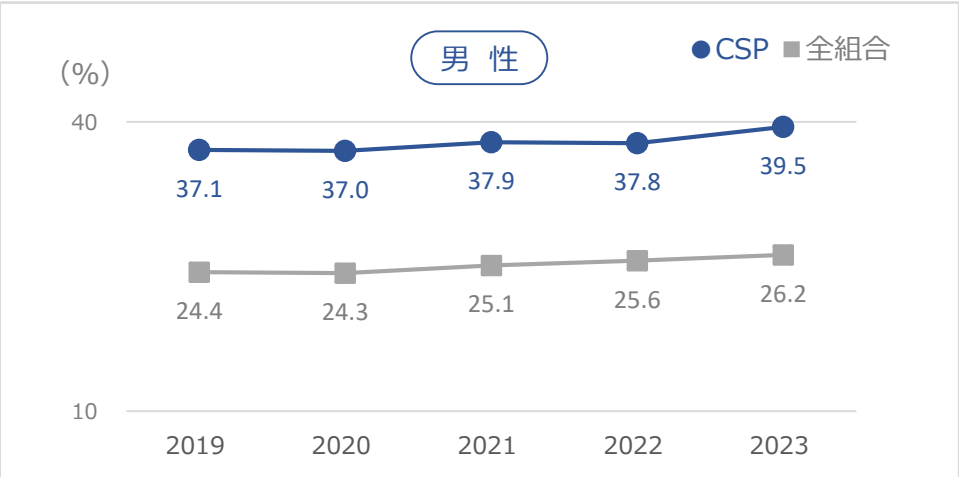




③「朝昼夜の3食以外に間食や甘い飲み物を摂取していますか」の回答が「毎日」



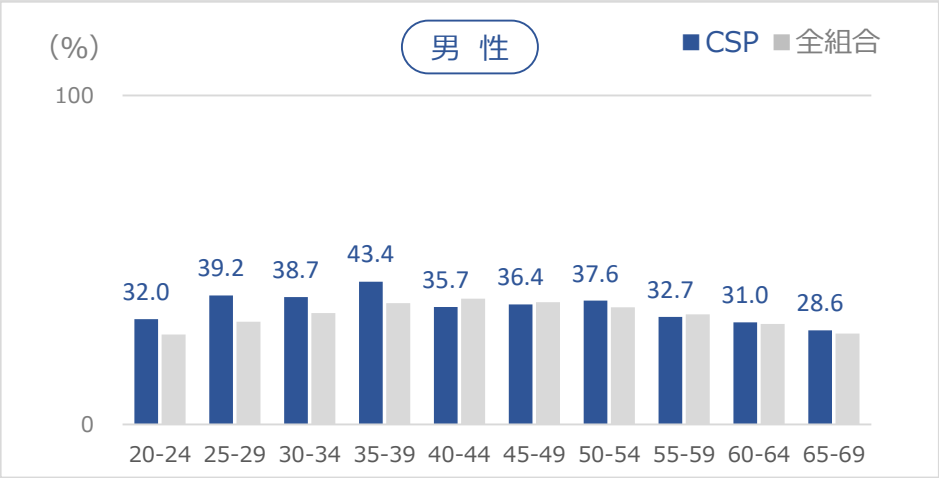
④「朝食を抜くことが週に3回以上ある」の回答が「はい」

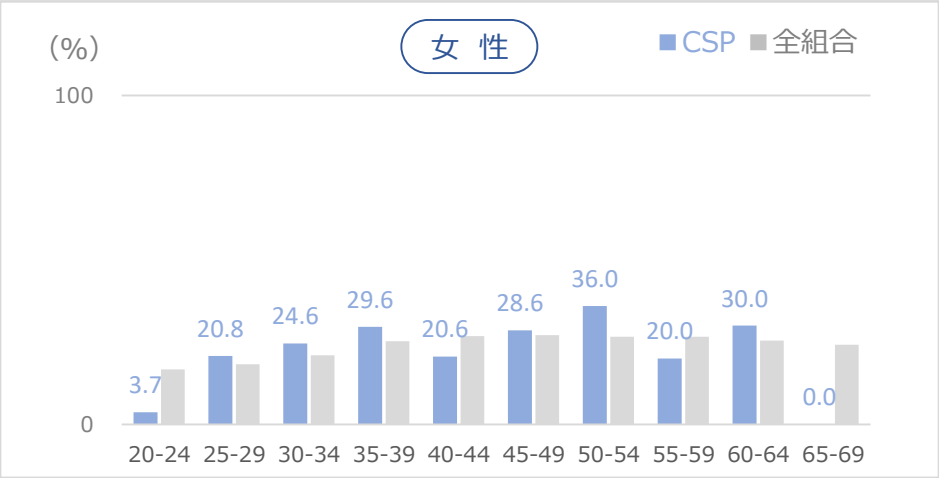


・ 食事習慣は5年前から改善が見られず高い割合で推移。女性は就寝前の2時間以内に夕食を摂ることが週に3回以上ある者が増加。

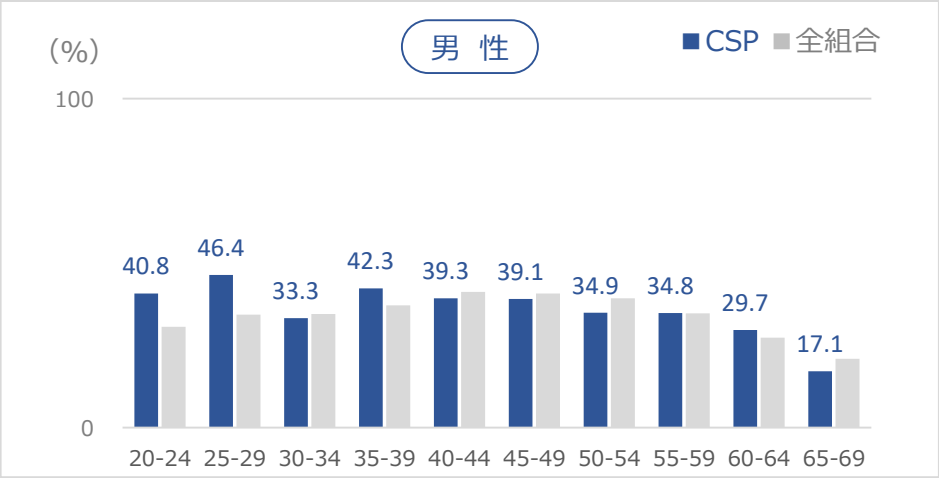
■ 食事習慣が不適切者の割合　年齢階層別

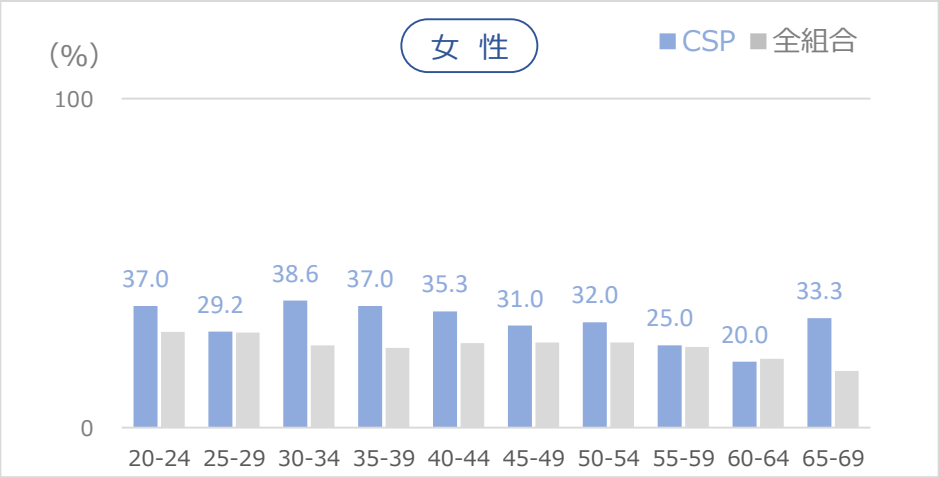
①「人と比較して食べる速度が遅い」の回答が「速い」



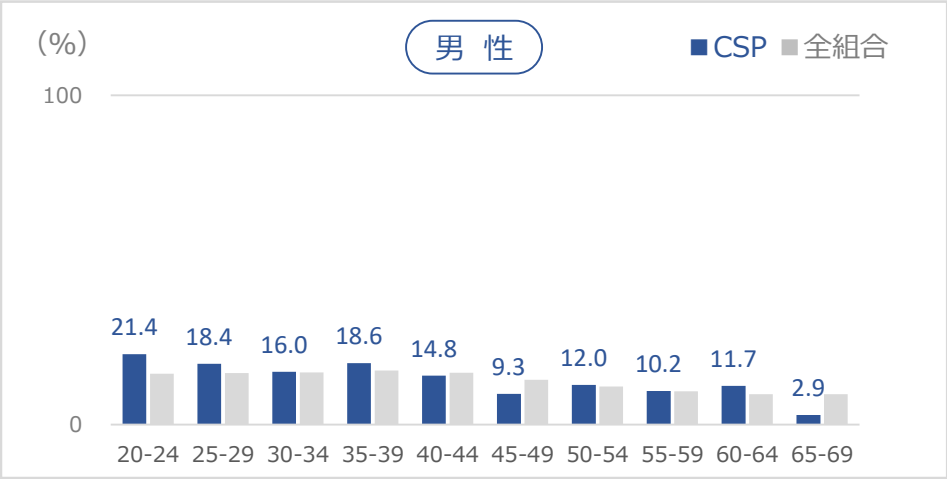


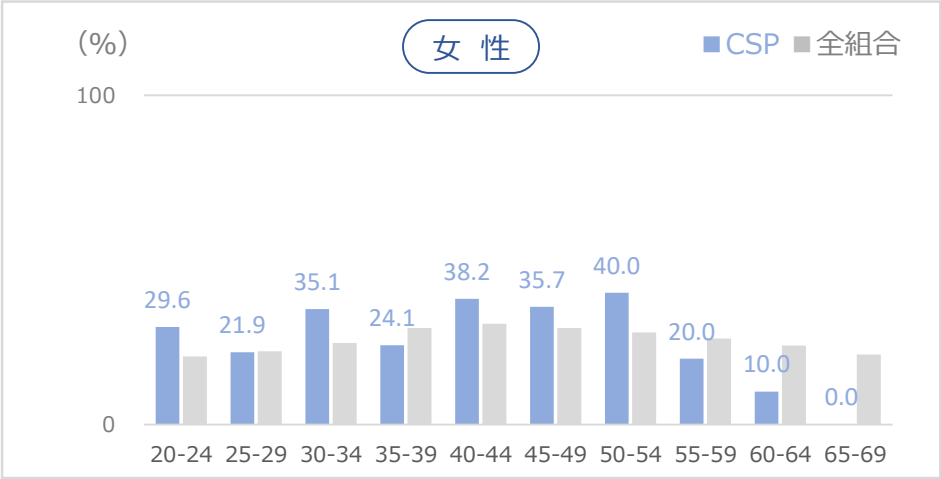
②「就寝前の2時間以内に夕食を摂ることが週に3回以上ある」の回答が「はい」



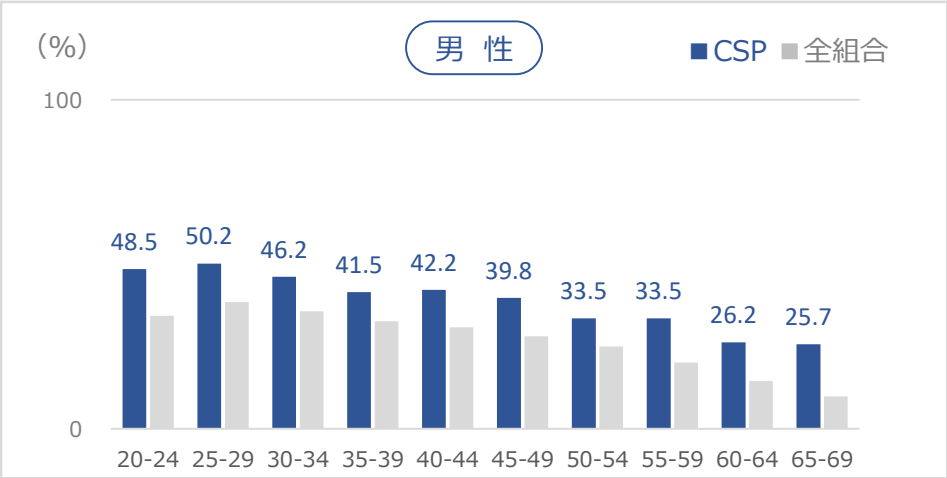


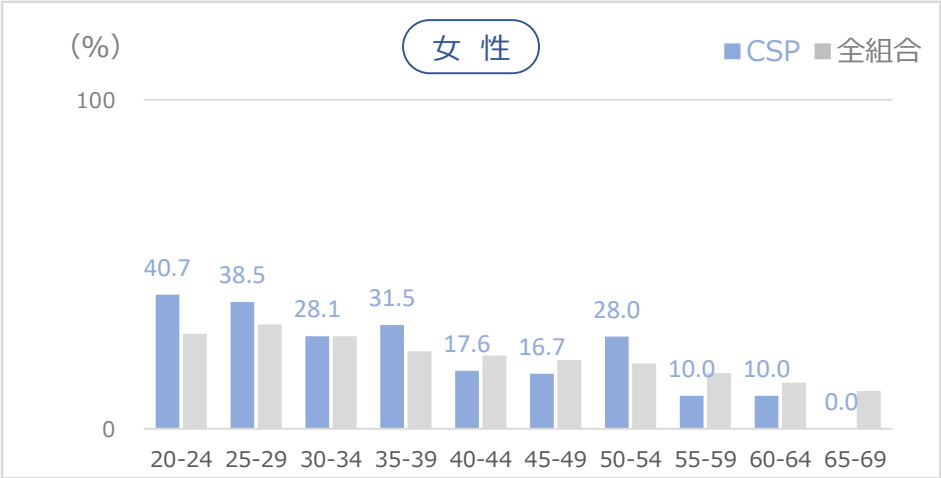
③「朝昼夜の3食以外に間食や甘い飲み物を摂取していますか」の回答が「毎日」





④「朝食を抜くことが週に3回以上ある」の回答が「はい」



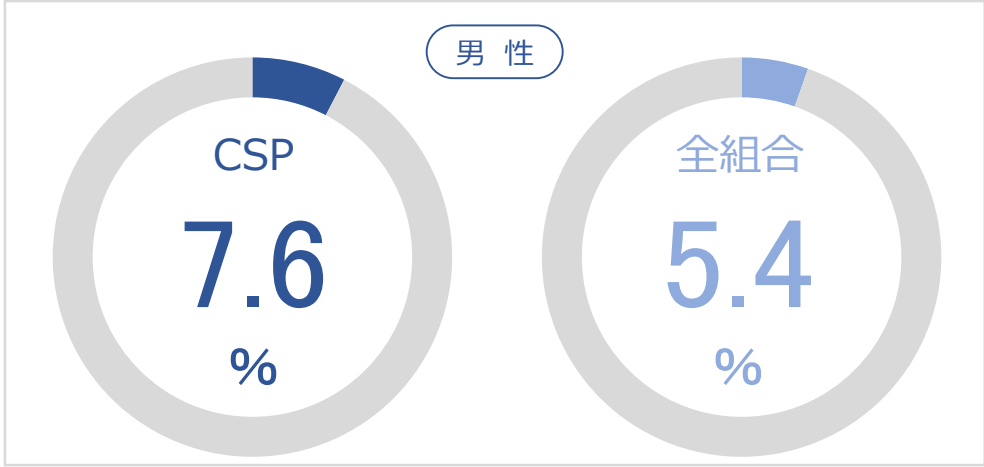


・ 男性は20～30代に就寝前2時間以内に夕食を摂る者と朝食を抜く者が多く、20代はほぼ半数が週3回以上朝食を抜いている。

■ 飲酒習慣が不適切な者の割合　全組合比較

①「飲酒頻度」の回答が「毎日」

②「一日あたり飲酒量」の回答が「3合以上」

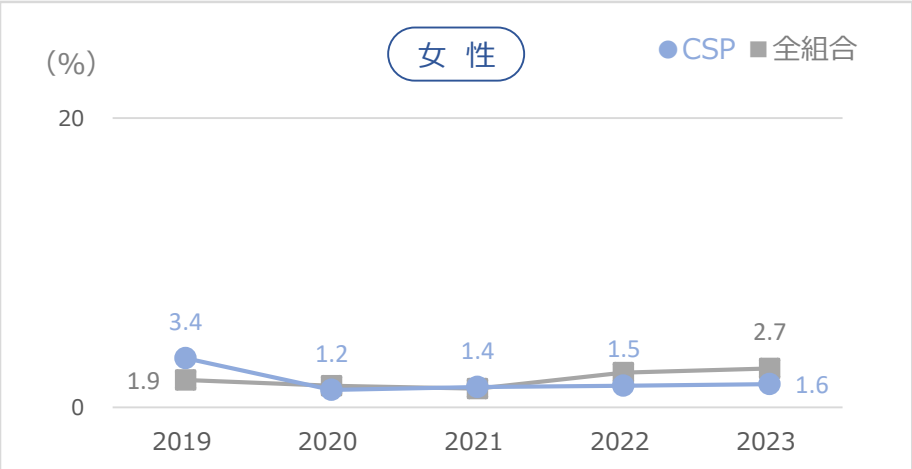


・ 男女とも毎日飲酒している者は全組合平均より少なく良好。但し、飲酒量が3合以上の者は全組合平均を若干上回る。

■飲酒習慣が不適切な者の推移

①「飲酒頻度」の回答が「毎日」

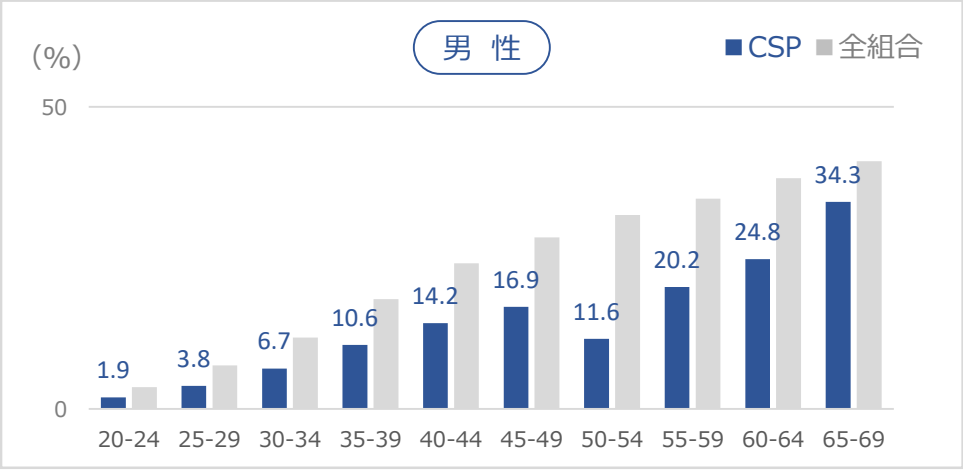
②「1日あたり飲酒量」の回答が「3合以上」

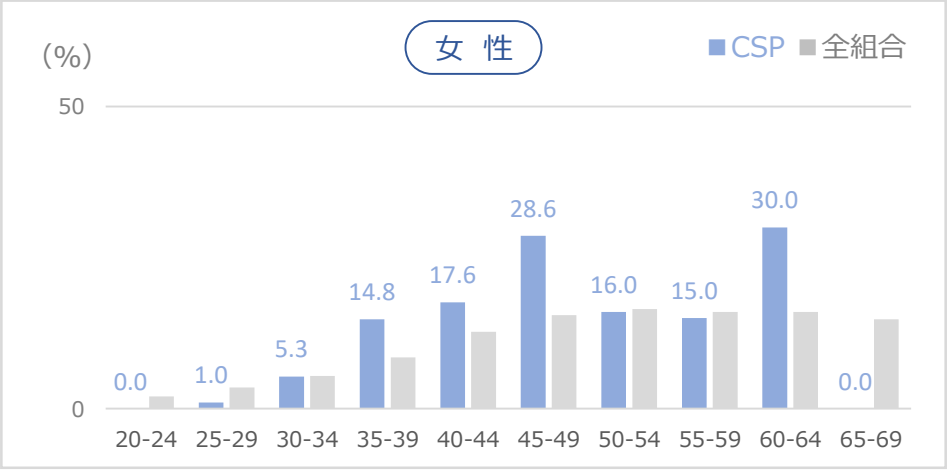


・ 大きな変化は見られないが、男性の飲酒頻度は経年でも全組合平均より良好な割合を維持。3合以上飲酒する男性は少しずつ増加。

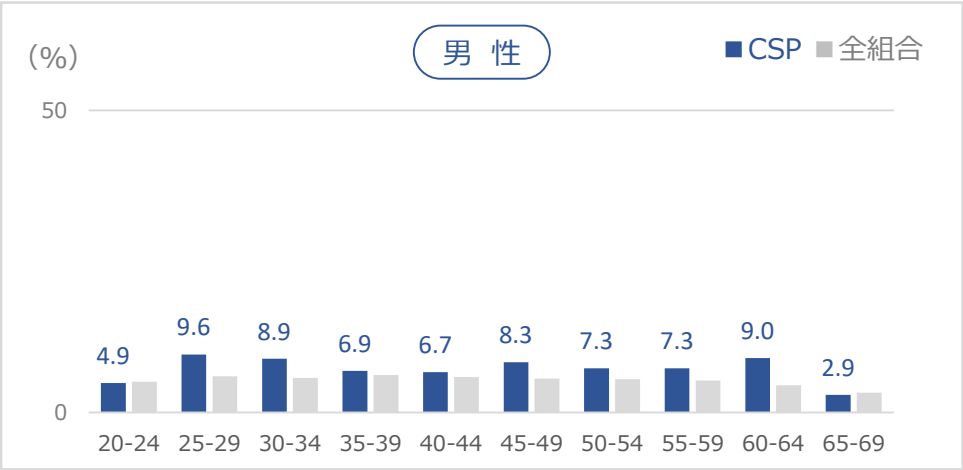
■ 飲酒習慣が不適切な者の割合　年齢階層別

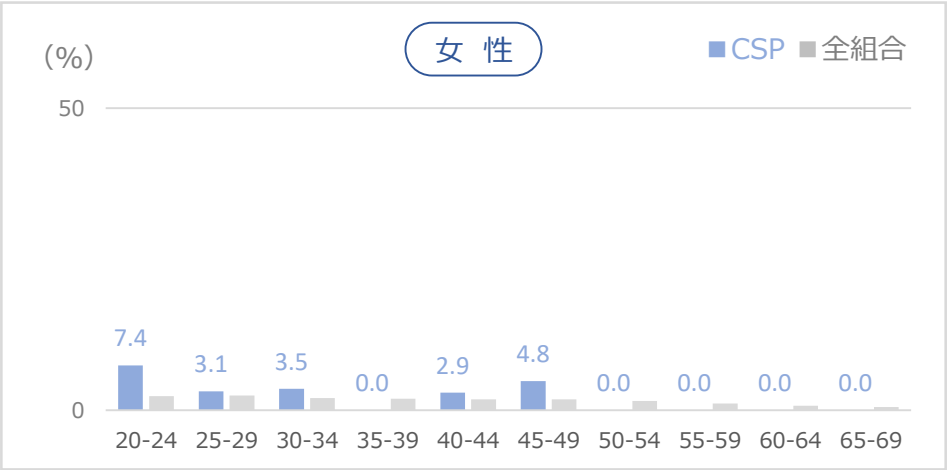
①「飲酒頻度」の回答が「毎日」





②「1日あたり飲酒量」の回答が「3合以上」





・ 男性は年齢が上がるとともに毎日飲酒している者が増加。男女とも20～30代の若い世代に3合以上飲酒する者が多く要注意。

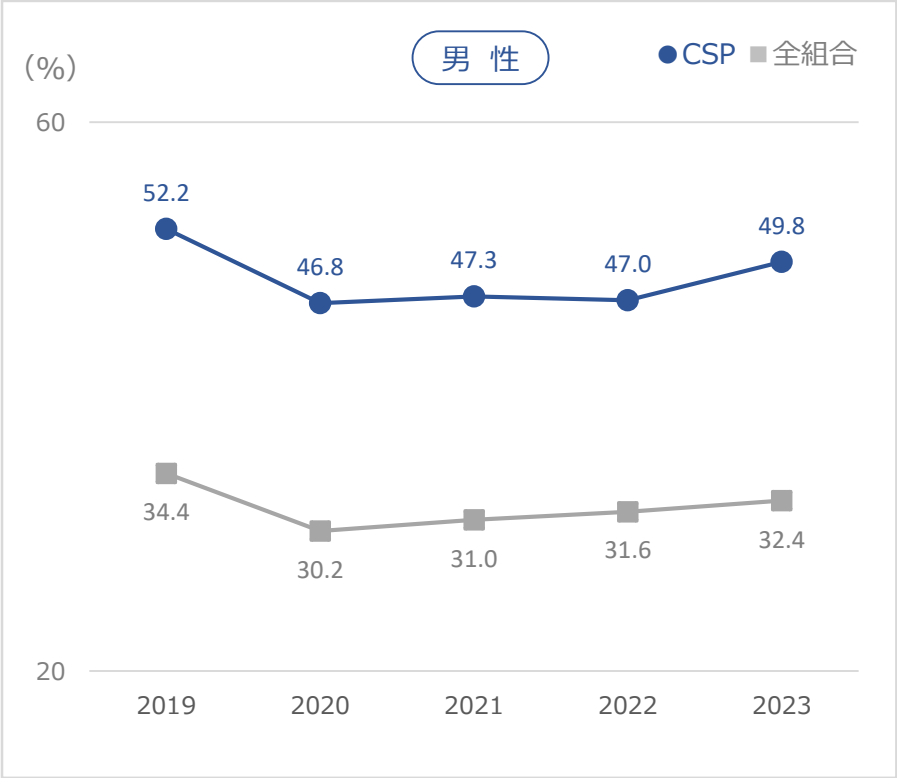
■ 睡眠習慣が不適切な者の割合　全組合比較

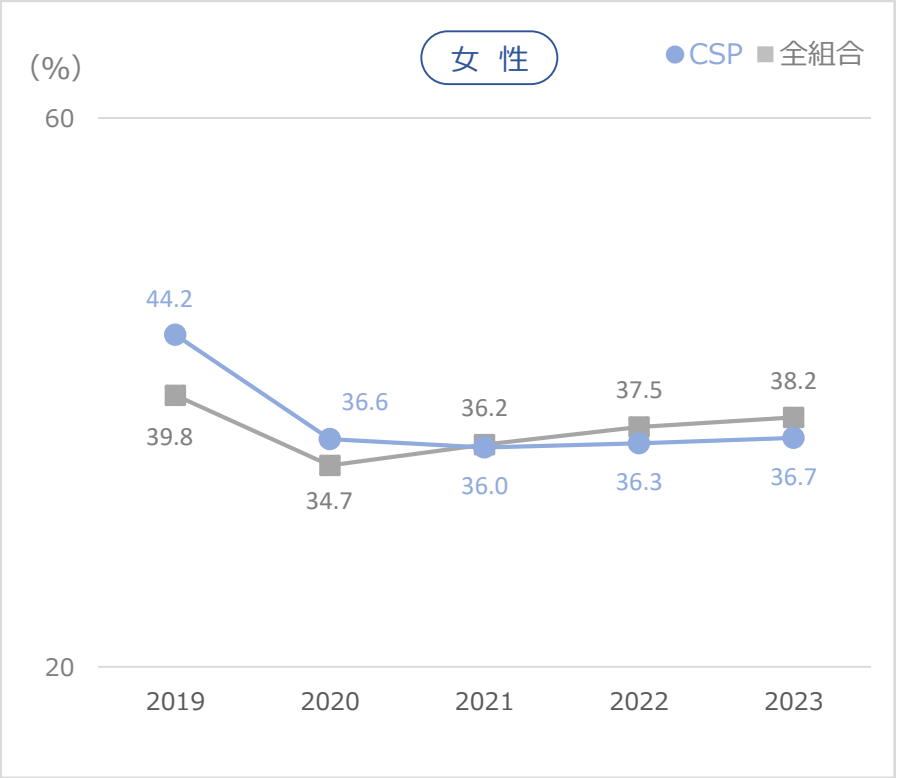
「睡眠で休養が十分にとれている」の回答が「いいえ」

・勤務形態の影響もあるが、睡眠で休養が十分にとれていない男性は全組合平均より高く、ほぼ半数が十分にとれていない。
・女性は全組合平均を若干下回り、良好。

■ 睡眠習慣が不適切な者の推移

「睡眠で休養が十分にとれている」の回答が「いいえ」

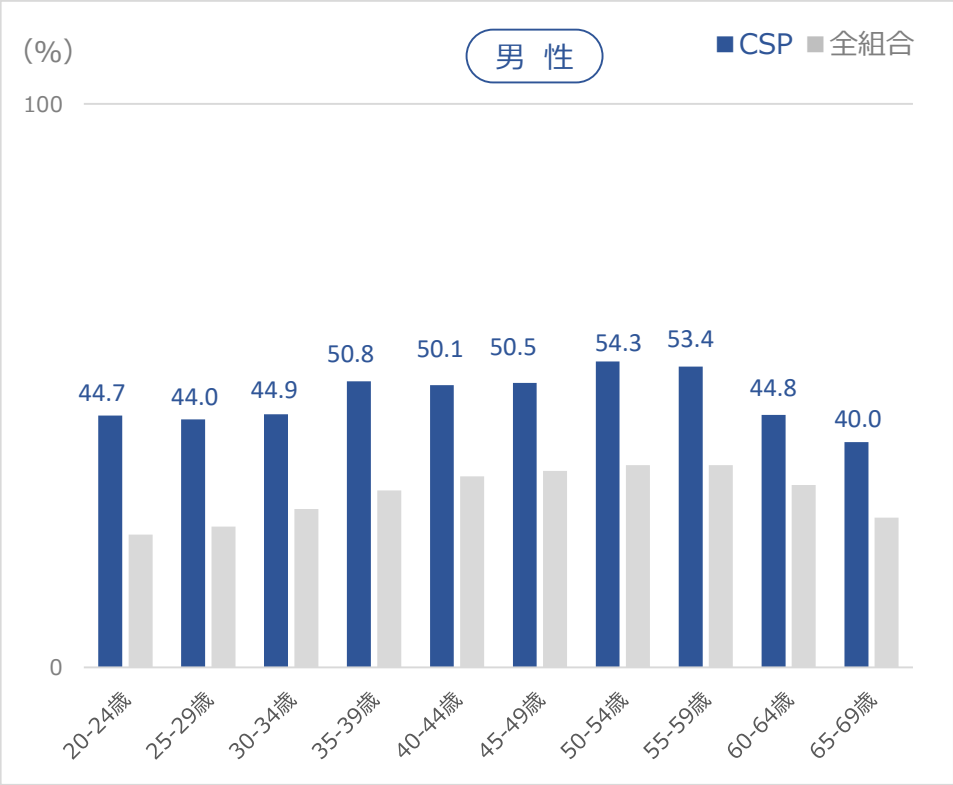




- 男性は経年でも睡眠で十分な休養をとれていない者が全組合平均より高く、50%前後で推移している。
- 女性は2019年の44.2%から2020年に36.6%に改善され、以降は36%台を維持している。

■ 睡眠習慣が不適切な者の割合　年齢階層別

「睡眠で休養が十分にとれている」の回答が「いいえ」



- 男性はいずれの世代も全組合平均より高い割合。40～50代は50%超が睡眠で十分な休養がとれていない。
- 女性は一部の世代で突出しているものの、人数が多い30代に適切な者が多く、全体としては全組合平均より良好。

生活習慣分析から判る特徴

POINT 1

喫煙者が多く、特に若い世代の割合が高い

CSP男性の喫煙者は3人に1人と高い割合。全組合平均と比べると特に20～30代の若い世代に喫煙者が目立つ。
いかに若い世代の健康意識を高め、禁煙に取り組ませるかが課題。

POINT 2

運動習慣は全組合平均に比べて優良、継続を

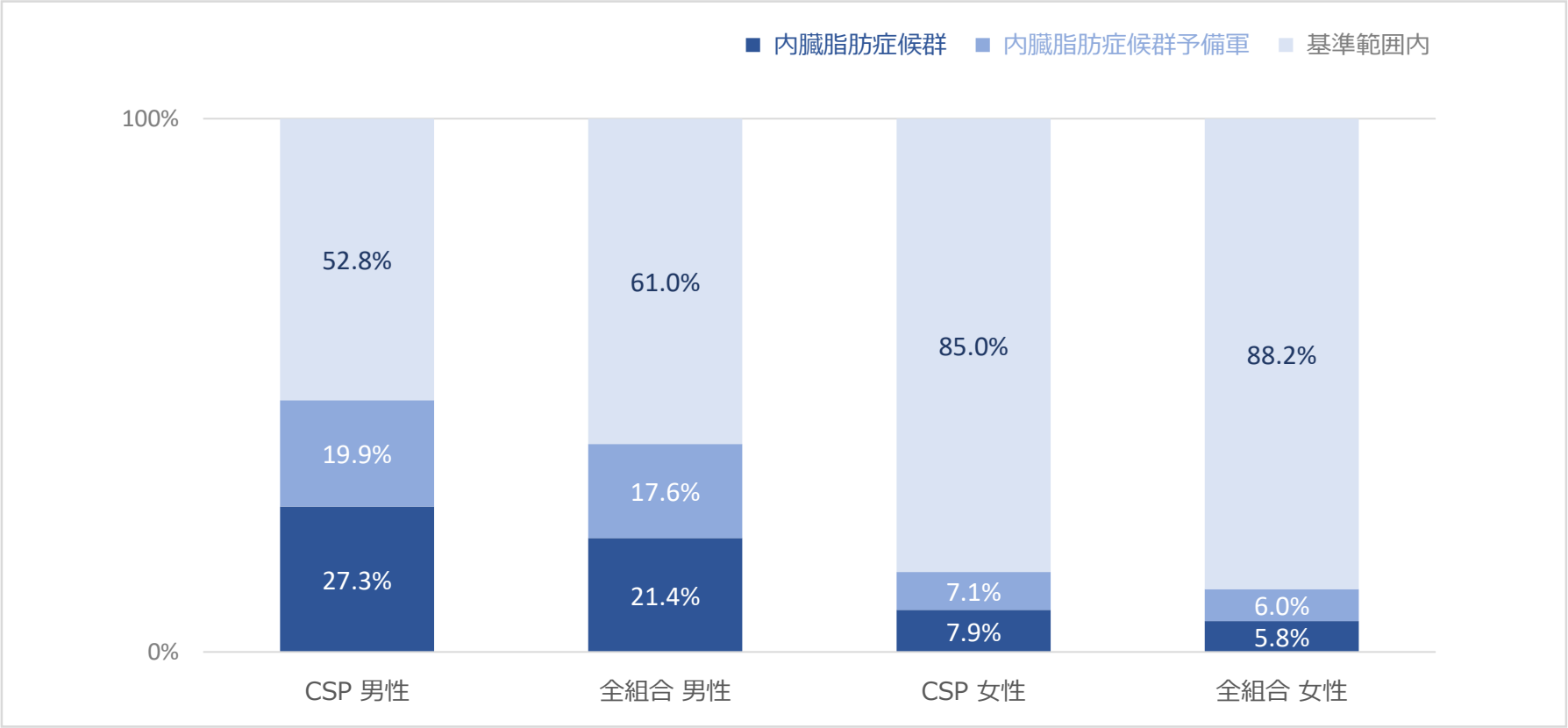
日常生活において歩行又は同等の身体活動を1時間以上実施している者が多く、20代は7割以上が該当する。とても良い傾向なので、40代以降も継続していけば肥満解消につながり、なお良い。

POINT 3

食事習慣は全組合に比べて不適切な者が多い

男性は、朝食を抜くことが週3回以上ある者が全体で4割と多く、特に20代の男性は5割が朝食を適切に摂っていない。女性は、就寝前の2時間以内に夕食を摂る者が全組合平均に比べて多く、3人に1人が該当する。

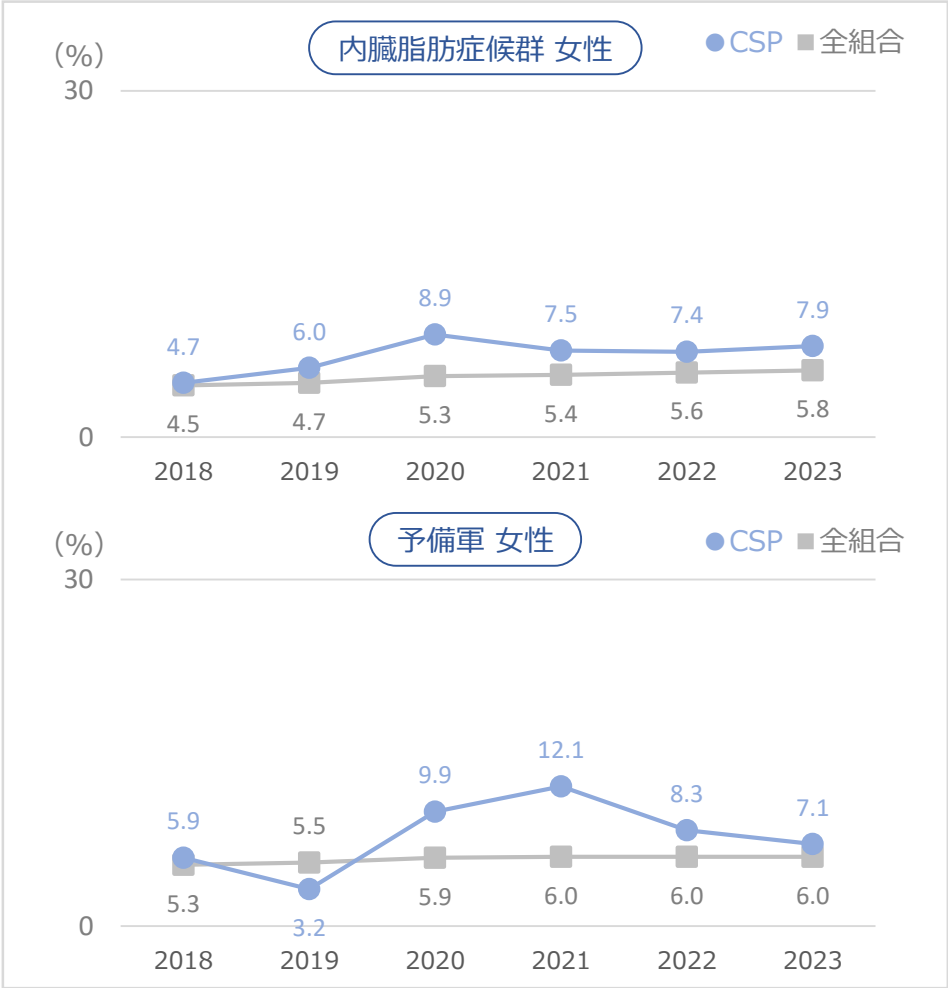
■ 内臓脂肪症候群(メタボリックシンドローム)該当者の割合　全組合比較



・内臓脂肪症候群の基準 ・・・ 腹囲が男性85㎝以上、女性90㎝以上、かつ、血圧・血糖・脂質のうち基準値を上回る項目が2つ以上
・内臓脂肪症候群予備軍の判定基準 ・・・腹囲が男性85㎝以上、女性90㎝以上、かつ血圧・血糖・脂質のうち基準値を上回る項目が1つ
【基準値】 ①血圧　収縮期血圧 130㎜Hg以上、拡張期血圧 85㎜Hg以上　②血糖　HbA1c 5.5%以上　③脂質　HDLコレステロール 40mg/dl未満

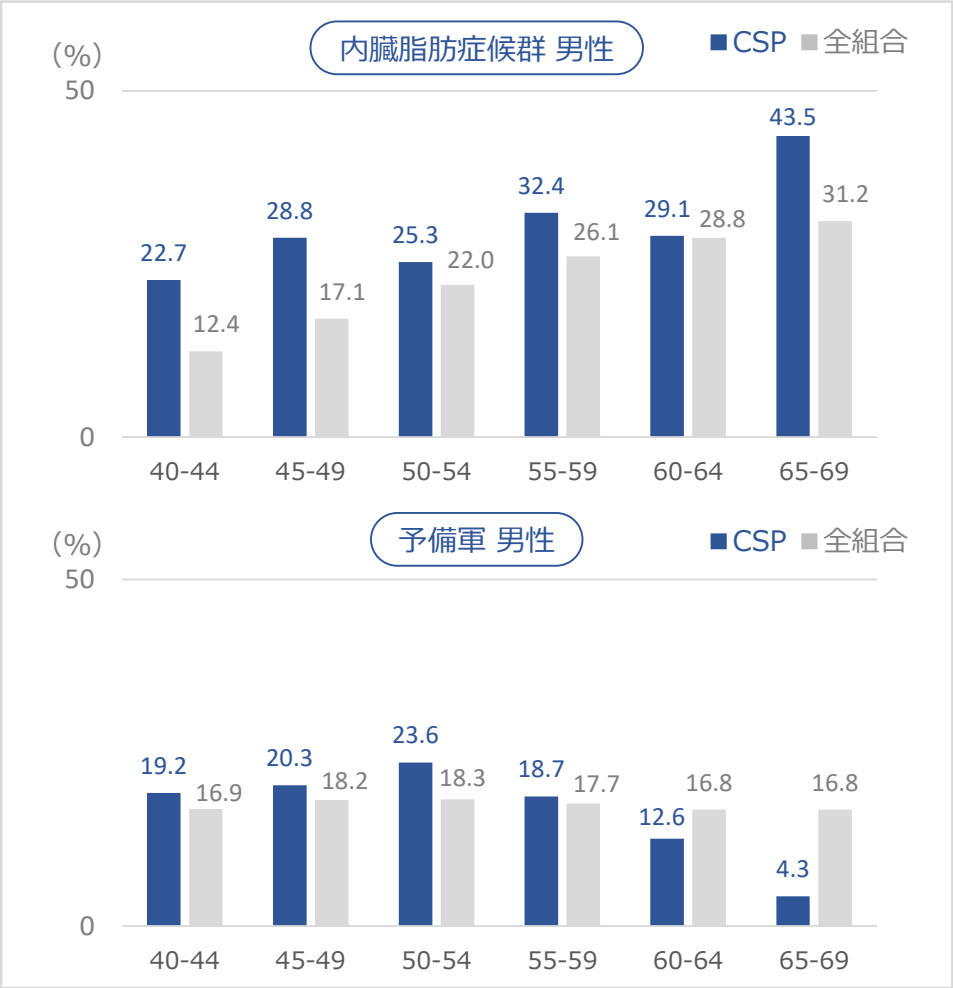
- 男性は内臓脂肪症候群・予備軍該当者ともに全組合平均を上回り、合わせて47.2%が該当（全組合平均は合計39.0%）
- 女性も全組合平均をともに上回るが、男性ほど大きな差は見られない（CSP女性 15.0%、全組合平均 11.8%）

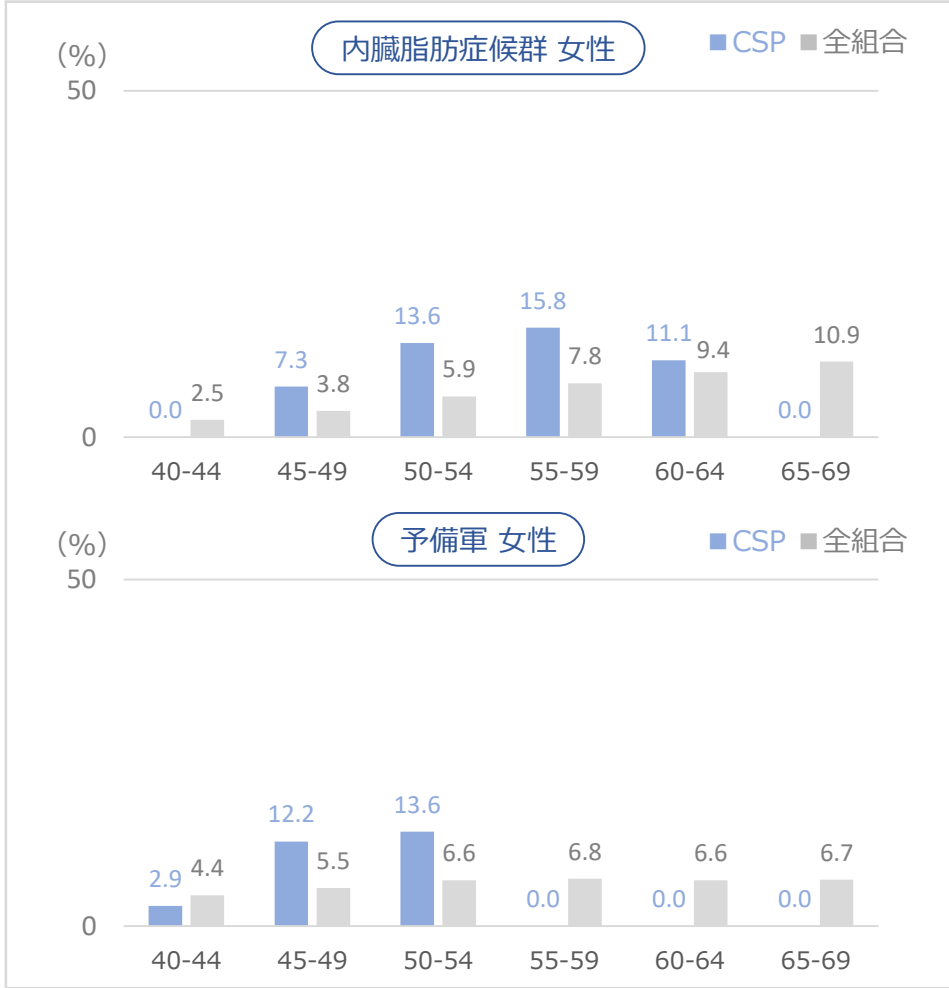
■ 内臓脂肪症候群(メタボリックシンドローム)該当者の推移



・ 男女ともに内臓脂肪症候群該当者は増加傾向にあり、特に男性は5年間で22.6%から27.3%に上昇。

■ 内臓脂肪症候群(メタボリックシンドローム)該当者の割合　年齢階層別





・ 男性の内臓脂肪症候群該当者は全ての世代で全組合平均を上回り、特に40代に多いのが特徴。予備軍も40代の割合が高い。

特定健診分析から判る特徴

POINT 1

男性の47%が内臓脂肪症候群・予備軍に該当

男性は内臓脂肪症候群・予備軍ともに全組合平均より高い割合。
合わせて47%とほぼ半数が該当。女性は、現状は全組合平均より
若干高い程度だが、内臓脂肪症候群の割合は5年間で1.7倍増加しており、
将来的には不安。

POINT 2

40代男性に内臓脂肪症候群が多く、生活習慣病発症が懸念

内臓脂肪症候群の該当者は加齢とともに増加する傾向だが、CSPは40代から
該当者が多いのが特徴。また予備軍も40代に多い。
内臓脂肪症候群を改善せずに放置しておくと、生活習慣病を発症する
リスクが高まり、仮に重症化した場合は医療費が急激に増加するため、
この層に対して早期から改善を促すことが医療費抑制のポイント。

STEP 2 健康課題の抽出

No.	基本分析による現状把握から見える主な健康課題		対策の方向性
1	生活習慣病の医療費が22%を占める。最も医療費が発生しているのが糖尿病で、高血圧症・脂質異常症も増加傾向。重症化はまだ多くは発生していないが、腎不全の増加が不安要素。	→	疾病の早期発見・早期治療を推進。また、健診結果から疾病リスクが高い者を抽出しアプローチを行う。対象者のその後の改善状況を追跡し検証することで、より精度の高い施策を実施する。
2	疾病リスクの保有者の割合が高い。全組合平均と比較すると、生活習慣病の検査項目10項目すべての項目でCSPの方がリスク保有者割合が高かった。リスク保有者の発症による医療費増加が懸念。	→	適正体重の維持、禁煙の推進、定期的な運動を推奨する。特に肥満は検査数値を悪化させることから、肥満に注力した対策を講じることは有効。生活習慣病のリスク軽減が期待できる。
3	男性に内臓脂肪症候群該当者・喫煙者が非常に多い。男性の内臓脂肪症候群・予備軍該当者を合せて47.2%、男性の喫煙者は33.5%。全組合平均と比較すると特に若い男性に喫煙者が多いことが課題。	→	若年層は、早い段階からヘルスリテラシーを醸成することが重要。わかりやすい啓蒙活動と参加しやすい保健事業を推進。幅広いポピュレーションアプローチを行うことにより、全体的に体重減少、禁煙の方向へシフトする。

■ 基本情報

No.	特徴		対策検討時に留意すべき点
1	① 被保険者は、男性が圧倒的に多く約9割を占め、年齢構成は40代が多数。 ② 勤務時間が不規則な現場の隊員が多く、運動不足、不規則な食生活、睡眠不足になりがちな環境。 ③ 勤務地は警備先の派遣隊やパトロールの待機所のため、本部に出勤することは少ない。	→	① 勤務時間が不規則なため、時間の制約が少ない自身のペースで取り組める施策が望ましい。 ② 集合して実施する施策（セミナー、講演会、参加型イベント等）は勤務地の関係上、適さない。

■ 保健事業の実施状況

No.	特徴		対策検討時に留意すべき点
1	① 生活習慣病の予防施策としては、現状、「特定保健指導」「ウォーキングチャレンジ」「オンライン禁煙外来プログラム」を実施している。 ② 各事業については、毎年成果を確認しながら検討の上、改善を行なっている。	→	① ウォーキングチャレンジは前年に比べ参加者が減少したことから、実施時期とインセンティブの見直しを検討。 ② オンライン禁煙外来プログラムは、初年度であったが参加者が少なかったため、増やせる工夫を検討。

STEP 3 保健事業の実施計画

事業全体の目的
生活習慣病の発症・重症化予防を目的とする。重点項目は以下の3点とする。 ① 不適切な生活習慣の改善による婦負増脂肪症候群・喫煙者の減少 ② 血圧・血糖・脂質リスク保有者の減少 ③ 生活習慣病（高血圧症・糖尿病・脂質異常症等）の医療費削減

事業全体の目標
具体的な目標を以下のとおりとする。 ① 内臓脂肪症候群・予備軍該当者割合40%・喫煙率25%を達成する ② リスク保有者の割合を全健保組合の平均値以下にする ③ 生活習慣病一人当たり医療費を全健保組合の平均額以下にする

■ 事業の一覧

加入者への意識づけ		
1	保健事業宣伝	健康保険組合ホームページ
2	予算措置なし	社内報による広報活動
個別の事業		
1	特定健康診査事業	特定健康診査（被保険者）
2	特定健康診査事業	特定健康診査（被扶養者）
3	特定保健指導事業	特定保健指導（被保険者）
4	保健指導宣伝	育児図書
5	疾病予防	人間ドック
6	疾病予防	生活習慣病健診
7	疾病予防	法定外血液健診
8	疾病予防	家族健診
9	疾病予防	二次健診
10	疾病予防	オンライン禁煙外来プログラム
11	疾病予防	インフルエンザ予防接種
12	疾病予防	家庭用常備薬
13	体育奨励	ウォーキングチャレンジ

STEP 3 保健事業の実施計画

	事業名	事業分類	新規・既存	対象者	実施主体
保健指導宣伝	健保組合ホームページ	加入者への意識づけ	既存	加入者全員	健保組合

実施方法	健康保険組合ホームページに健康に関する情報を掲載、法改正に合わせて内容を更新							
実施体制	–							
事業計画	毎月1回（年間12回）健康情報を発信							
		令和6年度	令和7年度	令和8年度	令和9年度	令和10年度	令和11年度
予算額（千円）		384	384	384	384	384	384
目標値 アウトプット指標	発信回数	12回	12回	12回	12回	12回	12回
目標値 アウトカム指標	–	–	–	–	–	–	–
事業目標	① ホームページから情報を発信することで健康意識を高める ② 保健事業の告知、募集、結果等を掲載し円滑な運営を行う						
健康課題との関連	男性に内臓脂肪症候群該当者・喫煙者が非常に多い。男性の内臓脂肪症候群・予備軍該当者を合せて47.2%、男性の喫煙者は33.5%。全組合平均と比較すると特に若い男性に喫煙者が多いことが課題。						

	事業名	事業分類	新規・既存	対象者	実施主体
予算措置なし	社内報による広報活動	加入者への意識づけ	既存	加入者全員	健保組合

実施方法	社内報CSPニュースに健康に関する情報を掲載。							
実施体制	–							
事業計画	毎月1回（年間12回）健康情報を発信							
		令和6年度	令和7年度	令和8年度	令和9年度	令和10年度	令和11年度
予算額（千円）		–	–	–	–	–	–
目標値 アウトプット指標	発信回数	12回	12回	12回	12回	12回	12回
目標値 アウトカム指標	–	–	–	–	–	–	–
事業目標	① 社内報から情報を発信することで健康意識を高める ② 保健事業の告知、募集、結果等を掲載し円滑な運営を行う						
健康課題との関連	男性に内臓脂肪症候群該当者・喫煙者が非常に多い。男性の内臓脂肪症候群・予備軍該当者を合せて47.2%、男性の喫煙者は33.5%。全組合平均と比較すると特に若い男性に喫煙者が多いことが課題。						

STEP 3 保健事業の実施計画

特定健康診査事業	事業名	事業分類	新規・既存	対象者	実施主体
	特定健康診査（被保険者）	健康診査	既存（法定）	基準該当者	健保組合

実施方法		事業主が実施する定期健康診断と併せて受診
実施体制		各事業所、健保組合と三者契約している健診機関に委託
事業計画		年1回、4月～9月に実施

			令和6年度	令和7年度	令和8年度	令和9年度	令和10年度	令和11年度
予算額（千円）			16,250	16,250	16,250	16,250	16,250	16,250
目標値	アウトプット指標	特定健診実施率	100%	100%	100%	100%	100%	100%
目標値	アウトカム指標	保健指導対象者割合	30.5%	30.0%	29.5%	29.0%	28.5%	28.0%

事業目標	40歳以上の被保険者に対して、メタボリックシンドロームに着目した健診を実施し、健診結果から特定保健指導の対象者を抽出する。
健康課題との関連	生活習慣病の医療費が25%を占める。最も医療費が発生しているのが糖尿病で、高血圧症・脂質異常症も増加傾向。重症化はまだ多くは発生していないが、腎不全の増加が不安要素。
	疾病リスクの保有者の割合が高い。全組合平均と比較すると、生活習慣病の検査項目10項目すべての項目でCSPの方がリスク保有者割合が高かった。リスク保有者の発症による医療費増加が懸念。
	男性に内臓脂肪症候群該当者・喫煙者が非常に多い。男性の内臓脂肪症候群・予備軍該当者を合せて47.2%、男性の喫煙者は33.5%。全組合平均と比較すると特に若い男性に喫煙者が多いことが課題。

STEP 3 保健事業の実施計画

特定健康診査事業	事業名	事業分類	新規・既存	対象者	実施主体
	特定健康診査（被扶養者）	健康診査	既存（法定）	基準該当者	健保組合

実施方法		① 被扶養者に対して行う家族健診と併せて受診　② 委託先が提携している全国の健診機関から最寄りの健診機関を選択し受診
実施体制		一般財団法人日本健康文化振興会へ委託
事業計画		年1回、7月～10月に実施

			令和6年度	令和7年度	令和8年度	令和9年度	令和10年度	令和11年度
予算額（千円）			3,300	3,300	3,300	3,300	3,300	3,300
目標値	アウトプット指標	特定健診実施率	59.0%	60.1%	61.0%	62.1%	63.0%	64.1%
目標値	アウトカム指標	保健指導対象者割合	11.0%	10.5%	10.0%	9.5%	9.0%	9.0%

事業目標	40歳以上の被保険者に対して、メタボリックシンドロームに着目した健診を実施し、健診結果から特定保健指導の対象者を抽出する。
健康課題との関連	生活習慣病の医療費が25%を占める。最も医療費が発生しているのが糖尿病で、高血圧症・脂質異常症も増加傾向。重症化はまだ多くは発生していないが、腎不全の増加が不安要素。
	疾病リスクの保有者の割合が高い。全組合平均と比較すると、生活習慣病の検査項目10項目すべての項目でCSPの方がリスク保有者割合が高かった。リスク保有者の発症による医療費増加が懸念。
	男性に内臓脂肪症候群該当者・喫煙者が非常に多い。男性の内臓脂肪症候群・予備軍該当者を合せて47.2%、男性の喫煙者は33.5%。全組合平均と比較すると特に若い男性に喫煙者が多いことが課題。

STEP 3 保健事業の実施計画

	事業名	事業分類	新規・既存	対象者	実施主体
特定保健指導事業	特定保健指導（被保険者）	保健指導・受診勧奨	既存（法定）	基準該当者	健保組合

実施方法		特定健診の結果、特に指導効果が高いと判断される対象者を抽出し、保健師・管理栄養士にて指導を実施						
実施体制		メドケア株式会社へ委託						
事業計画		年1回、2月～9月に実施						
			令和6年度	令和7年度	令和8年度	令和9年度	令和10年度	令和11年度
予算額（千円）			4,840	4,840	4,840	4,840	4,840	4,840
目標値	アウトプット指標	保健指導実施率	17.0%	18.1%	19.0%	20.1%	21.0%	22.1%
目標値	アウトカム指標	保健指導対象者割合	30.5%	30.0%	29.5%	29.0%	28.5%	28.0%
事業目標		特定保健指導対象基準に該当した者を対象とし、専門家から指導を受けることによってメタボリックシンドローム、生活習慣病を予防する。						
健康課題との関連		生活習慣病の医療費が25%を占める。最も医療費が発生しているのが糖尿病で、高血圧症・脂質異常症も増加傾向。重症化はまだ多くは発生していないが、腎不全の増加が不安要素。						
		疾病リスクの保有者の割合が高い。全組合平均と比較すると、生活習慣病の検査項目10項目すべての項目でCSPの方がリスク保有者割合が高かった。リスク保有者の発症による医療費増加が懸念。						
		男性に内臓脂肪症候群該当者・喫煙者が非常に多い。男性の内臓脂肪症候群・予備軍該当者を合せて47.2%、男性の喫煙者は33.5%。全組合平均と比較すると特に若い男性に喫煙者が多いことが課題。						

	事業名	事業分類	新規・既存	対象者	実施主体
保健指導宣伝	育児図書	その他の事業	既存	基準該当者	健保組合

実施方法		第一子を出産した被保険者・被扶養者を対象に育児関連図書を1年間送付						
実施体制		株式会社赤ちゃんとママへ委託						
事業計画		通年実施						
			令和6年度	令和7年度	令和8年度	令和9年度	令和10年度	令和11年度
予算額（千円）			180	180	180	180	180	180
目標値	アウトプット指標	–	–	–	–	–	–	–
目標値	アウトカム指標	満足度（アンケート）	100%	100%	100%	100%	100%	100%
事業目標		育児を支援し、子どもの健全な育成に役立つ情報を提供する。						
健康課題との関連		該当なし（これまでの経緯等で実施する事業）						

STEP 3 保健事業の実施計画

疾病予防	事業名	事業分類	新規・既存	対象者	実施主体
	人間ドック	健康診査	既存	基準該当者	健保組合と事業主の共同事業

実施方法	① 事業主が実施する定期健康診断と併せて受診 ② 40歳以上の希望者（生活習慣病と選択制）に対し、一部の自己負担を除いた費用を健保で補助
実施体制	事業主と共同で実施
事業計画	年1回、4月～9月に実施

			令和6年度	令和7年度	令和8年度	令和9年度	令和10年度	令和11年度
予算額（千円）			38,400	40,000	41,600	43,200	44,800	46,400
目標値	アウトプット指標	受診者数	1,200人	1,250人	1,300人	1,350人	1,400人	1,450人
	アウトカム指標	リスク保有者割合（収縮期血圧）	31.0%	30.0%	29.0%	28.0%	27.0%	25.0%
		リスク保有者割合（拡張期血圧）	26.0%	25.0%	24.0%	23.0%	21.0%	19.0%
		リスク保有者割合（中性脂肪）	23.0%	21.0%	20.0%	19.0%	18.0%	17.0%
		リスク保有者割合（HDLコレステロール）	8.0%	7.0%	6.0%	5.0%	4.0%	4.0%
		リスク保有者割合（LDLコレステロール）	51.0%	50.0%	49.0%	48.0%	47.0%	47.0%
		リスク保有者割合（空腹時血糖）	35.0%	34.0%	32.0%	30.0%	28.0%	26.0%
		リスク保有者割合（HbA1c）	37.0%	36.5%	36.0%	35.5%	35.0%	35.0%

事業目標	精密な健診を実施することにより、疾病の早期発見・早期治療を実現し、発症・重症化を予防する。
健康課題との関連	疾病リスクの保有者の割合が高い。全組合平均と比較すると、生活習慣病の検査項目10項目すべての項目でCSPの方がリスク保有者割合が高かった。リスク保有者の発症による医療費増加が懸念。
	生活習慣病の医療費が25%を占める。最も医療費が発生しているのが糖尿病で、高血圧症・脂質異常症も増加傾向。重症化はまだ多くは発生していないが、腎不全の増加が不安要素。

STEP 3 保健事業の実施計画

疾病予防	事業名	事業分類	新規・既存	対象者	実施主体
	生活習慣病健診	健康診査	既存	基準該当者	健保組合と事業主の共同事業

実施方法		① 事業主が実施する定期健康診断と併せて受診 ② 35歳以上の被保険者に実施、費用は全額健保で補助						
実施体制		事業主と共同で実施						
事業計画		年1回、4月～9月に実施						
			令和6年度	令和7年度	令和8年度	令和9年度	令和10年度	令和11年度
予算額（千円）			23,200	22,475	21,750	21,025	20,300	19,575
目標値	アウトプット指標	受診者数	1,600人	1,550人	1,500人	1,450人	1,400人	1,350人
	アウトカム指標	リスク保有者割合（収縮期血圧）	31.0%	30.0%	29.0%	28.0%	27.0%	25.0%
		リスク保有者割合（拡張期血圧）	26.0%	25.0%	24.0%	23.0%	21.0%	19.0%
		リスク保有者割合（中性脂肪）	23.0%	21.0%	20.0%	19.0%	18.0%	17.0%
		リスク保有者割合（HDLコレステロール）	8.0%	7.0%	6.0%	5.0%	4.0%	4.0%
		リスク保有者割合（LDLコレステロール）	51.0%	50.0%	49.0%	48.0%	47.0%	47.0%
		リスク保有者割合（空腹時血糖）	35.0%	34.0%	32.0%	30.0%	28.0%	26.0%
		リスク保有者割合（HbA1c）	37.0%	36.5%	36.0%	35.5%	35.0%	35.0%
事業目標		精密な健診を実施することにより、疾病の早期発見・早期治療を実現し、発症・重症化を予防する。						
健康課題との関連		疾病リスクの保有者の割合が高い。全組合平均と比較すると、生活習慣病の検査項目10項目すべての項目でCSPの方がリスク保有者割合が高かった。リスク保有者の発症による医療費増加が懸念。						
		生活習慣病の医療費が25%を占める。最も医療費が発生しているのが糖尿病で、高血圧症・脂質異常症も増加傾向。重症化はまだ多くは発生していないが、腎不全の増加が不安要素。						

STEP 3 保健事業の実施計画

疾病予防	事業名	事業分類	新規・既存	対象者	実施主体
	法定外血液健診	健康診査	既存	基準該当者	健保組合と事業主の共同事業

実施方法		① 事業主が実施する定期健康診断と併せて受診 ② 34歳以下の被保険者に実施、費用は全額健保で補助						
実施体制		事業主と共同で実施						
事業計画		年1回、4月～9月に実施						
			令和6年度	令和7年度	令和8年度	令和9年度	令和10年度	令和11年度
予算額（千円）			6,300	6,300	6,300	6,300	6,300	6,300
目標値	アウトプット指標	受診者数	900人	900人	900人	900人	900人	900人
	アウトカム指標	リスク保有者割合（収縮期血圧）	31.0%	30.0%	29.0%	28.0%	27.0%	25.0%
		リスク保有者割合（拡張期血圧）	26.0%	25.0%	24.0%	23.0%	21.0%	19.0%
		リスク保有者割合（中性脂肪）	23.0%	21.0%	20.0%	19.0%	18.0%	17.0%
		リスク保有者割合（HDLコレステロール）	8.0%	7.0%	6.0%	5.0%	4.0%	4.0%
		リスク保有者割合（LDLコレステロール）	51.0%	50.0%	49.0%	48.0%	47.0%	47.0%
		リスク保有者割合（空腹時血糖）	35.0%	34.0%	32.0%	30.0%	28.0%	26.0%
		リスク保有者割合（HbA1c）	37.0%	36.5%	36.0%	35.5%	35.0%	35.0%
事業目標		精密な健診を実施することにより、疾病の早期発見・早期治療を実現し、発症・重症化を予防する。						
健康課題との関連		疾病リスクの保有者の割合が高い。全組合平均と比較すると、生活習慣病の検査項目10項目すべての項目でCSPの方がリスク保有者割合が高かった。リスク保有者の発症による医療費増加が懸念。						
		生活習慣病の医療費が25%を占める。最も医療費が発生しているのが糖尿病で、高血圧症・脂質異常症も増加傾向。重症化はまだ多くは発生していないが、腎不全の増加が不安要素。						

STEP 3 保健事業の実施計画

疾病予防	事業名	事業分類	新規・既存	対象者	実施主体
	家族健診	健康診査	既存	基準該当者	健保組合

実施方法	① 委託先が提携している全国の健診機関から最寄りの健診機関を選択し受診 ② 35歳以下の妻、40歳以上の被扶養者に対して生活習慣病健診を実施、費用は全額健保で補助
実施体制	一般財団法人日本健康文化振興会へ委託
事業計画	年1回、7月～10月に実施

目標値			令和6年度	令和7年度	令和8年度	令和9年度	令和10年度	令和11年度
予算額（千円）			9,000	9,000	9,000	9,000	9,000	9,000
	アウトプット指標	受診者数	400人	400人	400人	400人	400人	400人
	アウトカム指標	リスク保有者割合（収縮期血圧）	22.0%	21.5%	21.0%	20.5%	20.0%	20.0%
		リスク保有者割合（拡張期血圧）	14.5%	14.0%	14.0%	13.5%	13.5%	13.0%
		リスク保有者割合（中性脂肪）	7.5%	7.5%	7.0%	7.0%	6.5%	6.5%
		リスク保有者割合（HDLコレステロール）	0.9%	0.8%	0.7%	0.7%	0.6%	0.6%
		リスク保有者割合（LDLコレステロール）	46.0%	45.0%	44.0%	43.0%	42.0%	41.0%
		リスク保有者割合（空腹時血糖）	15.5%	15.0%	14.5%	14.0%	13.5%	13.0%
		リスク保有者割合（HbA1c）	38.0%	37.0%	36.0%	35.0%	34.0%	33.0%

事業目標	精密な健診を実施することにより、疾病の早期発見・早期治療を実現し、発症・重症化を予防する。
健康課題との関連	疾病リスクの保有者の割合が高い。全組合平均と比較すると、生活習慣病の検査項目10項目すべての項目でCSPの方がリスク保有者割合が高かった。リスク保有者の発症による医療費増加が懸念。
	生活習慣病の医療費が25%を占める。最も医療費が発生しているのが糖尿病で、高血圧症・脂質異常症も増加傾向。重症化はまだ多くは発生していないが、腎不全の増加が不安要素。

STEP 3 保健事業の実施計画

疾病予防	事業名	事業分類	新規・既存	対象者	実施主体
	二次健診	健康診査	既存	被保険者	健保組合

実施方法		健康診断を受診した健診機関もしくは最寄りの医療機関で受診							
実施体制		－							
事業計画		4月～2月、1回目の再検査の補助							
			令和6年度	令和7年度	令和8年度	令和9年度	令和10年度	令和11年度
予算額（千円）			3,000	3,120	3,240	3,360	3,480	3,600
目標値	アウトプット指標	受診者数	500人	520人	540人	560人	580人	600人
	アウトカム指標	一人当たり医療費（高血圧症）	5,500円	5,400円	5,300円	5,200円	5,100円	5,000円
		一人当たり医療費（糖尿病）	11,000円	10,500円	10,000円	9,500円	8,500円	7,500円
		一人当たり医療費（脂質異常症）	3,300円	3,200円	3,100円	3,000円	3,000円	3,000円
		一人当たり医療費（虚血性心疾患）	2,800円	2,600円	2,400円	2,200円	2,000円	1,700円
事業目標		再検査を推奨し、疾病の早期発見・早期治療を実現し、発症・重症化を予防する。						
健康課題との関連		疾病リスクの保有者の割合が高い。全組合平均と比較すると、生活習慣病の検査項目10項目すべての項目でCSPの方がリスク保有者割合が高かった。リスク保有者の発症による医療費増加が懸念。						
		生活習慣病の医療費が25%を占める。最も医療費が発生しているのが糖尿病で、高血圧症・脂質異常症も増加傾向。重症化はまだ多くは発生していないが、腎不全の増加が不安要素。						

STEP 3 保健事業の実施計画

疾病予防	事業名	事業分類	新規・既存	対象者	実施主体
	オンライン禁煙外来プログラム	健康教育	既存	被保険者	健保組合

実施方法		① 希望者がオンラインにて医師から診療を受け、禁煙補助剤を用いて禁煙外来のサポートを受ける ② 費用は全額健保で補助						
実施体制		メドケア株式会社へ委託						
事業計画		通年で実施						
			令和6年度	令和7年度	令和8年度	令和9年度	令和10年度	令和11年度
予算額（千円）			908	1,089	1,271	1,452	1,634	1,815
目標値	アウトプット指標	受診者数	15人	18人	21人	24人	27人	30人
目標値	アウトカム指標	喫煙者の割合	30.1%	29.6%	29.0%	28.3%	27.6%	26.7%
事業目標		喫煙者を減らし、様々ながんや生活習慣病の発症を予防する						
健康課題との関連		生活習慣病の医療費が25%を占める。最も医療費が発生しているのが糖尿病で、高血圧症・脂質異常症も増加傾向。重症化はまだ多くは発生していないが、腎不全の増加が不安要素。						
		疾病リスクの保有者の割合が高い。全組合平均と比較すると、生活習慣病の検査項目10項目すべての項目でCSPの方がリスク保有者割合が高かった。リスク保有者の発症による医療費増加が懸念。						
		男性に内臓脂肪症候群該当者・喫煙者が非常に多い。男性の内臓脂肪症候群・予備軍該当者を合せて47.2%、男性の喫煙者は33.5%。全組合平均と比較すると特に若い男性に喫煙者が多いことが課題。						

	事業名	事業分類	新規・既存	対象者	実施主体
	インフルエンザ予防接種	その他の事業	既存	加入者全員	健保組合

実施方法		被保険者・被扶養者のインフルエンザ予防接種費用2,500円/人を上限に補助						
実施体制		健康診断契約先、もしくは最寄りの医療機関で受ける						
事業計画		10月～1月に実施						
			令和6年度	令和7年度	令和8年度	令和9年度	令和10年度	令和11年度
予算額（千円）			4,000	4,250	4,500	4,750	4,875	5,000
目標値	アウトプット指標	予防接種受診者数	1,600人	1,700人	1,800人	1,900人	1,950人	2,000人
目標値	アウトカム指標	インフルエンザ有病者数	150人	140人	130人	120人	110人	100人
事業目標		インフルエンザの発症・重症化を予防する						
健康課題との関連		該当なし（これまでの経緯等で実施する事業）						

STEP 3 保健事業の実施計画

	事業名	事業分類	新規・既存	対象者	実施主体
疾病予防	家庭用常備薬	その他の事業	既存	被保険者	健保組合

実施方法		オンラインでカタログから家庭用常備薬を購入した被保険者に対して1,000円/人を補助						
実施体制		白石薬品株式会社へ委託						
事業計画		年1回、10月～12月に実施						
			令和6年度	令和7年度	令和8年度	令和9年度	令和10年度	令和11年度
予算額（千円）			3,000	3,000	3,000	3,000	3,000	3,000
目標値	アウトプット指標	申込者数	3,000人	3,000人	3,000人	3,000人	3,000人	3,000人
目標値	アウトカム指標	–	–	–	–	–	–	–
事業目標		家庭用常備薬の購入に補助を行うことで急病と応急処置に備える						
健康課題との関連		該当なし（これまでの経緯等で実施する事業）						

	事業名	事業分類	新規・既存	対象者	実施主体
体育奨励	ウォーキングチャレンジ	健康教育	既存	被保険者	健保組合

実施方法		① ウォーキングアプリ「aruku＆」を使用し、参加者が個別にウォーキングにチャレンジ ② 一日平均8,000歩を達成した者にインセンティブを付与						
実施体制		アプリおよびインセンティブを株式会社ONE COMPATHへ委託						
事業計画		年2回、春秋に開催						
			令和6年度	令和7年度	令和8年度	令和9年度	令和10年度	令和11年度
予算額（千円）			432	432	432	432	432	432
目標値	アウトプット指標	参加者数	300人	300人	300人	300人	300人	300人
目標値	アウトカム指標	肥満者の割合	45.0%	44.0%	43.0%	42.0%	41.0	40.0
事業目標		① 歩くことを習慣づけることにより、メタボリックシンドロームの改善、生活習慣病を予防する ② ストレス解消、メンタルヘルス改善						
健康課題との関連		生活習慣病の医療費が25%を占める。最も医療費が発生しているのが糖尿病で、高血圧症・脂質異常症も増加傾向。重症化はまだ多くは発生していないが、腎不全の増加が不安要素。						
		疾病リスクの保有者の割合が高い。全組合平均と比較すると、生活習慣病の検査項目10項目すべての項目でCSPの方がリスク保有者割合が高かった。リスク保有者の発症による医療費増加が懸念。						
		男性に内臓脂肪症候群該当者・喫煙者が非常に多い。男性の内臓脂肪症候群・予備軍該当者を合せて47.2%、男性の喫煙者は33.5%。全組合平均と比較すると特に若い男性に喫煙者が多いことが課題。						