

# データヘルス計画について

平成 27 年度より、第 1 期データヘルス計画が開始され 3 年が経過しました。さらに平成 30 年度から第 2 期データヘルス計画がスタートいたします。より一層、会社と健保組合とが互いに協力して、所属する社員・パートさんの健康維持を目的とした施策を行うこととなります。

具体的には、健保組合が保有する診療明細や健診結果のデータを分析・抽出し、受診が必要とされる方には受診勧奨を、保健指導が必要とされる方には保健指導を行うというものです。

健康保険組合は、これまで特定健診や婦人科健診、人間ドック補助事業や郵送がん検診、特定保健指導などの保健事業を行ってまいりました。今後も従来の保健事業をさらに充実させ、加入者の皆様の健康維持に貢献できるよう努めてまいりたいと思います。

## ※個人情報保護について

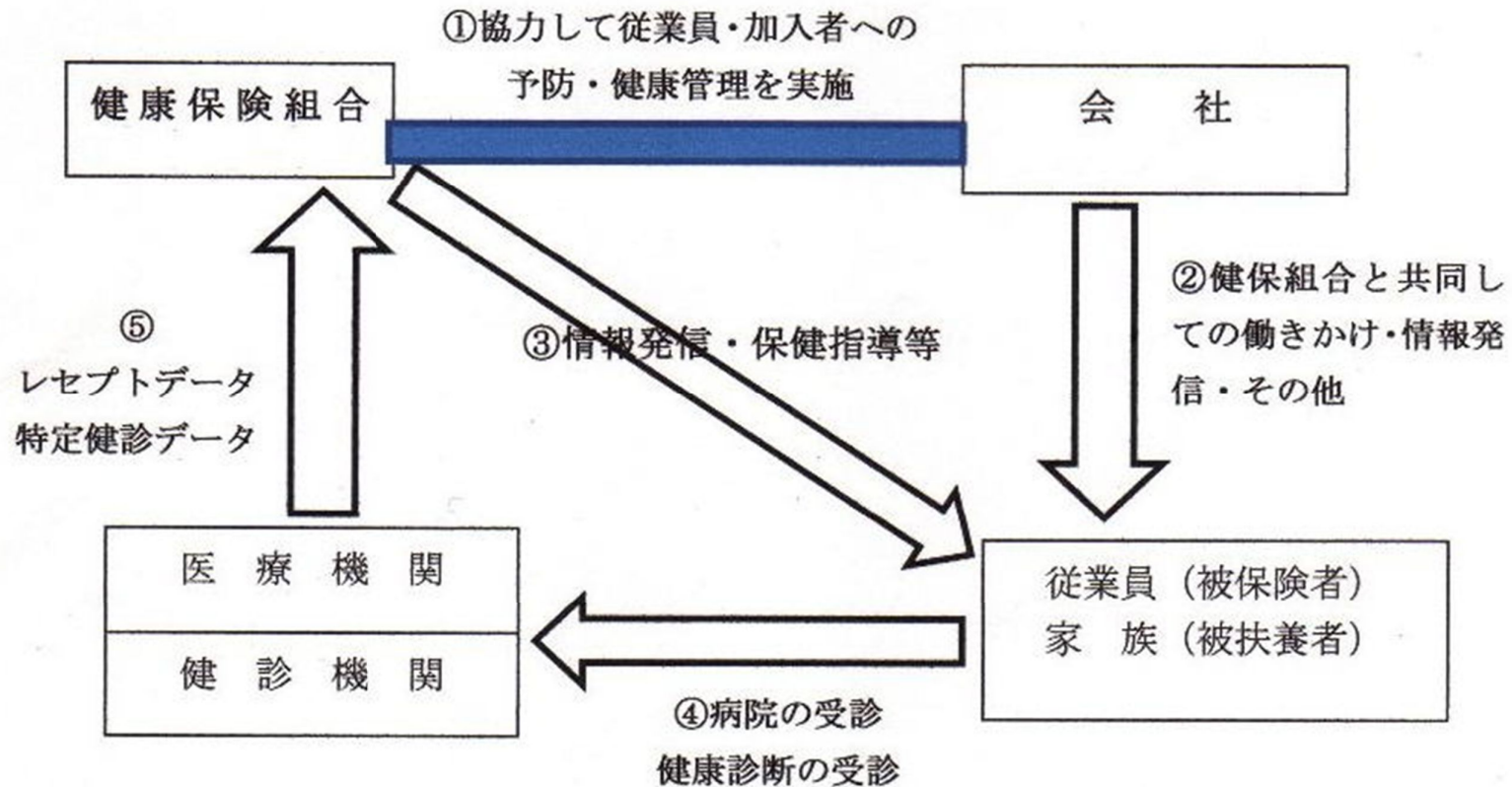
データヘルス計画実施に伴う、健診データ等については、厚労省保険局長発第 1225003 号「個人情報保護の徹底について」及び厚労省「健康保険組合等における個人情報の適切な取扱いのためのガイドライン」に従って厳重に保管し、データの目的外使用は決していしません。

## 1. データヘルス計画の概要

政府の成長戦略の一環として実施されることが決定した「データヘルス計画」ですが、その趣旨は健保組合と会社とが互いに協力することで、所属する会社員さんやパートさんの健康維持、生活習慣病の予防などを目的とした、さまざまな施策を行うというものです。

具体的には、健保組合が保管している健診・診療データを分析し、階層化を行います。階層化の結果により、すぐに治療が必要な方に対しては受診勧奨を行い、経過観察が必要な方に対しては、生活改善に関する保健指導や情報発信等を行っていきます。

## 会社と健保組合の協力関係について



## 2. データヘルス実施の概要

### (1) 保健事業の充実化

これまで健保組合が実施してきた保健事業についても、より一層の充実が求められることとなります。下記は従来実施されてきた保健事業の主なものです。加入者の皆さんには、今後さらに積極的な受診・参加等をお願いいたします。

- ① 特定健診・婦人科健診(毎年6月ころに案内を発送、受診期間は9月～12月・翌年1月)※平成30年度より婦人科健診を集団健診と個別健診コースに分けて実施。特定健診も受診期間を翌年2月まで延伸する。
- ② 特定保健指導(毎年7月ころに対象者の方へ案内を発送 保健指導期間は 9月～翌年3月頃)
- ③ 人間ドック補助事業(受診期間 5月～翌年2月末)
- ④ 郵送式がん検診(毎年8月発行のけんぽ便りにて申込書を配布 検体郵送期間は11月末頃まで)
- ⑤ 健康者表彰(前年度の診療実績をもとに、健康者へ記念品を贈呈(毎年7月頃に記念品を発送))

### (2) 三大成人病対策

データヘルスとはデータを分析・活用することで、疾病予防や健康維持に役立てることになります。しかし病気を予防するといっても、簡単なことではありません。病気の原因とはさまざまであり、外的なものから内的なものまで存在するので、予防方法も明確ではありません。

しかし、三大成人病といわれる高血圧症・糖尿病・脂質異常症に関しては、日頃の生活習慣や健康管理によって予防すること

は、決して不可能ではありません。保健事業の「特定健診」や「特定保健指導」も三大成人病の兆候を発見して予防することを目的として、行われています。

#### ①健康診断・・・事業者健診(会社の健康診断)、特定健診・婦人科検診(健保組合の保健事業)

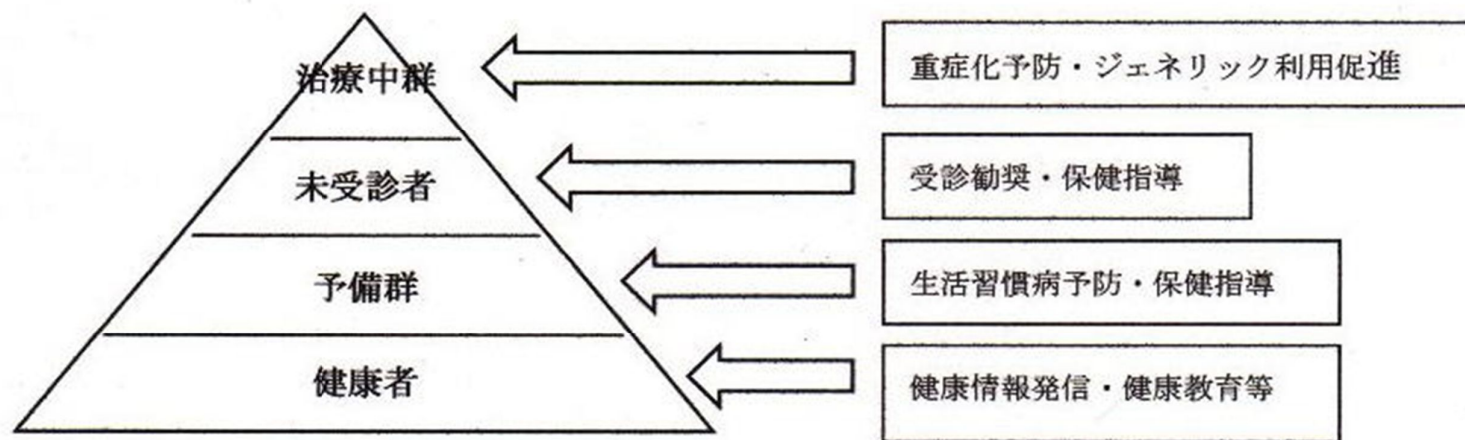
三大成人病は、日頃の生活習慣に影響されるところが大きいといえます。また、悪化するまで明白な自覚症状があまりないという特徴もあります。そのため健康診断によって異常をキャッチすることで、医療機関へ受診したり生活習慣の改善に努めることなどによって、早めに発症のリスクを回避することが可能となります。

会社にお勤めの社員さん・パートさんは、労働安全衛生法にもとづく定期健康診断を年1回(深夜・特殊業務の方は年2回)受診することになっています。また、40歳以上の被扶養者や任意継続被保険者の方については、当健保組合が実施している特定健診や婦人科健診を、ぜひ受診していただきたいと思います。

#### ②受診勧奨

さきの健康診断によって、皆さんは健診機関から判定結果を受け取られることとなります。その際「所見なし」や「要経過観察」などの判定もあれば、「要精密検査」や「要診療」等の判定を受け取られる方もいらっしゃいます。「要診療」判定でも、「自覚症状もないし仕事が忙しいから病院に行けないよ」という方もいらっしゃいますが、ここは重症化する前に、医療機関等へ受診されることをお勧めいたします。

「仕事が忙しくて」「まだ大丈夫」などの理由で、「要診療」などの判定結果でも未受診の方に対しては、数ヶ月後に健保組合から受診勧奨のお手紙をお送りさせていただく場合もございます。その際には、お早めに医療機関等をご受診くださいますよう、お願いいたします。



### ③健康情報の発信(ポピュレーションアプローチ)

健康診断の結果で「所見なし」などの対象者の方に対しては、今後とも健康を維持していただけるよう、健保組合から情報発信等を行ってまいりたいと思います。具体的には、このホームページやけんぽ便りなどが、発信の場となってまいります。

## ◆三大成人病について

	定義	主な症状
高血圧症	<p>血圧の高い状態が長く続くこと。</p> <p>高血圧によって血管が痛みやすくなる。すると心臓に負担がかかり、全身に血液を供給しづらくなる。結果として全身の臓器に悪影響を与える。</p>	<p>血圧が高い状態が長く続くと、心臓や血管に重い負担がかかります。心臓は心肥大や心筋梗塞を引き起こし、血管は動脈硬化に引き起こしやすくなり、体中の臓器に影響を与えます。</p> <p>血圧対策⇒塩分控えめ、野菜を毎日摂取するようにする。</p>
糖尿病	<p>インスリンが不足したり、うまく働かなくなったことにより、血液中の糖分の高い状態（高血糖）が続いている状態。</p> <p>体の血糖値をコントロールできなくなるので、様々な合併症を引き起こす。</p>	<p>糖尿病の怖さは病気自体よりも合併症にあると言われていています。三大合併症と言われるのが神経障害、網膜症、腎症です。他には、白内障、歯槽膿漏、骨粗鬆症、下肢の血管閉塞、感染性皮膚症、肺結核などの感染症など。</p> <p>神経障害ではケガをしても痛みを感じず、傷を放置しているうちにバイ菌が入って腐敗してしまい、足を切断してしまうこともある。</p> <p>合併症対策⇒食事ではカロチン、フラボノイドを含む食材を。緑黄色野菜、ゴマ、緑茶、赤ワイン</p>

<p>脂質異常症</p> <p>(高脂血症)</p>	<p>血液中の脂質が基準となる正常値より高い、ないしは低い状態。</p> <p>中性脂肪値、総コレステロール値、HDL、LDLコレステロール値が異常になること。</p>	<p>動脈硬化を引き起こしやすくなります。動脈硬化が頻発することによって、「脳梗塞」「狭心症」「心筋梗塞」へと発展してしまう。</p>
----------------------------	--	---