

組織を動かす健康年齢

株式会社日本医療データセンター



保健事業支援から見えてくる課題

日本医療データセンターは約100の健康保険組合様の保健事業を支援するなかで、下記の課題に対するアプローチとして『健康年齢モデル』を開発しました

健康保険組合の課題

ありがちな例

- ・悪い健診結果でも危機感薄く、改善行動につながらない
- ・運動しても効果が実感できず、長続きしない

課題

行動変容を促すモチベーションが不足

健康年齢モデルの期待効果

指標化

- ・健診結果から健康度を評価し、わかりやすく「見える化」
- ・保健事業の事業評価

改善インセンティブ

- ・根拠に基づくインセンティブ付与の基準となる合理的指標

さらなる健康年齢の可能性

事業主向け

- ・健康経営
- ・事業所間比較

自治体向け

- ・医療費抑制
- ・健康寿命伸延

医療機関向け

- ・リスク者早期受診促進
- ・健診受診促進

一般企業向け

- ・健康関連サービス創出

健康年齢(当社の独自開発)

なぜ“健康年齢”が必要なのか？

課題＝「行動変容」

- 健康診断を受けない
- 有所見の放置(＝未治療)
- 保健指導効果が続かない

指標

健康年齢[®]



健康年齢 55歳(+5歳)

年間医療費 176,980円

保険者負担(7割) 123,886円

自己負担(3割) 53,094円

実年齢
50歳

健康年齢が若返ると…



健康年齢 50歳

年間予測医療費 136,260円

保険者負担(7割) 95,361円

自己負担(3割) 40,869円

マイナス 40,750円
保険者負担: -28,525円
自己負担: -12,225円

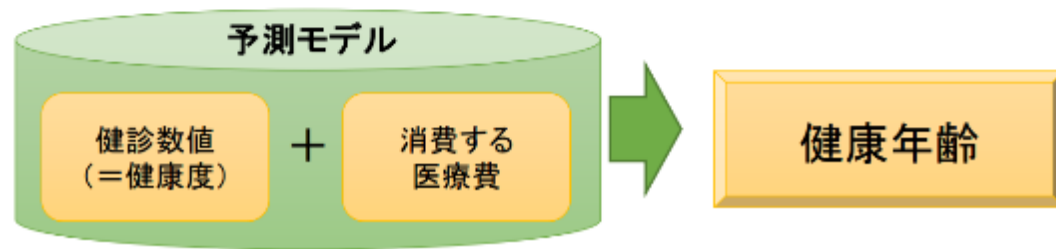
個人

- 健康度を「自分事」にできる
- 目標が生まれる
- 努力した分だけ若返る

集団

- 他集団との健康年齢比較(≒医療費)
- 分かりやすいポピュレーションアプローチのメッセージ(健康寿命から健康年齢へ)

健康年齢とは？



“健康年齢”は、健診数値と医療費の関係を分析し算出された、科学的根拠にもとづく画期的な指標です。総合的な健康度を年齢で表しているのので、実年齢と比較することで直感的に自身の健康状態を把握することができます。

健康年齢は、㈱日本医療データセンターが保有する匿名化された約1億件の健康診断結果・レセプトをもとに解析し算出されています〔登録商標〕。



※慶應義塾大学総合政策学部教授小暮厚之氏による算出モデルの妥当性の検証済み

健康年齢算出の例

健康年齢は、実年齢・性別と、一般的な健康診断結果を使用して算出します

項目		例1	例2	例3	
基本情報	実年齢	50歳			
	性別	男性			
健診 12項目	体格	BMI(身長・体重)	28.4	23.7	18.0
	血压	血压(上)	145	130	110
		血压(下)	92	90	70
	代謝	中性脂肪	173	130	100
		HDLコレステロール	46	55	55
		LDLコレステロール	116	110	100
		HbA1c (又は空腹時血糖)	6.2	5.9	5.1
	肝機能	AST(GOT)	58	21	20
		ALT(GPT)	109	23	22
		γ-GTP	110	37	36
	尿	尿糖	(-)	(-)	(-)
		尿蛋白	(-)	(-)	(-)
健康年齢		59.8歳	50.0歳	42.5歳	

医療費予測

健康年齢は、翌年の年間医療費も予測します



太めの
Aさん



Bさん

健診結果
(12項目)

実年齢・性別

52歳・男性

53歳・男性

BMI

33.9 (肥満)

28.5

血圧 (収縮期)

127

118

血糖 (HbA1c NGSP)

6.3% (高め)

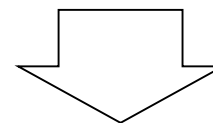
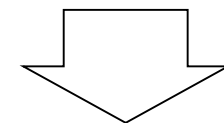
5.5%

他、9項目

...

...

160万人の
ビッグデータ
で計算



健康年齢
と
予測医療費

予測医療費

186,565円

121,950円

健康年齢

56.1歳

48.0歳

健康年齢と実年齢の差

実年齢 +4.1歳

実年齢 -5.0歳

健康年齢事業所レポートのイメージ

他事業所と比較する事で、事業所の健康度を測れます

事業所名	人数	年齢の平均	健康年齢の平均	健康年齢と実年齢の差の平均	BMI 乖離率の平均	収縮期血 圧_乖離 率の平均	拡張期血 圧_乖離 率の平均	HbA1 c_乖離 率の平均	空腹時血 糖_乖離 率の平均
事業所1	9	50.78	47.43	(3.35)	2%	-7%	-7%	-1%	4%
事業所2	4	48.75	45.83	(2.93)	6%	-12%	-2%	2%	-6%
事業所3	188	47.56	45.60	(1.96)	2%	4%	2%	-1%	-3%
事業所4	122	47.39	45.53	(1.86)	3%	5%	3%	-1%	-3%
事業所5	122	47.68	46.15	(1.53)	2%	0%	-2%	-1%	-2%
事業所6	94	48.39	46.92	(1.48)	1%	-4%	-2%	1%	2%
事業所7	25	47.24	45.83	(1.41)	0%	-1%	0%	0%	3%
事業所8	46	39.02	37.69	(1.33)	3%	3%	3%	-1%	-3%
事業所9	323	49.14	47.92	(1.22)	-2%	6%	3%	0%	-2%
事業所10	160	40.38	39.31	(1.07)	2%	2%	1%	-1%	1%
事業所11	39	51.13	50.10	(1.02)	-3%	3%	6%	0%	3%
事業所12	73	43.53	42.62	(0.92)	1%	-2%	0%	0%	3%
事業所13	94	32.02	31.17	(0.85)	-2%	2%	4%	0%	3%
事業所14	12	37.50	36.78	(0.72)	4%	-2%	2%	0%	5%
事業所15	108	46.06	45.40	(0.67)	2%	2%	2%	1%	4%
事業所16	22	38.73	38.07	(0.65)	-2%	-4%	-2%	0%	6%
事業所17	836	46.13	45.50	(0.63)	2%	3%	1%	0%	4%
事業所18	260	48.34	47.76	(0.58)	2%	4%	1%	1%	-2%
事業所19	46	45.02	44.49	(0.53)	3%	5%	4%	0%	16%
事業所20	101	46.74	46.24	(0.50)	4%	6%	3%	0%	-1%
事業所21	679	44.65	44.16	(0.49)	0%	1%	-1%	1%	1%
事業所22	3,507	42.71	42.28	(0.43)	2%	-1%	-1%	1%	4%
事業所23	246	45.08	44.67	(0.41)	3%	0%	1%	2%	6%
事業所24	184	41.38	40.99	(0.39)	1%	0%	1%	2%	4%
事業所25	139	43.78	43.39	(0.39)	2%	0%	0%	1%	5%
事業所26	186	39.31	38.95	(0.36)	0%	-3%	-2%	0%	-2%
事業所27	342	51.25	50.91	(0.34)	1%	4%	0%	-1%	-1%
事業所28	614	49.26	49.00	(0.26)	2%	1%	0%	2%	4%
事業所29	76	51.03	50.77	(0.25)	1%	-4%	0%	2%	6%
事業所30	126	45.90	45.67	(0.23)	0%	3%	2%	0%	0%
事業所31	241	44.65	44.50	(0.15)	5%	5%	1%	1%	1%
事業所32	28	37.39	37.27	(0.12)	5%	-1%	-2%	0%	0%
事業所33	735	47.13	47.08	(0.05)	4%	6%	3%	1%	2%
事業所34	82	46.74	46.81	0.07	6%	5%	7%	1%	3%
事業所35	1,437	42.74	42.81	0.08	2%	3%	2%	2%	5%
事業所36	3	52.00	52.10	0.10	0%	10%	11%	2%	14%
事業所37	225	43.74	43.85	0.11	1%	2%	0%	3%	4%
事業所38	84	37.01	37.17	0.16	2%	0%	1%	2%	3%
事業所39	207	46.35	46.57	0.23	2%	4%	3%	3%	4%
事業所40	691	41.43	41.74	0.32	2%	0%	2%	2%	6%
事業所41	194	48.59	48.95	0.36	4%	4%	1%	2%	-4%
事業所42	79	34.28	34.68	0.40	4%	3%	3%	1%	6%
事業所43	409	46.94	47.44	0.50	4%	3%	3%	2%	8%
事業所44	126	49.78	50.33	0.56	2%	4%	6%	3%	-4%
事業所45	516	46.33	47.07	0.74	5%	5%	5%	2%	4%
事業所46	1	47.00	47.83	0.83	-6%	-4%	18%	3%	10%
事業所47	132	50.63	51.46	0.83	2%	9%	6%	3%	6%
事業所48	618	46.66	47.53	0.87	6%	5%	5%	2%	1%
事業所49	88	53.14	54.20	1.06	5%	8%	6%	4%	11%
事業所50	180	51.64	53.41	1.77	4%	7%	2%	4%	0%

貴事業所の健康年齢ランキング

21位 / 50事業所

各事業所の平均健康年齢

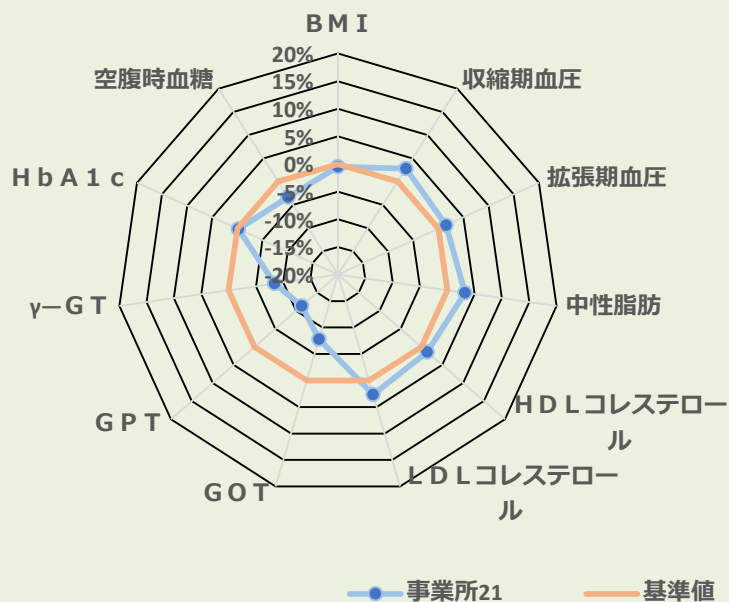
健康年齢と実年齢の差の平均

健診項目ごとの全体平均との乖離率

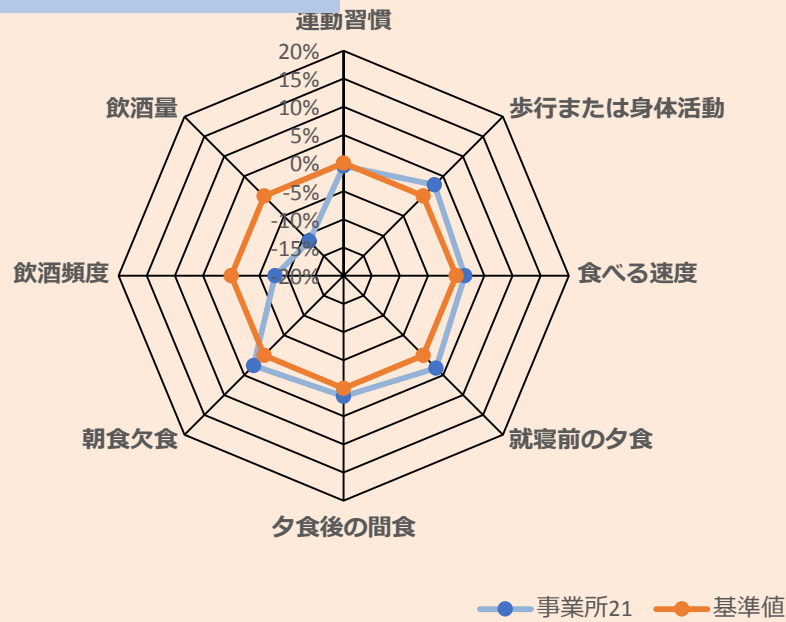
健康年齢事業所レポートのイメージ

健診項目と問診項目をチャート化し、同世代の平均と比較する事で、リスクを可視化します

健診項目リスクチャート



問診項目リスクチャート



上記事業所は、同世代と比較して、血圧、脂質は良好だが、肝機能および血糖はリスク者の割合が高く、飲酒頻度、飲酒量ともに同世代と比較して高い傾向にある。

⇒事業所ごとの健康課題が把握でき、課題に応じた保健事業を行えます

目標設定および事業評価

健康年齢を活用する事で、定量的な目標設定ができ、
健康年齢が若返ることで、医療費の削減効果が予測できます

	現在	目標	差
社員数	76名	76名	—
平均健康年齢	50.77歳	49.77歳	-1.0歳
1人あたりモデル医療費	¥142,464	¥135,084	¥-7,380
事業所モデル医療費	¥10,827,264	¥10,266,384	¥-560,880

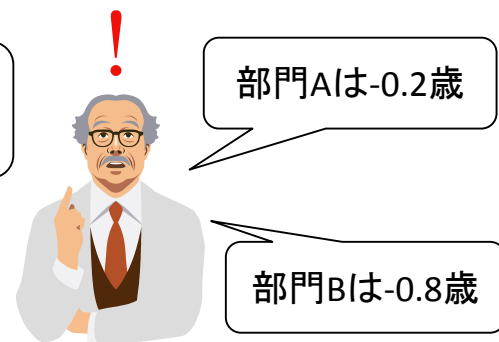
【健康年齢活用フロー】

- ①事業所ランキングで事業主に気づきを与える
- ②健康年齢を改善させる為の具体的な施策を提案及び目標設定
- ③事業所ごとの課題に沿った保健事業の実施
- ④実施効果

事業主 : ランキング上昇⇒健康経営実現

健康保険組合 : 健康増進⇒医療費削減

全社で-0.5歳
改善しよう！



日本医療データセンター ・ あまの創健の連携

P

JMDC (日本医療データセンター)

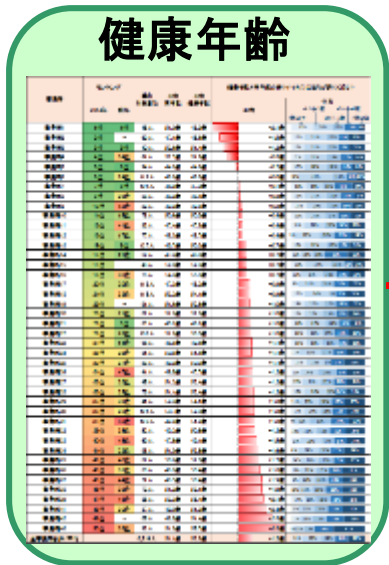
D

あまの創健

課題に応じた「Do」提案・実施

C

JMDC



健保全体の健康度が低い

インセンティブ

健康増進

生活習慣病
セミナー

保健指導

メタボが多い

特定
保健指導

糖尿病リスク
者が多い

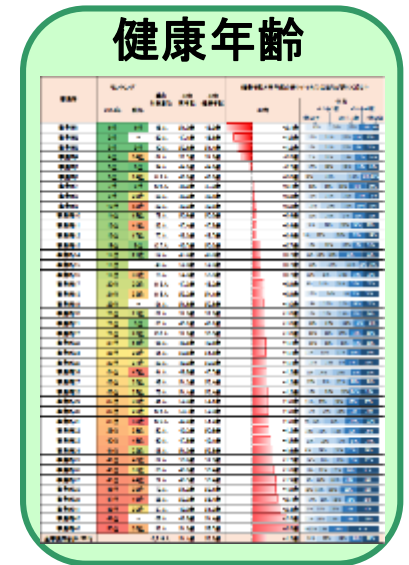
糖尿病予防
セミナー

検査数値が
高い人が多い

受診勧奨
通知・電話

重症化予防

翌年度以降の健康年齢にて
効果検証可能
(別途費用)



A

JMDC あまの創健

- ・JMDC健康年齢レポート説明時に、あまの創健同行にて「Do」提案
- ・あまの創健事業報告時に、JMDC同行にて「Check」提案

※JMDCの健康年齢レポートのみ、あまの創健の「Do」事業のみのサービスも可