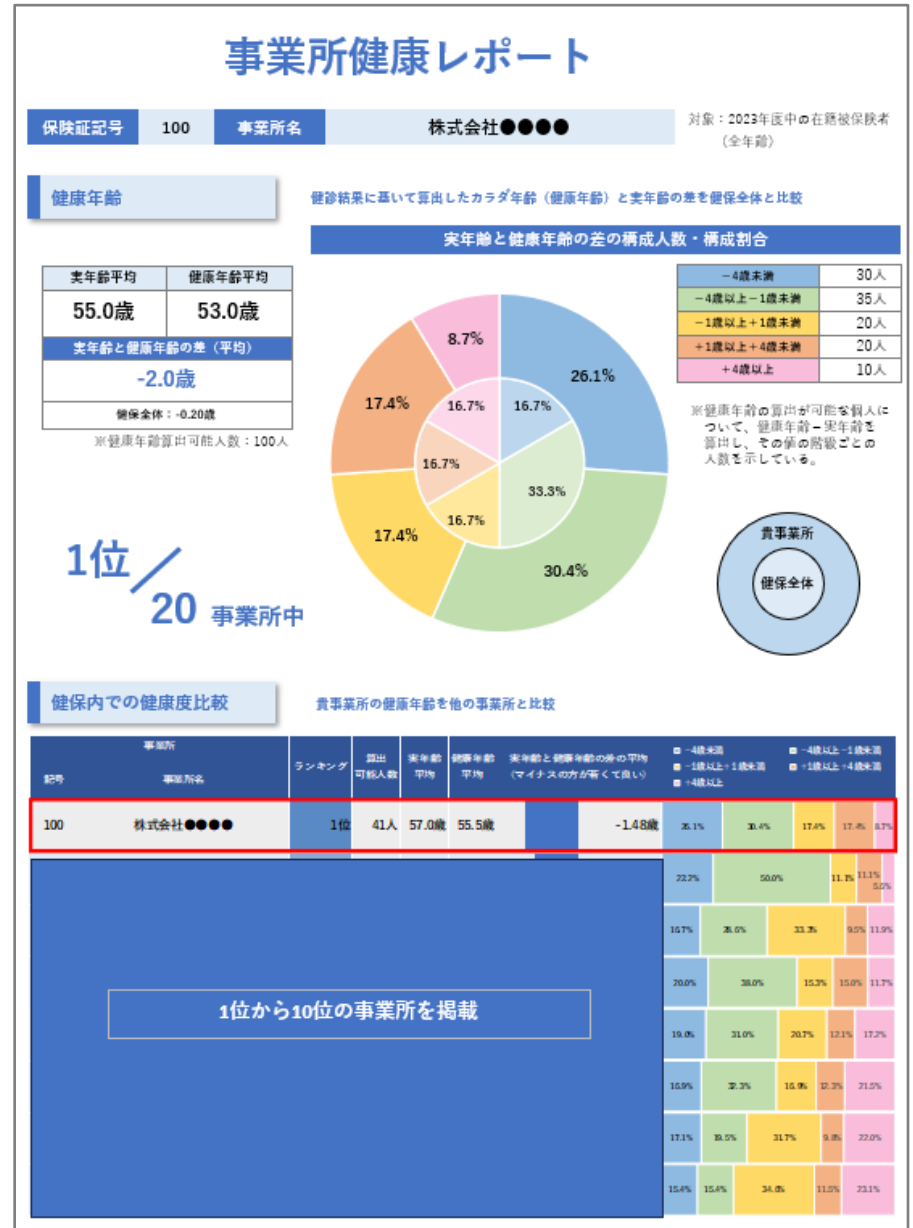


J M D C

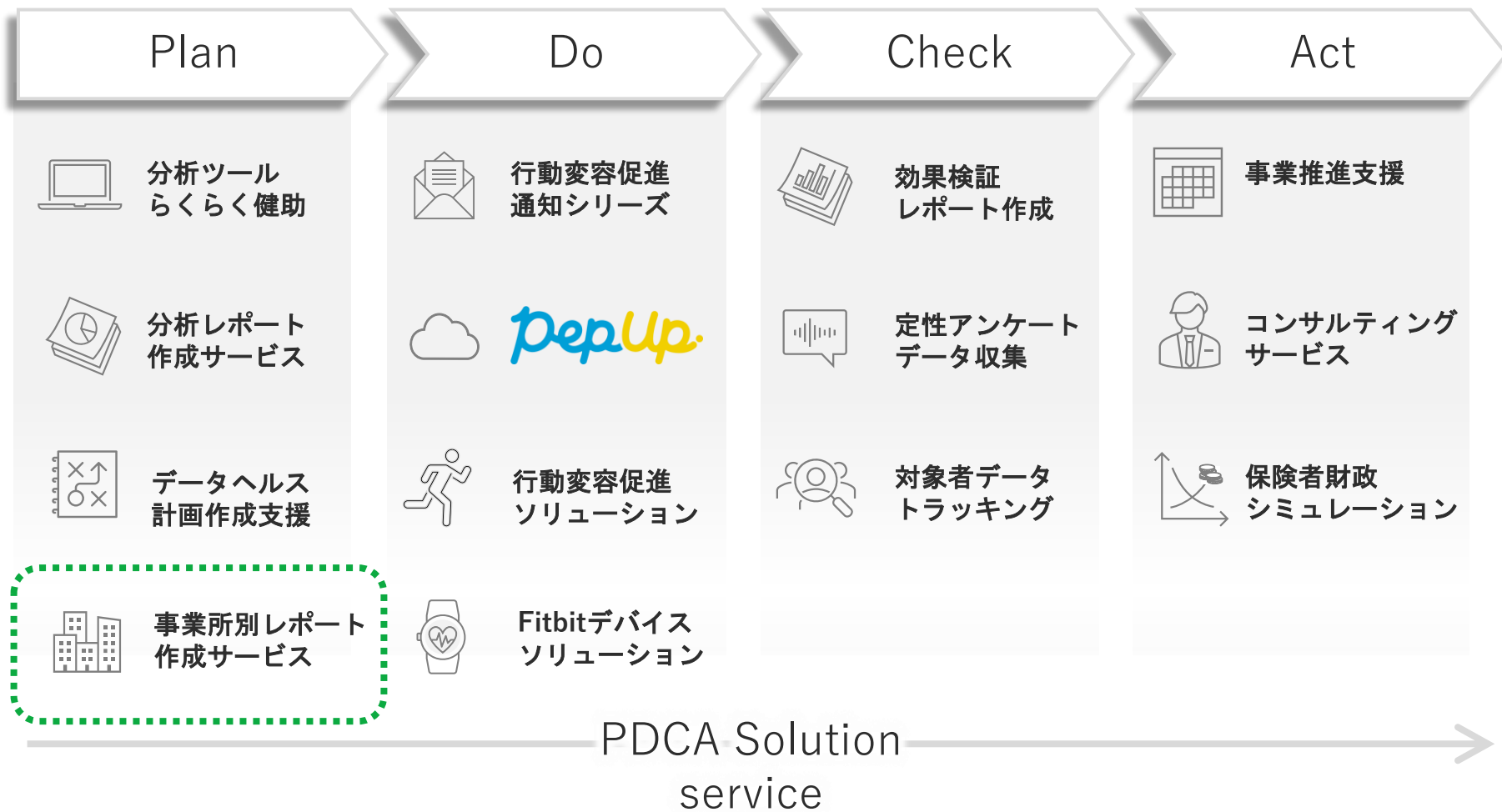


組織を動かす
【健康年齢】
 を活用した
 コラボヘルス推進
 (事業所別健康レポート)



弊社サービスのコンセプト

データヘルス計画実績評価および第3期計画作成をはじめ、
保健事業のPDCAサイクル構築をJMDCでは一貫通貫で支援しております

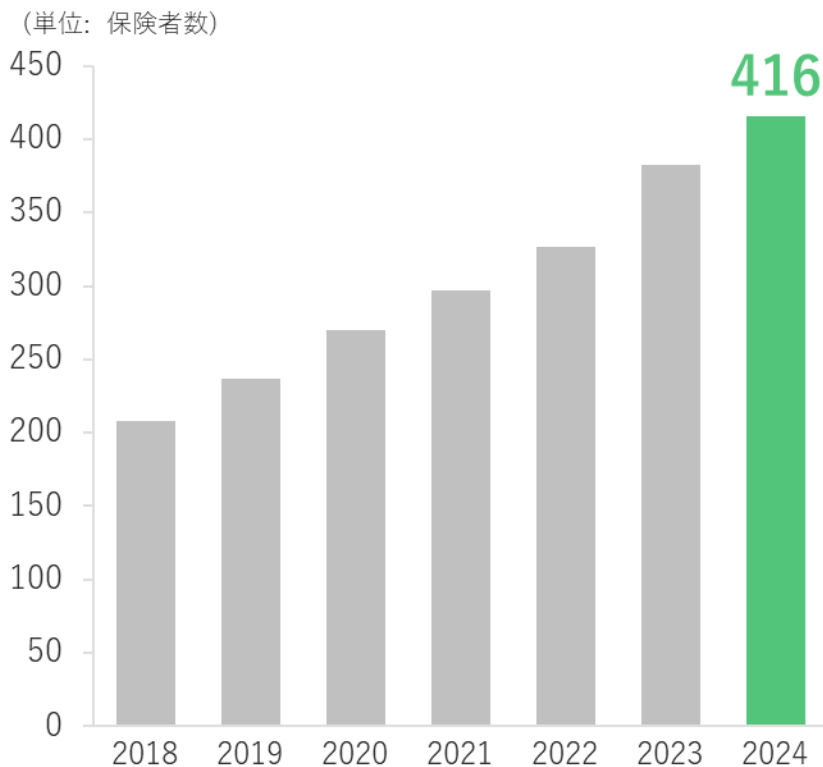


保険者の取引実績（健康保険組合・2024年3月末時点）

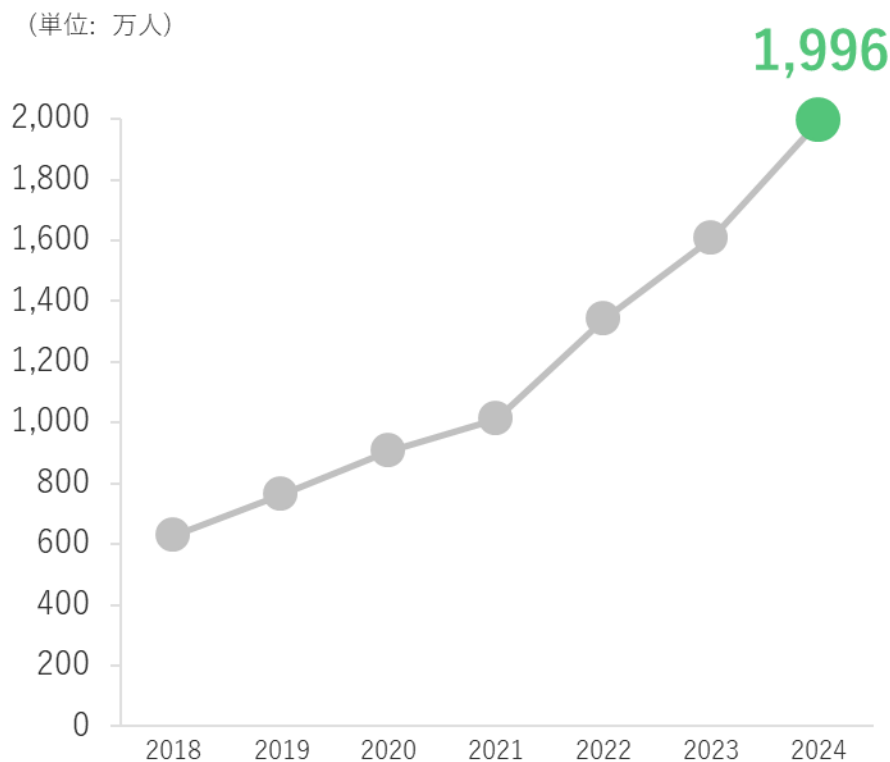
十分な実績から適切な取り組みをサポートします

全国416組合、約2,000万人のデータを毎月受領・処理
以下の内、愛知県内：40組合以上・約150万人以上

取引保険者数の推移



取扱いデータ量の推移



* 実績は各年度末時点。

データベース環境

各種データを一元管理し、分析・集計から保健事業までを紐づけた対応が可能



適用台帳データ

マッチングルールを定義し確実に本人が保証されるデータだけを構築しています。過去から現在までの加入喪失履歴をデータ構築することで、自由な時間軸で分析や個人の追跡が可能となります。



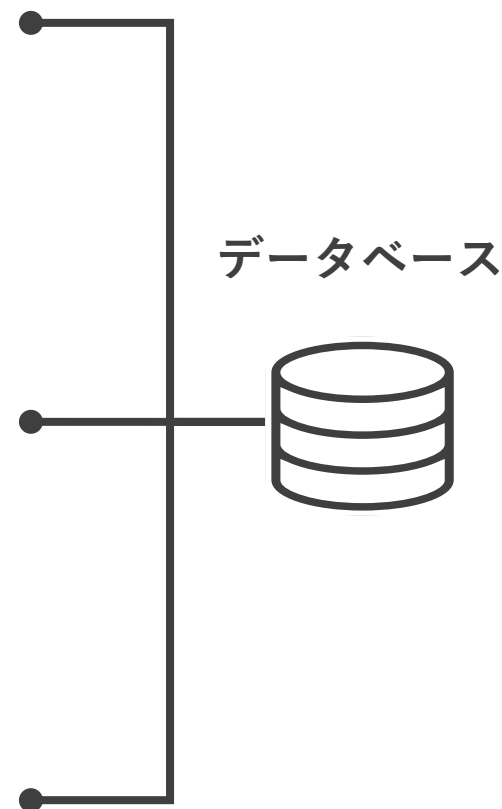
レセプトデータ

設立以来蓄積してきた傷病マスタによって傷病方言や表記ゆれを標準化傷病に紐付け、ICD10コードに対応したデータ構築を行っています。日々、新しく出現する傷病表現に対しても専任の標準化チームによってマスタ化を行い、時代の流れに則した分析を可能としています。



健診データ

分析精度を保つためエラー値を自動検知してデータ構築処理を行っており法定報告用データに留まらず自由な形式の健診データを構築可能です。



保健事業支援から見えてくる課題

380を超える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

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が薄く、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
- ・健康寿命延伸

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

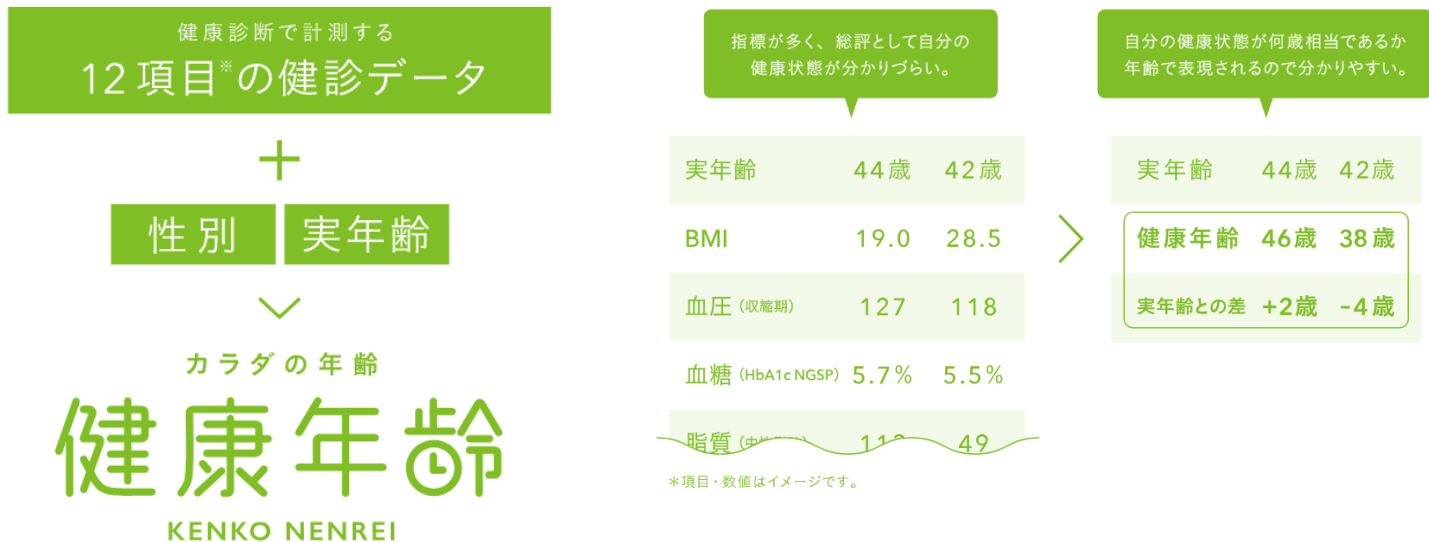
- ・健康関連サービス創出

健康年齢とは

360万人のビッグデータから統計的に判定

！健康年齢とは

健康年齢はご自身の健康状態を分かりやすく理解するための指標です。健康診断の結果を使い、あなたのカラダは何歳相当なのかを統計的に判定します。この統計モデルは360万人分の健診データと医療費をもとに開発された信頼性の高いモデルであり、健康診断や人間ドックの結果通知や生命保険の料率計算など、様々な場面で利用されています。



※BMI・収縮期血圧・拡張期血圧・中性脂肪・HDLコレステロール・LDLコレステロール・AST (GOT)・ALT (GPT)・γ-GT (γ-GTP)・血糖 (HbA1cあるいは空腹時血糖)・腎機能の指標 (血清クレアチニンあるいはeGFR)・尿たんぱくを使用します。

健康年齢の活用方法

ヘルスリテラシーの向上に、健康年齢の指標を用います

管理指標(KPI)として使いやすい

組織の健康状態を数値化できるので、目標値の設定や進捗管理など事業主におけるKPIとしても使いやすい。

■ 目標値をブレイクダウンしながら設定する例



健診結果をわかりやすく見える化し、興味関心を引く

健康度を年齢の指標に置き換えることによって、個人・事業所間で健康に対する興味関心を引くことが可能です。

経済性についての判断材料を提供できる

健康年齢の改善幅から予測医療費の削減幅もわかるため、取り組みの費用対効果が算出可能になる。

発展形として、医療費削減額による個人インセンティブも可能に。

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

		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
	腎機能	血清クレアチニン	1.2	1.0	0.8
		尿たんぱく	(-)	(-)	(-)
		健康年齢	59.8歳	50.0歳	42.5歳

医療費予測

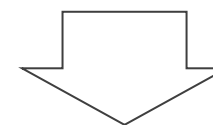
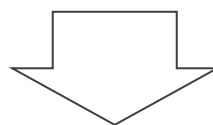
健康年齢は、翌年の年間医療費も予測します



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

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

健康年齢通知（参考：共同事業対象外）

3年分の健康年齢と同世代との健診値比較および、項目ごとの経年変化を掲載
また、将来の入院リスク・医療費シミュレーションを掲載して気づきを促す

あなたの健康年齢 実年齢(今回の健診受診日時) **53歳 男性** 生年月日: **1952年 1月 27日**

今回(2021= 12月 29日) **51.0歳** ◀ 前回(2021= 1月 26日) **48.1歳** ◀ 前々回(2019年 12月 17日) **48.8歳**

実年齢と比べ **2歳若い**

※健康年齢は、あなたの健診値に基づいて算出された健康状態を表す指標です。健康年齢が高いほど生活習慣リスクや将来負担する医療費が高くなる可能性があります。
※健康年齢が若くても、注意する検査項目がないか健診結果の各検査値を確認してください。

同性・同年齢の健康年齢分布

■ あなたの健康年齢

※あなたと同性で実年齢が同じ人の健康年齢の分布を示しています。

健診結果の経年変化

肥満 BMI

前々回: 24.0 前回: 23.8 今回: 24.5

平均値: 24.4

状態: すこし高い

血糖 空腹時血糖 mg/dl

前々回: 89 前回: 86 今回: 92

平均値: 101

状態: すこし低い

ヘモグロビンA1c %

前々回: 5.7 前回: 5.5 今回: 5.7

平均値: 5.7

状態: すこし高い

血圧 収縮期血圧 mmHg

前々回: 118 前回: 113 今回: 127

平均値: 125

状態: すこし高い

血圧 拡張期血圧 mmHg

前々回: 82 前回: 76 今回: 84

平均値: 80

状態: すこし高い

腎臓 eGFR mL/min/1.73m²

前々回: 78.4 前回: 77.6 今回: 80.3

平均値: 73.8

状態: すこし高い

脂質 中性脂肪 mg/dl

前々回: 205 前回: 180 今回: 229

平均値: 133

状態: 高い

脂質 HDLコレステロール mg/dl

前々回: 82 前回: 69 今回: 65

平均値: 59

状態: すこし高い

脂質 LDLコレステロール mg/dl

前々回: 150 前回: 179 今回: 198

平均値: 128

状態: とても高い

肝臓 AST (GOT) U/L

前々回: 30 前回: 20 今回: 23

平均値: 25

状態: すこし低い

肝臓 ALT (GPT) U/L

前々回: 24 前回: 20 今回: 22

平均値: 29

状態: すこし低い

肝臓 γ-GT (γ-GTP) U/L

前々回: 111 前回: 60 今回: 52

平均値: 53

状態: すこし低い

尿酸 尿酸値 mg/dl

前々回: 3.8 前回: 4.0 今回: 3.6

平均値: 3.8

状態: 正常

尿 尿蛋白

前々回	前回	今回
(-)	(-)	(-)

尿糖・尿蛋白に記載されている数字(%)は、同性・同年齢の受診者の分布です。あなたの結果に該当する箇所が青・赤色になっています。

同性・同年齢の受診者全体の割合	-	±	+	++	+++
尿糖 (-)	94%	1%	1%	1%	4%
尿蛋白 (-)	88%	8%	3%	1%	0%

同性・同年齢と比較したあなたの入院リスクの予測

入院する可能性の推移 5年間にあなたが入院する可能性は同性・同年齢の平均と比較して **1.0倍**

入院するリスク

主要な病気の別入院する可能性

糖尿病	心疾患	脳血管疾患	腎疾患	肝疾患
■	■	■	■	■

※クレアチニン値の検査をされていない方はリスク値は表示されません。

医療費シミュレーション

同性・同年齢の平均値とあなたの健診結果から算出された今後10年間、20年間の予測医療費の比較表です。

予測医療費	あなた	同性・同年齢
今後10年間	1,990,944 円	0.91 倍
今後20年間	5,151,156 円	0.91 倍

※予測医療費は総医療費です。医療費の一部負担(自己負担)割合が自己負担分となります。

顔アイコンの説明

- 医師の診察を受けましょう
- 生活習慣の見直しによる改善が必要です
- 問題ありません
- 現在投薬治療中です

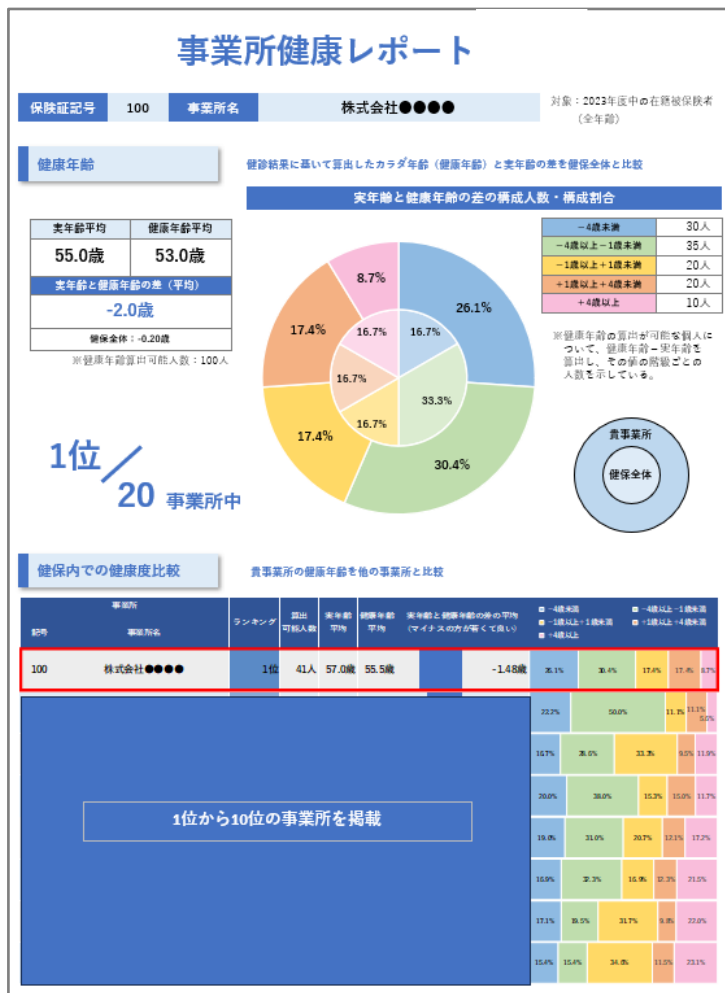
健康年齢改善のためのアドバイスは裏面をご覧ください。

1 000001#

© JMDC Inc.

10

健康年齢事業所レポートのイメージ（事業所用）



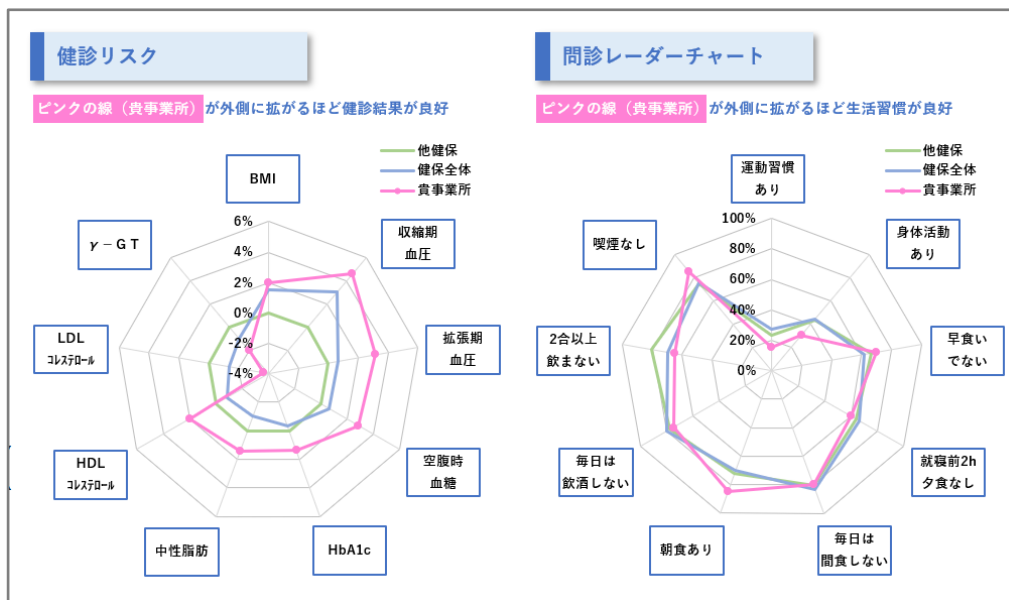
事業所ごとの実年齢平均と健康年齢平均の「差」を算出し、健保全体の値と比較

円グラフの構成割合は内側に健保全体、外側に事業所の割合を表示
健保全体のリスク者割合(ピンク階層)と事業所の構成割合を比較

実年齢平均と健康年齢平均の「差」でランキングを作成し、健保内での立ち位置を確認する



健康年齢事業所レポートのイメージ（事業所用）



健診リスクではJMDC契約の「他健保」データと、「健保全体」「事業所」を比較

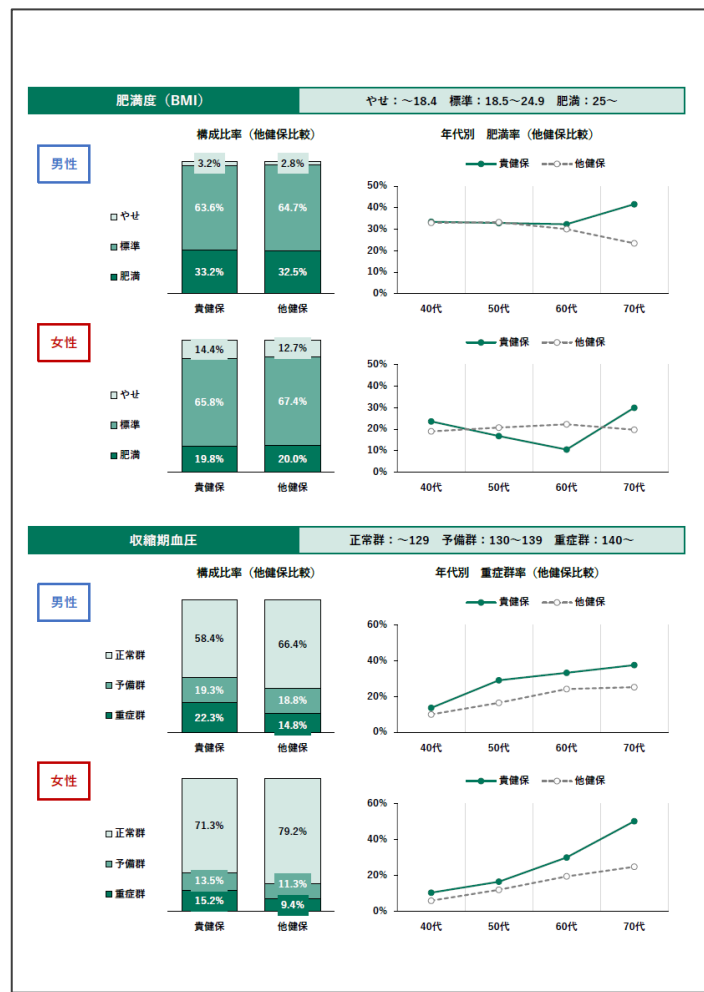
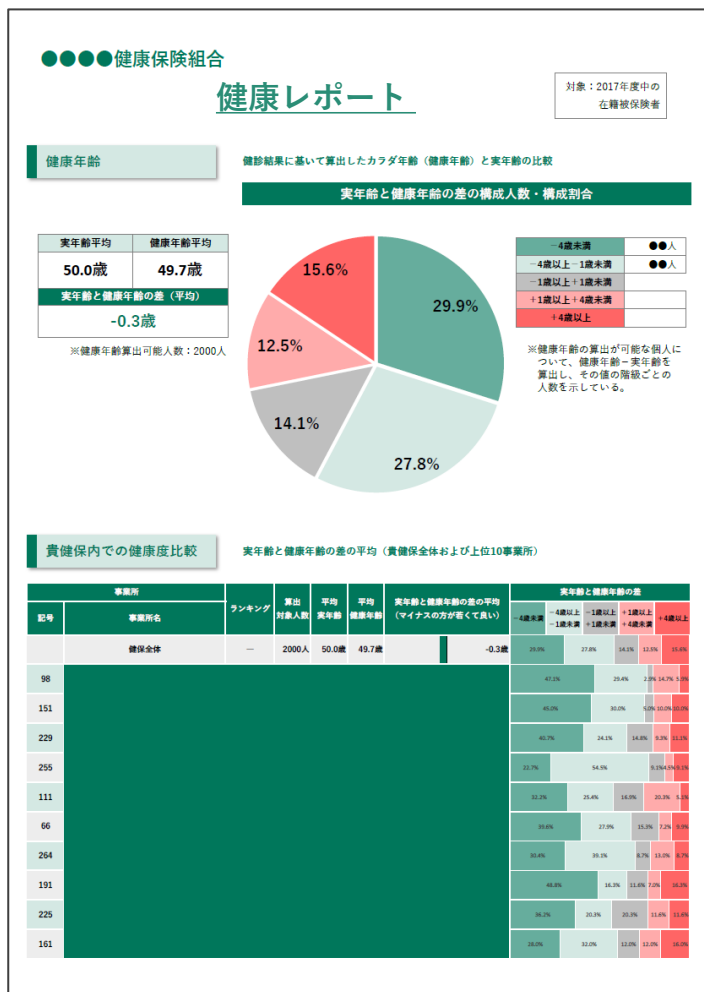
問診レーダーチャートでは、問診回答良好者の割合を表示
従業員の行動特性を把握

健診リスクと問診レーダーチャートを関連付けて健康課題を理解する

- 例)
- ・ BMIと運動習慣
 - ・ γ -GTと飲酒頻度

健康年齢事業所レポートのイメージ（健保全体用）

健康保険組合様全体の状況をまとめた冊子を作成



健康年齢事業所レポートのイメージ（健保全体用）



事業所レポート作成に用いた
各健診・問診項目の、
年代別傾向が分かるグラフを作成

棒グラフでは男女別に、
リスク別の構成割合を表示
JMDC契約「他健保」データ
と比較可能

折れ線グラフでは、40代以降
の年代別リスク者割合を表示
「他健保」データと比較し
男女別に課題となる年代を把握



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】

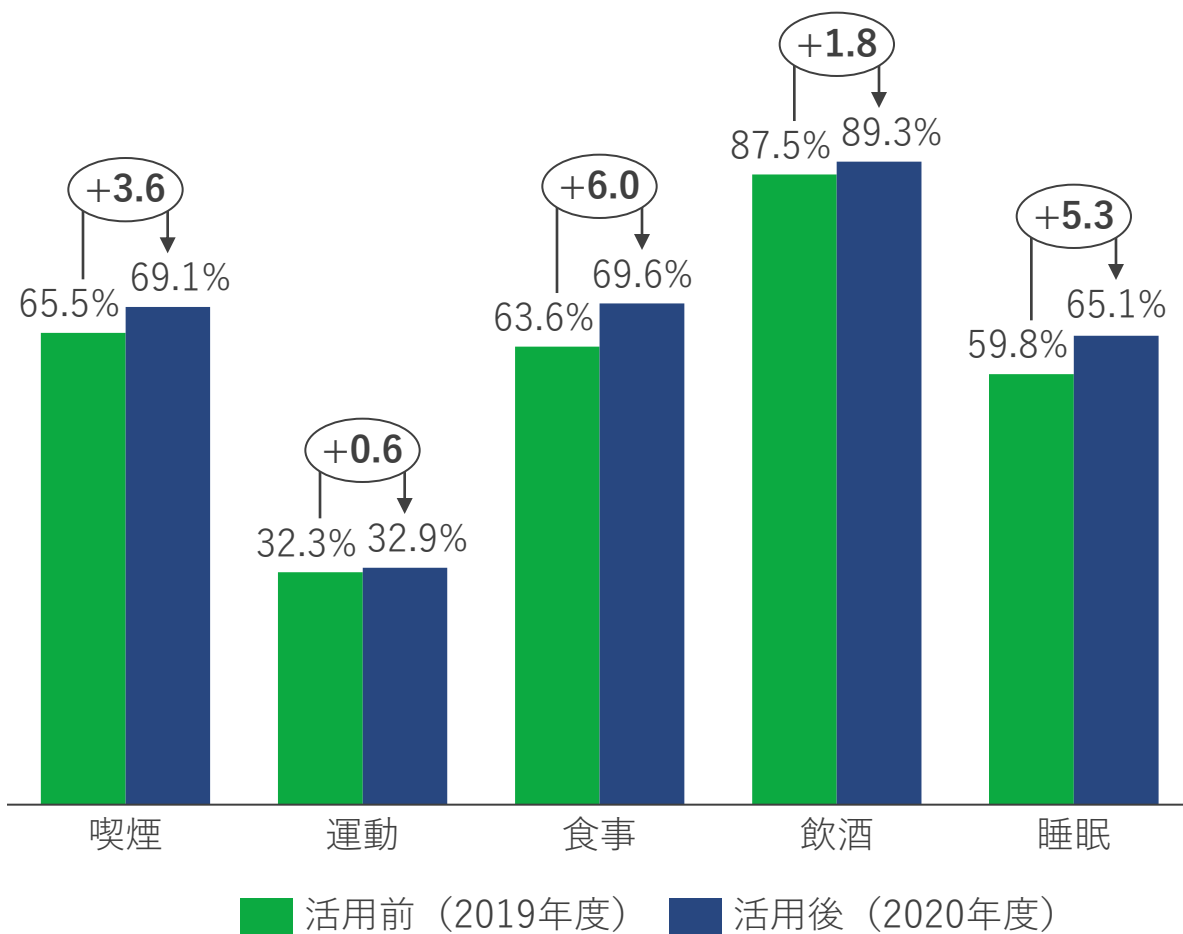
- ①事業所ランキングで事業主に気づきを与える
- ②健康年齢を改善させる為の具体的な施策を提案及び目標設定
- ③事業所ごとの課題に沿った保健事業の実施
- ④実施効果

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



当レポートご活用前後の行動変容（問診での非リスク者割合）

同レポート活用前後において、生活習慣関連の問診項目での非リスク者の割合が高くなる結果が得られた



$$\text{非リスク者割合} = \frac{\text{非リスク者の判定基準}^{\ast 2} \text{該当者人数}}{\text{当該問診項目回答者数}}$$

$$\text{スコア} = \frac{\text{自健保の非リスク者割合}}{\text{他健保の非リスク者割合}} \times 100$$

※2 非リスク者の判定基準

- 喫煙：問診「現在、たばこを習慣的に吸っている」に「いいえ」と回答した者
- 運動：運動習慣に関する3つの問診項目^{※3}のうち2つ以上が適切
- 食事：食事習慣に関する4つの問診項目^{※4}のうち3つ以上が適切
- 飲酒：「多量飲酒群」（以下①または②）に該当しない者
 - ① 飲酒頻度が「毎日」で1日あたり飲酒量が2合以上の者
 - ② 飲酒頻度が「時々」で1日あたり飲酒量が3合以上の者
 *ただし飲酒頻度と飲酒量のいずれかのみ回答した者のうち、飲酒頻度で「ほとんど飲まない（飲めない）」と回答した者、及び飲酒量で「1合未満」「1～2合未満」と回答した者は非リスク者とする
- 睡眠：問診「睡眠で休養が十分とれている」に「はい」と回答した者

※3 運動習慣に関する問診項目の「適切」の該当基準

- ① 「1回30分以上の軽く汗をかく運動を週2日以上、1年以上実施」に「はい」と回答
- ② 「日常生活において歩行又は同等の身体活動を1日1時間以上実施」に「はい」と回答
- ③ 「ほぼ同じ年齢の同性と比較して歩く速度が速い」に「はい」と回答

※4 食事習慣に関する問診項目の「適切」の該当基準

- ① 「人と比較して食べる速度が速い」に「ふつう」または「遅い」と回答
- ② 「就寝前の2時間以内に夕食をとることが週に3回以上ある」に「いいえ」と回答
- ③ <2018年度～>
 - 「朝昼夕の3食以外に間食や甘い飲み物を摂取している」に「時々」または「ほとんど摂取しない」と回答
 <2017年度～>
 - 「夕食後に間食（3食以外の夜食）をとることが週に3回以上ある」に「いいえ」と回答
 - ④ 「朝食を抜くことが週に3回以上ある」に「いいえ」と回答

検証対象：県内単一健保様
被保険者の2019年度・2020年度健診より

当レポートご活用組合様の声

事業所様とのコラボヘルス促進にお役立ていただいております

	Q1 当レポート採用の経緯（目的）	Q2 活用シーン	Q3 事業所の反応（効果）	補足
A健康保険組合様	<ul style="list-style-type: none"> 健康年齢の活用 共同事業の有効活用 	<ul style="list-style-type: none"> 理事会・組合会 健康管理委員会 	<ul style="list-style-type: none"> ホワイト500の取得に活用 その他（組合会での会話） 	
B健康保険組合様	<ul style="list-style-type: none"> コラボヘルス推進 	<ul style="list-style-type: none"> 理事会・組合会 健康管理委員会 	<ul style="list-style-type: none"> その他（健康宣言増加） 	加入事業所の職制が様々なため、ランキングで横並びにするには配慮が必要
C健康保険組合様	<ul style="list-style-type: none"> 健康年齢の活用 共同事業の有効活用 	<ul style="list-style-type: none"> 事業所訪問時 	<ul style="list-style-type: none"> 具体的な動きはない 	
D健康保険組合様	<ul style="list-style-type: none"> コラボヘルス推進 健康年齢の活用 	<ul style="list-style-type: none"> 理事会・組合会 事業所訪問時 	<ul style="list-style-type: none"> 健康経営の取り組みが進んだ 改善に向けた取り組みが進んだ 	一部事業所については経営陣へのインパクトが強く、運動習慣促進など様々な取り組みへとつながった

価格表（税抜き価格）

健診件数(本人家族含む)	通常価格	愛知連合会特別値引き	値引き後価格
500名～1,000名未満	200,000円	50,000円	150,000円
1,000名～2,000名未満	300,000円	50,000円	250,000円
2,000名～5,000名未満	400,000円	100,000円	300,000円
5,000名～10,000名未満	500,000円	100,000円	400,000円
10,000名～50,000名未満	600,000円	100,000円	500,000円
50,000名以上	700,000円	100,000円	600,000円

※健康年齢データ算出および健康年齢レポート作成

※500名未満については、統計上レポート化が困難であるため、別途ご相談させていただきます。

J M D C



support-ps@jmdc.co.jp



03-5733-5013



原 慧