

..... 2018年度
ダスキン健康保険組合事業所別 健康白書

ダスキン健康保険組合では、被保険者（働きさん本人）の健康維持・増進への取り組みとして、事業所の働きさんの健康推移と、各種取り組みの成果を数値的に分析し、目標値の進捗状況やデータヘルス計画に基づく結果の確認として昨年度に続き『健康白書』を作成いたしました。その結果を基に今後取り組むべき課題についての報告と共有を図ります。

被保険者数

5,743人 (2018年度) ※1 6,352人 (2019年3月末)

(委託先) 株式会社 インテージテクノスフィア

ダスキン健康保険組合（被保険者：働きさん本人）の状況

● **事業所別の取り組みの効果が出ています。**

**(株)ダスキンは継続した
取り組みが必要です**

生活改善プログラムへの登録率などは高く、積極的な取り組みがみられますが、生活習慣病の発症率、重症化合併症発症率が高く、リスク発生率、肥満率も高い状態です。

運動習慣や食事習慣など日々の生活改善が必要です。

**サーヴ関係会社では
取り組みが継続されています**

生活習慣改善プログラムやkencomへの登録率が高い水準で、取り組みの効果が継続されています。生活習慣病発症率が低いところが多くなっています。生活習慣病リスクや1人あたり医療費が上がっている事業所もあり、重症化予防への取り組みが必要です。

**プロダクト関係会社では
取り組みの効果がでています**

生活習慣病発症率が前年より増加している事業所が多いものの、生活改善プログラムやkencomへの登録率が高い事業所もみられるようになり、肥満率、喫煙率が減少しているところもあります。**積極的な取り組みが効果につながっています。**

● **健康意識は向上していますが、さらに生活習慣の見直しが必要です。**

**医療費はわずかに
減少しました**

2017年度と比べ、わずかに減少しました。1人あたり医療費も下がっています。疾病別では『生活習慣の改善で予防が見込める疾患』と『早期発見・早期治療が見込める疾患』で6割を超えます。生活習慣改善や早期受診への取り組みが必要です。

**生活習慣病の有所見率、
発症率は増加しています**

生活習慣病の有所見率、生活習慣病発症者、重症化・合併症発症率とも前年より増加しています。生活改善プログラムへの申込率が上昇していますが6割には届いていません。**生活習慣改善プログラムや重症化予防プログラムへの積極的な取り組みが必要です。**

**がん検診の受診率は
上がっています**

がん検診の受診率は上昇していますが、婦人科がんで3割、大腸がんで2割にとどまっています。有所見率は高いもので9%で、今年度も45名の方ががんを新規発症しています。がんの早期発見にもがん検診受診が必要です。

**喫煙率は減少していますが
全国平均より高い状態です**

喫煙率は年々減少してはいますが、依然として男女とも全国平均より高い状態です。特に女性の喫煙率は全国平均と比べて2倍近くとなっています。**引き続き禁煙への積極的な取り組みが必要です。**

**肥満率が
増加傾向です**

肥満率は年々増加傾向で、特に男性は4割が肥満です。肥満は血圧や脂質のリスクにつながります。**kencomの機能活用やイベント参加などで、リスク解消へつなげましょう。**

**運動習慣は良化も
食事習慣は改善が必要です**

運動習慣のある方はkencomなどの活用の成果もあり年々増加しています。適切な食事習慣のある方は前年と比べ減少しています。**運動、食事の両方から生活習慣改善に取り組む必要があります。**

※1 2018年度（2018年4月1日～2019年3月31日）を通じて在籍した被保険者数健康白書では、この人数を対象として集計しています。

2018年度 ダスキン健康保険組合健康白書 事業所別課題・施策一覧

項目	医療費		生活習慣病重症化予防		生活習慣病	生活習慣改善プログラム			喫煙	健診受診	がん検診		肥満・健康増進活動			
	1人当たり医療費が高い	60歳以上の1人当たり医療費が高い	生活習慣病における発症率が高い	生活習慣病における重症化・合併症発症率が高い	生活習慣病リスク発生率が高い※1	特定保健指導の申込率が低い	服薬者指導の申込率が低い	Under40の申込率が低い	喫煙率が高い	健診受診率が低い	がん検診の受診率が低い	がん検診の有所見率が高い	肥満率が高い	kencom登録率が低い	適切な食事習慣を有する方の割合が低い※2	運動習慣ありの割合が低い
課題																
施策																
事業所名																
ダスキン	1															
ダスキンヘルスケア	2									●				●		
サーヴ北海道	3			●					●				●			
サーヴ東北	3						●	●	●							
サーヴ北関東	2						●		●							
シャトル東京	4	●			●						●				●	
サーヴ東海北陸	3								●		● (子宮がん)		●			
サーヴ近畿	4	●				●			●			●				
サーヴ中国四国	1						●									
サーヴ九州	4	●		●					●				●			
ダスキン伊那	3			●	●											●
和倉ダスキン	0															
小野ダスキン	3			●										●		●
プロダクト北海道	5			●			●		●				●			●
プロダクト東北	3			●							● (胃がん)		●			
プロダクト東関東	3						●	●					●			
プロダクト西関東	4				●	●			●				●			
プロダクト東海	5	●	●		●						● (肺がん)					
プロダクト中四国	4	●	●								●					●
プロダクト九州	5	●		●	●				●				●			
エパーフレッシュ函館	4	●		●					●				●			
エムディフード	5						●				●			●	●	●
かつアンドかつ	5						●		●		●			●	●	
ダスキン共益	1	●														

青文字の事業所は2019「健康経営優良法人」認定事業所(13法人)です。
 注記：適用事業所のうち人員5名以下の事業所(ダスキン健康保険組合、ダスキン愛の輪基金)を除く24社を対象としています。

※ 2018年度(2018年4月1日～2019年3月31日)を通じて在籍した被保険者を対象として集計しています。
 ※ 課題・施策とも健康白書の掲載内容から3点程度を設定(事業所の状況によっては増減あり)
 ※ 課題個数 4つはオレンジ文字、5つは赤文字。●は課題4つ、●は課題5つ
 ※1 生活習慣病リスク(血圧、糖代謝、脂質代謝、腎機能)のいずれかが緊急対応、優先対応の該当者
 ※2 適切な食事習慣を有する者とは、食事習慣に関する質問項目のうち3つ以上が適切であるものをいう
 食事習慣に関する質問：朝食抜き週3回未満、早食いをしない、寝る前2時間以内の食事週3回未満、間食は毎日ではない

<p>「健康経営優良法人」 認定事業所(13法人)で 着実に効果が出ています</p>	<p>「健康経営優良法人」認定事業所では、各社でさまざまな取り組みを行っています。前年度と比べ、生活改善プログラムへの申込率の増加、kencom登録率の増加など、各社で積極的に取り組んだ改善活動の効果が着実に出ています。</p>
---	--

働きさん(被保険者) 2018年度健康通信簿(事業所別・グループ別)

□:ダスキン健保平均またはダスキングループ平均より悪い状態

赤字:前年より悪い状態

青文字の事業所は2019「健康経営優良法人」認定事業所(13法人)

金額は小さい方が健康な状態です。

割合は特定保健指導申込率、kencom登録率は高い方が、それ以外は低い方が健康な状態です。

グループ名 事業所名称	人数 ^{※1}	平均 年齢	1人 当たり 医療費	60歳 以上の 1人当たり 医療費	生活習慣病 における 発症率 (糖尿・ 高血圧・ 脂質異常)	生活習慣病 における 重症化・合併 症発症率 (脳・心臓など)	生活習慣病 リスク受診 勧奨以上 発生率 ^{※2}	肥満率	喫煙率	生活習慣改善プログラム申込状況 ^{※6}			kencom 登録率 ^{※5}
										特定保健 指導の 申込率	服薬者 指導の 申込率 ^{※3}	Under40 の申込率	
		(歳)	(円)	(円)	%	%	%	%	%	%	%	%	%
ダスキン健保平均	5,743	47.4	174,185	276,404	25.1%	5.0%	18.6%	30.1%	30.5%	55.6%	56.1%	37.9%	33.6%
ダスキン	2,515	47.1	183,516	292,887	25.5%	5.4%	19.2%	33.7%	27.9%	64.8%	65.3%	58.8%	41.6%
訪問グループ・法人	1,574	46.6	159,679	294,077	23.9%	4.9%	18.6%	33.1%	28.2%	60.8%	64.3%	48.1%	39.8%
本部	654	48.5	149,649	214,728	26.1%	5.4%	18.7%	35.4%	25.9%	71.7%	71.2%	78.9%	53.2%
地域	321	49.1	203,634	278,151	26.2%	6.2%	22.5%	42.8%	31.9%	69.6%	75.0%	57.1%	51.6%
直営	599	43.2	146,579	387,342	20.2%	3.7%	16.5%	25.4%	28.7%	32.1%	28.6%	25.0%	20.1%
生産本部	289	48.1	192,571	314,311	27.7%	5.2%	21.9%	31.3%	28.5%	71.0%	64.3%	61.5%	25.6%
本部	87	47.1	164,599	333,730	28.7%	1.1%	22.1%	33.0%	23.3%	92.3%	80.0%	33.3%	55.2%
地域	16	43.3	105,363	-	12.5%	0.0%	25.0%	31.3%	50.0%	-	100.0%	66.7%	43.8%
工場	186	48.9	210,915	312,070	28.5%	7.5%	21.5%	30.5%	29.0%	55.6%	57.1%	71.4%	11.7%
フードグループ	293	45.2	225,775	331,966	24.9%	7.2%	21.2%	37.8%	35.2%	77.1%	73.9%	80.0%	50.0%
本部	154	47.2	330,675	432,354	29.9%	5.8%	21.4%	40.6%	40.3%	92.6%	81.3%	100.0%	48.1%
地域	70	48.0	95,242	-	24.3%	4.3%	28.6%	55.7%	41.4%	57.1%	100.0%	100.0%	70.0%
直営	69	38.2	109,953	171,346	14.5%	2.9%	13.0%	13.0%	17.4%	-	25.0%	33.3%	37.2%
本社等	321	50.3	253,795	292,566	31.8%	7.2%	16.6%	35.0%	19.3%	77.5%	69.7%	100.0%	58.3%
ダスキンヘルスケア	1,052	50.4	169,442	231,410	23.9%	4.6%	16.4%	22.8%	25.7%	41.4%	16.7%	15.4%	12.9%
サーヴ北海道	114	46.5	162,828	133,836	31.6%	2.6%	21.2%	43.4%	49.6%	100.0%	80.0%	83.3%	81.3%
サーヴ東北	106	44.1	129,446	61,886	13.2%	0.9%	18.9%	28.7%	49.1%	21.4%	0.0%	0.0%	50.8%
サーヴ北関東	121	44.6	153,670	139,930	21.5%	5.0%	15.7%	22.1%	38.0%	54.5%	0.0%	40.0%	48.8%
シャトル東京	100	41.8	121,853	2,485,150	15.0%	3.0%	23.2%	19.2%	34.3%	33.3%	0.0%	0.0%	73.1%
サーヴ東海北陸	256	44.5	137,484	196,086	20.7%	2.0%	18.0%	27.3%	41.0%	40.7%	25.0%	31.3%	23.8%
サーヴ近畿	92	45.9	173,198	583,977	19.6%	1.1%	17.6%	34.4%	39.6%	10.0%	50.0%	0.0%	27.7%
サーヴ中国四国	125	46.4	137,012	260,512	24.0%	5.6%	21.0%	33.1%	30.6%	16.7%	25.0%	0.0%	40.4%
サーヴ九州	263	45.7	197,121	291,674	30.0%	4.9%	18.4%	33.3%	41.4%	87.5%	84.2%	58.3%	53.4%
ダスキン伊那	15	48.9	106,664	66,435	40.0%	6.7%	26.7%	26.7%	33.3%	-	100.0%	-	93.8%
和倉ダスキン	90	50.8	126,346	301,086	28.9%	3.3%	15.6%	21.9%	15.6%	37.5%	50.0%	-	28.6%
小野ダスキン	128	43.5	109,931	86,647	26.6%	7.0%	14.8%	25.7%	11.7%	100.0%	80.0%	66.7%	17.2%
プロダクト北海道	45	50.6	116,713	84,760	28.9%	8.9%	13.3%	22.2%	37.8%	0.0%	0.0%	0.0%	20.8%
プロダクト東北	43	48.7	109,581	225,703	20.9%	9.3%	9.3%	18.6%	27.9%	66.7%	-	0.0%	12.2%
プロダクト東関東	95	44.0	110,713	72,390	21.1%	4.2%	20.0%	26.2%	34.7%	40.0%	0.0%	0.0%	17.8%
プロダクト西関東	86	46.4	129,091	92,447	27.9%	2.3%	26.7%	24.5%	45.3%	0.0%	16.7%	0.0%	15.0%
プロダクト東海	68	49.0	254,564	1,132,541	25.0%	5.9%	22.4%	23.9%	29.9%	16.7%	20.0%	0.0%	28.6%
プロダクト中四国	78	48.1	216,641	472,873	24.4%	6.4%	17.9%	24.4%	20.5%	50.0%	25.0%	33.3%	29.8%
プロダクト九州	72	48.2	225,490	154,862	22.2%	6.9%	25.0%	24.4%	43.1%	25.0%	50.0%	50.0%	15.0%
エバーフレッシュ函館	51	49.9	330,423	258,944	35.3%	2.0%	17.6%	35.3%	39.2%	80.0%	83.3%	0.0%	27.6%
エムディフード	64	39.6	110,212	122,725	10.9%	3.1%	12.7%	25.4%	28.6%	0.0%	-	0.0%	18.8%
かつアンドかつ ^{※4}	43	44.0	55,809	149,670	14.0%	2.3%	16.3%	23.3%	48.8%	0.0%	50.0%	0.0%	3.5%
ダスキン共益	28	45.4	166,617	730,510	21.4%	0.0%	7.1%	25.0%	17.9%	25.0%	100.0%	-	86.7%

注記:適用事業所のうち人員5名以下の事業所(ダスキン健康保険組合、ダスキン愛の輪)を除く24社を対象としています。

グループ名は2019年4月1日時点の組織で表示。組織規程に基づく名称とは異なります。

※1 2019年4月1日時点の事業所ごとの被保険者数。本健康白書ではこの人数を対象とし本集計しています。

※2 生活習慣病リスク(血圧、糖代謝、脂質代謝、腎機能)のいずれかが緊急対応、優先対応の該当者です。

※3 服薬者指導は2018年度分より掲載

※4 かつアンドかつは2018年度分より掲載のため前年度との比較なし

※5 2019年5月21日時点の登録率

※6 生活習慣改善プログラム申込状況「- (ハイフン)」はプログラム対象者0人

2018年度 ダスキン健康保険組合生活習慣病リスク状況

生活習慣病は生活習慣の改善で重症化疾患を予防できる疾患です

ダスキン健康保険組合の生活習慣病リスク状況をみると、男性の4人に1人、女性の15人に1人はメタボ該当・予備群でした。生活習慣病である糖尿病、高血圧症、脂質異常症で病院を受診している方は500~1,000人で、前年度と比べ増加しています。また合併症などで病気が重症化している方も、のべ103人います。生活習慣病はご自身の生活習慣を改善することで重症化を予防できる疾患です。ダスキン健康保険組合では生活習慣改善や重症化対策を目的とした『健康支援プログラム』で必要な方への参加を呼び掛けています。ご自身の健康や生活習慣を見直す機会としてぜひご活用ください。

※ダスキン健保全体の2018年度在籍者（n=5,743、男性：3,071、女性：2,672）を対象として集計しています。
※（ ）内は前年度値



ご自身で生活改善を行うことで重症疾患発症を予防できる疾患である生活習慣病ですが、残念ながら重症疾患を発症してしまった方で以下の方がいます。

50歳代（男性）脳梗塞

高血圧の薬を服用していたが、ここ1~2年は血圧が標準値になったこともあってか、継続して服用していなかった。しかし肥満状態は続いており、脂質が高い状態が続いていた。飲酒量がここ数年多くなっているが、生活改善する意向がみられなかった。

- ▶ 生活習慣を変えていればリスクは減らせた
- ▶ 通院や服薬の継続が必要だった

50歳代（女性）くも膜下出血

高血圧の薬を継続して服用していたため、血圧は正常範囲だった。肥満ではないものの、脂質がとても高い状態が続いていた。生活習慣では、毎日の飲酒が続いており、喫煙も続いていた。生活改善に取り組む意向はあったが、運動習慣は継続していなかった。

- ▶ 禁煙の実施や、生活習慣を変えていればリスクは減らせた

事例として挙げた方をみると

- ・通院や服薬を継続する
- ・通院や服薬している疾病以外でリスクがある場合は、医療機関へ相談する
- ・禁煙をする
- ・飲酒習慣など生活習慣改善を行う
- ・生活習慣改善プログラムや重症化予防プログラムへ参加する

などで重症化になる前に何らかの対策はできたと考えられます。

専門家のアドバイスを受け確実な生活習慣改善に繋げることのできる『健康支援プログラム』をぜひご活用ください。

**健康リスクを放置せずに
生活習慣改善プログラムや
重症化予防プログラムで、
専門家の指導の利用で早めの対策を！
必ず防げるリスクはあります**

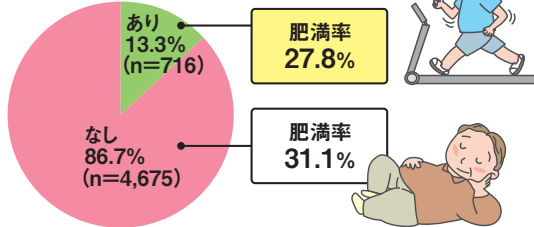
運動習慣、食事習慣の状況（被保険者）

2018年度の健康診断時の問診結果から運動習慣の状況と食事習慣の状況を確認しました。

運動習慣が「ある」方、適切な食事習慣が「ある」の方が、「ない」方に比べ **肥満率は低い**です。

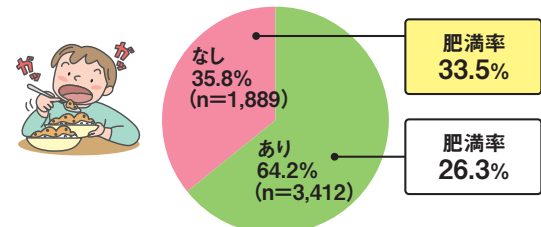
■ 運動習慣と肥満の状況（2018）

運動習慣の有無（n=5,391）



■ 食事習慣と肥満の状況（2018）

適切な食事習慣の有無（n=5,311）



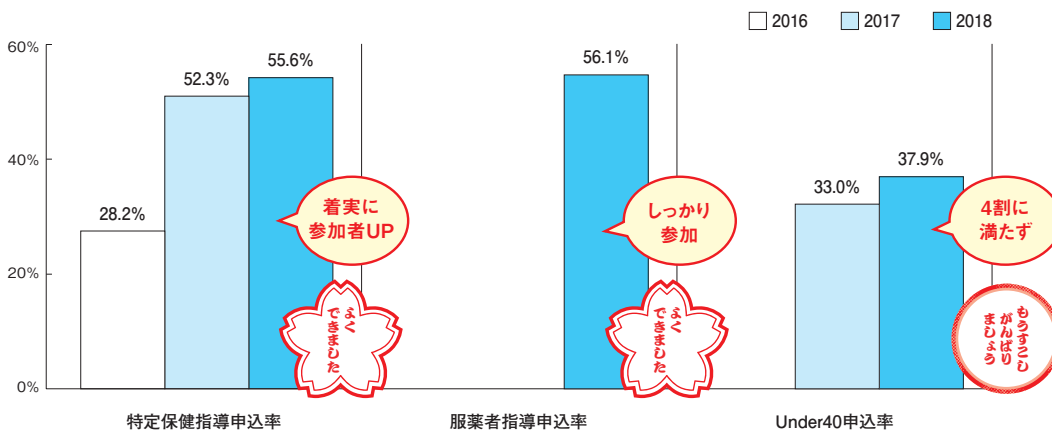
※1 運動習慣ありとは、運動習慣に関する質問項目（1回30分以上の運動を週2日以上実施、日常生活で歩行または身体活動を1日1時間以上実施、ほぼ同じ年齢の同性と比較して歩く速度が速い）のうち2つ以上が該当したものをいう

※2 適切な食事習慣を有する者とは、食事習慣に関する質問項目（朝食抜き週3回未満、早食いをしない、寝る前2時間以内の食事週3回未満、間食は毎日ではない）のうち3つ以上が適切であるものをいう

※3 肥満率=腹囲基準該当者（男性85cm以上、女性90cm以上）またはBMI25以上該当者÷腹囲またはBMI受診者

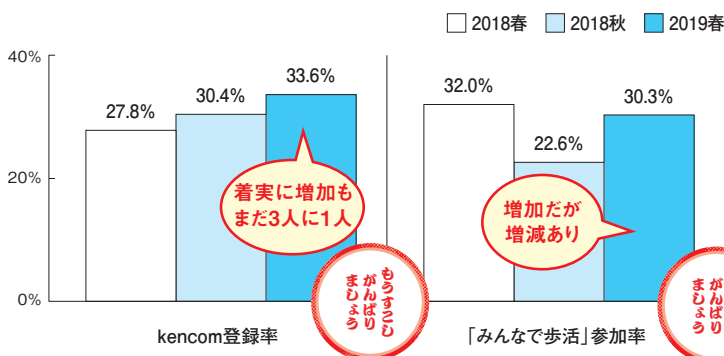
健康支援プログラムへの取組（被保険者）

■ 生活改善プログラムへの申込状況（特定保健指導、服薬者指導、Under40）



『特定保健指導』への申込率は2018年度でも着実に増加しています。また既に血糖、血圧、脂質の服薬があり、依然として生活習慣病のリスクのある方には『服薬者指導』を行っています。こちらは申込率が5割以上と参加者の関心の高さがうかがえます。40歳未満の生活習慣病リスクのある方への『Under40』申込率は、前年より増加しているものの4割に満たず、まだまだ皆さんに参加いただけてはいません。専門家によるサポートが受けられる生活改善プログラムです。対象の方はまずは申し込みましょう。

■ kencom登録状況、みんなで歩活参加状況



kencomの登録率は33.6%まで上昇しましたがまだ3人に1人とどまっています。kencomは、ご自身に合わせた健康ニュースを配信、使うたびにポイントもたまり、ゲーム感覚のイベントもあります。2018年度春から3回にわたってkencomを活用したウォーキングイベント『みんなで歩活』を実施しました。参加率は3割前後と大きく伸びていますが、まだ3人に1人とどまっています。イベントを通して運動習慣が身につく、健康効果も実感でき、楽しく参加できるイベントです。kencomへ登録し、歩活へぜひ参加ください。

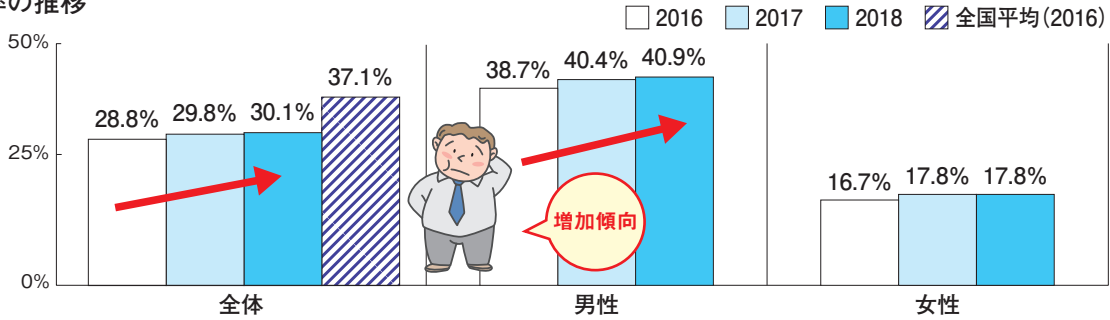
※1 kencom登録、みんなで歩活は、2018春（2018/2/27～5/31）、2018秋（2018/10/～11/27）、2019春（2019/5/21～6/21）の3回分の状況を掲載

※2 みんなで歩活登録者は2名以上のチームへ登録した方を対象

※4 みんなで歩活登録率=みんなで歩活登録者数÷kencom登録者数

肥満率と喫煙率に関する状況 (被保険者)

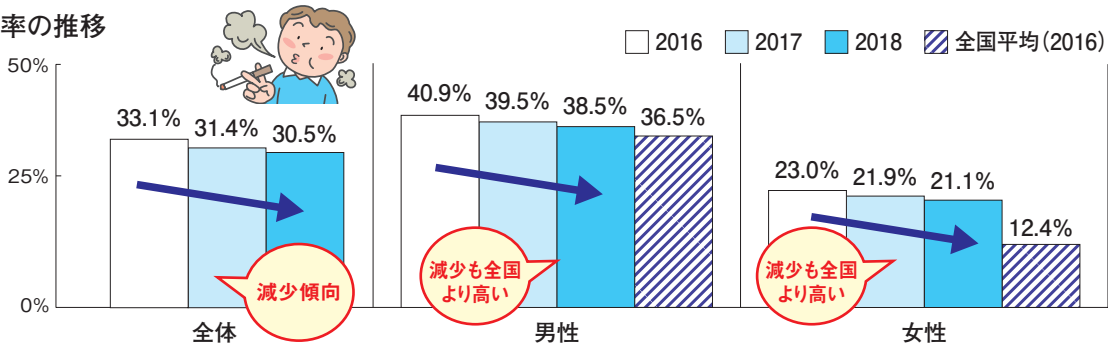
■ 肥満率の推移



肥満率は30.1%と全国平均と比べると低いものの、およそ3割が『肥満』であり、年々割合が上昇しています。特に男性の肥満率は4割を超えています。肥満は生活習慣病のリスクを高めます。『生活習慣改善プログラム』などや『kencom』イベントを活用して肥満の解消に取り組みましょう。

全国平均出典：「健診検査値からみた加入者（40～74歳）の健康状態に関する調査分析（H28）」（健康保険組合連合会、2018年7月）
 ※肥満率＝腹囲基準該当者（男性85cm以上、女性90cm以上）またはBMI25以上該当者÷腹囲またはBMI受診者

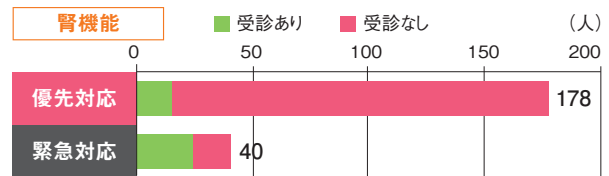
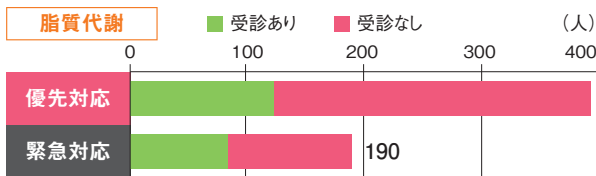
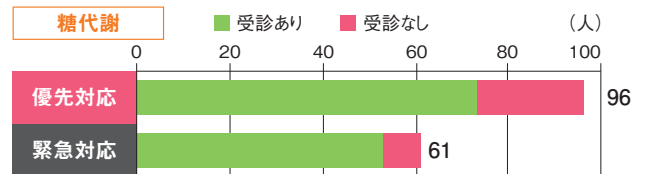
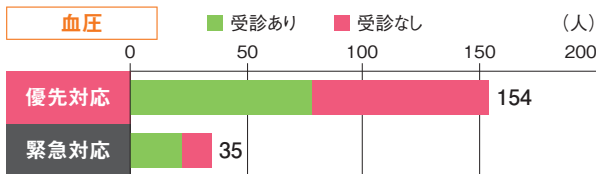
■ 喫煙率の推移



喫煙率は30.5%と年々減少していますがおよそ3人に1人が喫煙者です。男女とも全国平均より高く、特に女性の喫煙率は全国平均の2倍近くです。喫煙はご自身だけでなく、受動喫煙によって周囲の方の健康リスクも高まります。禁煙外来などを活用した積極的な禁煙への取り組みが急がれます。

全国平均出典：「H28年度特定健診の「問診回答」に関する調査」（健康保険組合連合会、2018年9月）

生活習慣病リスクに関する状況 (被保険者)



生活習慣病リスク判定基準値

重症化リスク健診項目		受診勧奨 緊急対応者 (ブラックゾーン)	受診勧奨 優先対応者 (レッドゾーン)
血圧	収縮期 (mmHg)	≥180	180>~≥160
	拡張期 (mmHg)	≥110	110>~≥100
糖代謝	空腹時血糖 (mg/dl)	≥160	160>~≥130
	HbA1c (%)	≥8.0	8.0>~≥7.0
脂質代謝	中性脂肪 (mg/dl)	≥1000	1000>~≥500
	LDLコレステロール (mg/dl)	≥180	180>~≥160
腎機能	eGFR (ml/min/1.73m ²)	<45	45≤<60 かつ 尿蛋白が1+以上
	尿蛋白	3+	2+/1+

2018年度の健診結果から有所見(ブラック・レッドゾーン)に該当する方の治療状況を確認しました。有所見者のうち脂質代謝、腎機能では半数以上の方が未治療でした。ダスキン健康保険組合から健診結果の検査値の悪い方に医療機関への受診を促すよう連絡しています。症状が出る前の早めの受診で確実に重症化を防げます。連絡を受けた方は医療機関への受診をお願いします。