

データ *DE* コラボ

～社員と家族の健康づくり活動
への取り組み～

株式会社デンソー
デンソー健康保険組合

DENSO

1

目 次

会社概要、基本方針と連携体制

- 1．会社概要
- 2．基本方針
- 3．事業主と健保組合の連携体制

レセプトデータの分析結果と実施概要

- 4．禁煙支援・喫煙防止
- 5．禁酒・節酒支援
- 6．20歳代からの早期予防教育
- 7．家族対象の保健事業

取組の報道・受賞歴、および社会貢献活動

2

1. 会社概要 (1) 株式会社デンソーの概要



設立	1949年12月16日	
資本金	1,874 億円	
売上収益	連結	4兆 5,245 億円
営業利益	連結	3,157 億円
従業員数 (就業人員ベース)	連結	151,775 名
	単独	38,490 名

/ 2016年3月31日現在

主な製品

● 環境

エンジンシステム、
ハイブリッド車
電気自動車用製品

● 安全

走行支援システム、ABSなど



● 快適

カーエアコンなど

● 利便

カーナビゲーションシステム、ETCなど

QRコード



デンソー健保HP

ロゴキュー

(2) デンソー健康保険組合の概要

【加入事業所】(株)デンソー、国内グループ会社 55事業所

【加入者数】被保険者7万人+被扶養者8万人 合計15万人

【保険料率】8.2% (内訳：会社5.012%、本人3.188%)

DENSO

3

2. 基本方針

株式会社デンソー : 健康を重視した職場風土作りと自主的な健康作りの推進

デンソー健康保険組合 : 総力を発揮し、「加入者のQOL」の向上と「医療費増加抑制」

QOL=Quality of Life(生活の質)

目的・狙い

1. 在職中死亡および重症化の防止 …… 予防可能な疾患による死亡や重症化によるQOL低下を防ぐ
2. 健康的な職場環境づくり …… 上記につながる生活習慣や体重増加などのリスクを低減する
3. 家族の健康保持・増進 …… 上記を支える家族の健康意識の向上により、加入者のQOL向上を目指す

レセプト・健診データの分析

1. 在職中死亡および重症化の防止
 - ・虚血性心疾患・脳血管疾患の発症リスク
 - ・喫煙習慣と悪性新生物(がん)の医療費
2. 健康的な職場環境づくり
 - ・20歳代からの体重増加による高血圧・糖尿病の発症リスクと医療費
3. 家族の健康保持・増進
 - ・家族のBMIからみた10年後の医療費
 - ・医療費に影響を及ぼす健診項目の分析

対策の概要

1. 【禁煙支援・喫煙防止】
【禁酒・節酒支援】
【メタボ改善支援】
2. 【20歳代からの早期予防】
【職場で取り組む体力づくり】
【環境整備と風土づくり】
3. 【家族向け健康診断】
【家族対象の保健事業】

4

3. 事業主と健保組合の連携体制

データ活用の実施経過（1978年～）



データによって判明した問題点

- ・肥満者率の増加
- ・生活習慣病の医療費が増加
- ・男性喫煙率が高い
05年：49%（全国平均46%）

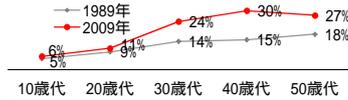
対策

- ・ご夫婦で参加できる健康セミナー
- ・禁煙支援事業スタート

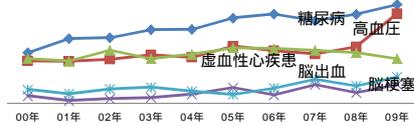
課題

- ・事業主と健保組合の連携強化が重要（社員と家族）

【肥満者率の変化】（89 09年、20年後比較）



【生活習慣病 医療費】（社員一人あたり）

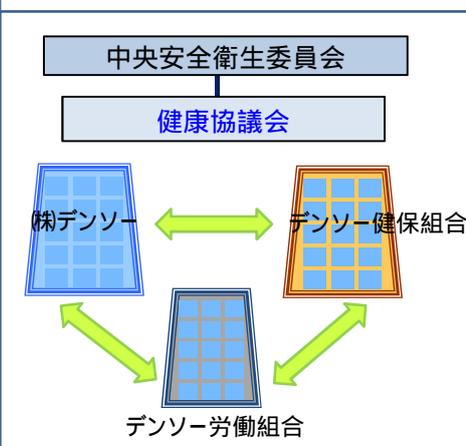


「データDEコラボ」とは、(株)デンソーとデンソー健康保険組合が連携して健診と医療費のデータを分析し、社員と家族の健康度向上のため、より効果的な取り組みを目指すものです。

3. 事業主と健保組合の連携体制

コラボヘルス推進体制（事業主 + 健保組合）

2007年～	Do!ヘルシーライフ推進委員会 発足
2011年～	喫煙対策プロジェクト 発足
2016年～	健康協議会 発足



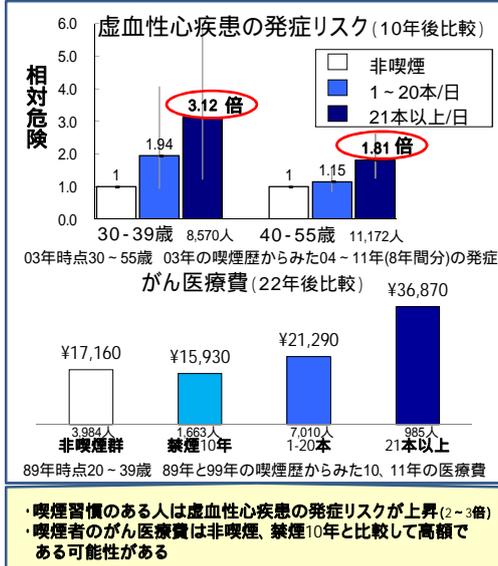
約25年間分のデータ蓄積により、社員と家族の健康づくりを効果的な保健事業の土台で支えます

4. 禁煙支援・喫煙防止

在職中死亡および重症化の防止

禁煙

分析結果（抜粋）

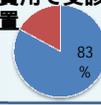


対策例 ■ 社内禁煙外来の設置

狙い：喫煙率の減少

内容：就業時間内に安価な費用で受診できる禁煙外来を設置

効果：禁煙成功率 83%



対策例 ■ 卒煙キャンペーン

狙い：家族とともに社員の禁煙を支援

禁煙のきっかけづくりを拡大
内容：ニコチンパッチの費用補助
サポーターの家族にも特典あり

効果：禁煙成功率 30%
参加者数1,081人(12-14年)

今後の課題

- 禁煙しやすい環境づくり
- 喫煙場所・喫煙時間の制限
- 非喫煙者も含めたインセンティブ制度の拡充

7

喫煙対策計画・目標値

項目	実施時期
建屋内完全禁煙	本 社：16年度末、本社以外：18年度末
全社一斉禁煙タイム 原則、所定・標準労働時間内禁煙	導入準備：15年度、全社導入：16年度

【長期活動計画】

		2013年度	14	15	16	17	18	19	20	21	
喫煙率目標(男性%)		34	32	30%以内	28	26	24	22	20%以内		
禁煙タイム					禁煙タイム導入準備	禁煙タイム導入(全社)					
環境対策	喫煙所	本社	オフィスビル喫煙室半減	屋外喫煙所設置	屋内喫煙所	屋内喫煙所順次閉鎖	建屋内完全禁煙		段階的に閉鎖		
	本社以外	屋外化試行	屋内統廃合・閉鎖	簡易喫煙所全廃	屋内喫煙所	屋内喫煙所順次閉鎖	建屋内完全禁煙		段階的に閉鎖		
卒煙支援	教育・啓発	禁煙講演会・セミナー開催、禁煙外来拡大、禁煙デー拡充、新入社員・卒煙者の喫煙防止									
	タバコ販売	禁煙デーでの販売中止			社内販売中止						
					禁煙治療への参加勧奨(健診時等)						

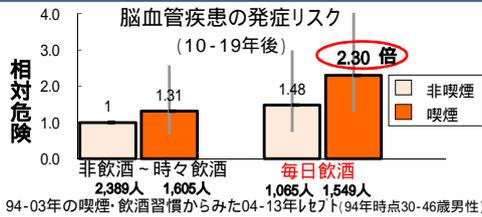
8

5. 禁酒・節酒支援

在職中死亡および重症化の防止

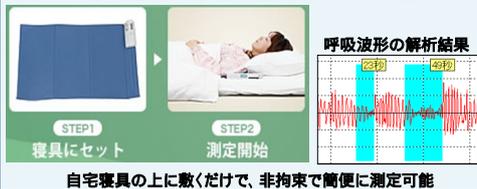
禁酒

分析結果（抜粋）



・非飲酒～時々飲酒かつ非喫煙者と比較して、毎日飲酒かつ喫煙者は、脳血管疾患の発症リスクが上昇(2.30倍)

内容：睡眠時無呼吸症候群の簡易検査装置(㈱デンソー開発「スリープアイ」を活用)
結果：約2割が中等症・重症レベル 受診勧奨



【背景】

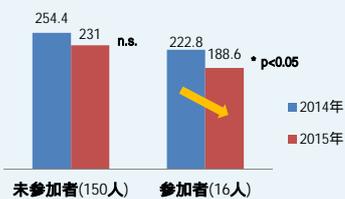
- ・日本人男性の15.6%が多量飲酒者(13年厚労省調査)
- ・睡眠時無呼吸症候群(SAS)の軽症(無呼吸低呼吸指数5以上)男性有病率は24%(93年N Engl J Med)
- ・問題飲酒とSASは高血圧症等の合併が多く、高血圧と問題飲酒の重複者は重症化のリスク者として対策を検討

対策例 ■ 個別面接・ノンアルプラン

内容：禁酒または節酒 1週間

6ヶ月後

効果：飲酒習慣の改善が継続 6-7割
：AUDIT点数が改善(12.9 9.3点)
：中性脂肪が改善(未参加者と比較)



今後の課題

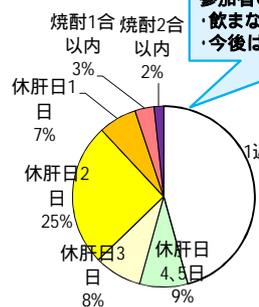
飲酒および睡眠習慣への啓発強化

11

「ノンアルプラン」について

禁酒・節酒 実施状況

【参加者の禁酒目標】



参加者の感想

・飲まなくても平気なことがわかった
・今後は休肝日をつくりたい

【禁酒宣言書】事例

ノンアルプラン宣言書

私は2015年 月 日より
禁酒・禁酒に向けて取り組むことを宣言します！

署名

氏名

勤務先

禁酒宣言の理由

禁酒宣言の期間

禁酒宣言の具体的な内容

禁酒宣言の具体的な内容

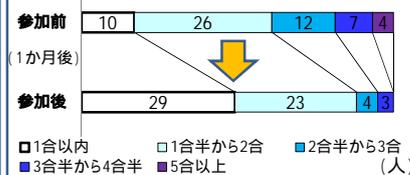
禁酒宣言の具体的な内容

ご家族からの応援メッセージ

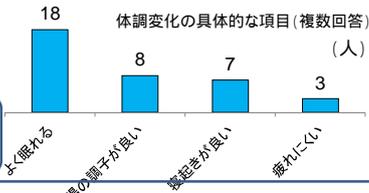
こんなに長い期間、好きな物を断つのは、とても大変だと思います。どうぞ頑張ってください。休肝日も続くようになり、元気に過ごせますように

効果（飲酒量と体調の変化）

参加後、飲酒量が減った人 約6割



体調がよくなった人 約4割



ポイント

・飲酒習慣と睡眠習慣の改善を目指すコースを新たに設定して、参加者数を拡大

12

メタボリックシンドローム改善支援について

概要【メタボ改善教育】

【対象】
特定保健指導対象者の社員
【内容】
社内就業時間内での特定保健指導

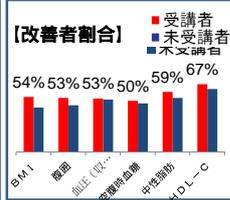
ポイント

- ・ 動機づけ支援についても、継続支援を追加して実施

実施状況（参加者数）



効果



概要【チャレンジプラン】

【対象】
高血圧・高血糖・脂質異常症が気になる社員とその配偶者
【内容】
あいち健康プラザでの1日型、生活習慣改善セミナー、および受診動奨（必要者）

ポイント

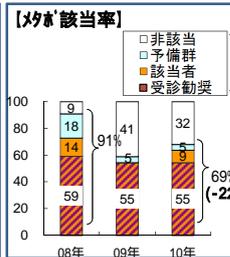
- ・ 休日開催、ご夫婦での参加が可能
- ・ 医師・保健師・管理栄養士・運動指導士など多職種連携による支援

実施状況（参加者数）

2007年～2014年 合計 718人



効果



ポイント

- ・ 宿泊型プログラムを追加し、魅力ある企画を選択できるよう修正

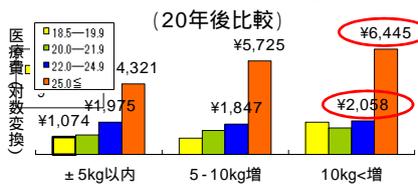
13

6. 20歳代からの早期予防教育 健康的な職場環境づくり

運動 食生活

分析結果（抜粋）

20歳代のBMIおよび体重増加による年間医療費



・ 20歳代の肥満および40歳代までの体重増加により、将来の医療費が高額

<健診・体力測定>



<満点ラジオ体操>



<ヘルシーメニュー>



朝のラジオ体操について、10年度より実施強化（上司経由で依頼文書やポスター掲示）

対策例 ■ 社内健康教育「健康を考える日」

狙い：メタボ新規流入を防止

対象：39歳を迎える全社員

内容：1日型の健康教育（体力測定、食事・運動、目標設定等）

効果：ラジオ体操をする社員の割合が上昇



対策例 ■ 社外セミナー「マイプラス」

狙い：社員宛てに新規加入した家族へのお祝いを兼ねて無料クーポンを進呈

対象：20-30歳代の社員と家族

内容：1日型健康づくりセミナー

委託先
あいち健康プラザ



今後の課題

将来の疾病発症リスクへの気づき発信、各世代の意識改革を促進

14

社員食堂のヘルシーメニューについて

目的：社員食堂で食育を実施することにより、健康や栄養バランスを意識した食生活を推進する

D o ! ヘルシーメニューへの満足度向上（質と量の両面での継続的レベルアップ）

1日分の野菜が摂れるメニュー



糖質コントロール



選べる副菜で楽しさUP



D o ! ヘルシーメニューの利用率・浸透率の向上（良さが伝わるプロモーション）

人目を引く掲示方法の工夫



健康推進フェアの実施



ICTを活用した健康管理

目的：定期健診の予約変更ができるページを通じて、健康情報の提供や健康管理ツールの活用を促進

社内健康ポータルサイト「健康ねっと」
年間2万人閲覧



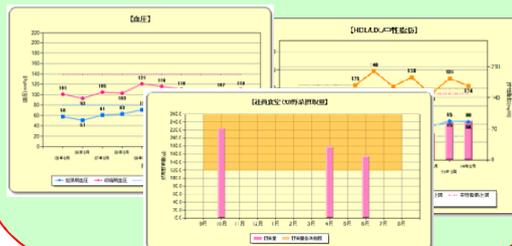
健康サポートシステム
Happy My Life (ハッピーマイライフ)

【内容】

- Myライフログ：歩数、体重、血圧の記録
- My食事ログ：社食での摂取エネルギー量、塩分、栄養素情報
- My健診ログ：過去10年分の健診データ

ポイント

- 個人が主体的に取り組めるよう、楽しく使いやすいツール
- 職場へ体重計などを設置し、集団でも取り組めるツール

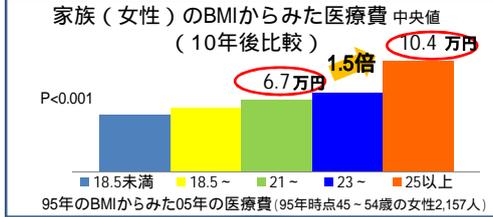


7. 家族対象の保健事業

家族の健康保持・増進

健診 運動

分析結果（抜粋）



・家族（女性）もBMIが高いほど10年後の医療費が高額(1.5倍)

<健保連愛知連合会主催 健康ウォーク> <ノルディックウォーク>



対策例 ■ 家族の健診受診率アップ

内容：未受診者アンケートの活用
：社員経由で健診案内を送付
：2年連続受診すると健診費用を半額にするキャンペーン実施
効果：特定健診受診率(家族)60.2%

対策例 ■ ウォーキング・体づくり事業

内容：家族が運動する機会を提供
・各種ウォーキングイベント
・ヨガ、エアロビクス教室
・契約スポーツ施設

ウォーキング参加者数



今後の課題

未受診者へのさらなる受診率向上
日常的な活動量向上の仕組み作り

17

8. まとめ

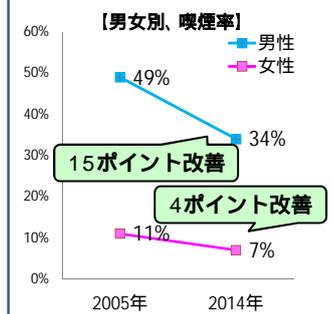
1. 在職中死亡および重症化の防止

2. 健康的な職場環境づくり

3. 家族の健康保持・増進

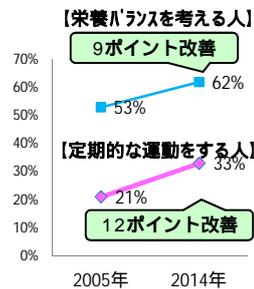
禁煙

男女とも喫煙率が減少



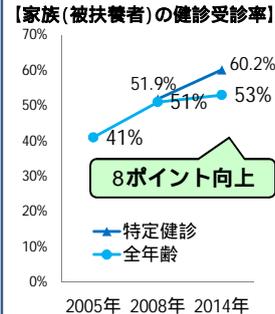
運動 食生活

運動習慣・栄養バランスを考える社員が増加



健診

健診受診率が向上



今後の中長期的な課題

ヘルスリテラシーの高い社員と家族を育てる職場風土をつくる
㈱デンソーのグループ会社への活動強化
地域と連携したデータヘルス計画に取り組む

18