

(06132344) 東京都食品健康保険組合 様
2021年度版（2019年度実績分） 健康スコアリングレポート

参考資料

本資料は、健保組合や企業の担当者向けに、健康スコアリングレポートの参考資料として、各項目に関する被保険者・被扶養者別、男女別、年代別等のデータを掲載したものです。

健保組合や企業における、健康課題の整理・確認のためにご利用ください。

【本レポートで使用する用語の定義】 「組合」及び「健保組合」：健康保険組合 ／ 「全組合」：全健康保険組合 ／ 「医療費」：2019年度年間医療費 ／
「特定健診」：特定健康診査 ／ 「業態」：健康保険組合における業態（29分類）／
「加入者全体」：健保組合加入者(被保険者、及び被扶養者)全体 ／
「20代」：20～29歳 ／ 「30代」：30～39歳 ／ 「40代」：40～49歳 ／ 「50代」：50～59歳 ／
「60代」：60～69歳 ／ 「60代～」：60～74歳

【本レポートにおけるデータ対象】

- ・医療費：全加入者 ／ 特定健診（健康状況・生活習慣）：40歳～74歳
- ・次の場合はデータを非表示
　特定保健指導対象者割合・健康状況・生活習慣・医療費：対象となる加入者数50名未満の場合
- ・合併のあった組合については、合併前の各組合のデータを合算して表示
- ・被保険者及び被扶養者
 - 2017年度 [第2期（2013～2017年度）特定健康診査等実施計画期間]
　被保険者：強制被保険者 / 任継被保険者 / 特退被保険者
　被扶養者：強制被扶養者 / 任継被扶養者 / 特退被扶養者
 - 2018年度以降 [第3期（2018～2023年度）特定健康診査等実施計画期間]
　被保険者：強制被保険者
　被扶養者：強制被扶養者 / 任継被保険者・被扶養者 / 特退被保険者・被扶養者

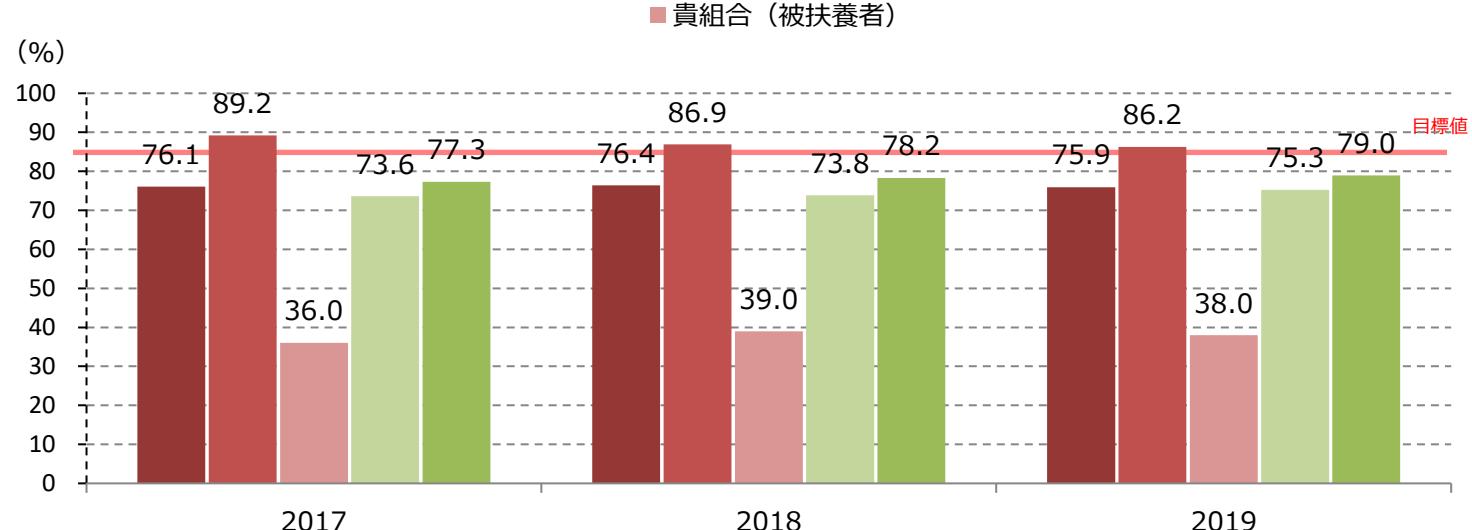
※各指標の算出方法については、P14をご参照ください。

貴健保組合の特定健診の実施状況



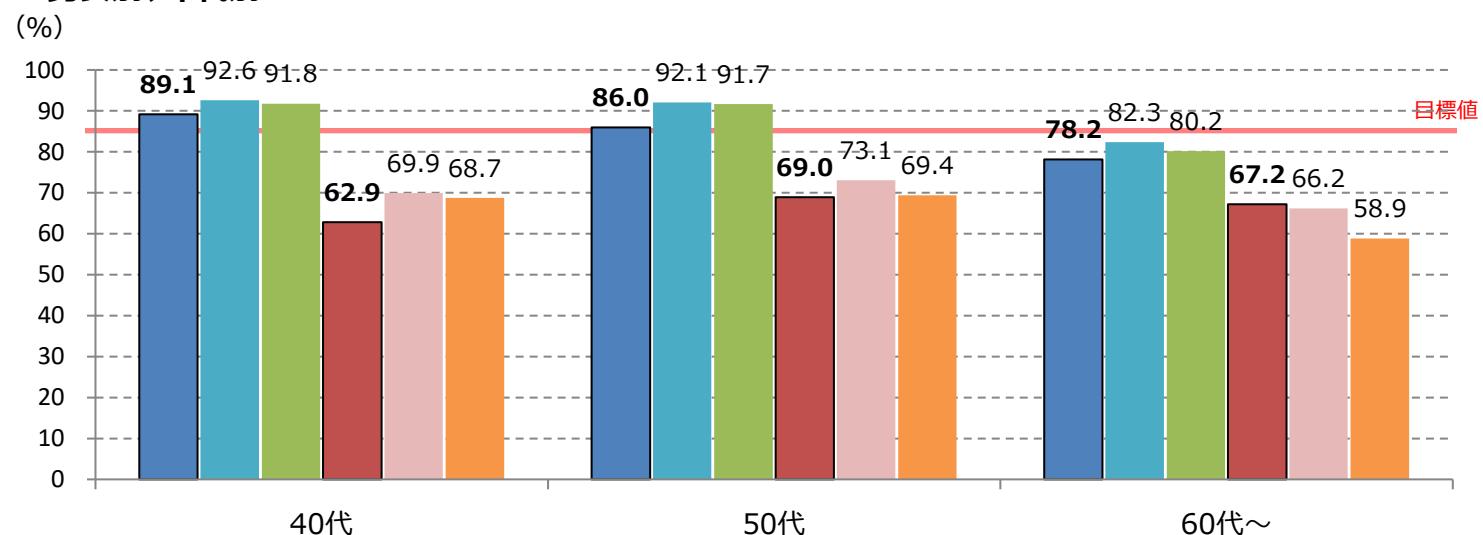
【特定健診の実施率】

加入者全体、被保険者・被扶養者別



【特定健診の実施率】

男女別、年代別



		加入者全体	被保険者	被扶養者	男性	女性	40代	50代	60代～
特定健診 の実施率	貴組合	75.9%	86.2%	38.0%	85.9%	65.9%	76.4%	77.5%	72.3%
	業態平均	80.7%	91.7%	48.1%	90.5%	70.4%	81.5%	82.8%	74.3%
	全組合平均	79.0%	91.3%	48.0%	89.5%	67.2%	80.6%	81.2%	70.6%

※ 特定健診実施率は「特定健診受診者数÷特定健診対象者数」で算出しているが、2017年度の特定健診対象者数は下記の考え方で集計しているため、保険者によっては、特定健診対象者数が特定健診受診者数を下回り、特定健診実施率が100%を超える場合がある。
この場合の特定健診実施率は100%と表示。（2018年度以降は100%を超えることはない）

- a.加入者全体：2017年4月1日時点の加入者であって、年度途中に脱退がない者のうち、除外規定（妊娠婦・刑務所服役中・長期入院・海外在住等）に該当しない者の数
- b.被扶養者：2017年4月1日時点の被扶養者の数
- c.被保険者：加入者全体の数から被扶養者数を除いた数（a-b）

※ 目標値は、第3期（2018～2023年度）特定健康診査等実施計画期間における保険者種別目標。

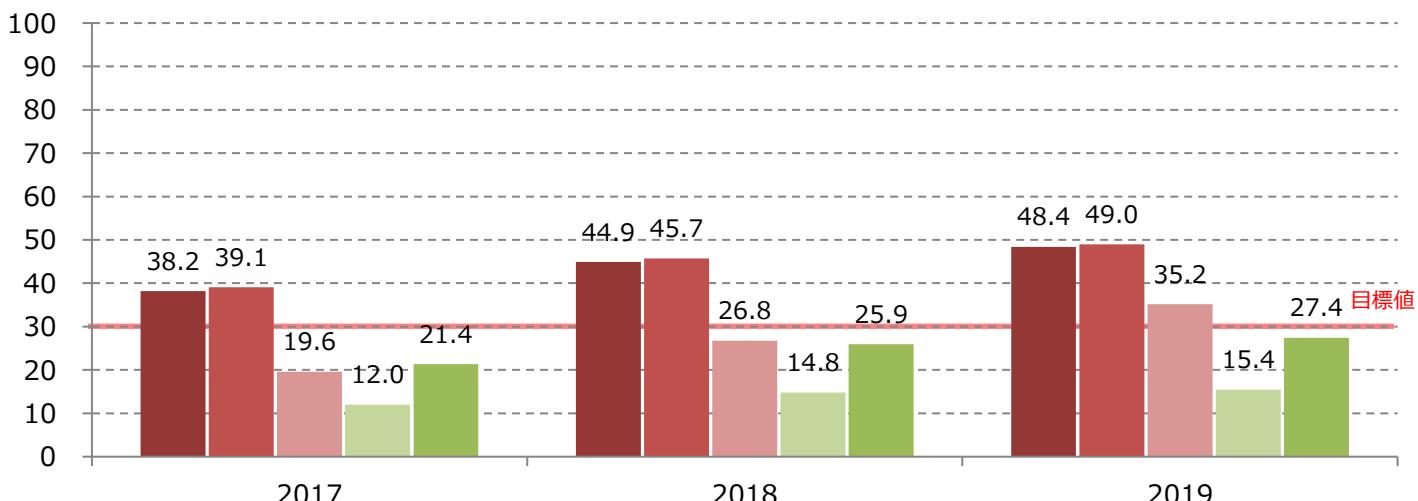
貴健保組合の特定保健指導の実施状況

特定保健指導の実施状況					
-------------	--	--	--	--	--

【特定保健指導の実施率】

加入者全体、被保険者・被扶養者別

(%)



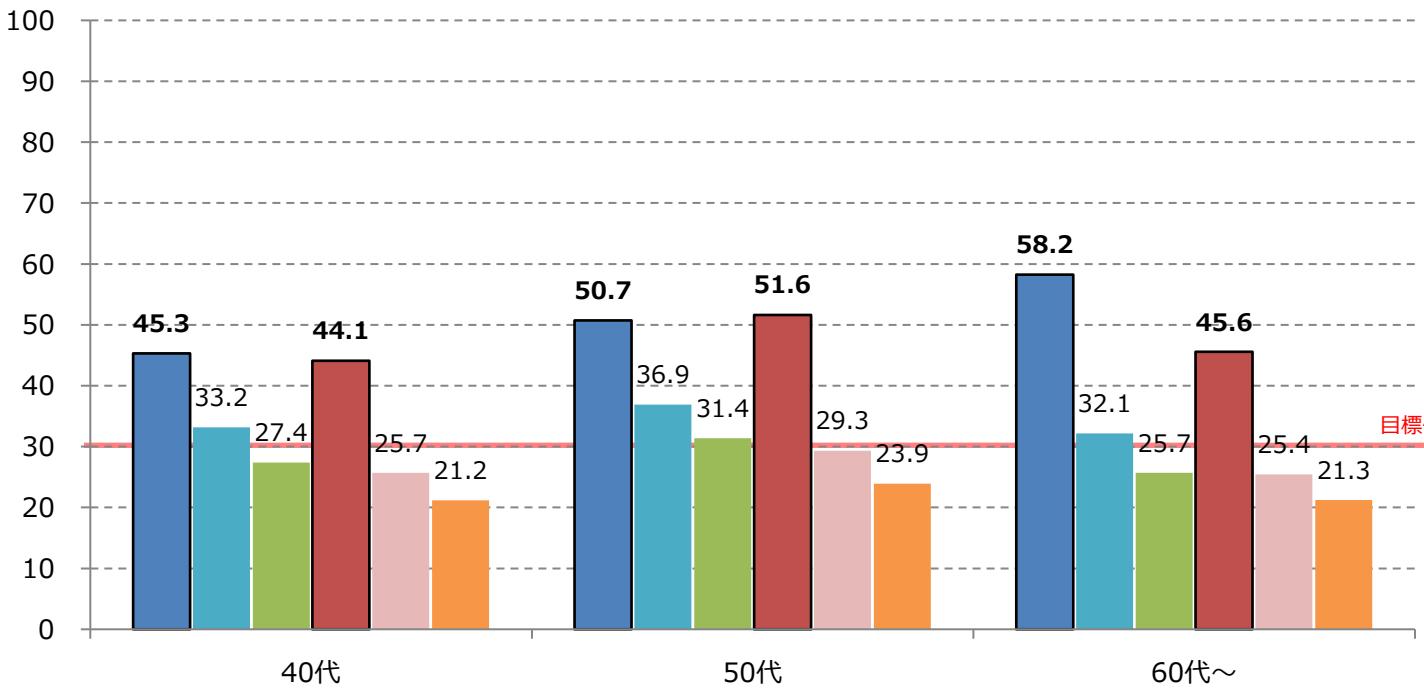
総合組合平均(加入者全体)

全組合平均(加入者全体)

【特定保健指導の実施率】

男女別、年代別

(%)



目標値

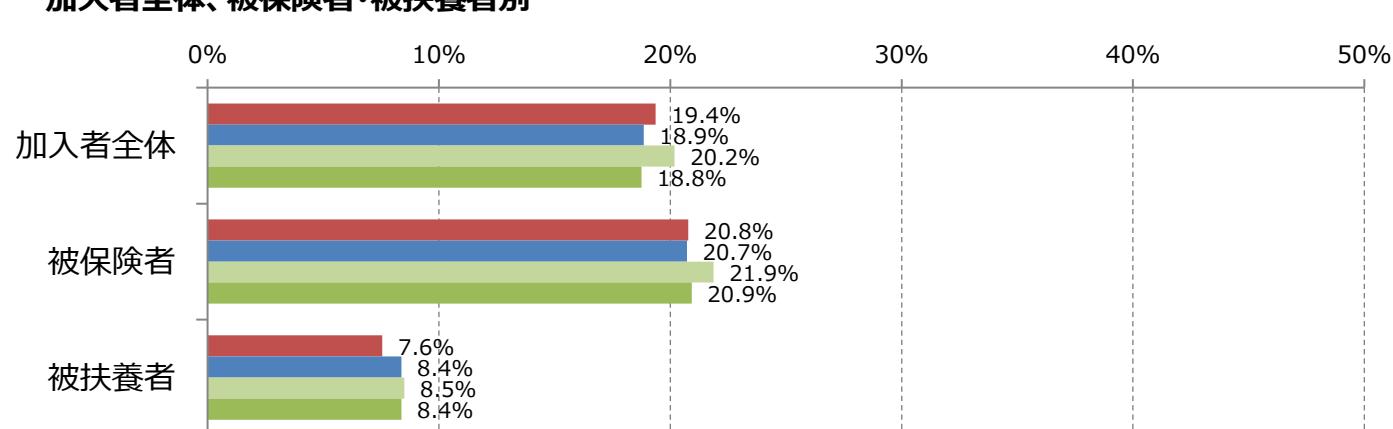
		加入者全体	被保険者	被扶養者	男性	女性	40代	50代	60代～
特定保健指導の実施率	貴組合	48.4%	49.0%	35.2%	48.8%	47.1%	45.1%	50.9%	54.7%
	業態平均	32.8%	34.5%	9.7%	34.5%	27.1%	31.7%	35.1%	30.3%
	全組合平均	27.4%	28.6%	13.9%	28.7%	22.3%	26.2%	29.8%	24.7%

※ 目標値は、第3期（2018～2023年度）特定健康診査等実施計画期間における保険者種別目標。

貴健保組合の特定保健指導対象者割合

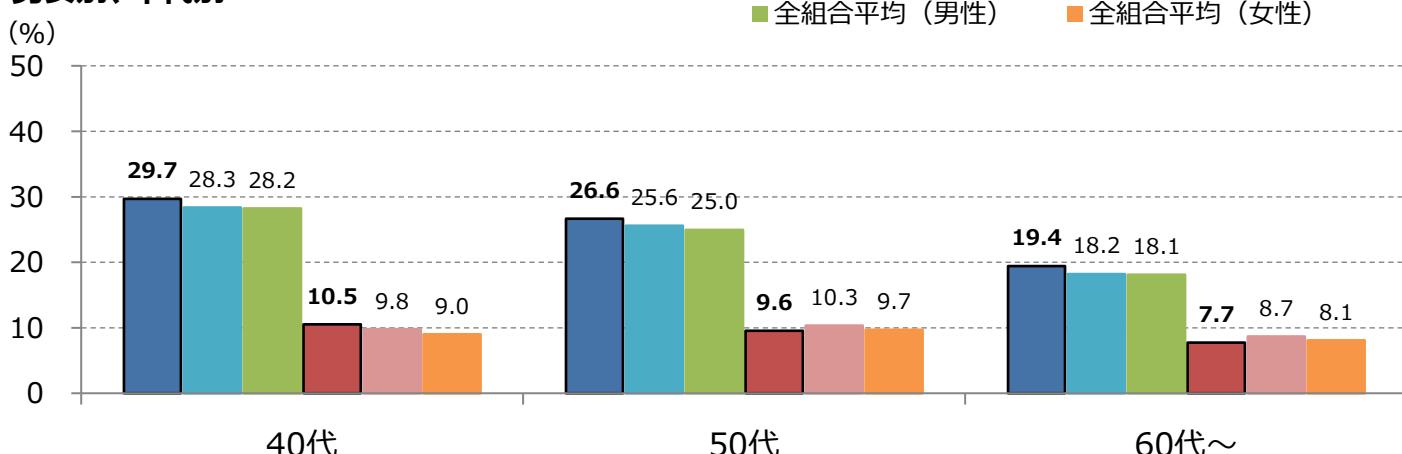
【特定保健指導の対象者割合】

加入者全体、被保険者・被扶養者別

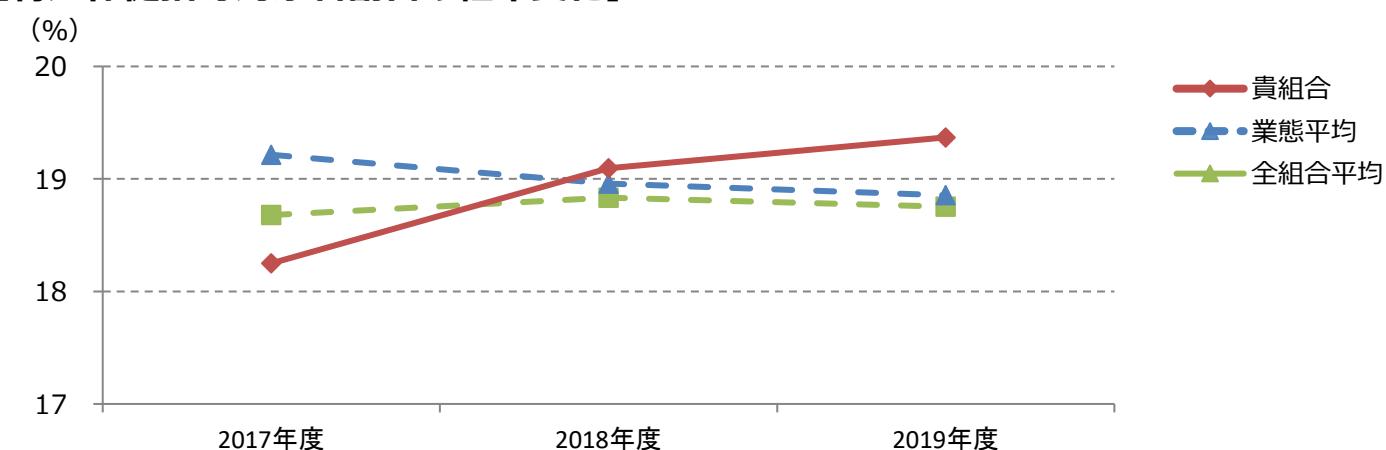


【特定保健指導の対象者割合】

男女別、年代別



【特定保健指導対象者割合の経年変化】



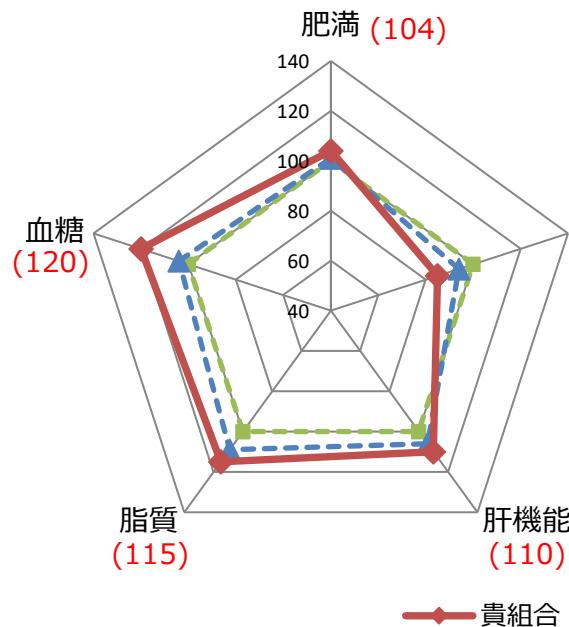
	2017年度	2018年度	2019年度
貴組合	18.2	19.1	19.4
業態平均	19.2	19.0	18.9
全組合平均	18.7	18.8	18.8

		加入者全体	被保険者	被扶養者	男性	女性	40代	50代	60代～
特定保健指導の対象者割合	貴組合	19.4%	20.8%	7.6%	26.8%	9.6%	22.1%	19.1%	13.6%
	業態平均	18.9%	20.7%	8.4%	25.6%	9.8%	20.6%	19.0%	14.0%
	全組合平均	18.8%	20.9%	8.4%	25.2%	9.1%	20.3%	18.9%	14.4%

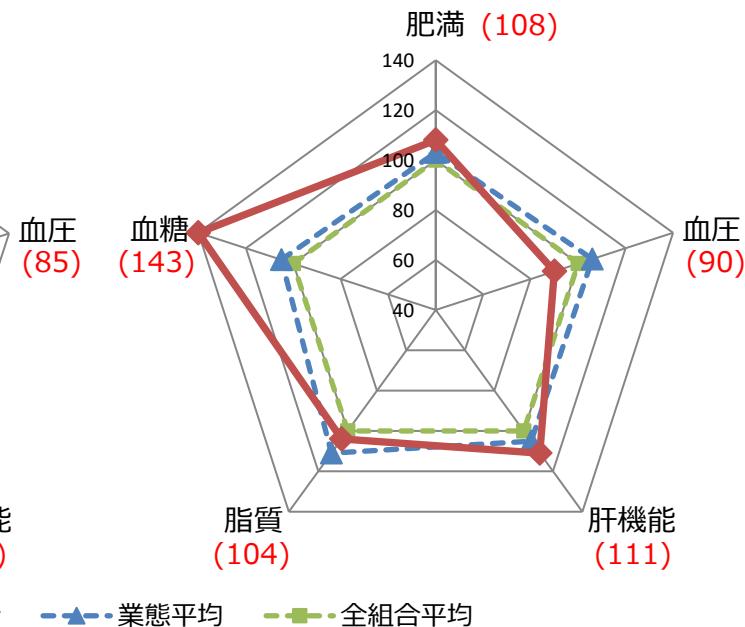
貴健保組合の健康状況の詳細

【健康状況（特定健診結果）】

被保険者



被扶養者



		加入者全体	被保険者	被扶養者	男性	女性	40代	50代	60代～
内臓脂肪型肥満のリスク保有者の割合	貴組合	39.0%	41.2%	20.2%	51.6%	22.3%	37.9%	39.9%	39.9%
	業態平均	39.1%	42.3%	21.1%	51.3%	22.8%	37.1%	40.8%	40.7%
	全組合平均	39.2%	42.8%	21.8%	51.2%	21.4%	36.4%	40.8%	43.0%
高血圧のリスク保有者の割合	貴組合	39.8%	41.0%	29.4%	45.1%	32.7%	31.0%	42.8%	54.7%
	業態平均	35.5%	37.4%	25.0%	41.5%	27.5%	27.8%	38.6%	49.1%
	全組合平均	33.5%	35.0%	26.5%	39.6%	24.4%	25.6%	36.9%	46.8%
肝機能異常症のリスク保有者の割合	貴組合	30.1%	32.0%	14.4%	42.3%	14.2%	29.4%	31.9%	28.7%
	業態平均	30.6%	33.3%	15.1%	42.5%	14.7%	29.2%	32.8%	29.2%
	全組合平均	31.9%	35.3%	15.9%	43.6%	14.6%	30.4%	34.1%	31.3%
脂質異常症のリスク保有者の割合	貴組合	18.7%	19.8%	9.7%	26.6%	8.4%	18.3%	19.1%	19.1%
	業態平均	19.1%	20.9%	9.0%	26.8%	8.7%	18.2%	20.1%	19.3%
	全組合平均	20.6%	22.8%	10.1%	28.4%	9.0%	19.4%	21.6%	21.4%
糖尿病のリスク保有者の割合	貴組合	26.9%	28.0%	16.9%	33.8%	17.7%	19.9%	29.7%	38.0%
	業態平均	31.0%	32.4%	22.9%	37.9%	21.6%	22.3%	34.8%	45.3%
	全組合平均	32.1%	33.8%	24.2%	39.5%	21.0%	22.9%	35.9%	48.1%

【リスク保有者の判定基準】2019年度特定健診受診者のうち、以下の基準（保健指導判定基準）に該当した者の割合

- 肥満：BMI25以上、または腹囲85cm(男性)・90cm(女性)以上
- 肝機能：AST31以上、またはALT31以上、またはγ-GT51以上
- 脂質：中性脂肪150mg/dl以上、またはHDLコレステロール40mg/dl未満

- 血圧：収縮期130mmHg以上、または拡張期85mmHg以上
- 血糖：空腹時血糖値100mg/dl以上、またはHbA1c 5.6%以上
やむを得ない場合は随時血糖100mg/dl以上

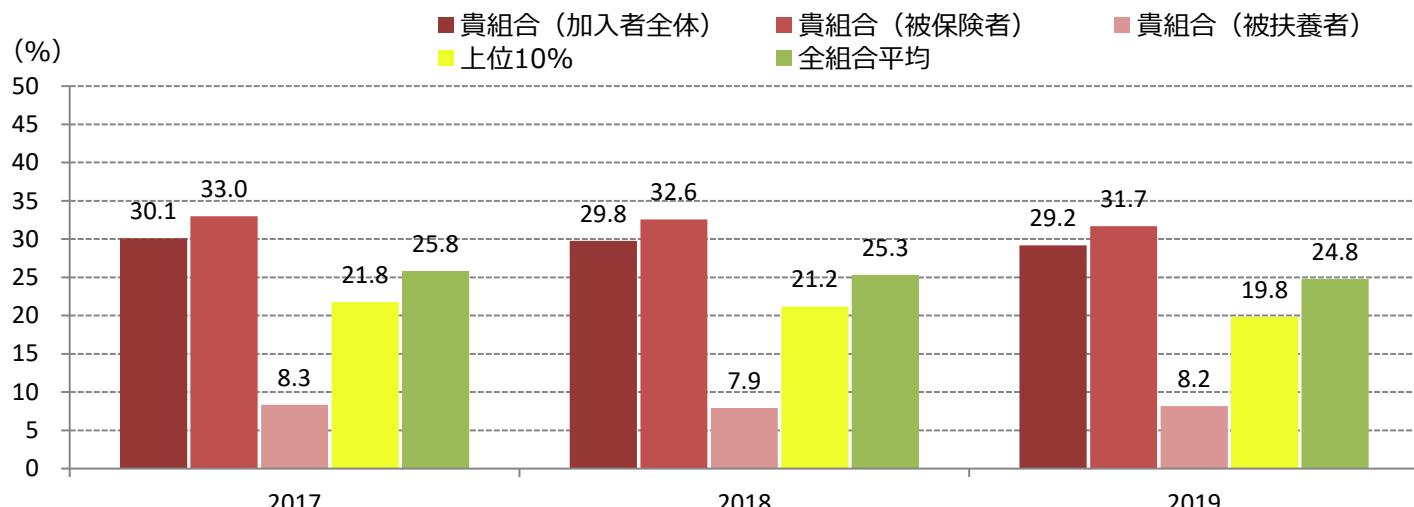
(空腹時血糖及びHbA1cの両方を測定している場合は、空腹時血糖値を優先)

貴健保組合の喫煙習慣の詳細

喫煙習慣リスク



【喫煙率】加入者全体、被保険者・被扶養者

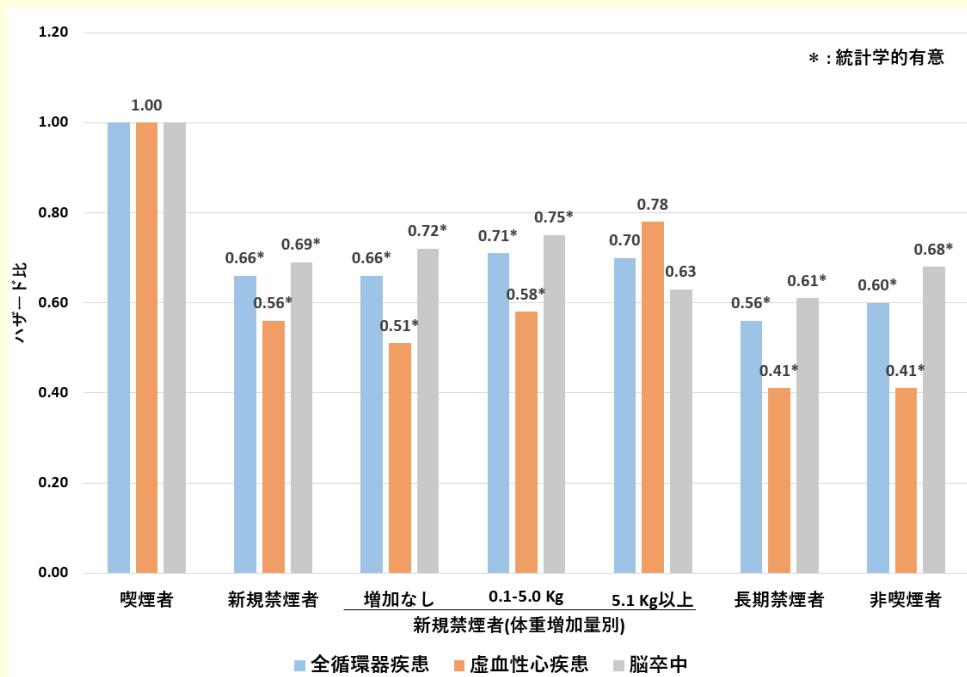


		加入者全体	被保険者	被扶養者	男性	女性	40代	50代	60代～
現在、たばこを習慣的に吸っている者の割合	貴組合	29.2%	31.7%	8.2%	39.5%	15.6%	30.9%	29.4%	24.7%
	業態平均	27.7%	31.4%	6.6%	37.9%	14.0%	28.9%	27.9%	23.8%
	上位10%	19.8%	23.9%	6.0%	29.0%	7.2%	21.7%	19.3%	14.9%
	全組合平均	24.8%	28.6%	6.4%	33.7%	11.5%	26.7%	24.6%	20.2%

※現在、たばこを習慣的に吸っている者とは、合計100本以上または6ヶ月以上吸っているものであり、最近1ヶ月間も吸っている者をいう。

【参考】禁煙によって体重が少し増加しても循環器疾患発症リスクは減少！

禁煙は、循環器疾患に対する重要な予防策です。禁煙によって体重が5kg以内増加した場合でも、喫煙者と比べて、循環器疾患の発症リスクが低いことがわかりました。また、早い段階から禁煙するほうがリスクが低いこともわかりました。喫煙している人は、できるだけ早く禁煙に取り組むことが重要です。



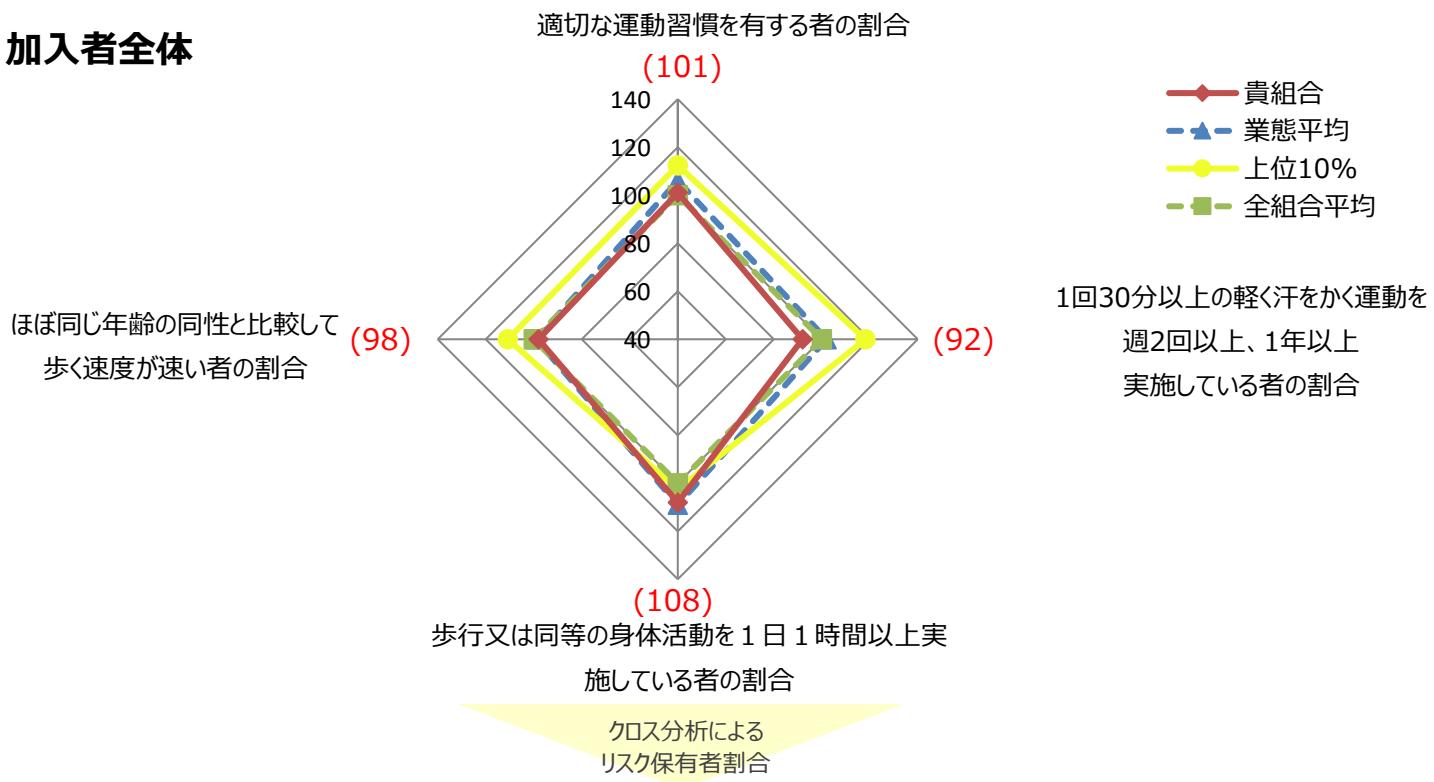
出典：国立がん研究センター「多目的コホート研究」HPより

貴健保組合の運動習慣の詳細

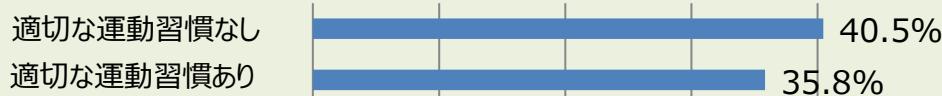
運動習慣リスク



加入者全体



■運動習慣と肥満リスク保有者割合 (BMI・腹団)



※「適切な運動習慣あり」は「適切な運動習慣を有する者」と同義。

※内臓脂肪蓄積による肥満リスク保有者の判定基準：2019年度特定健診受診者のうち、以下の基準に該当した者の割合。

■BMI25以上、または腹団85cm(男性)・90cm(女性)以上

		加入者全体	被保険者	被扶養者	男性	女性	40代	50代	60代～
適切な運動習慣を有する者の割合	貴組合	32.7%	32.3%	36.2%	35.0%	29.7%	32.2%	31.9%	35.3%
	業態平均	34.1%	33.6%	36.7%	36.3%	31.2%	32.6%	34.5%	37.0%
	上位10%	36.3%	35.4%	39.5%	38.3%	33.6%	33.2%	38.2%	42.7%
	全組合平均	32.3%	31.2%	37.1%	33.4%	30.6%	29.6%	32.3%	39.3%
1回30分以上の軽く汗をかく運動を週2回以上、1年以上実施している者の割合	貴組合	21.3%	20.7%	26.0%	24.4%	17.1%	20.0%	21.4%	24.1%
	業態平均	23.7%	23.1%	26.9%	26.8%	19.6%	21.2%	24.6%	28.4%
	上位10%	27.4%	26.7%	30.4%	30.8%	22.7%	22.5%	30.3%	36.3%
	全組合平均	23.2%	22.1%	28.3%	25.5%	19.8%	19.5%	23.8%	31.8%
歩行又は同等の身体活動を1日1時間以上実施している者の割合	貴組合	42.6%	41.9%	48.4%	43.6%	41.2%	44.9%	40.7%	40.5%
	業態平均	43.1%	42.0%	48.9%	43.4%	42.6%	44.0%	42.3%	42.2%
	上位10%	40.5%	38.4%	47.8%	40.6%	40.7%	38.9%	41.1%	45.9%
	全組合平均	39.6%	37.9%	47.6%	38.9%	40.7%	39.2%	38.5%	43.1%
ほぼ同じ年齢の同性と比較して歩く速度が速い者の割合	貴組合	46.7%	47.1%	43.0%	48.5%	44.4%	44.6%	46.8%	51.3%
	業態平均	47.4%	48.0%	43.9%	49.6%	44.4%	45.4%	48.4%	50.3%
	上位10%	52.7%	54.2%	48.4%	55.4%	48.9%	49.7%	55.2%	56.8%
	全組合平均	47.7%	48.3%	44.7%	49.3%	45.3%	45.3%	48.6%	52.1%

※運動習慣データについては、任意項目であるため、保険者が保有しているデータのみで構成。

※適切な運動習慣を有する者とは、運動習慣に関する3つの質問項目のうち2つ以上が適切である者をいう。

貴健保組合の食事習慣の詳細

食事習慣リスク



加入者全体

朝食を抜く頻度が
週3回未満の者の割合
(90)

朝昼夕の3食以外に間食
や甘い飲み物を摂取しない
者の割合
(103)

適切な食事習慣を有する者の割合
(87)

早食いをしない者の割合
(98)

就寝前の2時間以内に夕食をとることが
週に3回未満の者の割合
(89)

- 貴組合
- 業態平均
- 上位10%
- 全組合平均

クロス分析による
リスク保有者割合

■ 食事習慣と肥満リスク保有者割合 (BMI・腹囲)



※「適切な食事習慣あり」は「適切な食事習慣を有する者」と同義。

※内臓脂肪蓄積による肥満リスク保有者の判定基準：2019年度特定健診受診者のうち、以下の基準に該当した者の割合。

■ BMI25以上、または腹囲85cm(男性)・90cm(女性)以上

		加入者全体	被保険者	被扶養者	男性	女性	40代	50代	60代～	
適切な食事習慣を 有する者の割合	貴組合	42.5%	39.6%	67.6%	35.4%	52.0%	35.9%	44.3%	54.9%	
	業態平均	46.2%	42.3%	67.6%	39.5%	55.0%	40.6%	47.7%	57.5%	
	上位10%	56.0%	52.9%	65.1%	50.5%	63.4%	53.2%	56.8%	61.3%	
	全組合平均	48.6%	44.4%	67.5%	43.5%	56.2%	42.3%	50.1%	62.0%	
食事習慣に 関する質問	早食いをしない 者の割合	貴組合	65.5%	64.0%	78.7%	59.2%	73.9%	63.2%	66.2%	69.9%
		業態平均	68.0%	66.4%	76.9%	62.8%	74.7%	65.8%	68.5%	72.6%
		上位10%	68.7%	66.4%	76.2%	63.9%	75.3%	67.5%	70.4%	65.5%
		全組合平均	66.6%	64.6%	75.9%	62.6%	72.7%	64.7%	67.1%	70.8%
	就寝前の2時間 以内に夕食をと ることが週に3回 未満の者の割合	貴組合	58.0%	54.8%	85.7%	48.2%	70.8%	52.8%	58.9%	68.3%
		業態平均	62.7%	58.1%	88.5%	53.5%	74.8%	59.1%	63.0%	71.5%
		上位10%	75.1%	70.9%	87.8%	67.8%	85.1%	73.2%	74.7%	82.3%
		全組合平均	65.0%	59.9%	88.8%	56.8%	77.3%	60.4%	65.2%	77.0%
	朝昼夕の3食以 外に間食や甘い 飲み物を摂取し ない者の割合	貴組合	24.9%	26.1%	14.4%	32.2%	15.2%	21.7%	26.9%	28.8%
		業態平均	23.2%	25.2%	11.9%	30.4%	13.5%	19.8%	25.5%	27.1%
		上位10%	23.3%	26.4%	13.7%	31.2%	12.2%	20.0%	26.3%	25.0%
		全組合平均	24.1%	26.7%	12.5%	31.9%	12.7%	20.4%	26.3%	29.2%
	朝食を抜く頻度 が週に3回未満 の者の割合	貴組合	71.8%	69.7%	90.2%	65.2%	80.5%	66.3%	73.2%	82.2%
		業態平均	75.6%	72.7%	91.4%	69.7%	83.4%	71.0%	76.9%	84.7%
		上位10%	84.3%	82.0%	91.9%	81.1%	88.7%	81.8%	84.9%	91.4%
		全組合平均	79.6%	76.9%	92.2%	76.1%	84.8%	74.8%	81.1%	89.2%

※食事習慣データについては、任意項目であるため、保険者が保有しているデータのみで構成。

※適切な食事習慣を有する者とは、食事習慣に関する4つの質問項目のうち3つ以上が適切である者を指す。

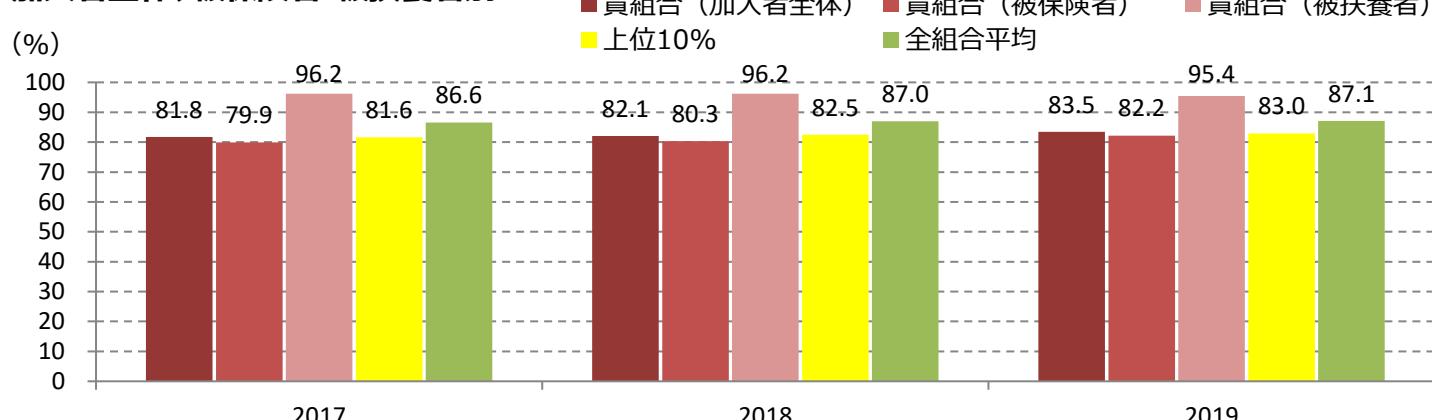
貴健保組合の飲酒習慣の詳細

飲酒習慣リスク

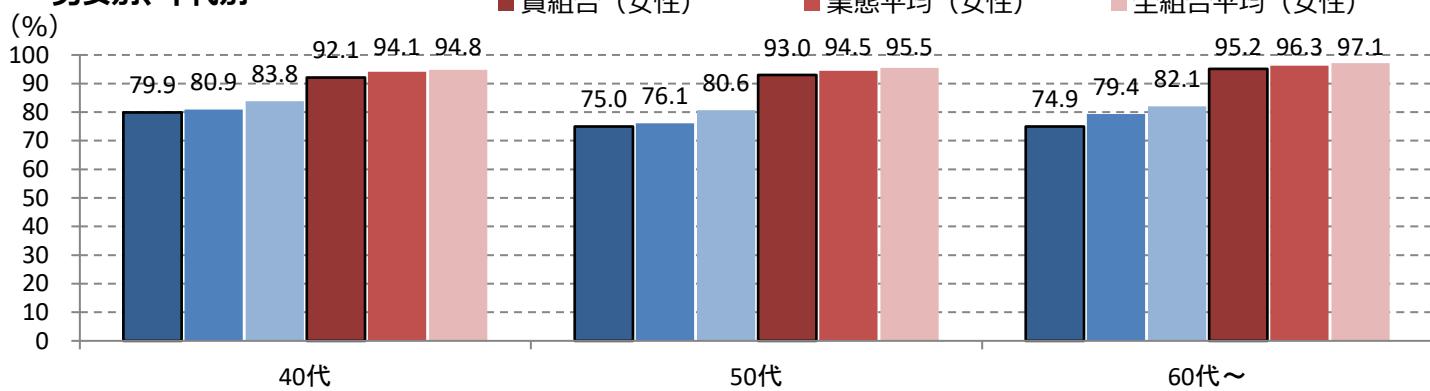


【適切な飲酒習慣を有する者（非多量飲酒群）の割合】

加入者全体、被保険者・被扶養者別

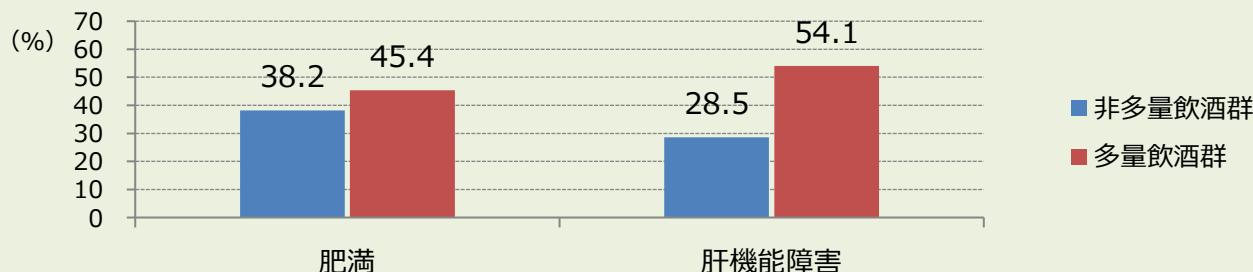


男女別、年代別



クロス分析による
リスク保有者割合

■飲酒習慣と生活習慣病リスク保有者割合



【リスク保有者の判定基準】2019年度特定健診受診者のうち、以下の基準に該当した者の割合
 ■肥満：BMI25以上、または腹囲85cm(男性)・90cm(女性)以上 ※内臓脂肪蓄積による肥満リスク
 ■肝機能：AST31以上、またはALT31以上、またはγ-GT51以上

		加入者全体	被保険者	被扶養者	男性	女性	40代	50代	60代～
適切な飲酒習慣を 有する者の割合	貴組合	83.5%	82.2%	95.4%	77.4%	93.0%	84.4%	82.2%	83.4%
	業態平均	85.0%	83.2%	95.6%	78.8%	94.6%	86.1%	83.3%	85.6%
	上位10%	83.0%	79.3%	96.0%	75.8%	94.5%	83.1%	81.6%	86.1%
	全組合平均	87.1%	85.4%	96.0%	82.3%	95.4%	88.1%	86.1%	86.9%

※飲酒習慣データについては、任意項目であるため、保険者が保有しているデータのみで構成。

※適切な飲酒習慣を有する者は、「非多量飲酒群」を指し、具体的には、「多量飲酒群」（以下①または②）に該当しない者をいう。

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。

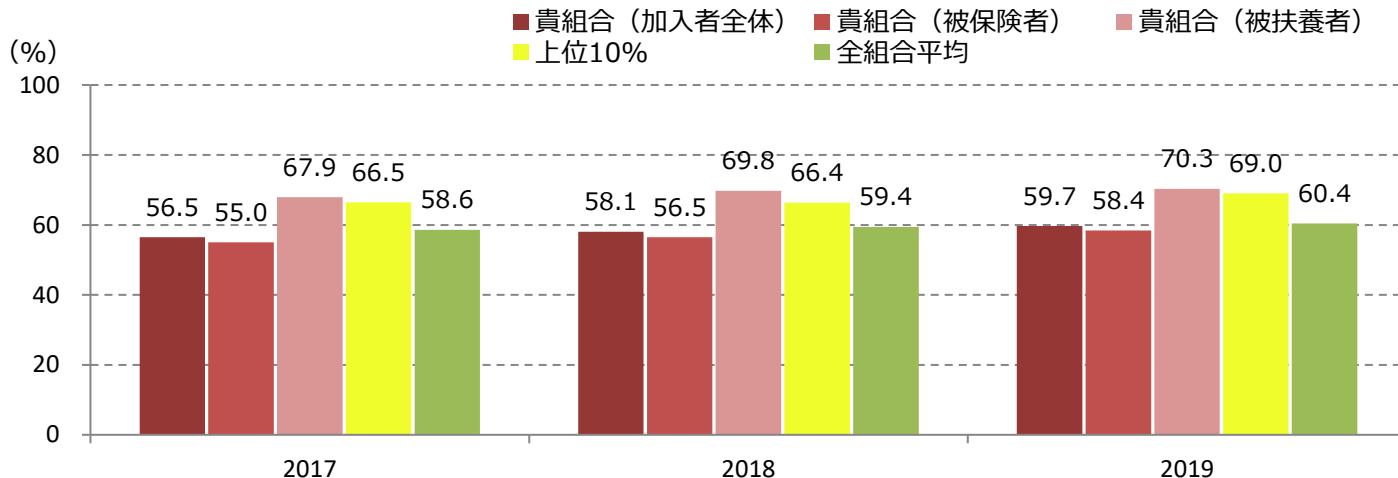
貴健保組合の睡眠習慣の詳細

睡眠習慣リスク



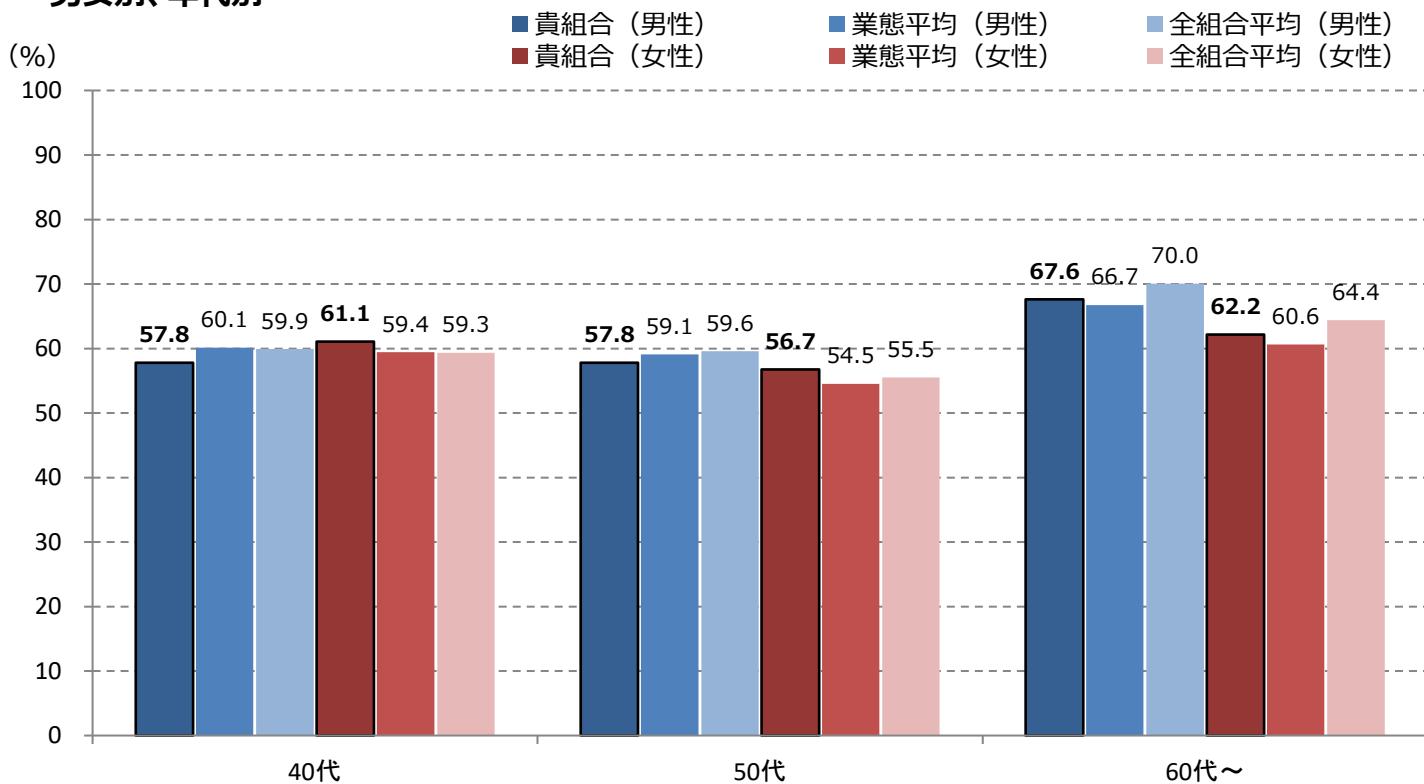
【睡眠で休養が十分とれている者の割合】

加入者全体、被保険者・被扶養者別



【睡眠で休養が十分とれている者の割合】

男女別、年代別



		加入者全体	被保険者	被扶養者	男性	女性	40代	50代	60代～
睡眠で休養が十分とれている者の割合	貴組合	59.7%	58.4%	70.3%	59.5%	59.8%	59.1%	57.3%	64.9%
	業態平均	59.5%	57.8%	69.1%	60.8%	57.7%	59.8%	57.1%	64.0%
	上位10%	69.0%	68.0%	72.6%	71.5%	65.5%	70.4%	66.0%	71.2%
	全組合平均	60.4%	58.6%	68.9%	61.6%	58.7%	59.7%	58.0%	67.9%

※睡眠習慣データについては、任意項目であるため、保険者が保有しているデータのみで構成。

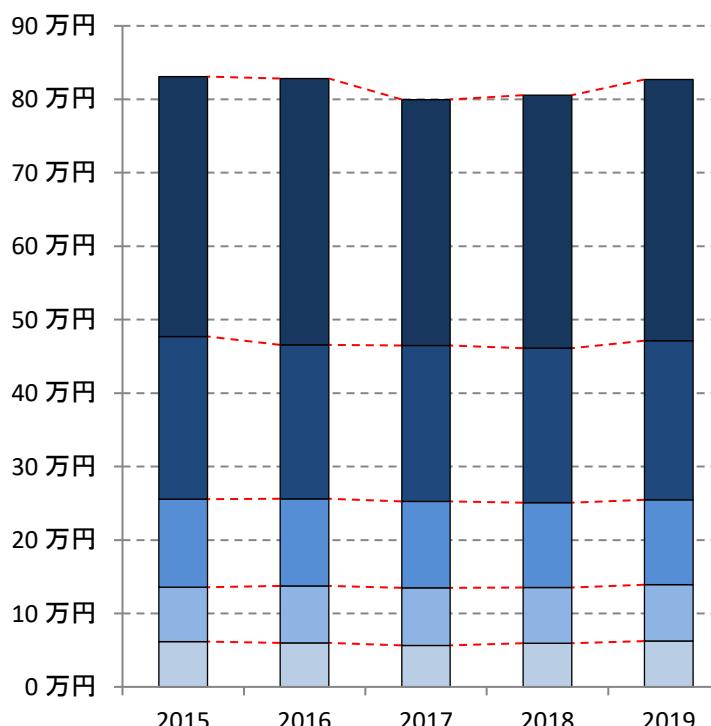
※特定健診の問診票「睡眠で休養が十分とれている」に「はい」と回答した者。

貴健保組合の医療費の詳細

【貴組合の男女別・年代別 1人あたり医療費の状況（経年データ）】

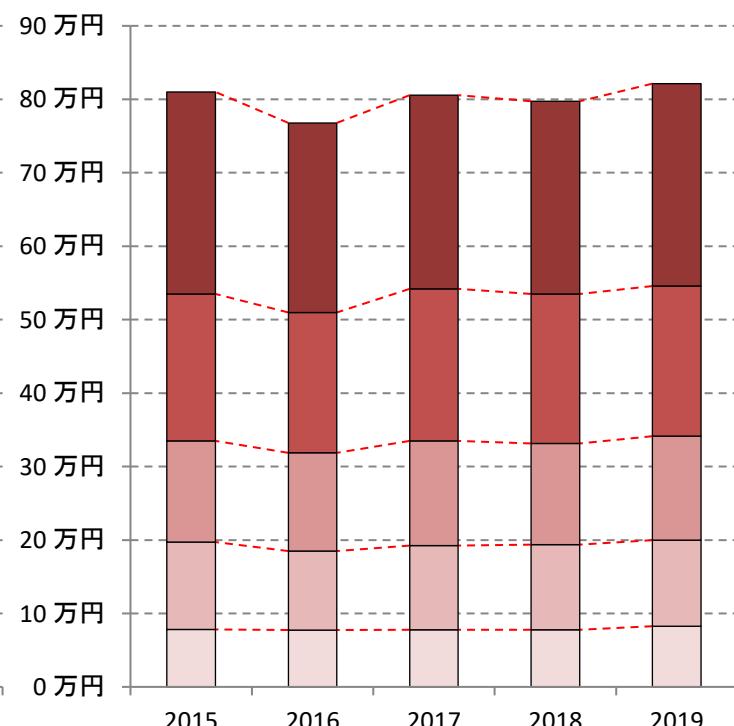
男性

□20代 □30代 □40代 ■50代 ■60代



女性

□20代 □30代 ■40代 ■50代 ■60代



【貴組合の1人あたり医療費の状況】

	加入者全体	男性	女性
医療費	144,374円	143,210円	145,490円
医科医療費	93,985円	93,840円	94,123円
歯科医療費	18,850円	17,790円	19,867円
調剤医療費	31,539円	31,580円	31,500円

【男女別・年代別 1人あたり医療費の状況】

	男性				
	20代	30代	40代	50代	60代
貴組合	62,344円	76,759円	115,545円	216,480円	355,698円
業態平均	66,409円	83,874円	128,793円	215,767円	345,304円
全組合平均	69,554円	89,550円	131,762円	219,016円	353,304円

	女性				
	20代	30代	40代	50代	60代
貴組合	82,630円	117,156円	141,521円	204,408円	275,605円
業態平均	86,044円	129,270円	147,463円	207,450円	292,032円
全組合平均	97,337円	136,304円	152,184円	215,534円	308,930円

貴健保組合の特定健診・特定保健指導の詳細（経年データ）

■特定健診の実施率

		加入者全体			被保険者			被扶養者		
		2017年度	2018年度	2019年度	2017年度	2018年度	2019年度	2017年度	2018年度	2019年度
特定健診の実施率	貴組合	76.1%	76.4%	75.9%	89.2%	86.9%	86.2%	36.0%	39.0%	38.0%
	業態平均	77.6%	79.8%	80.7%	91.6%	91.3%	91.7%	40.2%	47.2%	48.1%
	全組合平均	77.3%	78.2%	79.0%	90.5%	91.0%	91.3%	43.6%	47.2%	48.0%

■特定保健指導の実施率

		加入者全体			被保険者			被扶養者		
		2017年度	2018年度	2019年度	2017年度	2018年度	2019年度	2017年度	2018年度	2019年度
特定保健指導の実施率	貴組合	38.2%	44.9%	48.4%	39.1%	45.7%	49.0%	19.6%	26.8%	35.2%
	業態平均	24.2%	29.1%	32.8%	25.2%	30.6%	34.5%	6.8%	7.9%	9.7%
	全組合平均	21.4%	25.9%	27.4%	22.1%	27.0%	28.6%	10.0%	12.6%	13.9%

■特定保健指導の対象者割合

		加入者全体			被保険者			被扶養者		
		2017年度	2018年度	2019年度	2017年度	2018年度	2019年度	2017年度	2018年度	2019年度
特定保健指導の対象者割合	貴組合	18.2%	19.1%	19.4%	19.7%	20.6%	20.8%	7.3%	7.6%	7.6%
	業態平均	19.2%	19.0%	18.9%	21.1%	20.9%	20.7%	7.5%	8.3%	8.4%
	全組合平均	18.7%	18.8%	18.8%	20.8%	21.1%	20.9%	7.4%	8.4%	8.4%

貴健保組合の健康状況の詳細（経年データ）

■健康状況

		加入者全体			被保険者			被扶養者		
		2017年度	2018年度	2019年度	2017年度	2018年度	2019年度	2017年度	2018年度	2019年度
内臓脂肪型肥満のリスク保有者の割合	貴組合	37.5%	38.2%	39.0%	40.0%	40.6%	41.2%	18.7%	19.1%	20.2%
	業態平均	38.2%	38.5%	39.1%	41.4%	41.8%	42.3%	18.1%	20.6%	21.1%
	全組合平均	37.8%	38.6%	39.2%	41.7%	42.3%	42.8%	17.7%	21.4%	21.8%
高血圧のリスク保有者の割合	貴組合	37.2%	38.1%	39.8%	38.8%	39.7%	41.0%	25.1%	25.2%	29.4%
	業態平均	35.5%	35.2%	35.5%	37.7%	37.3%	37.4%	22.1%	23.9%	25.0%
	全組合平均	33.2%	33.3%	33.5%	35.1%	34.8%	35.0%	23.5%	26.1%	26.5%
肝機能異常症のリスク保有者の割合	貴組合	29.5%	29.9%	30.1%	31.5%	31.9%	32.0%	14.1%	14.1%	14.4%
	業態平均	30.3%	30.7%	30.6%	33.1%	33.5%	33.3%	13.6%	15.1%	15.1%
	全組合平均	31.5%	32.1%	31.9%	35.0%	35.5%	35.3%	13.3%	15.9%	15.9%
脂質異常症のリスク保有者の割合	貴組合	19.1%	19.1%	18.7%	20.4%	20.3%	19.8%	9.0%	9.6%	9.7%
	業態平均	20.3%	19.7%	19.1%	22.2%	21.6%	20.9%	8.3%	9.6%	9.0%
	全組合平均	21.3%	21.0%	20.6%	23.8%	23.4%	22.8%	8.6%	10.1%	10.1%
*1)糖尿病のリスク保有者の割合	貴組合	23.7%	27.0%	26.9%	24.7%	28.2%	28.0%	16.6%	17.6%	16.9%
	業態平均	30.5%	30.9%	31.0%	32.3%	32.4%	32.4%	19.2%	22.6%	22.9%
	全組合平均	31.7%	32.1%	32.1%	33.9%	33.8%	33.8%	20.0%	24.0%	24.2%

*1) 2017年度は、空腹時血糖値100mg/dl以上、またはHbA1c 5.6%以上の者の割合
(空腹時血糖及びHbA1cの両方を測定している場合は、空腹時血糖値を優先)

貴健保組合の生活習慣の詳細（経年データ）

■ 喫煙習慣

		加入者全体			被保険者			被扶養者		
		2017年度	2018年度	2019年度	2017年度	2018年度	2019年度	2017年度	2018年度	2019年度
現在、たばこを習慣的に吸っている者の割合	貴組合	30.1%	29.8%	29.2%	33.0%	32.6%	31.7%	8.3%	7.9%	8.2%
	業態平均	29.5%	28.5%	27.7%	33.3%	32.5%	31.4%	6.4%	6.9%	6.6%
	上位10%	21.8%	21.2%	19.8%	25.8%	26.1%	23.9%	4.8%	7.1%	6.0%
	全組合平均	25.8%	25.3%	24.8%	29.7%	29.4%	28.6%	5.7%	6.5%	6.4%

■ 運動習慣

		加入者全体			被保険者			被扶養者		
		2017年度	2018年度	2019年度	2017年度	2018年度	2019年度	2017年度	2018年度	2019年度
適切な運動習慣を有する者の割合	貴組合	30.9%	31.9%	32.7%	30.4%	31.4%	32.3%	35.1%	35.5%	36.2%
	業態平均	31.3%	32.7%	34.1%	30.9%	32.1%	33.6%	34.0%	36.0%	36.7%
	上位10%	36.0%	37.2%	36.3%	35.7%	36.1%	35.4%	38.3%	40.0%	39.5%
	全組合平均	30.3%	31.4%	32.3%	29.5%	30.2%	31.2%	34.1%	36.7%	37.1%
運動習慣に関する質問 1回30分以上の軽く汗をかく運動を週2回以上、1年以上実施している者の割合	貴組合	19.9%	20.6%	21.3%	19.2%	20.0%	20.7%	25.1%	25.2%	26.0%
	業態平均	22.0%	22.7%	23.7%	21.6%	22.1%	23.1%	24.4%	25.8%	26.9%
	上位10%	26.4%	26.1%	27.4%	25.9%	24.9%	26.7%	28.5%	29.2%	30.4%
	全組合平均	22.3%	22.6%	23.2%	21.7%	21.4%	22.1%	25.5%	28.0%	28.3%
歩行又は同等の身体活動を1日1時間以上実施している者の割合	貴組合	40.1%	41.9%	42.6%	39.1%	40.9%	41.9%	48.0%	49.4%	48.4%
	業態平均	39.5%	41.2%	43.1%	38.3%	40.0%	42.0%	46.8%	47.9%	48.9%
	上位10%	41.4%	43.5%	40.5%	40.1%	41.5%	38.4%	45.9%	50.4%	47.8%
	全組合平均	36.9%	38.4%	39.6%	35.2%	36.5%	37.9%	45.3%	46.8%	47.6%
ほぼ同じ年齢の同性と比較して歩く速度が速い者の割合	貴組合	45.9%	46.3%	46.7%	46.4%	46.8%	47.1%	42.1%	42.4%	43.0%
	業態平均	46.2%	47.0%	47.4%	46.9%	47.6%	48.0%	42.0%	43.7%	43.9%
	上位10%	52.3%	52.7%	52.7%	54.0%	54.3%	54.2%	47.8%	48.0%	48.4%
	全組合平均	46.6%	47.7%	47.7%	47.5%	48.4%	48.3%	42.3%	44.7%	44.7%

■ 食事習慣

		加入者全体			被保険者			被扶養者		
		2017年度	2018年度	2019年度	2017年度	2018年度	2019年度	2017年度	2018年度	2019年度
適切な食事習慣を有する者の割合	貴組合	62.9%	41.9%	42.5%	59.8%	38.8%	39.6%	86.2%	65.8%	67.6%
	業態平均	67.5%	46.0%	46.2%	64.1%	42.2%	42.3%	88.1%	67.1%	67.6%
	上位10%	76.2%	55.0%	56.0%	72.8%	50.2%	52.9%	86.1%	67.6%	65.1%
	全組合平均	70.5%	48.7%	48.6%	66.9%	44.3%	44.4%	88.1%	67.6%	67.5%
食事習慣に関する質問 早食いをしない者の割合	貴組合	65.9%	65.5%	65.5%	64.2%	64.0%	64.0%	78.1%	77.3%	78.7%
	業態平均	68.4%	67.7%	68.0%	66.9%	66.1%	66.4%	77.4%	76.3%	76.9%
	上位10%	67.7%	67.0%	68.7%	65.2%	63.6%	66.4%	77.8%	77.1%	76.2%
	全組合平均	67.4%	66.4%	66.6%	65.4%	64.3%	64.6%	77.0%	75.7%	75.9%
就寝前の2時間以内に夕食をとることが週に3回未満の者の割合	貴組合	57.0%	57.0%	58.0%	53.2%	53.1%	54.8%	85.8%	86.3%	85.7%
	業態平均	62.3%	62.4%	62.7%	57.9%	57.6%	58.1%	89.4%	88.5%	88.5%
	上位10%	71.3%	71.7%	75.1%	66.2%	65.5%	70.9%	89.6%	87.6%	87.8%
	全組合平均	65.6%	64.7%	65.0%	60.7%	59.4%	59.9%	89.7%	89.0%	88.8%
*1)朝昼夕の3食以外に間食や甘い飲み物を摂取しない者の割合	貴組合	83.2%	24.9%	24.9%	83.2%	26.4%	26.1%	82.9%	12.8%	14.4%
	業態平均	82.5%	23.4%	23.2%	82.4%	25.6%	25.2%	83.2%	11.4%	11.9%
	上位10%	85.9%	26.0%	23.3%	86.2%	30.4%	26.4%	83.6%	13.4%	13.7%
	全組合平均	83.2%	24.5%	24.1%	83.3%	27.2%	26.7%	83.1%	12.5%	12.5%
朝食を抜く頻度が週に3回未満の者の割合	貴組合	71.6%	71.5%	71.8%	69.1%	69.0%	69.7%	90.2%	90.8%	90.2%
	業態平均	75.5%	75.7%	75.6%	72.8%	72.7%	72.7%	91.9%	91.9%	91.4%
	上位10%	84.5%	83.7%	84.3%	82.5%	80.6%	82.0%	88.4%	91.8%	91.9%
	全組合平均	80.2%	79.9%	79.6%	77.7%	77.1%	76.9%	92.3%	92.7%	92.2%

*1) 2017年度は、夕食後の間食が週に3回未満の者の割合

貴健保組合の生活習慣の詳細（経年データ）

■飲酒習慣

		加入者全体			被保険者			被扶養者		
		2017年度	2018年度	2019年度	2017年度	2018年度	2019年度	2017年度	2018年度	2019年度
適切な飲酒習慣を有する者の割合	貴組合	81.8%	82.1%	83.5%	79.9%	80.3%	82.2%	96.2%	96.2%	95.4%
	業態平均	84.7%	85.0%	85.0%	83.0%	83.1%	83.2%	96.7%	95.8%	95.6%
	上位10%	81.6%	82.5%	83.0%	78.3%	78.3%	79.3%	94.9%	95.5%	96.0%
	全組合平均	86.6%	87.0%	87.1%	84.7%	85.2%	85.4%	97.2%	96.1%	96.0%

■睡眠習慣

		加入者全体			被保険者			被扶養者		
		2017年度	2018年度	2019年度	2017年度	2018年度	2019年度	2017年度	2018年度	2019年度
適切な睡眠習慣を有する者の割合	貴組合	56.5%	58.1%	59.7%	55.0%	56.5%	58.4%	67.9%	69.8%	70.3%
	業態平均	57.3%	58.4%	59.5%	55.9%	56.5%	57.8%	66.1%	68.5%	69.1%
	上位10%	66.5%	66.4%	69.0%	65.8%	64.9%	68.0%	69.0%	70.5%	72.6%
	全組合平均	58.6%	59.4%	60.4%	57.3%	57.6%	58.6%	65.1%	67.9%	68.9%

貴健保組合の医療費の詳細（経年データ）

■医療費

		2015年度	2016年度	2017年度	2018年度	2019年度	
		貴組合	61,726円	60,023円	56,514円	59,239円	62,344円
男性	20代	貴組合	61,726円	60,023円	56,514円	59,239円	62,344円
		業態平均	61,501円	63,197円	62,344円	65,402円	66,409円
		全組合平均	62,814円	63,635円	65,692円	67,520円	69,554円
	30代	貴組合	74,142円	77,340円	78,335円	76,184円	76,759円
		業態平均	81,627円	80,207円	81,877円	83,814円	83,874円
		全組合平均	82,392円	82,478円	85,335円	87,467円	89,550円
	40代	貴組合	119,526円	118,776円	117,830円	115,357円	115,545円
		業態平均	121,382円	120,934円	125,015円	125,852円	128,793円
		全組合平均	122,648円	121,861円	126,562円	127,601円	131,762円
	50代	貴組合	221,724円	209,348円	212,107円	210,335円	216,480円
		業態平均	217,154円	212,077円	214,264円	212,330円	215,767円
		全組合平均	213,539円	212,878円	215,560円	214,242円	219,016円
	60代	貴組合	353,766円	362,642円	334,971円	344,657円	355,698円
		業態平均	346,136円	345,762円	340,673円	340,337円	345,304円
		全組合平均	342,958円	336,364円	345,853円	345,059円	353,304円

		2015年度	2016年度	2017年度	2018年度	2019年度	
		貴組合	78,350円	77,428円	77,883円	77,964円	82,630円
女性	20代	貴組合	85,021円	86,058円	84,526円	84,751円	86,044円
		業態平均	90,550円	90,790円	93,639円	95,844円	97,337円
		全組合平均	118,715円	107,507円	114,287円	115,776円	117,156円
	30代	貴組合	121,723円	119,599円	124,671円	125,035円	129,270円
		業態平均	127,224円	127,442円	132,235円	133,954円	136,304円
		全組合平均	137,713円	133,717円	142,825円	137,675円	141,521円
	40代	貴組合	137,781円	138,009円	143,166円	145,325円	147,463円
		業態平均	140,603円	139,119円	145,173円	147,104円	152,184円
		全組合平均	200,321円	191,127円	206,943円	203,488円	204,408円
	50代	貴組合	200,760円	196,191円	198,613円	203,418円	207,450円
		業態平均	206,794円	203,153円	207,304円	209,092円	215,534円
		全組合平均	274,779円	258,095円	263,741円	262,655円	275,605円
	60代	貴組合	292,626円	280,391円	279,730円	284,359円	292,032円
		業態平均	308,068円	295,451円	302,992円	302,746円	308,930円
		全組合平均					

(参考) 各指標の算出方法

<使用データ>

- ・本レポートは、レセプト情報・特定健診等情報データベース（NDB）※1から抽出したレセプト・特定健診等のデータ※2に基づき作成しています。
- ・2019年度の特定健診・保健指導データの対象者は、2019年度中に特定健診を受診した40歳～74歳の加入者（被保険者・被扶養者）であって、実施年度を通じて加入している者、かつ、所定の除外規定に該当しない者です。生活習慣に関するデータの一部は任意報告項目であるため、全ての健診受診者のデータでない場合があります。（他年度も同様）
- ・医療費とは医科レセプト、歯科レセプト、調剤レセプトの合計金額（入院時食事・生活療養費、窓口負担額を含む）※3です。

※1 2008年4月から施行されている「高齢者の医療の確保に関する法律」に基づき、医療費適正化計画の作成、実施及び評価のための調査や分析などに用いる、レセプト情報及び特定健診・特定保健指導情報を格納・構築したデータベース

※2 2015年度～2019年度の医療費データ、および、保険者が社会保険診療報酬支払基金に報告した2017年度～2019年度特定健診等に関する所定のデータ

※3 各年度の医療費は、診療月の4月から翌年3月分であり、月遅れ請求分・返戻再請求分）を含む

<各種指標の定義>

①特定健診・保健指導の実施状況の判定方法、総合判定の基準

- ・特定健診・特定保健指導の実施率の（ ）内の数値は、**单一 又は 総合健保組合平均値を100とした場合の、相対値**を示しています。具体的には、以下の式で算出されます。（数値が高いほど同じ保険者種別（単一・総合）の平均より率が高い）

$$\text{特定健診の実施率} = \frac{\text{所定の健診項目をすべて受診した者の数}}{\text{特定健診の対象者数}} \rightarrow \begin{cases} \text{a.貴健保組合の数値} = \frac{\text{貴健保組合の実施率}}{\text{(小数点第1位を四捨五入)}} \times 100 \\ \text{b.貴健保組合の数値} = \frac{\text{貴健保組合の実施率}}{\text{(小数点第1位を四捨五入)}} \times 100 \end{cases}$$
$$\text{特定保健指導の実施率} = \frac{\text{特定保健指導を終了した者の数}}{\text{特定保健指導の対象者数}}$$

- ・総合判定（顔マーク）は、上記算出方法に基づき得られたa、bの合計値（小数点第1位）の高い順に5等分し、「良好 😊」から「不良 😞」の5段階で表記しています。

②特定健診・特定保健指導の全組合順位の算出方法

2019年度特定健診・特定保健指導の実施率について、第3期（2018～2023年度）特定健康診査等実施計画期間における保険者種別目標の達成率の高い順にランクイン。具体的には以下の計算式で算出（[c+d] の高い順にランクイン）。※点数が同じ場合は、同順位とする

$$c = \text{特定健診の実施率の種別目標達成率} \times 100 \text{ (小数点以下四捨五入)}$$

$$d = \text{特定保健指導の実施率の種別目標達成率} \times 100 \text{ (小数点以下四捨五入)}$$

- ・特定健診の順位：2019年度の特定健診実施率の目標達成率が高い順

- ・特定保健指導の順位：2019年度の特定保健指導実施率の目標達成率が高い順

【種別目標】

- 特定健診：単一（90%）、総合（85%）
- 特定保健指導：単一（55%）、総合（30%）、共済（私学除く）（45%）

③健康状況（肥満、血圧、肝機能、脂質、血糖）・生活習慣（喫煙・運動・食事・飲酒・睡眠）のリスク判定方法

- ・レーダーチャートの各項目の（ ）内の数値は、**加入者の特定健診結果について、全国平均値を100とした場合の、相対値**を示しています。具体的には、以下の式で算出されます。（数値が高いほど全組合平均より良好な状態）。ただし、eが0の場合、（ ）内には「*」と表示されます。

【健康状況】

$$e.\text{リスク保有者割合} = \frac{\text{リスク保有者の判定基準} \times \text{に該当した人数}}{\text{特定健診の当該検査項目の受診者数}}$$

$$f.\text{貴健保組合の数値} = \frac{\text{全健保組合におけるeの平均値}}{\text{(小数点第1位を四捨五入)}} \times 100$$

貴健保組合におけるe

※リスク保有者の判定基準（保健指導判定基準）

- 肥満（内臓脂肪型肥満のリスク保有者）：BMI25以上、または腹囲85cm（男性）・90cm（女性）以上
- 血圧（高血圧のリスク保有者）：収縮期130mmHg以上、または拡張期85mmHg以上
- 肝機能（肝機能異常症のリスク保有者）：AST31以上、またはALT31以上、またはγ-GT51以上
- 血糖（糖尿病のリスク保有者）：空腹時血糖値100mg/dl以上、またはHbA1c 5.6%以上、やむを得ない場合は随時血糖100mg/dl以上（空腹時血糖及びHbA1cの両方を測定している場合は、空腹時血糖値を優先）
- 脂質（脂質異常症のリスク保有者）：中性脂肪150mg/dl以上、またはHDLコレステロール40mg/dl未満

【生活習慣】

$$g.\text{適正な生活習慣を有する者の割合} = \frac{\text{判定基準} \times \text{に該当した人数}}{\text{当該問診の回答者数}}$$

$$h.\text{貴健保組合の数値} = \frac{\text{貴健保組合におけるg}}{\text{(小数点第1位を四捨五入)}} \times 100$$

貴健保組合におけるg

全健保組合におけるgの平均値

※適正な生活習慣を有する者の判定基準

- 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※1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※2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
- 睡眠：問診「睡眠で休養が十分とれている」「はい」と回答した者

※1 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」の回答が「はい」
- 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」の回答が「はい」
- ③「ほぼ同じ年齢の同性と比較して歩く速度が速い」の回答が「はい」

※2 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」の回答が「ふつう」または「遅い」
- 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」の回答が「いいえ」
- ③「朝食タフの3食以外に間食や甘い飲み物を摂取していますか」の回答が「ほとんど摂取しない」
- ④「朝食を抜くことが週に3回以上ある」の回答が「いいえ」

- ・総合判定（顔マーク）は、上記算出に基づき得られたf（健康状況）、h（生活習慣）の5項目の平均値（小数点第1位）の高い順に5等分し、「良好 😊」から「不良 😞」の5段階で表記しています。

④1人あたり医療費に関する「性・年齢補正後組合差指数※1」の算出方法

$$\text{組合差指数} = \frac{\text{貴組合の1人あたり医療費}}{\text{性・年齢補正後標準医療費※2}} = \frac{a/p}{(\sum ip_i \cdot Ai)/p}$$

【定義】

- a：貴組合の医療費 ■ pi：貴組合の性・年齢階級iの加入者数
- p：貴組合の加入者数 ■ Ai：全組合の性・年齢階級iの1人あたり医療費

※1 性・年齢補正後組合差指数：医療費の組合差を表す指標として、1人あたり医療費について、加入者の性・年齢構成の相違分を補正し、全組合平均を1として指数化したもの

※2 全組合平均の性・年齢階級別1人あたり医療費を、貴組合の性・年齢階級別加入者数に当てはめて算出した1人あたり医療費

(参考) 各指標の算出方法

■判定基準値



良好



中央値と
同程度



不良

特定健診・特 定保健指導	総合	283以上	208～281	171～206	138～170	135以下
	特定健診	109以上	103～108	98～102	91～97	90以下
	特定保健指導	176以上	107～175	73～106	45～72	44以下
健康状況	総合	114.4以上	103.6～114.2	96.4～103.4	89～96.2	88.8以下
	肥満リスク	113以上	102～112	95～101	89～94	88以下
	血圧リスク	121以上	104～120	95～103	84～94	83以下
	肝機能リスク	113以上	101～112	94～100	88～93	87以下
	脂質リスク	119以上	104～118	95～103	84～94	83以下
	血糖リスク	118以上	104～117	94～103	85～93	84以下
生活習慣	総合	105以上	101～104.8	97.8～100.8	94.2～97.6	94以下
	喫煙習慣リスク	108以上	102～107	98～101	92～97	91以下
	運動習慣リスク	111以上	100～110	91～99	80～90	79以下
	食事習慣リスク	113以上	107～112	100～106	91～99	90以下
	飲酒習慣リスク	103以上	101～102	99～100	96～98	95以下
	睡眠習慣リスク	107以上	102～106	98～101	93～97	92以下

※特定健診・特定保健指導は、保険者種別（単一・総合）別に、判定します。

※健康状況、生活習慣は、全健保組合平均を100とした際の各組合の相対値で判定します。

MEMO

MEMO

MEMO

健康スコアリングレポート【参考資料】

2021年度版

厚生労働省 日本健康会議 経済産業省