協会けんぽ秋田支部の健康づくり

～健康はプライスレス～

協会けんぽ　全国健康保険協会秋田支部
支部長　加　藤　　尊

1　はじめに

全国健康保険協会（協会けんぽ）は、2008年10月に政府管掌健康保険を国から引き継ぎ、健康保険法に基づいて設立された公法人です。全国47都道府県に支部があり、「加入者の健康増進をはかるとともに、良質かつ効率的な医療が享受できるようにし、加入者および事業主の利益の実現を図る」という理念を持ち、支部単位の財政運営を基本に地域の実情に合わせた自主自律の事業を行っています。

本稿では、協会けんぽの事業概要について触れた後、秋田支部の現状と健診や健康リスク指標等の課題を説明し、最後に秋田支部が進めている健康づくり～「健康経営宣言事業」～を紹介させていただきます。

2　協会けんぽの概要

(1)　加入者

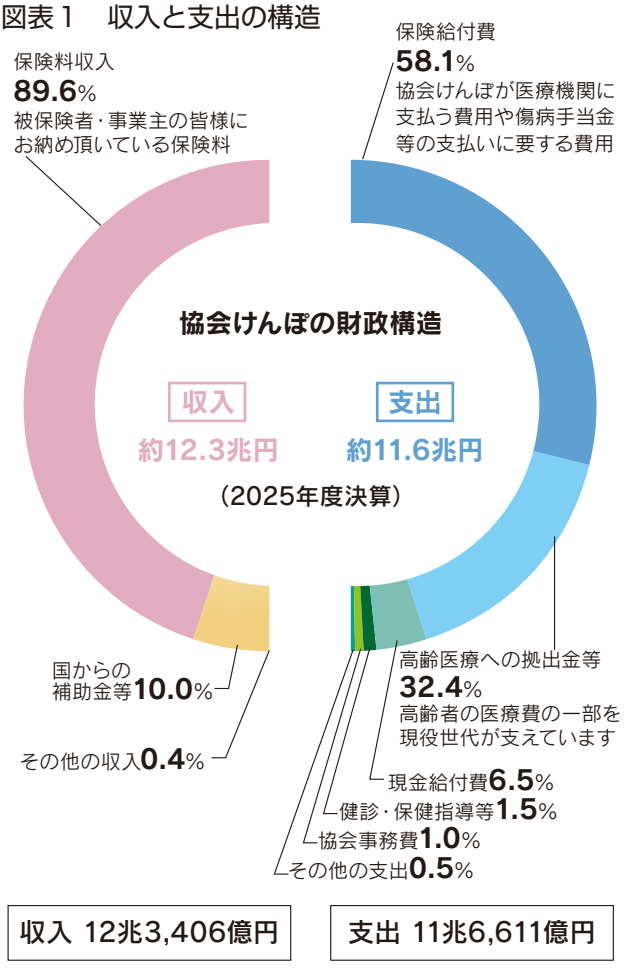
協会けんぽは、現在、中小企業を中心とした全国約280万事業所にお勤めの方とそのご家族、約4,000万人が加入する日本最大の医療保険者です。加入事業所の80%が社員数10人未満、97%は社員数50人未満の事業所です。

(2)　財政構造

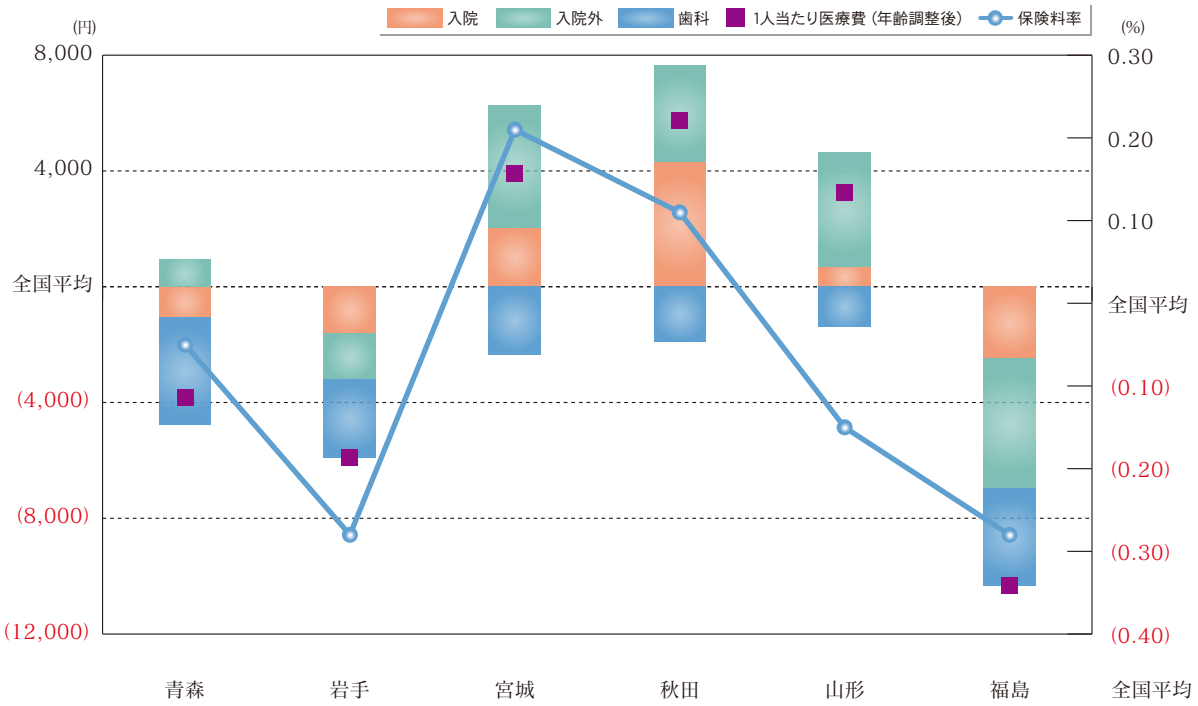
2025年度決算における収入と支出のバランスを図表１でお示しします。収入の約90%は労使折半で納付いただいている保険料です。

一方、支出は保険給付費（医療機関に支払う費用や傷病手当金等の支払いに要する費用）が約58%で、高齢者医療への拠出金が約32%を占めています。

図表１　収入と支出の構造



図表2　2025年度 加入者1人当たり医療費・保険料率の全国平均との差(東北6県)



	青森	岩手	宮城	秋田	山形	福島	全国平均
一人当たり医療費	212,017円	209,957円	219,753円	221,596円	219,116円	205,527円	215,844円

(3)　健康保険料率

健康保険料率（以下、保険料率）は、医療費の実績に応じて都道府県ごとに設定され、毎年変動します。

今年度の全国平均保険料率は34年振りに引き下げがあり、9.90%となりました。最高は佐賀県の10.55%、最低が新潟県の9.21%と1.34%の差が生じています。

3　秋田支部の現状

(1)　加入者

秋田支部の加入者は、2026年３月末現在、27万８千人（うち被保険者18万８千人、被扶養者９万人）、県人口の３分の１に相当します。前年対比では全国0.2%の増加に対し、秋田は３%減少しています。事業所数は16,600社と、ここ数年横ばいで推移しています。

特に被扶養者の減少幅が拡大傾向にあり、少子高齢化の影響が顕著になってきているものと見ております。

(2)　医療費と保険料率

秋田支部では毎月45～50億円の保険給付費を支出しています。図表２は、加入者一人当たりの医療費と保険料率について、東北６県の各支部と全国平均の数字を示したものです。

秋田支部の一人当たり医療費は全国で最も高く、保険料率を押し上げています。保険料率算定の最大要素はこの一人当たり医療費ですが、地域差や年齢構成の調整により保険料率は最終的に10.01%と東北で２番目（全国では17番目）に高い水準となっています。

⑶　加入者の健康リスクについて

協会けんぽが実施している「生活習慣病予防健診（35歳以上の被保険者が対象）」のデータから男女別のリスク因子保有率を全国と比較したものが図表３になります。

男女ともにすべての項目で全国数値を上回っており、特に危険因子である血圧、脂質またメタボリックシンドロームを見ますとここ数年来全国ワースト５位以内に位置しています。

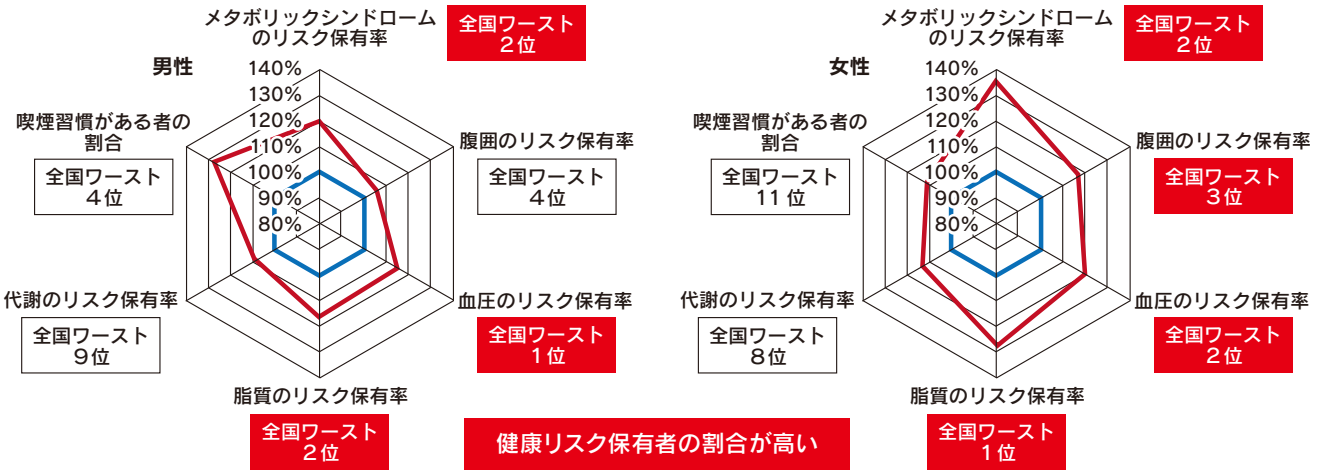
⑷　健診受診率

高血圧症や糖尿病の代表的な生活習慣病は、自覚症状がなくても境界領域を越えて心筋梗塞や脳卒中などの重篤な病気を引き起こします。

予防や早期発見に大切なことは健診を毎年受けることです。特に35歳を超えたらがん検診も含まれている人間ドック健診や生活習慣病予防健診を受診することが重要です。

秋田支部の健診受診率について東北の各支部と全国平均を比較したものが図表４になります。労働安全衛生法に基づき事業主がおこなっている定期健康診断（以下、事業者健診）の協会けんぽへのデータ提供率が高く、健診実施率は66.4％と全国平均を上回っていますが、生活習慣病健診の実施率は東北６位と見劣りしています。

図表3　健診結果に基づく健康リスク因子保有率の全国比較



（秋田支部スコアリングレポートより）

図表4　2025年度各種健診受診率の比較（東北６県）

支部名	生活習慣病予防健診（被保険者）		事業者健診（被保険者）		特定健診（被扶養者）		合計	
	実施率	東北順位	実施率	東北順位	実施率	東北順位	実施率	東北順位
青森	60.1%	5	12.8%	2	28.3%	6	65.7%	5
岩手	62.6%	4	12.6%	3	31.1%	3	68.6%	2
宮城	70.2%	2	4.8%	6	34.0%	2	67.8%	3
秋田	54.6%	6	19.0%	1	30.1%	4	66.4%	4
山形	81.4%	1	6.2%	5	44.7%	1	81.2%	1
福島	63.7%	3	7.1%	4	29.6%	5	64.1%	6
全国	59.7%		7.8%		29.4%		61.1%	

※集計対象年齢：40歳以上75歳未満

4　秋田支部の健康づくり

(1)　健康経営への取り組み

協会けんぽでは、従業員を未来の価値を生み出す人的資本と捉え、健康への配慮を重視する「健康経営®」の推進が支部の個別課題の解決にも大きな効果を発揮すると考え、事業活動の柱として取り組みをしています。

※「健康経営®」は、NPO法人健康経営研究会の登録商標です。

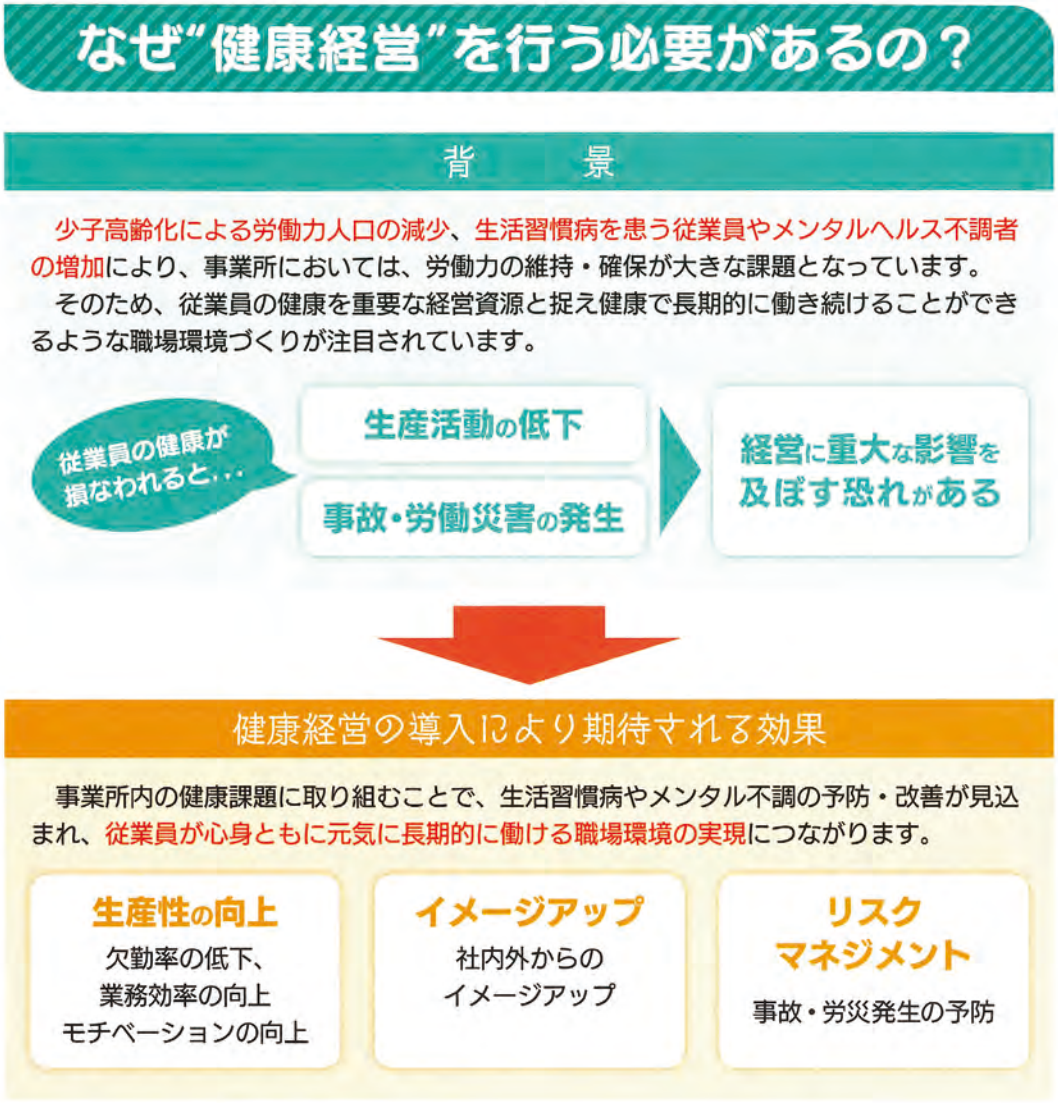
支部の現状分析でお示ししたように、秋田支部加入者の健康状態や健診受診率は残念ながら良いとは言えない現状にあり、職場や地域をあげての健康づくりへの取り組みが必要です。健康経営を実践することで健診受診率の向上や行動変容で健康リスクを改善し、「人にやさしい職場、人にやさしい地域」を目指します。

(2)　健康経営のメリット

健康経営への取り組みは、従業員の健康保持・増進にとどまらず、生産性の向上や組織の活性化、企業価値の向上など企業経営にさまざまな効果をもたらすことが期待されています。

近年では、人材の確保や定着という面でも企業にとって重要な意味を持ちます。就職先を選ぶ際に、給与や仕事内容だけでなく、働きやすさや福利厚生、従業員の健康を大切にする企業であるかどうかを重視する学生も増えています。

健康経営は、経済産業省、秋田県においても積極的に推進しています。



経済産業省が進める「健康経営優良法人認定制度」は「大規模法人部門」、「中小規模法人部門」に分かれており、健康経営に取り組んでいることを社会的にアピールする一つの指標となっています。秋田県では現在150法人が認定されています。

秋田県が進めている「秋田県版健康経営優良法人認定制度」では、定期健康診断の100%受診やがん検診への普及啓発、秋田県受動喫煙防止宣言施設の登録などを要件に現在229法人が認定されています。協会けんぽ加入事業所のこの制度への申請は、秋田支部が実施している「健康経営宣言」への登録が必須となっています。

5　秋田支部の「健康経営宣言」

秋田支部では加入事業所と連携し、従業員の健康増進や生活習慣病の予防健診、そして健診結果でチェック項目があった際の健康相談や再受診の勧奨を基本とする「健康経営宣言」事業を実施しています。「わが社の健康プラン」を定めていただきエントリーすることで、秋田支部が健康経営の推進をサポートします。

健康づくりに取り組む一例

以下を参考にしながらエントリーシート裏面の「わが社の健康プラン」を設定してみましょう！

健康プラン	
感染症	インフルエンザ等の予防接種費用を補助します
	予防接種時間を出勤認定します
	社内で感染者が発生した場合の対応手順を作成します
生活習慣病	メタボリックシンドロームに該当する者の割合○%以下を目指します
	適切なアルコール摂取量について教材を設置します
	社内・建物内の自販機メニューを糖分の少ないものなどに見直します
	経営者が自ら率先して健康診断を受診し、健康管理に努めます
	社員の家族に特定健診を受けるよう呼びかけます
受動喫煙	たばこの害と禁煙のメリットについて、資料を掲示します
	勤務時間中は禁煙とします
	毎月○日を社内における禁煙デーに設定します
	敷地内禁煙を実施します
	建物内禁煙を実施します
運動	社内レクリエーションを企画して、運動の機会を設けます
	1日○分は社員が運動する時間を設けます
	歩行以外の運動実施率○%以上を目指します
	社員へ運動用品を配布し運動機会を創出します
	マイカー通勤から自動車や徒歩通勤への変更を奨励します
メンタルヘルス	ストレスチェック後の面接指導などを実施します
	メンタル不調による休業者割合前年度比○%減少を目指します
	一人当たり平均残業時間前年度比○%減少を目指します
	平均有給休暇取得日数○日以上を目指します
	管理職が積極的に有給休暇を取得し、休暇を取りやすい環境を作ります
	休職した社員の復職支援を実施します

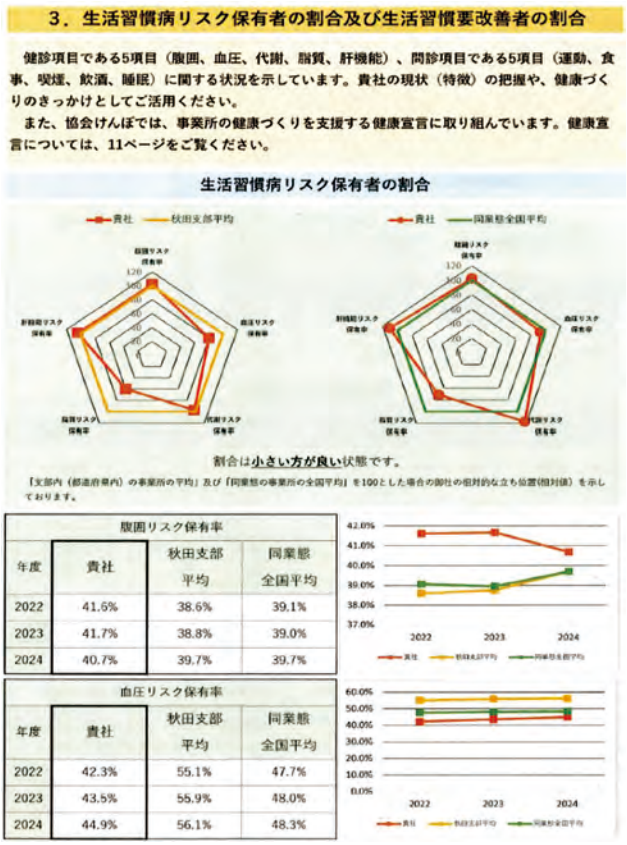
ポイント
具体的な数値を目標に設定することで、目標の達成度合いが見える化され、取り組みやすくなります

【協会けんぽが考える健康づくりサイクル】



具体的な取り組みとしては、①健診データに基づき自社の傾向を見える化した事業所カルテの提供、②減塩、運動の啓発や受動喫煙防止などの行動変容を促すポスターや健康宣言事業所限定の広報誌の提供、③産業保健総合支援セン

【事業所カルテの一部】



ターなどの公的機関と連携した研修会の実施、④自治体や保険会社・地方銀行と連携した健康経営セミナーの開催などを行っています。

秋田支部「健康経営宣言」には現在、加入事業所全体の10％を超える1,790社に参加いただいております。従業員を大切にする健康経営の最初の一歩はエントリーから始まります。詳しい方法は秋田支部ホームページに掲載していますので、未宣言の皆様からのご相談・申込を心よりお待ちしております。

6　最後に

日本の産業経済を支える中小企業の現場で、人手不足は深刻な経営課題となっています。

地域社会に貢献し、限られた人員で持続可能な経営を行っていくためには、働き手の方々が「健康で、安心して長く活躍できる」環境をつくること、すなわち健康経営への取り組みが一つの解となるのではないでしょうか。

協会けんぽは、世界に誇る「国民皆保険制度」を持続可能とするため、医療費の増大を抑制し、健診サイクルの充実など加入者のニーズに応え、健康経営の推進を通じて課題解決をはかってまいります。

秋田支部では、健診実施機関の開拓や集団検診の機会拡充、人間ドック健診への補助実施などメニューの充実をはかり、支部課題への取り組みを進めています。次年度からは被扶養者を対象とした人間ドックへの補助も実施されます。

健康経営は、経営者の従業員への思いと従業員の企業への信頼で成り立ちます。私ども秋田支部は病気の早期発見・早期治療のための環境整備、健康づくりサポートに努めてまいりますので、今後とも皆様のご理解とご協力をお願いいたします。

