



すべての働くひとを健やかに



2022年より
40歳未満の
健診情報提供
を要求できる
データを活用した
U40の健康づくり
が可能に!!

まずは事業主と
健診データを共有しよう

健保組合と事業主
が一歩踏み出す
コラボヘルス

データはどう役立つの？

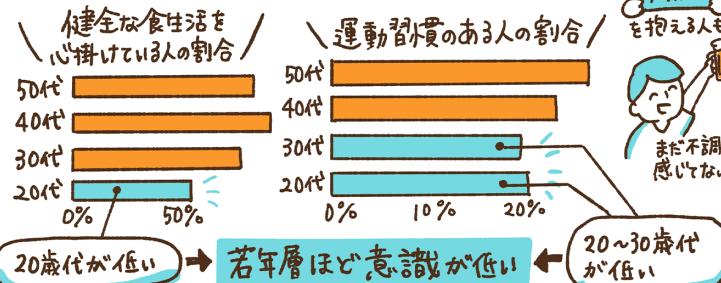
The illustration depicts a person wearing glasses and an orange shirt, holding a smartphone. A speech bubble from the phone screen says: "アプリで 健診結果を見ると 自分の体の変化がわかるなあ!" (With the app, you can see the results of the health check and understand your body's changes!). Above the person is a hospital building icon with a cross. To the left, there is a thought bubble containing a book and a stethoscope, with the text: "PHRを活用した スムーズな受診や 自己管理". Another thought bubble on the far left shows a pill and the text: "医療など".

なぜ“若年層対策”が必要？

理由① 生活習慣病予防のため



理由② 若年層のヘルスリテラシーを高めるため



出典：農林水産省 食育に関する意識調査報告書（令和7年3月） 厚生労働省 令和5年 国民健康・栄養調査報告書

若年層向け保健事業のコツは?

健保組合
Aの場合

在宅勤務やデスクワークによる脂質異常改善
↓
「やせテク」

キャッチャーなスローガン
マイナス5歳
オンラインの
食事改善指導

90%が
減量に成功!

健保組合
Bの場合

＼課題意識／
BMIの悪化防止は40歳代
からの対応では遅い

若年層向け施策
MHP「いきいきワクワクACTION」

A small, dark brown cartoon character with a large head and a wide smile, positioned next to the text '人气'.

An illustration showing a boy and a girl sitting at a table, each eating from a bowl. The boy is on the left, smiling, and the girl is on the right, also smiling. In the background, there is a toilet with stars around it, suggesting a bathroom or a whimsical setting.

将來
のた

若年層向け保健指導

对象者数

～2年間で約1割減少！

...まとめ...

- ① 若年層のデータを活用した
健康づくりが可能に！
 - ② ラボヘルスによる若年層への
アプローチは生活習慣病予防に
つながる
 - ③ 健康づくりへの興味を喚起し
参加ハードルを下げることが効果的な
若年層向け保健事業のコツ

若年層から生活習慣病を予防すべき7つの理由

理由



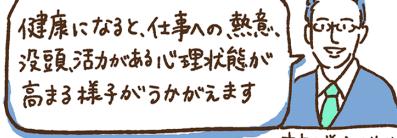
4 健康的に働ける時間が伸びる

若年層のうちから健康課題に取り組むと

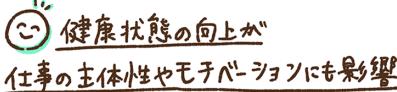


職場全体の労働力の維持に繋がる!

5 健康になると業務パフォーマンス↑



※参考文献: 古井裕司 村松賢治 井出博生
日本労働研究雑誌, 2018



すべての働くひとを健やかに

健康保険組合連合会
けんぽれん

コラボヘルスとは: 企業と健保組合が協働して行う従業員の予防・健康づくり

2 早期の予防が最善策

1 健診データ提供の制度化



健保組合Aの場合

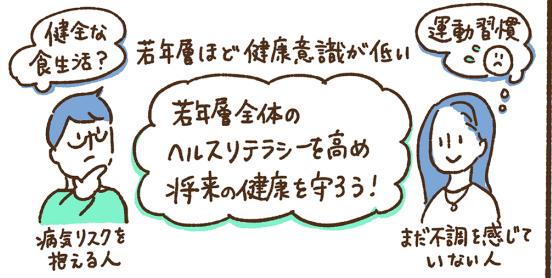


健保組合Aの場合



3

若年層のヘルスリテラシーを高めるため



6

特定保健指導の対象者が減る

健保組合Bの場合

課題意識/BMIの悪化防止は40歳代からの対応では遅い



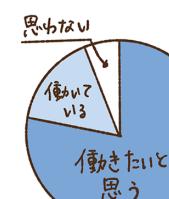
さらに 将来の特定保健指導対象者の増加予防のため若年層向け保健指導

対象者数が2年間で約1割減少!

7

健康経営の推進で採用力UP

健康経営優良法人認定において
【40歳未満の健診データ提供】
大企業: 必須 / 中小企業: 加点



出典: 健康経営優良法人認定事務局「ACTION!健康経営」

若年層からの健康づくり

↓
従業員を大切にする企業として好意的

↓
採用活動の強化



コラボヘルスで一人ひとりの健康と企業の持続的な経営を支えます!

