

**Well-being society の実現に向けた  
データ利活用による健康経営の実践**

**健康長寿産業連合会**

**健康関連データの活用推進ワーキンググループ（WG2）**

# 目次

1.	はじめに.....	3
2.	本取組の背景 .....	3
3.	具体的な取組内容 .....	7
4.	本取組を進めるにあたっての支援 .....	13
5.	本取組による効果 .....	14
6.	今後のスケジュール等 .....	14

## 1. はじめに

我が国は世界でも例のないスピードで高齢化と人口減少が進み、生産年齢人口の減少、公的医療・介護に関わるコストの増大等への対応が大きな社会課題となっています。特に、生産年齢の人口は 2019 年に約 6 割となっていますが、2050 年には 5 割近くにまで減少すると見込まれており、**一人一人が持てる力を発揮し、幸せに暮らすことのできる Well-being society の実現**が望まれます。個人が健康を維持し、生活習慣病をはじめとする疾病の発症予防・重症化防止を図ることは、医療費・介護費の増加を抑制する観点からも重要な課題といえます。

健康関連データは、これらの課題解決に向けて、**健康増進や予防・治療の現場、政策決定等、多くの場面で利活用が期待**されています。健康関連データには、個人の保健医療情報等（いわゆる「PHR（Personal Health Record）」）、医療機関等で発生した保健医療情報等（いわゆる「EHR（Electric Health Record）」）、その他国や保険者が有する保健医療情報等、様々な情報があります。スマートフォンやウェアラブル機器等のデバイス、AI、ビッグデータ等の情報処理技術の進展に伴い、健康関連データの利活用範囲は大きく広がっており、健康・医療データだけでなく、暮らしや働き方に関するデータ等のデータ分析に基づき、健康増進を図ることが期待されています。

健康長寿産業連合会 WG2（以下：WG2）では、生涯現役社会・健康長寿社会、公的医療・介護に関わるコストの適正化の実現に向け、健康・医療データを用いた魅力的なサービスが創出され拡大していくことが期待される中、上記のような健康関連データの利活用促進を通じて Well-being society の実現に向けた検討を行っております。

まずは、社員の健康管理を担う企業として社員の健康増進・パフォーマンス向上を図るために、産業界が率先して**健康関連データを利活用した健康経営を実践する取組を進めてまいります。**

具体的には、**企業が保有している勤務・健診データに加え、日々のライフログ等 PHR データを収集し、統合・分析することで社員の健康状態を把握するとともに、社員自らの自律的な行動変容を促す仕組みを構築する等、社員の健康増進をより一層図っていく取組（以下：本取組）を実践**いたします。

こうした取組を企業・社員に対し展開することにより、サービス需要を喚起し、PHR 等の**データ活用型ヘルスケア事業の活性化**も図れると考えております。

## 2. 本取組の背景

○コロナ禍における働き方の変化と健康への影響

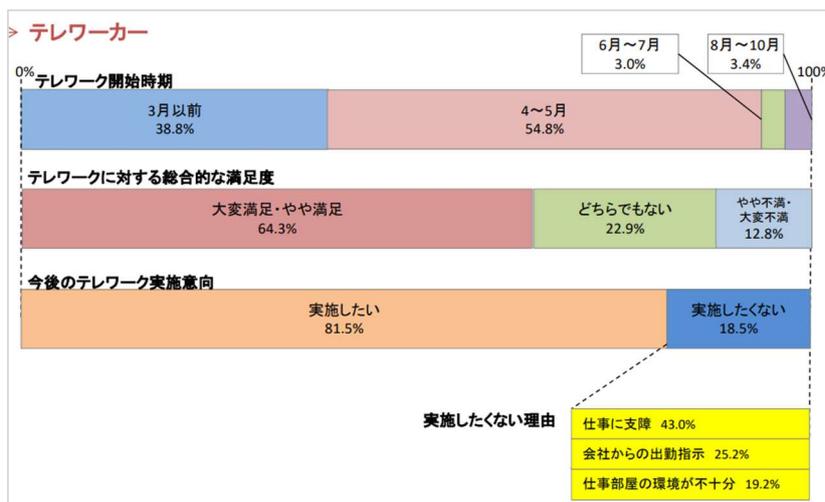
2020 年 1 月の新型コロナウイルス感染症の感染確認以降、人々の暮らしや働き方に大きな影響を与えています。緊急事態宣言では、通勤を含む不要不急の外出自粛が要請され、企業はリモートワークの広範な導入による働き方の変革を求められることとなりました。働き方が多様になる中で社員の個々の状況に合った健康増進を進めていくことが重要になっており、健康関連データの利活用が寄与可能な部分も大きいと考えられます。

企業ではリモートワークはこの 1 年で大きく導入が進みました。総務省が令和 2 年に行った通信利用動向調査では、**在宅を中心にリモートワークを導入する企業の割合は 47.5%に上り、前年度比で倍増**しています。

また、日本経済新聞社が上場企業及び有力非上場企業を対象に行ったアンケートでは、82.7%が在宅勤務を導入しているとの結果も出ており、在宅勤務などのリモートワークが進んでいることが明らかとなっています。

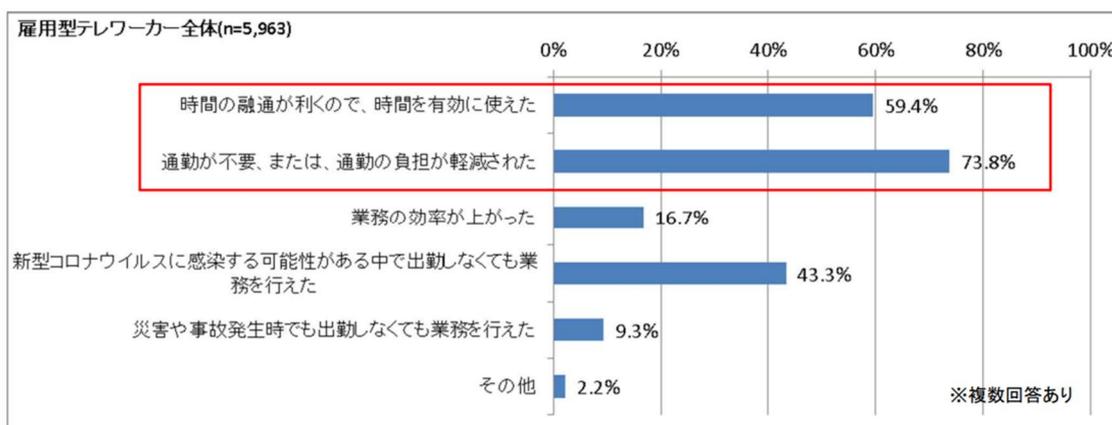
「テレワーク人口実態調査」（国土交通省）によると、テレワークを実施している人のテレワークに対する満足度は、「大変満足・やや満足」（64.3%）が最も多く、約82%が今後も「実施したい」と回答しています（図表2-1）。

図表 2-1 テレワークの満足度・実施意向



また、同調査によると、テレワークを実施してよかった点として、「通勤が不要、または、通勤の負担が軽減された」（73.8%）が最も多く、次いで「時間の融通が利くので、時間を有効に使えた」（59.4%）、「新型コロナウイルスに感染する可能性がある中で出勤しなくても業務を行えた」（43.3%）となっています（図表2-2）

図表 2-2 テレワークのメリット

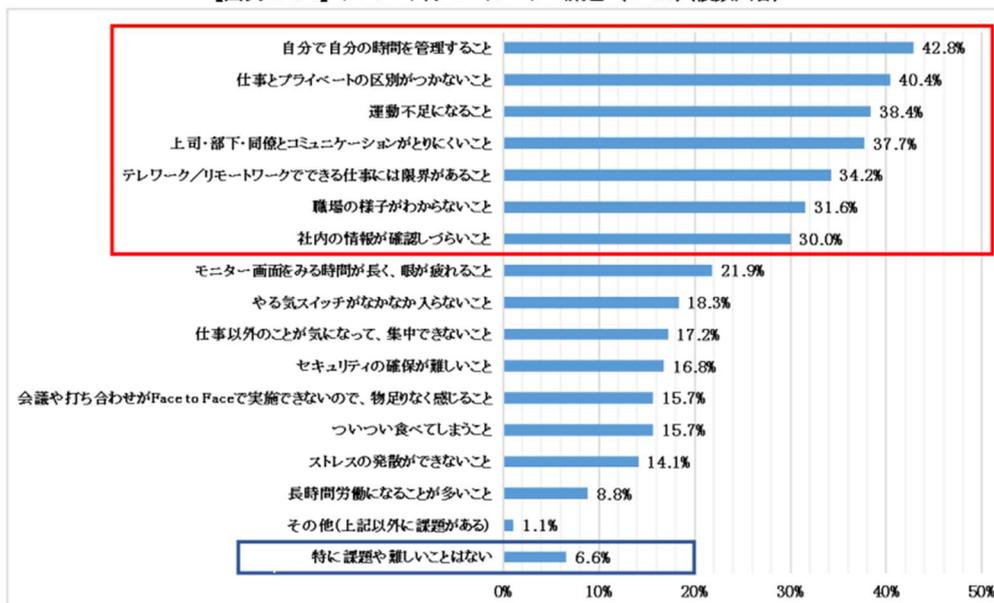


一方で、NTT データ経営研究所等の調査によると、テレワークに取り組んでいる企業の4割超の人が「自分で管理することの難しさ」（42.8%）を課題として挙げており、次いで「仕事とプライベートの区別がつか

ないこと」(40.4%)、「運動不足になること」(38.4%)や「上司・部下・同僚とのコミュニケーションがとりにくいこと」(37.7%)などの回答が多くみられています(図表 2-3)。

図表 2-3 テレワークの課題

【図表 2-5-1】テレワーク/リモートワークの課題 (N=453) (複数回答)

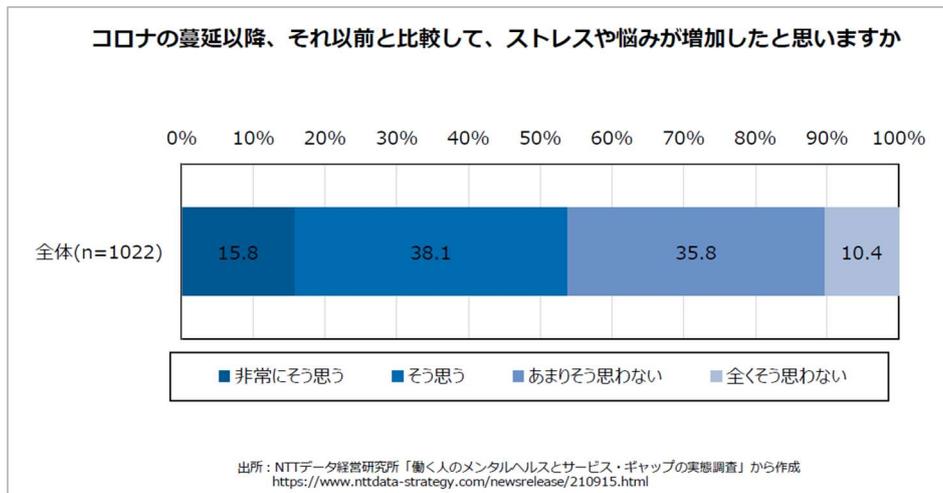


また、厚生労働省の『コロナ下の「新しい生活様式」における生活習慣の変化や予防・健康づくりへの影響に関する調査研究(厚労省)』によると、新型コロナウイルス感染拡大前後で1日あたりの平均歩数は下がり、体重は増加していることが明らかとなっています(図表 2-4)。加えて、「働く人のメンタルヘルスとサービス・ギャップの実態調査」(NTT データ経営研究所)によると、新型コロナウイルス感染拡大以降は、ストレスや悩みが増加した人は半数に上るというデータも出ています(図表 2-5)。

図表 2-4 コロナによる生活習慣の変化

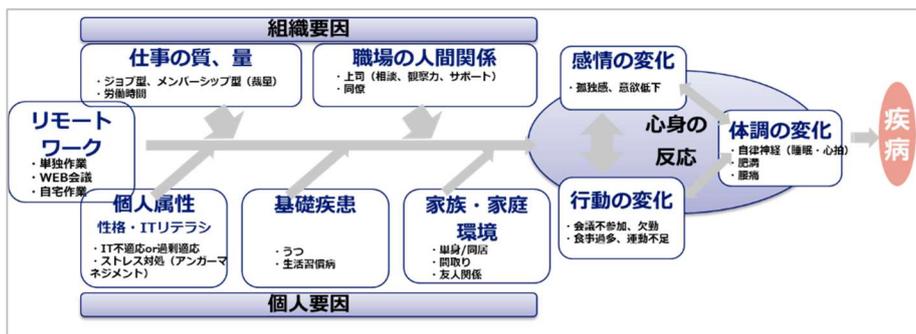
＜結果概要(生活習慣)＞	
※すべてp<0.01 有意な変化。コロナ感染拡大前(2020年1月)→コロナ感染拡大後(2021年3月)。	
・ <u>体重: 59.82kg→60.16kg</u>	・ <u>喫煙者: 19.3%→18.0%</u>
・ <u>BMI: 22.12→22.24</u>	・ <u>METs※: 平均値 37.2→36.8</u>
・ <u>睡眠時間: 平均値 6.7時間→6.8時間</u>	※1日の総エネルギー消費量
・ <u>飲酒(アルコール量): 14.86g→14.09g</u>	・ <u>1日あたりの平均歩数※: 6,934歩→6,770歩</u>
・ <u>毎日飲む人の割合: 16.1%→15.8%</u>	※測っている人のみ N=23,685

図表 2-5 コロナによるメンタルヘルスへの影響



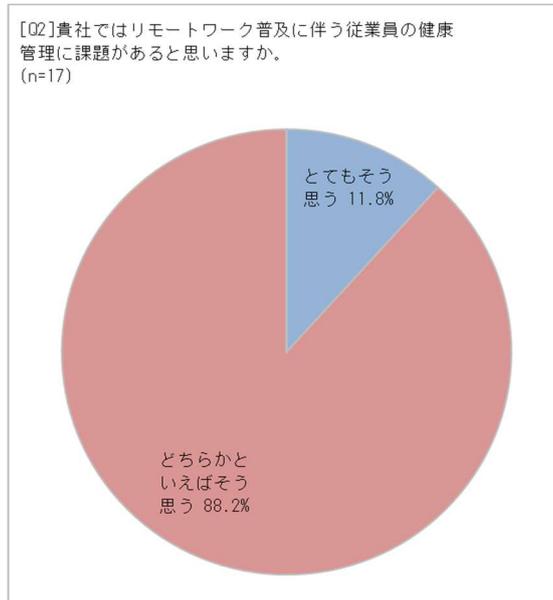
以上のことから、リモートワークによる業務の質・量や職場の人間関係等の組織的な要因及び、家族や家庭環境等の個人的な要因が急激に変化することにより、メンタルヘルスや運動不足、生活習慣病等といった負の影響に繋がっていると考えられます（図表 2-6）。

図表 2-6 リモートワーク下における疾病に繋がる要因



WG2 が所属企業に対し実施した調査では、アンケートに回答した全員がリモートワークに伴う従業員の健康管理に課題を認識していると回答しており（図表 2-7）、企業においても、職場内における心身等の不調の把握・発見がより困難となっています。

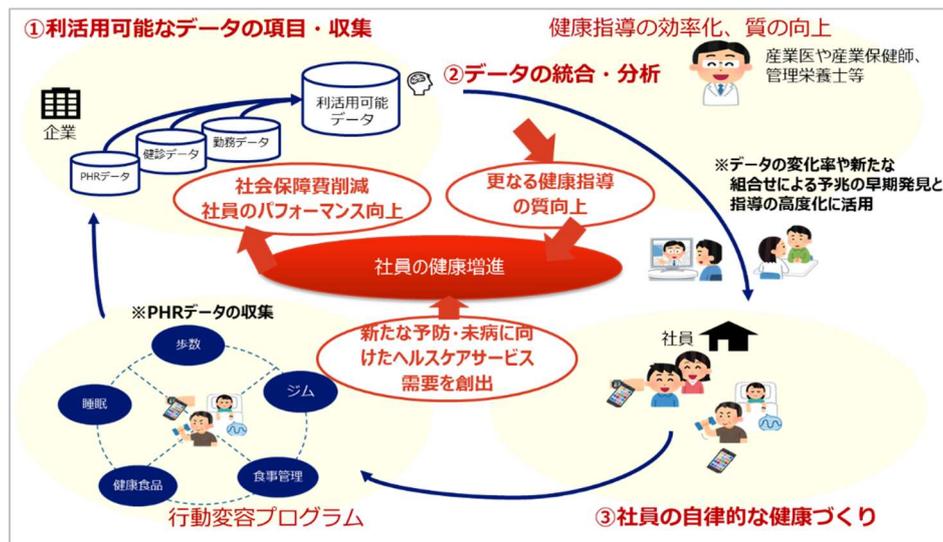
図表 2-7 リモートワーク下の健康管理の課題認識



### 3. 具体的な取組内容

本取組では、企業が保有している勤務・健診データに加え、日々のライフログ等PHRデータを収集し、統合・分析することで社員の健康状態を把握するとともに、産業医等を通じて社員自らの自律的な行動変容を促す仕組みを構築する等の取組を実践し、企業による社員の健康増進に向けたムーブメントを起こしていきます（図表 3-1）。

図表 3-1 本取組で目指す将来像



#### ① 利活用可能なデータの項目、収集

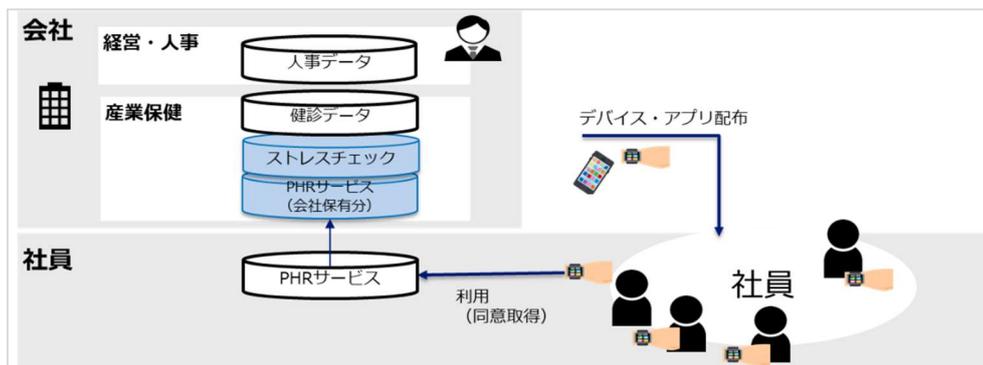
スマートフォンやウェアラブル機器等のデバイス、AI、ビッグデータ等の技術進展に伴い、健康関連データを収集する手段は増えており、健診結果等の情報も企業等に蓄積されていますが、そのデータは個人や企業に散在しています。

社員の健康状態を把握しリスクを早期発見するために、リモートワーク下における健康課題の把握に有用な健康関連データを収集する際にも、誰がどのように保管・蓄積しているのか不明瞭であり、また、データの単位や項目の定義が統一されていない等、データの利活用が難しい状況にあります。

**本取組においては、リモートワーク下で社員の健康増進を図る上で喫緊の健康課題としてメンタルヘルスと生活習慣病（高血圧、糖尿病、脂質異常症）を中心に、これらに係る健康指導に有用であるデータ項目を整理していきます。**

データ項目には、企業が提供するデータ、個人が提供するデータがありますが、**人事データや健診データは企業が既に保有し、産業医等への開示も可能と想定しています。**なお、企業が保有するストレスチェックデータの一部項目や、個人が PHR サービスで収集するライフログデータ等を企業や産業医等が利用するためには本人同意が必要となります。そのため、同意取得に当たっては、各社の健康情報取扱規程等に基づき、セキュリティ対策をそれぞれ講じた上で、適切に同意を取得します（図表 3-2）。

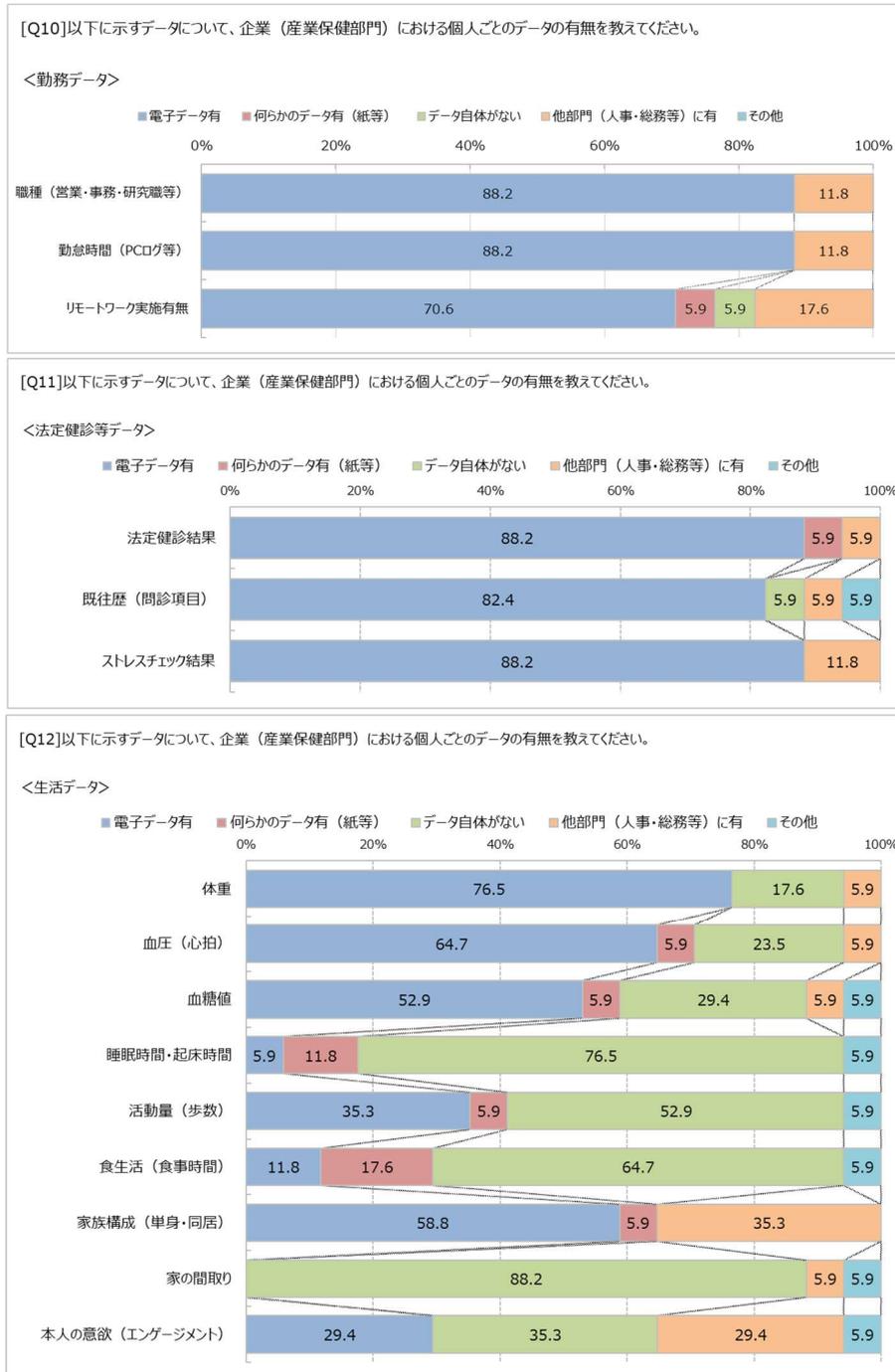
図表 3-2 利活用可能なデータの項目、収集イメージ



しかし、実際には、これらのデータの保有状況は各社一様ではありません。WG 2 では、参加各社の産業保健部門におけるデータの保有状況について実態調査を行いました。その結果、**法定健診データや勤務データは 8 割以上が電子データとして保有されていますが、リモートワーク対象者有無や世帯構成データを保有している割合は 6 割から 7 割程度**でした。また、**個人の生活データを保有している割合は、歩数データで 3 割強、睡眠データは 6%に過ぎませんでした**（図表 3-3）。

そこで各社の状況に応じ、**取組開始段階で取得が難しいデータについては、まずはアンケート等で代替して収集する**など、できるところから順次進めていく予定です。また、収集に係るデバイスを健康指導対象者に限定配布することや、既に社員が個人で保有している PHR アプリ等も活用可能としています。将来的には、**同意等を取った利活用可能なデータが継続的に蓄積していきます。**

図表 3-3 各種データの収集状況



②データの統合・分析

社員の健康増進を図る上で産業医等の健康指導は、重要な役割を果たしており、社員の健康関連データを活用することで、社員 1 人 1 人の健康状態に適した指導が可能となります。

産業医等における健康関連データの利活用の状況は、企業により区々であり、前項（①利活用可能なデータの項目、収集）で定めたデータを収集したとしても、健診データ、勤務データ、PHR データ等

格納されている DB は個々の場合が多く、また、データ項目、単位等が異なっている場合もあることから、利活用を推進するためには健康関連データを統合する必要があります。

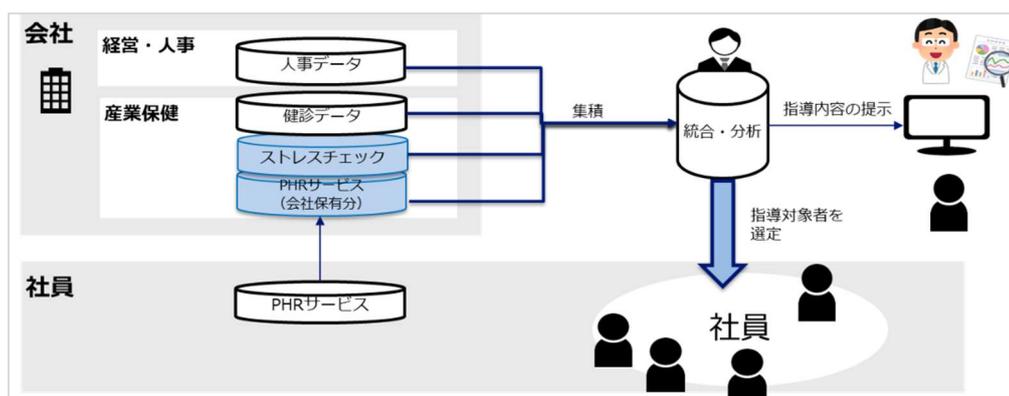
また、産業医等にとっては、大量の様々な健康関連データを受け取っても、それを読み解き、指導に資する形で利用することは容易ではありません。産業医等が健康関連データを利活用するためには、データを指導しやすい形に加工・分析する等の稼働を考慮した対応が必要です。

そこで、企業において別々のデータベースに保管されている健康関連データのうち、①において収集した**健診データ、勤務データ、PHR データ等を利活用可能な形で統合した上で産業医等へ提供**することで、産業医等が効率的に指導を行うことを目指します。

**データは分析して見やすい形式に加工し、その結果を、産業医や産業保健スタッフ等に提示**します。例えば、個人の健診等のデータを経時的に示し、**数値の変化と生活習慣の変化が一目でわかるように**します。

このように社員の健康関連データを一元化し、経時変化を確認することが可能な機能を企業が具備することにより、産業医等の稼働効率化・負荷軽減を図ります（図表 3-4）。

図表 3-4 データの統合・分析イメージ

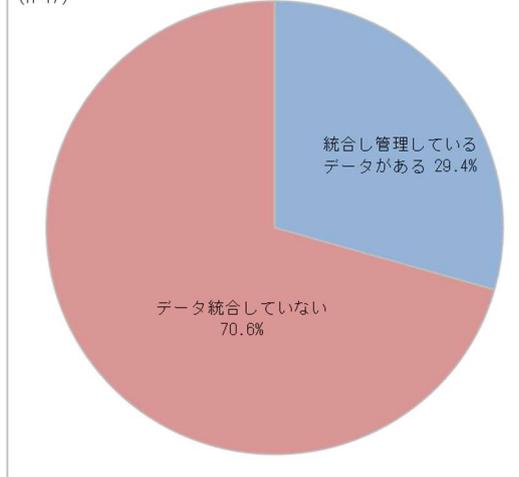


ただし、これらのデータの統合・分析においては課題も明らかとなっています。例えば、収集する各種データは**個人や企業、医療機関等が別々に収集、管理しており、必ずしも統合管理されている状況ではありません**。WG2において実施した実態調査では、**勤務データ・法定健診データ・生活データ等について、7割以上が「データを統合していない」と回答**しました（図表 3-5）。統合・管理していない理由としては、「統合・管理に必要なシステムがない」が約6割で最も多く、次いで「統合・管理する人材がない」が5割との回答がみられました（図表 3-6）。

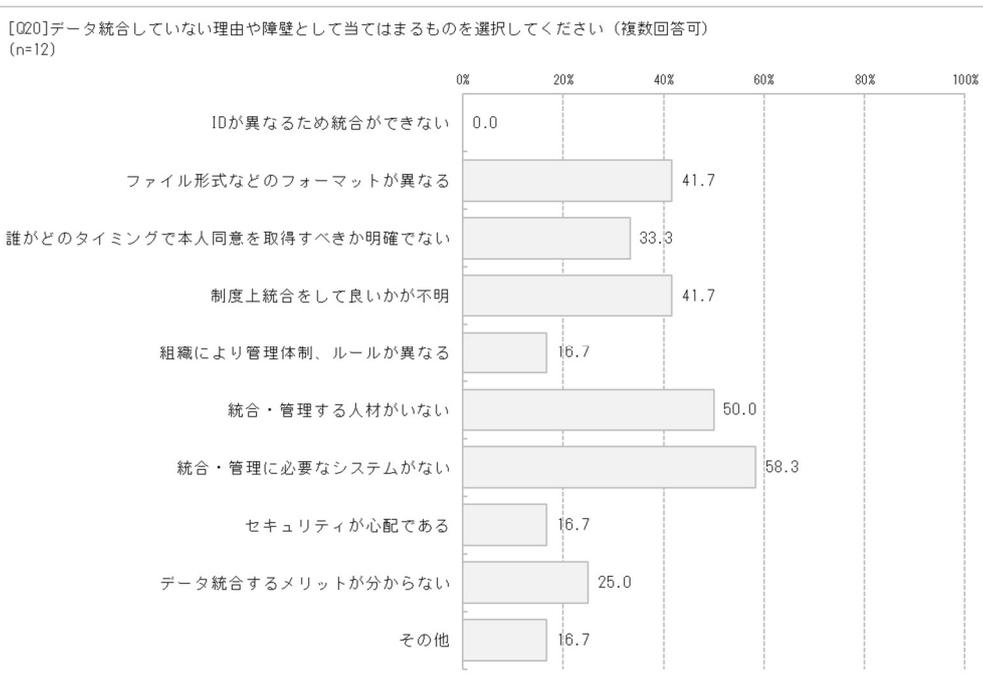
また、同調査において6割以上が勤務データ・法定健診データ・生活データ等について、組み合わせる等して「分析していない」と回答していることに加え、各社において健康関連データを統合する機能は必ずしも整備されていないと考えられます。

**図表 3-5 健康関連データの統合・管理状況**

[Q18]勤務データ・法定健診データ・生活データ等について、企業（産業保健部門※）においてデータを統合管理していますか。  
(n=17)

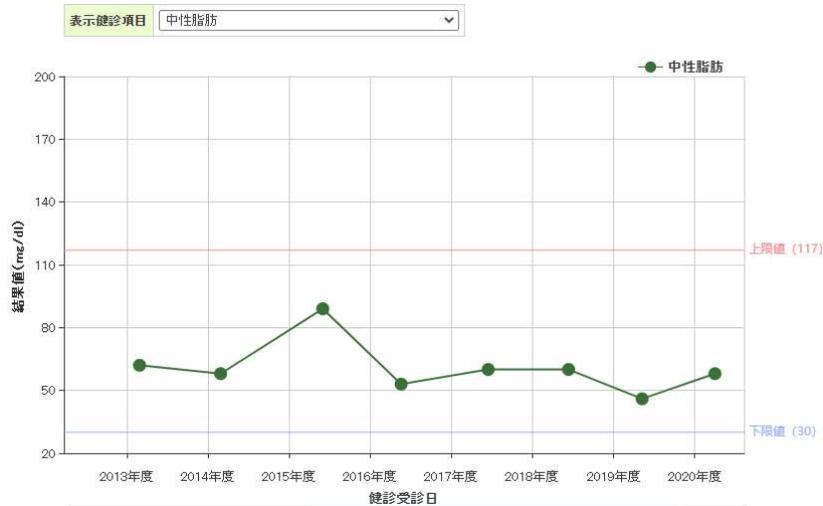


**図表 3-6 データを統合していない理由や障壁**

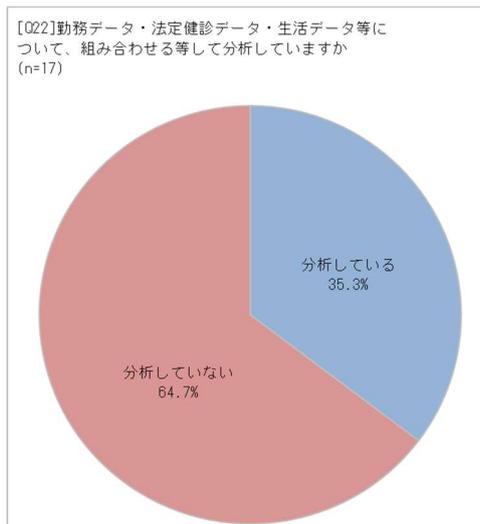


このように、各社のシステムにおいて健康関連データを統合する機能が必ずしも具備されていないことから、まずは既存のアプリ（エクセルなど）を活用した補助シートを作成する等、各社の状況に合わせて段階的にデータ統合・分析を進めていく考えです（図表 3-7、図表 3-8）。

図表 3-7 補助シートのイメージ



図表 3-8 データの統合・分析状況



### ③社員の自律的な健康づくり（健康指導範囲の拡大）

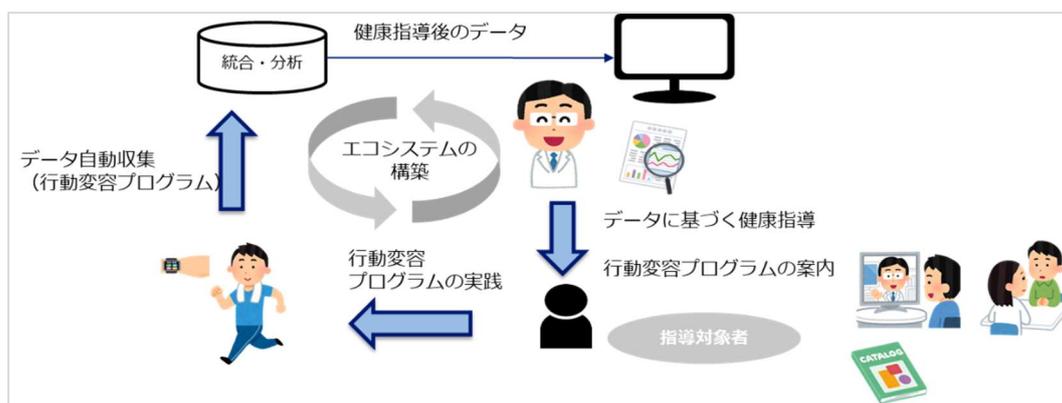
社員の健康増進には継続的な取組が必要であり、社員の自律的な行動変容が不可欠です。産業医等による健康指導は、社員にとって健康づくりの大きな機会の一つですが、健康への関心を高めるためには、数値の推移を視覚的に示し、具体的で魅力的な行動の提案等更に踏み込んだ取組が必要です。また、産業医等の健康指導を契機に、社員が自律的な健康づくりを継続可能となるような仕掛けづくりも重要です。

そこで、本取組では、産業医等による健康指導において、個人ごとのデータの経時変化や新たなデータの組み合わせにより、心身の不調の予兆の早期発見や本人の状態に適した指導を目指します。指導時には、疾病リスクを提示してそれを回避するような具体的なアドバイスをしたり、企業が導入し

**ている各種の行動変容プログラム（運動や食事、睡眠等のプログラムなど）を幅広く提案することで、個人が取り組みやすい環境を整えます。**

今後、このような行動変容プログラムに参加した結果は行動データとして自動収集され、データ統合・分析に生かし、取組のPDCAにも活用していくことも想定しています（図表 3-9）。

**図表 3-9 社員の自律的な健康づくりイメージ**



しかし、個人の行動変容を促すことは容易ではありません。一般的には、健康な社員は自身の健康状態に無関心であり、体調の変化や疾病に直面して初めて行動変容することが多く、WG2にて実施した実態調査においても無関心層へのアプローチは課題として挙げられています。

そこで、行動変容プログラムには、健康長寿産業連合会の会員企業の持つ魅力的なヘルスケアソリューションを用意することを予定しており、既に多くの会員企業からサービス提供に向けた賛同をいただいています。また社員が行動変容にプログラムに自律的に取り組むための方策として、会員企業対抗歩こうキャンペーンやサービスの無料利用といった特典等、**社員の参加を促進する施策等も今後検討**していきます。

#### 4. 本取組を進めるにあたっての支援

本取組に参画する企業（以下：参画企業）については、健康関連データを利活用した社員の健康増進の取組に向けたデータの収集、統合、分析等を進めていきますが、従前から各社が持っている健診データに加えて、社員のPHRデータを収集する等、各社の状況に応じて新たな取組が必要となる場合があります。このような対応を各社個々に進めるには困難な部分があると考えられることから、**健康長寿産業連合会の会員企業によるサービス紹介、導入支援等をWG2にて行っていきます。**

また、行動変容プログラムにおいても、第3項（具体的な取組内容）に記載のとおり、既に多くの会員企業からサービス提供に向けた賛同をいただいております。参画企業への紹介を行います。

このように、**会員企業のサービスを積極的に活用することで、PHRサービス等の更なる普及拡大につなげていきます。**

## 5. 本取組による効果

本取組においては、健康関連データを利活用した健康指導や社員の自律的な行動変容プログラムへの参画等を通じて、心身健康でいきいきと働くことができる社員が1人でも増えていくことを目指しており、こうした活動の積み重ねにより、社員の健康増進・パフォーマンス向上を図ることで Well-being society の実現に資するものと考えております。

本取組の効果測定については、参画企業における社員の自律的な行動変容や産業医等の効率化・負荷軽減等に係る評価をアンケート等で検証を行うとともに、参画企業からの課題・意見を活かすことで本取組を改善していきます。

## 6. 今後のスケジュール等

参画企業は、本取組を自社の社員の健康増進施策として位置づけ、自ら費用などを拠出し事業を推進していきます。

今後は、参画企業の準備が整い次第本取組を開始（2022年度第2Qを想定）し、実践を通じた課題等の整理を行い、会員企業外への取組展開を目指します（2023年度）（図表 6-1）。

図表 6-1 今後のスケジュール（案）



以上

## Well-being society の実現に向けたデータ利活用による健康経営の実践

### ■ 健康長寿産業連合会

会長：澤田 純                    日本電信電話株式会社 代表取締役社長  
副会長：杉山 博孝            三菱地所株式会社 取締役会長  
副会長：大久保 伸一        凸版印刷株式会社 代表取締役副社長執行役員  
副会長：斎藤 敏一            株式会社ルネサンス 代表取締役会長執行役員

### ■ 健康関連データの活用推進ワーキンググループ（WG2）

座長：北村 良太                日本電信電話株式会社 執行役員 総務部門長

### ■ 本取組への参画予定企業一覧（五十音順）

あいおいニッセイ同和損害保険株式会社  
味の素株式会社  
株式会社 NTT ドコモ  
オムロンヘルスケア株式会社  
コニカミルタ株式会社  
住友生命保険相互会社  
西川株式会社  
日本電信電話株式会社  
一般社団法人 プレシャスライフ・ラボ  
株式会社ベネフィット・ワン  
三菱地所株式会社  
株式会社リンクアンドコミュニケーション  
株式会社ルネサンス  
株式会社ローソン

計 14 社（2022 年 5 月 13 日時点）

<問合せ先>

健康長寿産業連合会健康関連データの活用推進ワーキンググループ事務局

Email: kenkochoju-wg2@nttdata-strategy.com