

スマートヘルスケア推進事業について



**R5. 1. 22現在 アプリ登録者数
5, 234名**

1

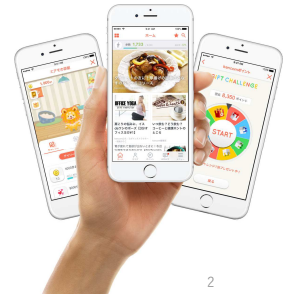
スマートヘルスケア推進事業 (R2年～R5年予定)

スマホアプリを活用し、歩行数や健診受診等による健康ポイントの付与を行い、楽しみながら生活習慣の改善を目指す。

対象は県内の
国民保険加入者
20歳～74歳

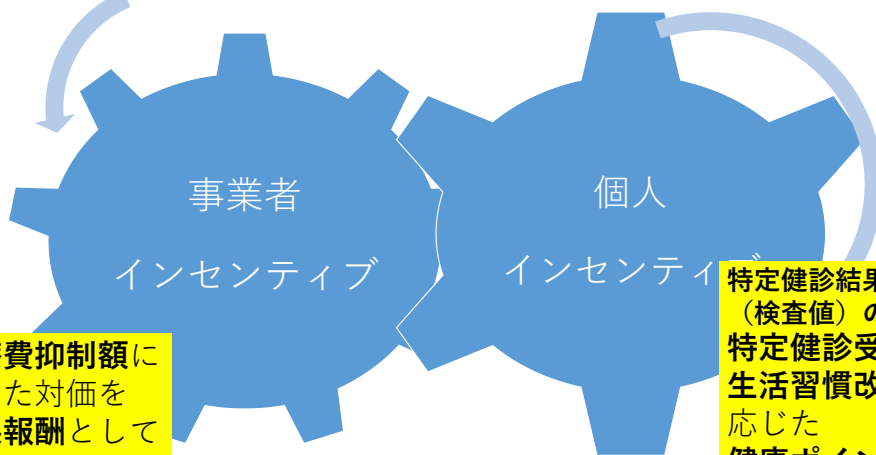


**健康寿命の延伸
医療費・介護費の抑制
疾病予防・重症化予防**



2

成果運動方式の採用



医療費抑制額に
応じた対価を
成果報酬として
支払い

両輪の仕組み

特定健診結果
(検査値)の改善、
特定健診受診、
生活習慣改善に
応じた
健康ポイントを
付与

kencomとは



楽しみながら、健康に。

医療保険者が被保険者の健康を守るために必要な健康づくり施策や生活習慣病予防、健康無関心層への取組を実施するため、スマホアプリによるポピュレーションアプローチの手法を用い、利用者に対し健康意識の向上と行動変容を促すサービスです。

愛媛県では、H30年の国保制度改革により、県が国民健康保険の保険者になったことにより、優れた民間サービスを活用しつつ、健康無関心層へも働きかける効果的な健康づくり運動を推進するため、kencomを採用しました。

4

kencomの主な機能 <ライフログ>

■ ライフログの記録

- 歩数/体重/体温/血圧/血糖値の記録し、変化を可視化ができます
 - 歩数は自動連携可能
- 行動目標を設定し、記録をすることができます



kencomの主な機能 <記事配信>

■ 記事による健康情報の発信

- 性別、年代、健診結果、利用ログから、その方の健康状態・趣味嗜好に合わせた記事をお届けします
- 社内編集部のチェック、及び医師の監修を経て質の高い情報をご提供します

kencomの主な機能 <ヘルスケアポイント>

■ kencomポイント

- kencomの全登録者を対象に付与される共通ポイント

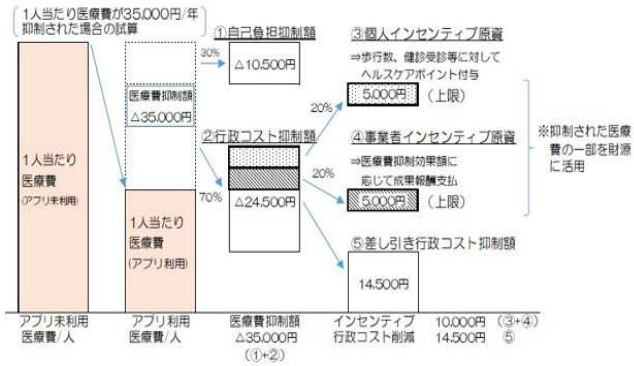
kencomの主な機能 <ヘルスケアポイント>

■ 独自ポイント

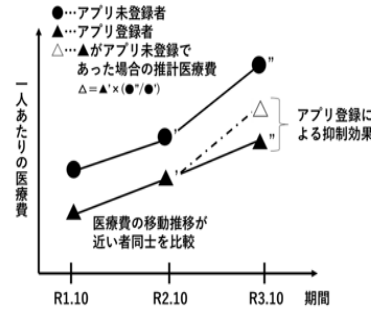
- 独自でポイントを設定することが可能です
- 設定したポイントにより、ユーザーの健康行動に応じてポイントを付与します
- 貯めたポイントを商品と交換することができ、健康行動の動機づけが行えます

区分	(pt)	備考
利用登録	2,000	初回のみ
1日1歩	730	3pt/日
ログイン		
歩数5,000歩	1,825	5pt/日
歩数8,000歩	1,825	5pt/日
体重記録	1,095	3pt/日
体温記録	730	2pt/日
血圧記録	1,095	3pt/日
行動メニューの選択	1,095	3pt/日
特定撮影撮影	1,000	1日最大6枚
健診結果A判定	500	100項目
合計	11,995	毎日最大23日最大6枚

【成果連動型報酬の仕組み】



【算出方法】



スマートヘルスケア推進事業における評価
～利用者アンケート調査より～

【方法】

- 1 実施期間: 令和4年10月20日～10月27日
- 2 対象: アプリ利用者 4,683人(R4.10.20時点)
- 3 方法: アプリ内でのpush通知及びアプリ利用者へのメール配信により、アンケート調査を依頼。調査は、インターネット上のフォーム入力により実施。無記名、選択式(一部自由記載)
- 4 内容: 基本属性・健康づくりや生活習慣等に関する意識・アプリについての設問等 全30問

【分析対象者の概要】

アンケート回答者 1,460人
(回答率 31.2%)

60歳以上 60.6%

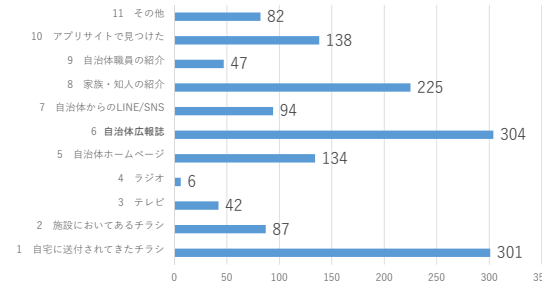
有職者(自営業・勤め人) 46.2%

		(n=1,460)	
		n	%
性別	男性	620	42.5
	女性	840	57.5
年齢	20歳代	14	1.0
	30歳代	55	3.8
	40歳代	212	14.5
	50歳代	294	20.1
	60歳代	633	43.4
職業	70歳代	252	17.3
	自営業	357	24.5
	勤め人 (パート・アルバイト含)	318	21.8
	学生	4	0.3
	専業主婦・主夫	278	19.0
	無職	222	15.2
	定年退職	281	19.2

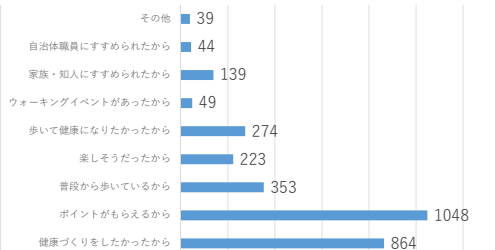
【アプリ登録の動機】

- ・自治体広報誌、自宅に送付されてきたチラシがきっかけだが、紹介によるものも多かった。
- ・個人インセンティブ(ポイント付与)が効果的だが、「健康づくりをしたかったから」というものも多い。

アプリを知ったきっかけ



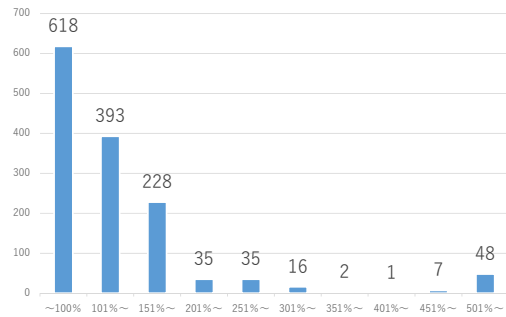
アプリを登録した理由(複数回答)



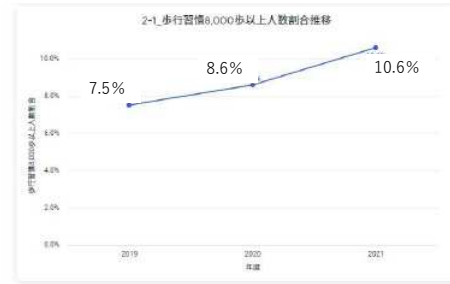
【歩数】

・55.3%が歩数増加し、生活習慣改善につながっている。

アプリ利用前後の歩数増加率 n=1,383



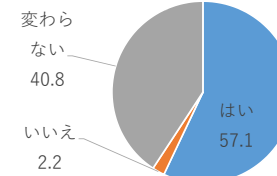
《参考》kencom利用者全員の8,000歩以上の人数割合



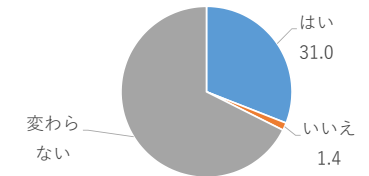
【意識の変化】

・アプリ利用が健康への意識の醸成につながっている。
・心身の調子がよくなった人もいる。

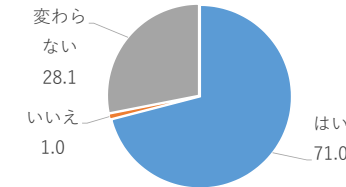
意識して歩くようになったか(%)



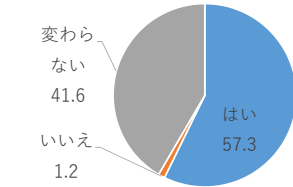
体調がよくなったか(%)



健康を意識した生活を心がけるようになったか(%)



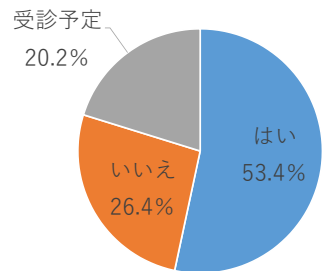
生活に楽しみがもてたか(%)



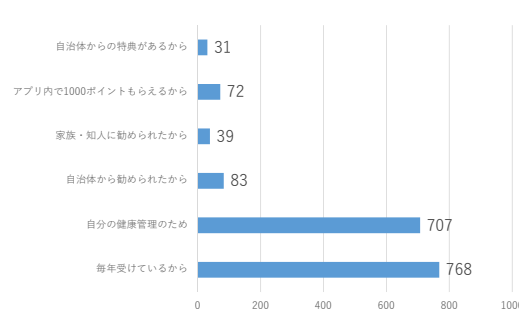
【健康診断(40歳以上は特定健診)受診】

・受診済と受診予定を合わせて73.6%。かなり健康意識が高い。
・特定健診受診者へのインセンティブでの受診率upは期待できない。

令和4年度に健診を受診したか



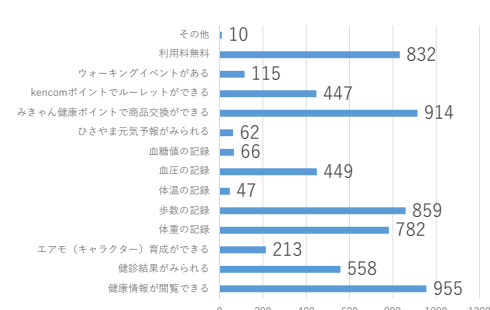
健康診断を受診する理由(複数回答)



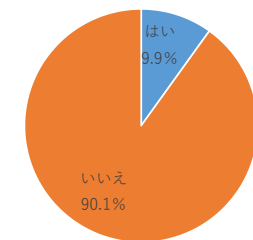
【アプリ機能】

・医療費適正化につながるアプリ活用ができている人は9.9%。
・多額のポイント付与等、県が事業をおこなうメリット

アプリ機能でよいと思うもの(複数回答)



アプリ画面をかかりつけ医にみせて自分の健康状態を示すのに使用している



【まとめと今後の取組み】

・アプリを利用することにより、歩数が増えたり、健康への意識が高まったりするなど、生活習慣改善のための行動変容や疾病予防効果が期待される。

・アプリ使用のメリットを更に分かりやすく伝える普及啓発、効果のあった手法により積極的に行うことで登録者数の増加を目指す。

・市町担当者等との連携による、**アプリの利活用の促進。**

(健康づくりに関するお知らせ・受診勧奨等のアプリ内通知)

★アプリが生活習慣改善に寄与する可能性

★国民保険加入者のみでなく、全県民への健康づくり施策として、今後検討(マイナポータルとの連携)