

**特定保健指導の新制度に対応した『健保向け CARADA パック』来春サービス開始  
～行動科学の理論に基づいたヘルスコーチングで利用者の意識・行動変容を！～**

株式会社エムティーアイは、平成 30 年度より実施される「第 3 期 特定健診・特定保健指導」に対応した、健康保険組合の特定保健指導の実施率向上をサポートする『健保向け CARADA パック』の提供を、来年 4 月より開始します。

当社では、企業の健康経営をサポートする『企業向け CARADA パック』を提供しており、現在 200 社以上に導入されています。今回、その実績とノウハウを生かし、「特定健診・特定保健指導」の新制度に対応した健康保険組合の取り組みを支援するサービス『健保向け CARADA パック』を開発しました。

本サービスは、メタボリックシンドローム該当者とその予備軍に対し、カラダに関するデータを記録・管理できるアプリ『CARADA』を利用して、ヘルスコーチングを用いた栄養指導やゲーム要素を活用したイベントなどにより運動を促し、生活習慣の改善を効率的にサポートします。また、生活習慣病の予防に加え、要医療者の重症化予防にも役立てることが期待できます。

来年 4 月の新制度スタートまでに 60 組合の導入を目指し、導入後は健康保険組合のニーズに沿った機能の追加など、特定保健指導の実施率向上や被保険者の健康保持・増進をサポートするサービスとして発展していきます。

**◆200 社以上の健康経営をサポートする実績とノウハウを生かし、特定保健指導の実施率向上を支援！**

「特定健診・特定保健指導」は、生活習慣病の発症・重症化を予防し医療費の適正化を図るために、厚生労働省により平成 20 年度から開始された制度です。厚生労働省の保険者による健診・保健指導等に関する検討会によると、平成 26 年度の特定健診の実施率は約 50%と着実に実施されているものの、特定保健指導については全保険者の平均実施率は 18%と低い状態です。健康保険組合・共済組合の 3 割では実施率が 5%未満しかなく、実施率向上を目指し来年度から制度が見直され、現場での取り組みにおいては ICT の活用にも期待が寄せられています。\*

こうした背景をもとに、当社では 200 社以上に導入されている、企業の健康経営をサポートする法人向けサービス『企業向け CARADA パック』の実績と培ってきたノウハウを生かし、健康保険組合の特定保健指導の実施率向上をサポートする『健保向け CARADA パック』をスタートします。

※厚生労働省：「第 3 期特定健康診査等実施計画期間(平成 30 年度～35 年度)における特定健診・保健指導の運用の見直しについて(議論のまとめ)」より

**◆個人ごとのオーダーメイド指導でメタボリックシンドロームの予防・改善を支援！**

『健保向け CARADA パック』はメタボリックシンドローム該当者とその予備軍に対し、歩数や体重、食事などカラダに関するデータをスマートフォンで記録できるアプリ『CARADA』を通じて、管理栄養士によるオンラインでの食事指導やアプリを利用して歩数を競う健康イベントなどの実施により、生活習慣の改善を促し、メタボリックシンドロームの予防・改善を行うサービスです。

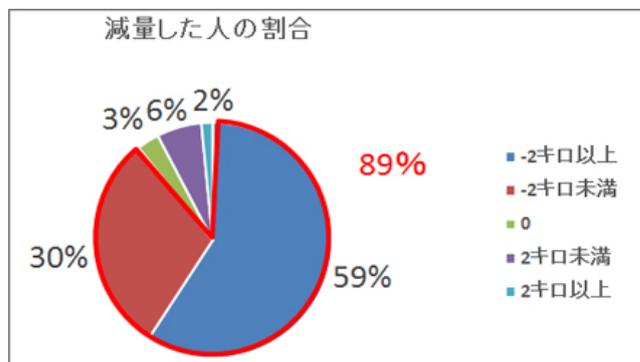
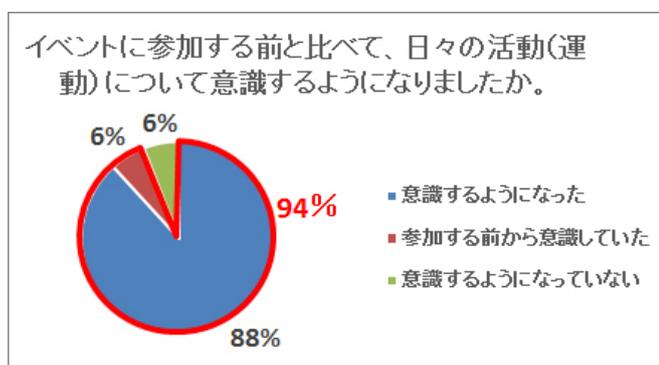
本サービスは、行動科学に基づいた行動療法のプロセス※を取り入れたヘルスコーチングプログラムにより、個人の状況に合った栄養指導やゲーム要素を用いたイベント(ゲーミフィケーション)、インセンティブ、グループ指導などを組み合わせることで、利用者の意識変容や継続した行動変容を促し、生活習慣病の予防や要医療者の重症化予防にも役立てることができます。

※「行動変容テクニックガイドライン(2017 年版)をもとに、独自のプログラムを作成



## <プリマハム健康保険組合の導入事例>

プリマハム株式会社を母体企業とするプリマハム健康保険組合では、2015年より『企業向け CARADA パック』を応用したICTを活用した保健指導に取り組んでいます。3年目となる本年は、行動科学に基づいた仕掛けを用いた歩数イベントを取り入れたことで、参加者の意識変容・行動変容がみられイベントの継続率・減量達成率ともに約9割にのぼり、生活習慣の改善につながっています。



## <『健保向け CARADA パック』の主な機能>

### ●健保管理者

- ・健康診断結果をデータ化／グラフ化 ・経年変化をグラフで確認 ・未受診者への案内
- ・属性(氏名・性別・年代・所属)の絞込み、特定保健指導対象者、メタボリックシンドローム対象者、高血圧などでの絞込みが可能
- ・被保険者へのお知らせ(健康イベントのお知らせや特定保健指導の勧奨など)を CARADA アプリに配信(全体、個別による配信も可能)
- ・健診結果一覧の出力機能

### ●被保険者

#### <CARADA>

- ・栄養コーチの利用 ・歩数イベントへの参加 ・健保からのお知らせ受信
- ・電子お薬手帳の利用 ・健康診断の結果をデータ化しグラフにて推移を表示
- ・各種データの記録／閲覧：歩数、食事記録(写真、テキスト、自動カロリー表示)、体組成(体重・体脂肪率)、睡眠時間(就床時刻・起床時刻)、血圧(最高血圧・最低血圧・脈拍)、血糖値、HbA1c

### 【『健保向け CARADA パック』に関するお問い合わせ先】

**CARADA**

株式会社エムティーアイ モバイルサービス営業本部 健保営業部

TEL:03-5333-6172 FAX:03-3320-0298

E-mail: [hcgroupp-22@mti.co.jp](mailto:hcgroupp-22@mti.co.jp) URL: <https://www.carada.jp/kenpo>

※「健康経営®」は、NPO 法人健康経営研究会の登録商標です。

※CARADA は、株式会社エムティーアイが所有し又は使用権を有する商標または登録商標です。

報道関係の方からのお問い合わせ先

株式会社エムティーアイ 広報室

TEL:03-5333-6323 FAX:03-3320-0189

E-mail: [mtipr@mti.co.jp](mailto:mtipr@mti.co.jp) URL: <http://www.mti.co.jp>