

ICTを活用した特定保健指導の実施状況について  
～調査結果のまとめ～

宮城県保健福祉部健康推進課

# 特定保健指導におけるICTの活用状況 ～保険者調査概要～

## ■ 調査対象

ICTを活用した特定保健指導の実施状況を調査するため、「令和7年度宮城県特定健康診査・特定保健指導実施状況調査実施要領」54団体に対し調査を実施した。

## ■ 回答保険者数

保険者種別	回答数
市町村国保	35団体
被用者保険	16団体
国保組合	3団体
合計	54団体

## ■ 左記のうちICTを活用している保険者数

保険者種別	回答数
市町村国保	13団体 (前年度+4団体)
被用者保険	13団体
国保組合	2団体
合計	28団体 (前年度+4団体)

# 特定保健指導におけるICTの活用状況 ～ICT機器の種類と活用方法～

ICTを活用していると回答した27団体のうち、多くの保険者がZoom等の会議ツールを活用し、オンラインでの保健指導を実施されていた。

## ■ 活用しているICT機器の種類(複数回答)

ICT機器	回答数
会議ツール (Zoom等)	20団体
スマートフォン アプリ	15団体
ウェアラブル機器 (AppleWatch等)	6団体
計測機器(体重計、 血圧計等持ち運ばな い機器)	6団体
その他(タブレット教 材等)	5団体

## ■ ICTを活用した保健指導の実施方法

- ・ Zoomを活用し、遠隔地勤務や在宅勤務の従業員に対し、オンライン保健指導を実施している。
- ・ 対象者がスマホアプリや計測機器で把握している健康情報(家庭血圧、体重、歩数等)を活用して保健指導を実施している
- ・ 対象者にウェアラブル機器(AppleWatch等)を身に付けてもらい、記録したバイタル情報を活用して保健指導を行っている。
- ・ LINEでの、身近な食生活などに係るクイズの定期配信

# 特定保健指導におけるICTの活用状況 ～ICT導入の時期・理由～

コロナ禍が始まった令和2年度以降に導入した保険者が多かった。令和6年度のプログラム改正以降、再び導入自治体は増加傾向。

## ■ ICTを活用した保健指導を導入した時期

時期	回答数
平成30年度以前	4 団体
令和元年度	1 団体
令和2年度	3 団体
令和3年度	4 団体
令和4年度	5 団体
令和5年度	3 団体
令和6年度	4 団体
令和7年度	6 団体

## ■ 導入理由（複数回答）

理由	回答数
従業員(住民)の 利便性向上	1 8 団体
従業員(住民)の希望	1 団体
保険者努力支援制度 の評価指標	8 団体
特定保健指導の利用率向上 のため	1 6 団体
その他	4 団体

その他：

生活習慣改善の意識を高めるため  
委託業者が導入しているため 等

※導入後、継続実施を取りやめた団体含む。

# 特定保健指導におけるICTの活用状況 ～各保険者での実施率～

各保険者でICTを活用した保健指導実施率にバラつきが見られた。  
被用者保険での実施率が高い傾向にあった。

■ 各保険者での実施率                      A～F：市町村国保    G～N：被用者保険    O：国保組合

	令和4年度			令和5年度			令和6年度		
	ICTを活用した保健指導実施者数(人)	全保健指導実施者数(人)	ICTを活用した保健指導実施率(%)	ICTを活用した保健指導実施者数(人)	全保健指導実施者数(人)	ICTを活用した保健指導実施率(%)	ICTを活用した保健指導実施者数(人)	全保健指導実施者数(人)	ICTを活用した保健指導実施率(%)
A保険者	8	318	2.5%	25	245	10.2%	27	1,141	2.4%
B保険者	142	238	59.7%	79	264	29.9%	120	278	43.2%
C保険者	2	158	1.3%	8	205	3.9%	12	171	7.0%
D保険者	3	195	1.5%	2	171	1.2%	0	169	0.0%
E保険者	7	139	5.0%	2	149	1.3%	4	149	2.7%
F保険者	—	—	—	—	—	—	1	342	0.3%
G保険者	886	2762	32.1%	1,238	2631	47.1%	1,452	2,603	55.8%
H保険者	579	13,787	4.2%	630	15,782	4.0%	1,076	16,305	6.6%
I保険者	281	281	100.0%	300	300	100.0%	277	277	100.0%
J保険者	—	—	—	—	—	—	56	83	67.5%
K保険者	0	63	0.0%	1	105	1.0%	6	86	7.0%
L保険者	—	—	—	—	—	—	20	250	8.0%
M保険者	—	—	—	20	437	4.6%	15	464	3.2%
N保険者	259	804	32.2%	482	820	58.8%	596	769	77.5%
O保険者	—	—	—	5	59	8.5%	2	153	1.3%

R6以前からの実施保険者のうち、実施率の記載なし、不明 7 保険者

# 特定保健指導におけるICTの活用状況 ～得られた効果～

対象者側の利便性向上、利用手続きの簡便化、等の効果が得られた。

## ■ ICTを活用した保健事業を実施して、 得られた効果（複数回答）

対象者側の利便性向上 (時間の確保、遠隔地からの参加が可能になった等)	15 団体
実施者側の業務効率化 (部屋の確保、移動時間の軽減等)	3 団体
利用手続きの簡便化 (専用サイト開設等)	6 団体
実施率の向上	7 団体

## ■ その他

- ・専用サイトを開設し、指導の予約からICTを利用することで実施がスムーズになった
- ・対象者の保有媒体を使用することで、家庭での健康情報の確認が習慣化し、対象者自身が健康管理に役立てることに繋がっている
- ・被扶養者の実施率が上がった。
- ・初回面談の実施数の増加、途中終了者の減少。
- ・利用者の知識の向上につながった。

## 特定保健指導におけるICTの活用状況 ～課題～

ICTを活用した保健指導を実施するにあたり課題を抱えている保険者が多い。  
利用率の低さや環境整備(機器や通信環境)を課題に感じる保険者が多い。

### ■ ICTを活用した保健指導の課題(27団体が回答)

課題はある	15団体
課題はない	12団体

- ・ICTになじみがない対象者が多いため、利用に結び付きにくく、希望者・実施件数が少ない。
- ・機器が扱えずに問い合わせがある等、利用者と機器との相性が見極めが難しい。
- ・遠隔面談では、PCやタブレット、スマホ等機器の準備、wi-fi環境が必要となるため、実施につながらないケースがある。
- ・ICT機器の経年劣化に伴う入替やバージョンアップ等が必要であること。
- ・アプリの利用普及がそもそも低く、普及啓発の必要が生じている。
- ・特定保健指導では自己負担額を徴収していないため、委託料などの財政負担が増加

## ICTを活用していない保険者 ～導入していない理由～

住民(社員)からの需要の少なさから導入していない保険者が多い。  
対面の保健指導のみで十分効果を感じている保険者も一定数存在する。

### ■ 導入していない理由について(複数回答)

予算的な問題	11団体
マンパワー的な問題	9団体
委託先にノウハウがない	7団体
住民(従業員)からのニーズがない	11団体
導入するために何をしたらいいかわからない	8団体

### ■ その他自由記載

- ・利用者が少ないため
- ・委託業者の情報が少なく、対象者の利用環境など検討課題が多いため。
- ・利用できる体制は準備しているが、希望者がおらず今のところ利用実績が無い
- ・現時点では対面での実施で十分対応できているため
- ・通信費の負担や場所の確保について検討が必要なため 等

# ICTを活用していない保険者 ～導入の検討と課題～

今年度の新規導入自治体が6団体と多かったことから次年度以降、導入を検討している保険者が2団体であった。

導入したいが、保健指導利用者側のニーズが少ないことを課題とする保険者が多い。

## ■ 今後、導入を検討している保険者

検討している	3 団体
検討していない	2 3 団体

## ■ 導入予定時期

令和8年度	2 団体
未定	1 団体

## ■ 導入に当たっての課題

- ・ ICTの利用環境の整備と操作に不安がある方への対応。
- ・ 参加者の需要が見込めない。
- ・ 保健指導を委託している業者において、ICTを活用した管理・指導を行っていないことや機器等がないこと。

## ■ 導入予定の機器（複数回答）

会議ツール (Zoom等)	1 団体
スマートフォン アプリ	3 団体
計測機器	1 団体
ウェアラブル機器 (AppleWatch等)	0 団体
その他	0 団体
未定	1 団体