

「データヘルスの取組の情報発信」に関する参考資料

(参考1-3) アプリ「とっとり健康+プラス」の概要について

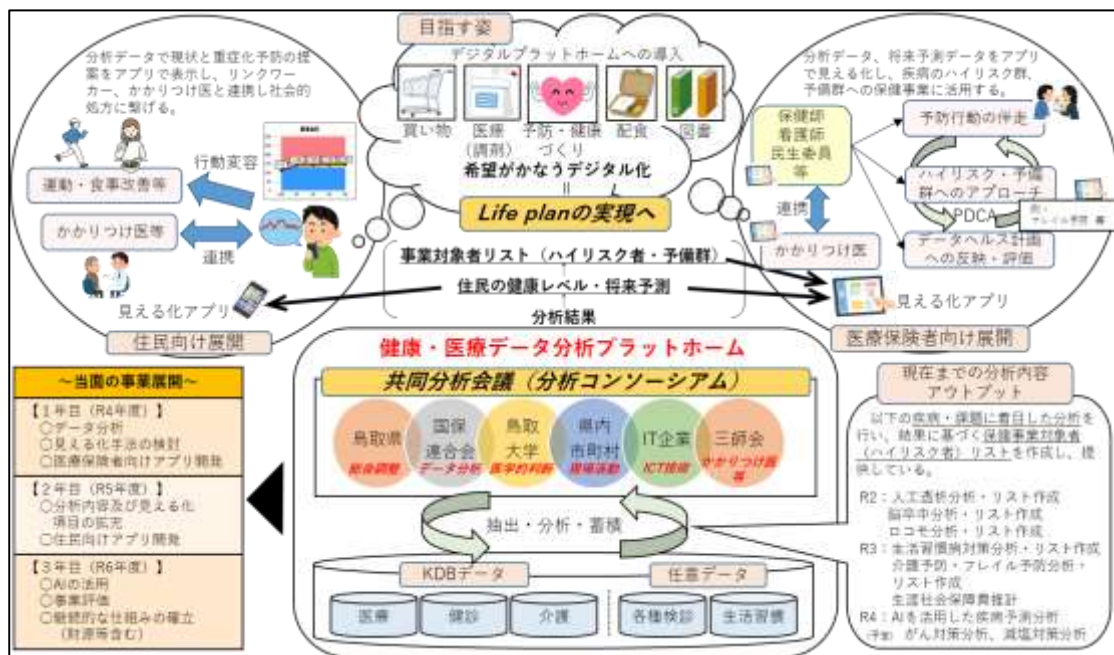
1. アプリ開発の経緯と目的

県内の産・官・学が連携した健康・医療データ等の分析によって得た結果やエビデンスを活かし、その情報を「見える化」して保険者及び県民に届け、健康意識を醸成することで日々の生活習慣改善や医療・健診受診等の行動変容に繋げ、健康寿命の延伸を図ることを目的に、保険者向けアプリ及び住民向けアプリの開発・運用を行っている。

まずは、保険者が被保険者への保健指導に活用するアプリ（保険者向けアプリ）を開発し、令和5年度にリリースを行った。保険者向けアプリは、被保険者への効果的なアプローチと保健師等専門職の業務効率化につながり、令和6年度は、さらなる利便性・機能性向上のために機能拡充を実施する。

また、現在、被保険者自らが主体的に健康づくりに取り組む意識の向上に繋げるために、被保険者が自身の健康状態を知り、行動変容に繋げるためのアプリ（住民向けアプリ）の開発を行っており、令和6年5月に県民に向けてリリースすることを予定している。

住民向けアプリは、将来的には「健康づくり」が「食事」や「買い物」などの日常生活とリンクするためのプラットフォームの構築を目指す。



## 2. 住民向けアプリについて

住民が自身の健康状態を知り、自ら予防・健康づくりに取り組むためのアプリを開発した。



### <めざす効果>

- 健診結果の推移等を可視化することで利用者が自身の健康状態を把握し、健康づくりに関心を持つ。
- 日々の健康づくり行動の記録を保管し、取組の継続を図る。
- 将来の疾病リスクや生活習慣改善を提示することで、行動変容に繋げる。
- 健康啓発情報や健診情報等を継続的に発信し、健康づくり行動の継続をサポートする。

### (1) 知る

- 各種健診結果の経年変化をグラフ表示することと併せて、健康状態を表す数値や保健指導勧奨値、医療機関受診勧奨値を超えているものなどを強調表示し、自分の健康情報を知る。



### (2) 管理する

- 体重や血圧、運動習慣など、日々の生活習慣について自身の記録を入力・管理する。
- また、日々の記録が予測シミュレーションに反映できる。

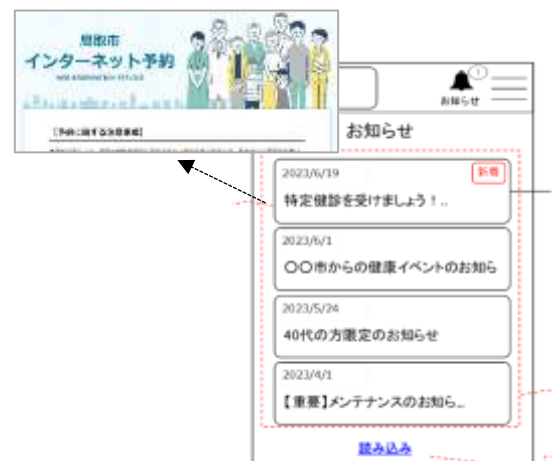


### (3) 行動する

- 健診結果や日々のヘルスデータから病気の発症リスクを予測して表示する。
- 発症リスクと合わせて生活習慣の改善ポイントを提案し、行動変容に繋げる。

### (4) 継続する

- 健診対象者向けに市町村の健診 Web 予約ページにリンクさせて健診受診を促進
- 各市町村の健康づくりイベントと連携するなど、随時情報を発信し、継続利用を促す。



### 3. 保険者向けアプリについて

令和5年度から運用を開始した保険者向けアプリについて、利用者がより活用しやすく、より効果的なアプリとなるよう一部機能を拡充した。

#### <機能拡充概要>

##### オフライン利用の開始

本アプリの稼働をタブレット端末でも可能とするよう拡充し、抽出したデータをタブレットにダウンロードすることで、地域での健康教室や被保険者の訪問指導への情報持ち出しを可能とする改修を行った。



##### マクロ分析

マクロ分析においては、後期高齢者の集計データを参照できるよう拡充し、国保・後期・国保+後期それぞれの地域の全体像を把握することを可能とした。

また、県全体の平均値や他市町村のマクロ分析データを参照可能とし、自市町村を他と比較できる機能を充実させ、地域の健康課題をより把握しやすくする改修を行った。

その他、地域順や数値の大小順でグラフをソート可能とし、地域の状況をより把握しやすく表示する。



## ハイリスク者抽出

ハイリスク者抽出においては、被保険者証番号条件にソート順の指定を加え、マクロ分析ではハイリスク者抽出では被保険者証番号順や受診勧奨項目数の大小等によるソートを可能とし利便性を向上させた。

個人検索(ハイリスク抽出含む) 選択該当者とその家族等  選択該当者

\*...選択必須

保険者	地区	作成年度 R5	作成月 12月
被保険者番号	姓	名	
性別	年齢 ~ 年齢	表示順	
保険者種別	受診勧奨項目数 (昇順)		
	受診勧奨項目数 (降順)		
	被保険者番号 (昇順)		
	被保険者番号 (降順)		

詳細条件



# とっとり健康+プラス

令和6年 5月リリース

あなたの健康診断データをもとに、  
未来の健康づくりをサポート

利用  
無料

## ABOUT

とっとり健康+プラスとは？

とっとり健康+プラスは、鳥取県民の健康づくりをサポートするため、  
鳥取県国民健康保険団体連合会が鳥取県と共同して開発しました。

**過去の健康診断データの確認をはじめ、  
将来の健康リスク予測、  
生活習慣の改善サポートなど、  
あなたの健康づくりを広くサポートします。**

※とっとり健康+プラスは、鳥取県市町村国民健康保険加入者を対象にしています。



スマートフォン  
からアクセス！

POINT  
1

過去の健診結果や  
健康データが、  
分かりやすいグラフで  
いつでも確認できる！



※健診データは、市町村等で実施している  
特定健康診査を受診した場合に表示されます。

POINT  
2

生活習慣の予防や  
改善に役立つ  
毎日の健康データが、  
保存できる！



POINT  
3

将来の健康リスクを  
シミュレーション！  
医学的知見からの  
アドバイスが  
受けられる！



POINT  
4

あなたにあった  
健康づくりの情報が  
受け取れる！



※リスクシミュレーションは、鳥取県国民健康保険加入者の健診データを鳥取大学と共同分析した統計数値により算出しています。  
あなたの健康状態に基づく疾病の診断ではありません。疾病の診断・治療・予防等については、医師にご相談ください。



# とっとり健康+プラス



スマートフォンで  
二次元コードを  
読み込んでアクセス!



「とっとり健康+プラス」は  
スマートフォンよりご利用いただけます。

※とっとり健康+プラスの利用には、  
公的認証サービス「mytap」と「マイナポータル」アプリの  
ダウンロードが必要です。



## START GUIDE

利用開始方法

マイナンバーカードをかざして、スマホで簡単に登録できます!

STEP

1



専用ページから  
仮登録を申請

STEP

2



マイナンバーカードによる  
公的個人認証サービス  
「mytap」アプリを  
インストール

STEP

3



マイナンバーカードを  
かざして、  
マイナポータルと連携

STEP

4



登録完了!  
ログインして  
すぐに利用開始

## CONTACT

お問い合わせ



鳥取県国民健康保険団体連合会

Tottori National Health Insurance Organization



tottori-kenko-plus@tottori.kokuhoren.jp

〒680-0061 鳥取市立川町6丁目176番地 鳥取県東部庁舎5階