

健康経営と PHR（パーソナル・ヘルス・レコード）の関係と現在地 —PHR サービス事業協会、PHR 普及推進協議会からの一考察—

新井 卓二 中村 俊也¹⁾

【キーワード】 PHR（Personal Health Record）、健康経営、ヘルスデータ、利活用、標準化

1. はじめに

健康経営²⁾とは、日本政府の日本再興戦略また未来投資戦略に位置づけられた「国民の健康寿命の延伸」に関する取り組みの一つであり、経済産業省のホームページによると「従業員等の健康管理を経営的な視点で考え、戦略的に実践すること」とされている。企業理念に基づき従業員等へ法律の定めを超えて健康投資を行うことは、従業員の活力向上や生産性の向上等の組織の活性化をもたらし、結果的に業績や株価の向上につながると期待されている。

健康経営の歴史は、1992年にアメリカで出版された「The Healthy Company」の中で、著者であり経営学と心理学の専門家であるロバート・H・ローゼン氏が、当時別々に考えられていた「経営管理」と「健康管理」を統合することによって、企業の業績を向上させることができるという概念を提唱したことから始まる。

日本では2006年に元大阪ガス株式会社の産業医である岡田邦夫氏がNPO法人健康経営研究会³⁾を発足させ、その概念を日本に持ち込み、ヘルシー・カンパニーを「健康経営®」と定義した。

普及の始まりは、2010年に経済産業省が「医療費の削減」を目標に、「健康寿命の延伸」のため「健康会計（仮称）」を提唱してからとなる。また同年、健康経営をうたった書籍「会社と社会を幸せにする健康経営」が発刊される。その後、経済産業省では、優れた健康経営を行っている企業を認定し、その取り組みを支援することを目的として、健康経営に係る各種顕彰制度を開始した。まず2014年度から現在（2023年度で10年目）まで毎年続いている上場企業を対象とした「健康経営銘柄」⁴⁾の選定が、経済産業省と東京証券取引所の共催で始まる。次に2016年度には経済産業省と日本健康会議⁵⁾の共催で、上場企業を含む医療法人や未上場企業も対象にした新たな顕彰制度である「健康経営優良法人認定制度」⁶⁾を創設した。認証の枠組みとして、大規模の企業等を対象とした「大規模法人部門」、中小規模の企業等を対象とした「中小規模法人部門」の2つの部門となっている。初年度から大企業法人部門の優れた取り組みを行っている企業を「ホワイト500」、2021年度からは中小規模法人部門で特に優れた取組みを行なっている企業を「ブライト500」、2024年からはさらに「ネクストブライト1000」として認定する制度が新設されてきた。その結果前述の顕彰制度に必要な健康経営度調査⁷⁾への回答数・認定数とも、上場企業を対象とした健康経営銘柄は、制度が始まった2014年度には回答数493、認定数22であったが、2024年度には回答数1,264、認定数53へと増加している。2016年度から開始された健康経営優良法人認定制度を見ると、大規模法人部門は初年度の回答数726、認定数235から、2024年度には回答数3,869、認定数3,400に達した。特に中小規模法人部門の伸びは著しく、2016年度の回答数397、認定数318から、2024年度には回答数20,267、認定数19,796へと大幅に増加している⁸⁾。

また2021年度まで無料だった申請料（税込み）も、2022年から大規模法人部門で8万8,000円、中小規模法人部門で1万6,500円がかかるようになったが、上場企業では全数約3,800社のうち3割強が、また日経225の日本を代表する大規模法人部門に該当する大企業では8割強が健康経営度調査に回答している。これらの上場企業は株主総会等によるチェックを経ても取り組みを継続している。この事実は、少なくとも本取り組みが、株主から「企業価値を毀損する無駄なコスト」とはみなされておらず、経営戦略として一定の合理性が認められていることを示唆している。

中小規模法人部門でみると2024年の2万267件は、総務省と経済産業省による「令和3年経済センサス-活動調査」では、1人以上雇っている法人企業数は約178万社となっているので約1%強となっており、大企業に比べると浸透は遅いといえる。しかし、2024年度の回答数から認定率でみると、大規模法人部門で約88%（3,400件）、中小規模法人部門（19,796件）で約98%となっており、大規模法人と比較すると中小規模法人の方が認定されやすい、また取り組みやすい戦略になっているようである。

このように経済産業省は、健康経営により企業の生産性向上や従業員の健康増進などのメリットがあることから、主管省庁として、この取り組みを推進し、企業の競争力向上と労働者の福祉向上を両立させることを目指している。

また経済産業省では、健康経営の普及と併せて、PHR（Personal Health Record/パーソナル・ヘルス・レコード）の活用を推進している。PHRとは、「個人が自分自身の健康・医療情報を一元的に記録・管理する仕組みや、その情報自体を指す」となり、2019年に日本政府の「成長戦略フォローアップ」⁹⁾で明記され、同年厚生労働省が「国民の健康づくりに向けたPHRの推進に関する検討会」¹⁰⁾が開催され、具体的な施策の検討を開始してきた。その後、PHRの積極的・戦略的な活用（利活用）を促進するため、民間事業者との連携や異業種企業間の連携を通じた新たなユースケースの創出にも取り組み、関係省庁の総務省、厚生労働省、経済産業省の3省が連携して2021年「PHR基本的指針」¹¹⁾が策定され、2025年までに3回の改定が行われている。現在のPHRの定義は、「生涯にわたる個人の保健医療情報」となっている。

経済産業省において健康経営と併せてPHRが推進される理由は、健康経営の取り組みで企業が取得した法律で義務付けられている健康診断情報の他に歩数や睡眠時間などのライフログを含む健康関連情報（以後「ヘルスデータ」と総称）を、一元管理や利活用するために重要な指針となるからである。労働安全衛生法等の法律で取得が義務付けられているアンケート項目（問診票）において、生活習慣として、飲酒や喫煙、睡眠時間等は問われている。しかし、これらのヘルスデータを健康経営の取り組みで利活用する際には、利用目的ごとに個別の本人同意を取得し、適切に同意管理を行うことが求められる。これを怠ると、個人情報保護法への抵触や、法的・倫理的問題が生じる可能性が高い。匿名化・仮名化を含むヘルスデータの適切な管理体制の整備が求められており、特に労働者のプライバシー保護や不利益な取り扱いを防ぐ観点から、慎重な運用が必要である。たとえば、ヘルスデータの扱いによって、従業員の評価や処遇に不当な影響を及ぼすことがないよう、明確なルールやガイドラインの整備が社会的に求められてきた。

そこで、経済産業省では2024年に開催した第12回健康投資ワーキンググループにおいて、企業・業界団体が主体となって2019年に設立され、その後、経済産業省や厚生労働省と密に連携し、政策提言やデータ利活用推進に取り組んでいる健康長寿産業連合会¹²⁾の「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」¹³⁾ 資料を紹介し、健康経営におけるヘルスデータの同意の方法や個人情報保護法との位置づけ、データ管理について例を提示している。

さらに経済産業省が主導している健康経営度調査では、女性の特有の健康課題やヘルスリテラシー等様々なヘルスデータの取得が推奨されているため、産業振興としては、PHR サービス事業協会（民間事業者が主導する国内初の PHR 事業者団体/PSBA）¹⁴⁾ の設立を支援し、健診データを含むヘルスデータを取得している事業者を集め、健康経営に資する PHR サービスが開発できるよう、PHR サービスガイドライン¹⁵⁾ も支援してきた。

2. 研究の背景と先行研究

前述の通り、健康経営の概念自体が近年定義されたため新しい領域であるため、健康経営に取り組むことと成果の関連については、学術的にも理論的・実証的に検討が行われてきた。そこで健康経営と成果の関連についてわかってきたことについて、先行研究のレビューを通じて以下に紹介する。

まず学術的研究を含めた書籍には「社員の健康が経営に効く」（古井、2014）、や『「健康経営」推進ガイドブック』（岡田、2015）、「改定 成果の上がる健康経営の進め方」（森、2019）、「ウェルビーイング経営の考え方と進め方 健康経営の新展開」（森永、2019）、「経営戦略としての『健康経営』」（新井ほか、2019）、「最強戦略としての健康経営」（新井、2022）、「健康経営を科学する！—実践を成果につなげるためのエビデンス」（森ほか、2023）、「健康経営・ヘルスケア・ビューティの研究」（新井ほか、2024）がある。

論文として発表されているものでは、3つの方向性から知見が蓄積されつつある。一つ目が産業保健分野からのプレゼンティーイズム（出勤しているが体調不良などで生産性が低下している状態）や生産性の向上等の研究、二つ目が経営学分野からの株価パフォーマンス等の研究、三つ目が介入を通じた実態調査や効果検証となる。一つ目に、森（2018）が、健康経営の成果として生産性が高まることを想定し、生産性をとらえる代理指標として「アブセンティーイズム（体調不良により遅刻・早退・欠勤・休職している状態）」、「プレゼンティーイズム」を挙げている。また島津（2019）が、職場のメンタルヘルス対策として「ワーク・エンゲイジメント（仕事にやりがいや誇りを感じ、熱心に取り組み、仕事から活力を得ている状態）」を、健康経営の取り組みの効果として挙げている。

二つ目として、山本ほか（2021）が、健康経営銘柄の選定が企業の利益率を高めるプラスの影響を与える可能性があることを明らかにしている。また和田・安田（2023）はマーケティング効果として、健康経営銘柄の受賞が株式市場の反応に与える影響に注目した分析を行い、企業が健康経営を行い健康経営銘柄に選定されることが投資家に評価されていることを挙げている。

三つ目として、森永（2018）は、職場のコミュニケーション課題の解消のためにチーム単位で健康増進施策に取り組んだ結果、健康意識を高めるだけでなく、従業員の職場におけるウェルビーイングや業績を高めることができる可能性を指摘している。また北田・信田・新井（2023）では、野菜摂取量と健康経営評価指標（健康や医療に関する正しい情報を入手し、理解して活用する能力であるヘルスリテラシー、プレゼンティーイズム、幸福度）との関連を検討しプレ

ゼンティーイズムによる損失リスクが、野菜不足群と比較して野菜充足群において優位に低いという結果が示されている。

前述の通り健康経営に取り組む企業は日本全体として増えてきている。それに伴い取得しているヘルスデータも増加している。そこで2025年度の健康経営度調査において、法的な義務がない主な任意項目としては、まず「健康経営の方針と組織体制」が挙げられる。これには、健康経営を経営理念や方針に位置付けているか、また推進のための専任部署や担当者を配置しているかといった設問が含まれる。次に「従業員の健康増進施策」として、定期健康診断以外の運動促進プログラムや食生活改善セミナーの実施状況、メンタルヘルス対策、眼精疲労への具体的な取り組み、女性特有の健康課題に関する施策などが問われている。「労働環境の整備」では、長時間労働の是正や有給休暇取得促進の取り組み、テレワークやフレックスタイム制度といった柔軟な働き方の導入状況が確認されている。また、「従業員のエンゲージメント向上」に関しては、ワーク・エンゲイジメント調査の実施と結果を踏まえた改善策、従業員の意見を反映する仕組みの有無が挙げられる。「健康情報の活用と管理」として、健康診断やストレスチェック結果の分析とそれに基づく施策の実施、そして個人情報保護の観点からの適切な管理体制が整備されているかが問われている。

また法的に義務付けられているストレスチェックと職場分析の実施に対し、健康経営度調査では結果に対しての対応の施策も求めている。さらに女性特有の健康課題や眼精疲労等の身体的な課題、次に健康に影響を与える労働時間の管理等も組織に求め、多様なヘルスデータが企業側に蓄積されていることが伺える。ほかにもFitbit等のウェアラブルデバイス（スマートウォッチやスマートグラスのように体に装着して使う小型コンピューター機器）を配布し日常業務中の生体情報や睡眠時間の可視化に取り組んでいる組織は増えてきている。

またPHRを対象とした研究としては、海外ではPHRの定義・利点・導入障壁と方策を総説したTang PCら（2006）やPHRの初期実装・運用経験をまとめたHalamka JDら（2008）による実証的報告がある。日本では、当時、ヘルスデータの内、どのデータがPHRデータにあたるのか等が課題になっており、PHRデータにあたる記録項目の糖尿病における標準化を6つ（日本糖尿病学会、日本糖尿病協会、日本循環器学会、日本高血圧学会、日本腎臓学会、日本医療情報学会）の専門学会からの提言（中嶋ら、2019）や、福田（2023）の日本の自治体データとPHRを連結する研究基盤（SHINE）の報告、大神（2024）の産業保健医における個人健康記録（PHR）において、健康診断情報だけでなく職場環境の記録や作業記録などを個人の健康情報として包括的に統合・蓄積することを提言しているが、健康経営と関連付けた研究は見当たらない。

3. 研究目的と方法

上記のように先行研究で健康経営の取り組みの効果やPHRについても少しずつだが明らかにされてきた。ただ企業内に蓄積されてきたヘルスデータの利活用においては、前述の通り経済産業省として、様々な事例を提示し促してきているが、個人情報保護法への適合や、目的ごとに個別の同意を取得・管理する必要性など、同意管理の実務的な課題が依然として高いハードルとなっており、研究や実践の進展が限定的であるように見受けられる。

日本は、世界でも数少ない法定の健康診断制度を有しており、これにより全国規模で網羅的

な健診データが蓄積されている点で、国としての健康関連データの保有量は世界有数である。一方で、ライフログ（個人の日常生活における行動、体験、思考などをデジタルデータとして継続的に記録し、蓄積すること、またはその記録自体）など日常的な健康行動データの利活用やサービス展開においては、米国などに比べて実用化が進んでいるとは言い難い。ウェアラブルデバイスやアプリを通じたライフログの活用や、個人主導の健康管理サービスの普及を進めるためには、ライフログデータをいかに連携・活用していくかが、PHR 推進の鍵となる。2015 年から日本政府は健康診断データやレセプトデータ（医療費や治療内容）等の活用を目的としたデータヘルス計画を主導してきた。データヘルス計画とは、「健康保険組合などの保険者が、レセプト（診療報酬明細書）や特定健診（メタボ健診）のデータなどを活用して、加入者の健康課題を分析し、効果的・効率的な保健事業を計画・実施する取り組み」となり、全国の保険者に導入を義務づけている。2024 年から第 3 期データヘルス計画¹⁶⁾が開始され、個人へのフィードバック（個人ごとの健康支援）が強化されている。

またデータヘルス計画に連動するように、2017 年から日本政府はマイナポータル¹⁷⁾を開始し、2022 年からはマイナンバーカードを健康保険証として利用する「マイナ保険証」¹⁸⁾を用いて、今後自身の診療情報（治療歴）を確認できる機能が提供される予定である。ちなみにマイナポータルとは、日本政府の主にデジタル庁が運営する個人向けのオンラインサービスで、マイナンバーカードを使ってログインすることで、行政機関が保有している自分の情報、例えば税金関連や医療情報等の他に手続き履歴などを確認・活用できる仕組みとなる。

データヘルス計画は、厚生労働省の主導・保健施策の実施になるが、データの利活用においては総務省と経済産業省において異なる役割を担っている。総務省は、地方自治体と連携し、データヘルス計画を地域に根付かせるための支援を行い、具体的には、地方自治体における ICT 基盤の整備を支援し、地域包括システムを通し医療・健康データの活用を促進している。その他に、情報銀行¹⁹⁾や内閣府のスマートシティ²⁰⁾との連携も想定されている。経済産業省ではデータヘルス計画を支えるために産業界の視点から、ヘルスケア産業の振興の文脈で PHR が使われており、前述の通り事業者団体である PHR サービス事業協会等の設立を支援してきた。また経済産業省が関与している健康経営の顕彰制度の基となる昨年の健康経営度調査から PHR に関する設問が追加され、2026 年は Q40 内に 2 問が新たに追加されている。

表 1 2026 健康経営度調査より PHR に関する設問

Q40	従業員のヘルスリテラシー向上のための取り組みとして、アプリやブラウザ上で従業員が自身の PHR（健診情報やライフログ等）を活用できるサービスを導入するなどの環境整備を行っていますか。（それぞれの「整備状況」欄に該当する「対象となる PHR の選択肢」の番号を入力） 【対象となる PHR の選択肢】 1 健診結果のみを取り扱うサービスを導入している、2 ライフログのみを取り扱うサービスを導入している、3 健診結果・ライフログの両方を取り扱うがそれぞれ別のサービスで導入している、4 健診結果・ライフログの両方を取り扱うサービスを導入している、5 導入していない a PHR が記録・閲覧できるサービス等を従業員に提供している、b PHR に基づき健康
-----	--

	増進につながるアドバイス・提案を行うサービス等を従業員に提供している、c 従業員の健康増進に資する行動を促すため、PHR を活用した社内イベントやインセンティブを与える取り組みを実施している、d 従業員が自身の PHR を専門職・医療職に共有し相談できる体制を整えている
SQ1	（上記の a～d いずれかで「1」～「4」とお答えの場合）従業員に提供している PHR サービスについて、契約の際に、サービスを提供する事業者が個人情報保護方針等の規定を含めた情報セキュリティ対策を実施しているか、確認していますか。（1 つだけ） 1 行っている 2 行っていない・わからない
SQ2	（上記の a～d いずれかで「1」～「4」とお答えの場合）サービスを提供する事業者からデータを受け取り、そのデータを集計・分析することにより部署ごとや会社全体としての従業員の健康状況を把握した上で、どのような活用を行っていますか。（いくつでも） 1 PHR サービス提供者から受け取ったデータを用いて、実施した施策の効果検証を行っている、2 PHR サービス提供者から受け取ったデータを用いて、次年度以降の施策検討を行っている、3 PHR サービス提供者から受け取ったデータを保険者と共有し、保険者と協働で施策の検討を行っている、4 その他、5 集計データは活用していない

このように、健康経営においても PHR の活用&普及を進め、企業と個人が共に健康管理を行うための環境整備に努めている。

しかし、これまでの健康経営や PHR に関する先行研究は、制度論やアンケート結果に基づく量的分析（マクロな視点）が中心であった。実際に PHR を推進・運用する現場の関係者が、具体的にどのような課題を抱え、どのような展望を持っているのかという「実態（ミクロな視点）」までは、十分に明らかになっていない。そこで本研究は、健康経営における PHR 関係者に焦点をあて、主要団体への訪問調査等により健康経営との関係や課題、また現在地について研究するものである。

4. 我々が実施した訪問等調査

4-1. 調査の手続き

訪問調査として、前述の通り経済産業省が PHR に関して設立を支援してきた事業者が主である PHR サービス事業協会、またそれよりも幅広い産官学関係者を巻き込む協議体として設立された PHR 普及推進協議会²¹⁾を 2025 年の夏に訪問し、PHR の現状と健康経営との関係等を伺った。また経済産業省の大阪万博における PHR の活用について公表資料から紹介する。

4-2. 調査結果

【PHR サービス事業協会（PSBA）】

<取り組み体制>

調査対応者は、協会の運営・管理委員会委員長である。協会は、2023 年 7 月に発足し、参加企業 130 社超が参加し、会長はテルモ株式会社の会長である高木俊明氏であり、副会長もエー

ザイ等の事業会社が務めている。参加企業の業種は幅広く、製薬から、不動産、保険会社も名を連ねている。また現在 PHR 向けのサービスを展開していない企業も参加しており、今後の新規事業としてサービス展開を目指している企業もある。また参加企業が多い理由の一つに、50 万円の通常会員制度の他に 10 万円スタートアップ会員（設立 10 年以内か 100 名未満）制度が設けられて、ベンチャー企業も参加しやすい工夫をしていることがあげられる。

経済産業省の試算によると、日本の PHR サービス産業の市場規模は 2023 年に 3,577 億円だが、2030 年には 9,975 億円（約 1 兆円）に拡大することが見込まれている²²⁾。また本協会の PHR の定義は「生活者・患者の健康管理に資するサービス」まで含む広義となる。主な委員会は、団体の計画・管理・調整等を担う運営・管理委員会、標準化・ポータビリティの推進を目指す標準化委員会、サービスの品質維持・向上、信頼性等の向上を目指し、また事業者団体としてのガイドライン取りまとめを担うサービス品質委員会、PHR の普及活動を行う広報委員会、会員向け情報提供、教育や技術的支援などを行う技術・教育委員会の 5 つとなる。

<特徴>

まずガイドラインの策定は、後述の PHR 普及推進協議会が 2019 年から進めており、2023 年から一緒に「PHR サービス提供に関わるガイドライン」を行っている。前提として、そもそも世界共通のヘルスケアデータや PHR の基準がないことがあげられる。特にグローバルで利用されているアップル社の Apple Watch やグーグル社の Fitbit 等で取得したライフログデータをどう活用するのか、またデータの取得方法や信憑性、個人情報と兼ね合い等の問題がある。これらのデバイスは日本を含む世界で普及が進んでいるだけで、日本においては、一部医療機関において医師の診断等の補助データとして活用²³⁾が進んでいるが、標準化は行われていない現状がある。そこに対し本協会は、将来政策提言等を行いたいと考え、現在は、何のヘルスケアデータ（個人の健康状態や医療に関するあらゆるデータ）が PHR に該当するか、標準化委員会でユースケース毎に設定する取組みを進めている。

本協会は、経済産業省が支援し立ち上がった経緯があるため、委員会には経済産業省が適宜参加している。万博では「未来のわたしと出会う場所- 笑って学べる！みんなのヘルスケア × PHR -」と題するイベントを開催した。健康経営とのかかわりとしては、会員企業が健康経営向けに商品やサービスを開発し提供する企業が増えていることから、標準化委員会の下に、2024 年にサブワーキングを立ち上げて対応している。また、会員企業が提供している健康経営に活用できる PHR サービスを一覧表として本協会の HP に掲載・公表している。

本協会の課題としては、メンバーの多くはサービスアプリの開発企業やサービス提供企業となり会員企業のビジネスモデルを成立させるための健康経営向け含めマネタイズが課題となっている。協会としては、年 4 回のネットワークキングの他に、どんな支援ができるのか、サービスの評価や認証制度等を段階的に進めている。

今後は、そもそも PHR という用語の知名度が低いため、用語の社会浸透を目指し、まずは専門領域である医療情報学会や遠隔医療学会において協会として講演したり、一般的な展示会であるダイエット&ビューティフェアに出展したり、一般企業向けにも普及促進に取り組んでいる。また自治体や健康経営向けサービス提供会社を対象とした PHR 普及推進協議会と共同で「PHR の自治体への導入における留意点」²⁴⁾や「自治体向け PHR サービス自己チェックリスト」を Excel で作成している。

【PHR 普及推進協議会（PHRC）】

＜取り組み体制＞

調査対応者は、本協議会の広報担当の理事である。本協議会は 2019 年に発足した。前述の PHR サービス事業協会が「ビジネス事業者」を中心とした団体に対し、本協議会は「産官学民」による幅広い構成メンバーで組織され、医療情報と個人データを繋ぐ役割を担っている点が特徴である。体制は、名誉会長に自治医科大学学長の永井良三氏、代表理事に京都大学教授の石見拓氏となり、会員には大学教員、研究者、企業人、行政、公的機関関係者など 75 の社・団体（自治体含む）が参加している。組織構成として、理事会の下には、常設として広報委員会、連携・交流委員会、特別としてガイドライン策定委員会等を置いている。

活動目的は、「Personal Health Record（PHR）の適正な普及推進のため、情報交換・情報発信を行い、社会の健康、安全のより一層の向上に寄与すること。」となり、健康診断データや健康増進等のライフログデータも含め幅広いデータを対象としている。具体的には、医療機関や健康保険組合、健康経営に取り組む企業におけるヘルスケアデータの利活用を想定している。

＜特徴＞

主な活動に PHR のガイドラインの作成と提言がある。2020 年から「PHR サービス提供に関わるガイドライン」を公表し、2024 年 6 月公表の第 3 版からは、前述の PHR サービス事業協会と共同で策定、2025 年 6 月には第 4 版を公表している。また広報活動の一環として「まんが」を活用し、「生活習慣の改善に役立つ PHR」²⁵⁾、「災害時の医療・健康支援に役立つ PHR」、「PHR ネットワークで創り出す健康・医療・介護 DX の近未来」²⁶⁾ の冊子を作成・無料配布し、難解になりがちな PHR のメリットを視覚的に伝える活動を行っている。

また世界標準規格にも準拠する形で PHR 標準データ交換規格の策定・公表も行っている。前例として、医療機関内で診療記録を電子的に保存する電子カルテシステムにおいて、日本では電子カルテメーカー毎に設計されてきた背景があり、医療情報学会が相互互換を目指し標準化を進めてきた。しかし、アメリカで策定された次世代・Web ベースの医療情報標準としての「FHIR（Fast Healthcare Interoperability Resources）」により、電子カルテや医療システム間で医療データ交換をすることが世界標準になりつつあり、日本の電子カルテの世界標準化は遅れをとっている現状がある。そこで PHR では先手をうち世界標準規格を当初から採用した実装を目指している。なお、ライフログまで含めた広義の PHR 活用は、ヘルスケアデータの先進国であるエストニアやデンマークでも発展途上であり、日本独自の先進モデルとして確立されることが期待される。

健康経営との関係は、産業医との連携が想定されており、具体的には、職場で実施した健康診断データの利活用や、健康経営の取り組みで取得した健康増進データを産業医が取捨選択を行い、電子カルテシステムと連携し、結果を反映した健康経営の取り組みが考えられる。また従業員の中で、健康課題がある層に対し、日常的なデータを活用したセルフケア支援による介入で、病気の予防、健康増進の実現も想定される。さらに労働災害にも該当する可能性が高い職場における突然死の防止も PHR データの活用では想定され、労働者にどのような価値があるのかが探られている。

経済産業省は、2025 年 4 月から開催されている大阪・関西万博において、PHR CYCLE（個人健康医療情報の利活用体験ができるポータルサイト）²⁷⁾ を通じて、複数の PHR 事業者とサービス事業者が協力し、代表的な以下 5 点のユースケース（具体的な利用シーンでの事例）の実

証を行っている。

表2 大阪・関西万博における PHR を使った取り組み

	タイトル	サービスアプリ	PHR アプリ	内容
1	今日何食べよ? ～体調や好みで? パーソナルなお食事提案!	カロママプラス (株式会社 Wellmira)	パシャッとカルテ (Arteryex 株式会社)、Vital Gain (株式会社 Y4.com)	ユーザーの体調や嗜好に基づき、最適な食事提案を行う。
2	ウェルネス・サポーター ～あなた専用の行動変容サポート～	ウェルネス・サポーター (株式会社 WizWe)	Vital Gain (株式会社 Y4.com)	ユーザーの健康データをもとに、行動変容を促すサポートを提供する。
3	ZZZN SLEEP APPAREL	スリープアパレル (株式会社 NTT DX パートナー)	SOXAI APP (株式会社 SOXAI)	睡眠の質を向上させるためのアパレルと連携したサービス。
4	3D ボディスキャンから始まるヘルスケア体験	ワコールカルネ (株式会社ワコール)	あすけん (株式会社 asken)	3D ボディスキャンを活用し、個別のヘルスケア提案を行う。
5	トレトレで楽しく歩く→ カラ DA スマイル!	トレイントレイン (リアルワールドゲームス株式会社)	アスマイル (大阪府)、CARADA 健診サポート (株式会社 エムティーアイ)	歩数データを活用し、楽しく健康づくりを促進する。

ちなみに PHR におけるユースケースとは、個人のヘルスデータ (PHR) がどのように活用されるか、またその活用シナリオを具体的に示した事例となり、PHR を使用することによってどのような目的を達成するのか、またそれがどのような結果や便益を生み出すのかを理解するために使われることを指し、今回の万博では、来場者にサービスアプリを通じてパーソナライズされた健康体験を提供している。特徴としては、サービスアプリと PHR アプリは別になることである。サービスアプリ (連携サービス) は、ユーザーからデータを取得し、PHR を活用した行動支援、健康指導、医療ナビゲーションから情報を用いて価値の創出を主眼にしている。一方、PHR アプリ (基盤アプリ) は、ユーザーの医療・健康情報を蓄積・管理やマイナポータルや医療機関から情報取得となり、「API・データ連携」によって、サービスアプリとつながっている。まとめると、PHR サービス事業者＝データを「使って見せる・役立てる」利用側となり、PHR 事業者＝データを「預かる・整理する」基盤側となる。

具体的には、表2の1「今日何食べよ? ～体調や好みで? パーソナルなお食事提案!」では、大阪・関西万博の「健康とウェルビーイングウィーク」のテーマに連動し、「今日何食べよ?」ブースが設置され、来場者はブース内の“動いて、話す AI コーチ”による対話で、その日の体

調や好みを話すと、万博会場や周辺の飲食店メニューのおすすめを提案してくれる体験展示となる。特徴は、“生成 AI を活用した AI チャット”の機能を導入しており、ユーザーの好み・気分など主観的要素との対話で、「自然と健康的な選択を促す」、「パーソナルな食事提案を通じて行動変容をサポート」な提案ができるようにしていることである。

4-3. 考察

共通している点として、PHR の世界基準が定まっていない中で、各団体がそれぞれの立場でヘルスケアデータを上手く利活用しようとしていることがあげられる。PHR サービス事業協会では、サービスや商品提供者の事業者側立場で、PHR の定義や共通フォーマットに関する共通認識を醸成する努力を行い、PHR 普及推進協議会では、PHR を広義に捉え標準化と世界標準規格を採用した実装を目指して取り組んでいる。経済産業省ではユースケース毎に、サービスアプリと PHR アプリを設定し、PHR の定義等を定めている現状がうかがえた。

健康経営に取り組む企業が増える中で、経済産業省が健康データの利活用の項目への関与をはじめ、PHR サービス事業協会では健康経営を重点対象としている。また PHR 普及推進協議会では当初健康経営の推進における重要な役割を担う産業医との連携を想定していなかったが、健康データをレセプト情報と突き合わせながら活用を進めていくことが示唆された。

4-4. 筆者の実践活動からの示唆と今後の展望

筆者は 2015 年から大学生と一緒に経済産業省の協力を得て、産官学連携健康経営訪問プロジェクト（鈴木・新井・磯野、2024）に携わっている。そこでは参加者である女子大学生の多くが、有料サービスへの課金を行っているかは定かではないものの、美容やダイエットを目的として、日常的に食事管理アプリを使用している実態を確認している。そう考えると彼女らは日常的に PHR データを蓄積・活用しており、このような学生が社会人になることで、今後はさらに PHR アプリやサービスの利用が一般的になりえるのではないかと予想できる。もちろん政府が推奨しているマイナ保険証の普及や従来のヘルスケアデバイスである体重計や血圧計に加え、ウェアラブルデバイスである Apple Watch や Fitbit の急速な普及によりパーソナル・ヘルス・レコード（PHR）連携機器は、今後さらに増加すると予想される。そこで日常的に健康データを取得・蓄積する機会が増えることで、日本国民の健康データに対する理解や利活用への関心が高まることが予見される。日本では国民皆保険やフリーアクセス制度が医療利用を促進し²⁸⁾、過剰な医療利用や健康へのモラルハザード崩壊の可能性が示唆されている（浜田、2021）が、上記のように PHR 連携機器の普及が進むことで、今後の社会において自己の健康管理が一般的となり、日常的な健康データの蓄積とその利活用を通じて、国民の健康リテラシーの向上が期待され、生活習慣病の予防や早期発見が促進され、将来的には医療費の削減にもつながる可能性も見込まれる。

5. まとめ

健康経営に取り組む企業は年々増加し、経済産業省主導の顕彰制度における健康経営度調査を介して、年々取り組む内容も増えている。その結果、企業内で蓄積される従業員個人のヘルスデータも増加しており、企業にとっては健康への投資の新たな価値として認識されつつある。

しかし投資の結果得られたヘルスデータの利活用にあたっては、要配慮個人情報としての厳格な保護要件や収集目的を超えた二次利用における同意取得の複雑さなどの多くの課題が残っている。また日本ではもともと国民皆保険制度のもと、健康診断結果のヘルスデータは、世界と比べて多く保管しているとみられるが、データの保管場所や記録形式がバラバラで、スムーズに連携・活用できない状態にあり十分に利活用されているとは言い難く課題がある。

こうした背景のなか、企業や国が保有するヘルスデータの利活用とプライバシー保護のジレンマを解決する手段として、PHR (Personal Health Record) が再び導入されようとしている。PHR 自体は 2000 年代初頭の「どこでも MY 病院」構想の時から言及されてきたが、個人が自身のデータを管理・活用するこの仕組みが、現状の課題解決につながると期待されている。また現在の PHR は、リニューアルされた概念のため、PHR サービス事業協会や PHR 普及推進協議会は標準化や普及啓発を進めつつ、企業のヘルスデータの活用を支援している。今後は PHR 連携デバイスやマイナ保険証の普及を通じ、また健康経営とデータヘルス計画の融合が進むことから、世界に先駆けて日本発の PHR の標準化が期待される。

6. 今後の課題

以下 2 点を今後の展開の課題として示す。個人としてみると食事管理等の健康管理アプリを活用している人口は少しずつだが若年層を中心に増え始めていることを感じていた。ただ大学生を含む若年層は課金できるほどの資金が無いケースが多く、唯一若年層向けに増えていると言ってよいのは、ダイエットやビューティに関するもの、例えば肌の状態データと睡眠データを連携させたウェルネススコアの創出などが想定される。今後は、PHR とビューティ関連とのユースケース実証実験が求められる。もう一つが、中小規模法人部門における PHR 導入の障壁解消と費用対効果の明確化となる。健康経営優良法人認定制度において、中小規模法人部門の回答企業数は大規模法人部門を大きく上回っている。しかし、PHR サービス事業協会 (PSBA) がマネタイズ (ビジネスやサービス、コンテンツなどから収益を生み出す仕組みを作ること) に課題を抱えている点や、現状のサービスアプリの浸透率の低さを懸念している点を踏まえると、専任の担当者や予算が限られる中小企業への普及には大きな障壁が存在すると予想される。今後は、中小規模法人でも容易に導入できる低コストで標準化された PHR サービスパッケージの開発と、PHR 活用による生産性向上などの経済的メリットを定量的に示す実証研究が求められるであろう。

謝辞：本研究のご協力頂きました PHR サービス事業協会、PHR 普及推進協議会のご関係の皆様様に心より感謝申し上げます。

【註】

- 1) オムロン ヘルスケア株式会社
- 2) 「健康経営」®は特定非営利活動法人健康経営研究会の登録商標である。
- 3) 特定非営利活動法人 健康経営研究会 ホームページ <https://kenkokeiei.jp/> (2025 年 9 月 22 日)
- 4) 経済産業省ホームページ、健康経営銘柄 http://meti.go.jp/policy/mono_info_service/healthcare/kenko_meigara.html (2024 年 12 月 19 日)

- 5) 日本健康会議データポータル <http://kenkokaigi-data.jp/> (2025 年 9 月 22 日).
- 6) 経済産業省、健康経営優良法人認定制度
https://www.meti.go.jp/policy/mono_info_service/healthcare/kenkoukeiei_yuryouhouzin.html (2025 年 9 月 22 日)
- 7) 経済産業省、健康経営度調査について https://www.meti.go.jp/policy/mono_info_service/healthcare/kenkoukeieido-chousa.html (2025 年 9 月 22 日)
- 8) 健康経営優良法人認定事務局ポータルサイト「ACTION！健康経営」認定法人一覧 https://kenko-keiei.jp/houjin_list/ (2025 年 12 月 19 日)
- 9) 首相官邸、成長戦略フォローアップ https://www.kantei.go.jp/jp/singi/keizaisaisei/portal/follow_up/index.html (2025 年 5 月 12 日)
- 10) 厚生労働省、PHR に関するこれまでの経緯と検討の進め方について
<https://www.mhlw.go.jp/content/10904750/000546635.pdf> (2025 年 5 月 12 日)
- 11) 経済産業省、PHR (Personal Health Record) https://www.meti.go.jp/policy/mono_info_service/healthcare/phr.html
(2025 年 5 月 12 日)
- 12) 健康長寿産業連合会 <https://www.well-being100.jp/> (2025 年 5 月 12 日)
- 13) 経済産業省、第 12 回健康投資ワーキンググループ、参考資料 7
https://www.meti.go.jp/shingikai/mono_info_service/kenko_iryoku/kenko_toshi/pdf/012_s07_00.pdf (2025 年 5 月 12 日)
- 14) PHR サービス事業協会 <https://phr-s.org/> (2025 年 5 月 12 日)
- 15) 経済産業省、民間事業者の PHR サービスに関わるガイドライン (第 3 版)
https://www.meti.go.jp/policy/mono_info_service/healthcare/downloadfiles/phrgaidorain.pdf (2025 年 5 月 12 日)
- 16) 厚生労働省、データヘルス計画作成の手引き <https://www.mhlw.go.jp/content/12400000/001223896.pdf> (2025 年 5 月 12 日)
- 17) マイナポータル <https://myna.go.jp/> (2025 年 5 月 12 日)
- 18) 厚生労働省、マイナ保険証 https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage_08277.html (2025 年 9 月 22 日)
- 19) 総務省、情報銀行の取組 https://www.soumu.go.jp/main_content/000791752.pdf (2025 年 9 月 22 日)
- 20) 内閣府、スマートシティ-Society 5.0-科学技術政策 https://www8.cao.go.jp/cstp/society5_0/smartcity/index.html
(2025 年 9 月 22 日)
- 21) PHR 普及推進協議会 <https://phr.or.jp/> (2025 年 9 月 18 日)
- 22) 経済産業省、令和 5 年度補正 PHR 社会実装加速化事業報告書
https://www.meti.go.jp/policy/mono_info_service/healthcare/r5_hosei_seikatsu_houkokusho.pdf (2025 年 9 月 18 日)
- 23) 社会医療法人財団 慈泉会 相澤病院 https://jisenkai.aizawahospital.jp/ah/info_20250714/ (2025 年 9 月 24 日)
- 24) PHR の自治体への導入における留意点 https://phr.or.jp/wp-content/uploads/2024/06/【資料7】追補2_PHRの自治体への導入における留意点.pdf (2025 年 9 月 24 日)
- 25) 生活習慣の改善に役立つ PHR、<https://phr.or.jp/archives/2292> (2025 年 9 月 25 日)
- 26) PHR ネットワークで創り出す健康・医療・介護 DX の近未来
https://www.city.suita.osaka.jp/_res/projects/default_project/_page/_001/018/618/202508210202.pdf (2025 年 9 月 25 日)
- 27) 経済産業省、PHR CYCLE <https://phr-cycle.meti.go.jp/ja/portal> (2025 年 5 月 12 日)
- 28) 厚生労働省、半世紀間の皆保険・皆年金を中心とした社会保障の成果を検証する
<https://www.mhlw.go.jp/wp/hakusyo/kousei/11/dl/01-03.pdf> (2025 年 9 月 26 日)

【参考文献】

- 新井卓二・上西啓介・玄葉公規（2019）「日本における「健康経営」の期待される効果と実態」『日本経営システム学会誌』Vol. 36, No. 1, pp. 55-61.
- 新井卓二（2019）『経営戦略としての健康経営—従業員の健康は企業の収益向上につながる!』合同フォレストー
- （2020）「日本における経営戦略としての健康経営の効果に関する実証分析」『大阪大学学術情報庫』OUKA, 1-74ー
- （2022）『最強戦略としての健康経営—競争優位とサステナビリティを生む人的資本のためのビジネスモデル』同友館ー
- （2023）「地方自治体における健康経営の普及促進—沖縄県と静岡県浜松市からの一考察—」『山野研究紀要』30 巻 pp.19-24ー
- （2024）『改訂 最強戦略としての健康経営—競争優位とサステナビリティを生む人的資本のためのビジネスモデル』同友館
- 新井卓二・北田千晶・加藤大一朗・水越真代・磯野彰彦・鈴木歩弥・石川文子（2024）『健康経営・ヘルスケア・ビューティの研究』同友館.
- 大神明（2024）「産業保健医における個人健康記録（PHR）の活用」『Journal of UOEH』Vol.46, No.1, pp.67-72.
- 岡田邦夫（2015）『「健康経営」推進ガイドブック』経団連出版
- 北田千晶・信田幸大・新井卓二（2023）「野菜摂取量と健康経営指標における関連性の検討」『産業ストレス研究』Vol. 30, No. 3, pp. 303-313.
- 島津明人（2022）『新版 ワーク・エンゲイジメント』労働調査会
- 鈴木歩弥・新井卓二・磯野彰彦（2024）「産官学健康経営企業訪問プロジェクト（2016～2022）とヘルスリテラシー教育の可能性」『昭和女子大学現代ビジネス研究所ワーキングペーパー』（9）, pp.1-10
- 田中滋・川淵孝一・河野敏鑑（編集）（2010）『会社と社会を幸せにする健康経営』勁草書房
- 中見真也・圓丸哲麻・大崎恒次・大野幸子（2020）「ニューノーマル時代における流通業者主導型「健康経営」の可能性」『食と農・流通（小売・外食）における新型コロナウイルス対策懸賞論文・提言』p.1-14.
- 永田智久・山本勲・松平浩・森晃爾・永田昌子（2020）「産業保健の観点からの健康経営の有用性の検証のための研究」『厚生労働科学研究費補助金 労働安全衛生総合研究事業』
- 浜田淳（2021）「医療政策とその課題—日本の国民皆保険制度は持続可能か？」『岡山医学会雑誌』133(1), pp.30-38.
- 古井祐司（2014）『社員の健康が経営に効く』労働調査会
- 森晃爾（2018）「健康経営の展開と課題」『総合健診』45 巻 2 号, pp. 331-335ー
- （2019）『改定 成果の上がる健康経営の進め方』労働調査会
- 森晃爾・永田智久・小田上公法（2023）『健康経営を科学する！—実践を成果につなげるエビデンス』大修館書店
- 森永雄太（2018）「チーム単位の健康増進施策と従業員のウェルビーイング」『一橋ビジネスレビュー』66 巻 1 号, pp. 84-97ー
- （2019）『ウェルビーイング経営の考え方と進め方—健康経営の新展開』労働新聞社
- 山本勲・福田皓・永田智久・黒田祥子（2021）「健康経営銘柄と健康経営施策の効果分析」『独立行政法人経済産業研究所 ディスカッション・ペーパーシリーズ』21 号, p1-36.
- ロバート・ローゼン, 宗像恒次監訳（1994）『ヘルシー・カンパニー人的資源の活用とストレス管理』産能大学出版部
- 和田裕雄・安田行宏（2023）「健康経営と企業パフォーマンスに関する論点整理」『証券アナリストジャーナル』61 巻 7 号, pp. 18-30.
- Tang PC, Ash JS, et al. (2006) “Personal Health Records: Definitions, Benefits, and Strategies for Overcoming Barriers to Adoption.” JAMIA
- Halamka JD, Mandl KD, et al. (2008) “Early Experiences with Personal Health Records.” JAMIA
- Fukuda H., et al. (2023) “Development of a data platform for monitoring personal health records (PHRs): The SHINE Study.”

PLOS ONE

Nakashima N, Noda M, Ueki K, et al. (2019) “Recommended configuration for personal health records by standardized data item sets for diabetes mellitus and associated chronic diseases: A report from Collaborative Initiative by six Japanese Associations.” Journal of Diabetes Investigation.