

健康経営通信

～お手数ですが、職場内で掲示・回覧していただきますようお願いいたします～

鳥取県と協会けんぽ鳥取支部は
「健康経営」に取り組む企業を応援します！

第33号
令和5年7月

社員の健康づくり宣言企業

2,326社

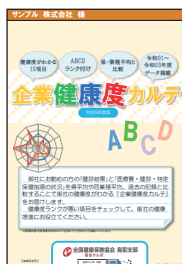
(令和5年5月31日現在)



「健康経営」は、NPO法人健康経営研究会の登録商標です

今号のトピックス

- 「企業健康度カルテ」を送付します！
事業所に潜む健康リスク発見にぜひ、ご活用ください。
- 健康づくり担当者研修会を開催します！
今回の基調講演は「女性のヘルスサポートセミナー～健康でいきいきと働き続けるために～」です。
- 「健康経営優良法人2023」に鳥取支部加入の事業所が認定されました！
鳥取支部では84社が認定されました！
- 薬剤師が伝える「知って得する身近なお薬の話」
第16回「新型コロナウイルスに対抗する治療薬について」



「企業健康度カルテ」を送付します！

事業所にお勤めの方の「健診結果」と「医療費・健診・特定保健指導の状況」を県平均や同業種平均、過去の記録と比較し健康度がわかる、「企業健康度カルテ」を今年も送付します。ぜひ、チェックして、健康増進にお役立てください！

健康度カルテは協会けんぽに3名以上の健診データがある場合のみの発行となります。
35歳以上の被保険者の方は、ぜひ協会けんぽの生活習慣病予防健診をご利用ください。

ここに注目！

腹囲リスク		鳥取支部の健康課題点			
県平均	100	A	B	C	D
業種平均	124				
RO1	139				
御社	134				
RO2	134				
RO3	139				

腹囲リスクが県平均より多いです。

判定値：内臓脂肪面積が100.0cm以上または腹囲が男性128cm以上、女性119cm以上に該当する者

●健康度ランクを、A～Dの4段階にランク付けしています。県平均よりも健康度が低い、CやDとなっている項目について、重点的に取り組みましょう。

取り組み目標を考えよう

明確な目標を定めることで健康経営の効果がUP!

ここに注目！

健康度ワンポイントアドバイス

腹囲

ワンポイントアドバイス

腹囲が基準値を超えて内臓脂肪が多くなり始める人の割合がわかります。

内臓脂肪が多くなる、糖尿病・高血圧・脂質異常症を引き起こし、命にかかわる大病を発生する危険性が高くなります。健康度が低い場合は健康を企業導入しましょう。

できる健康メニュー：健康診断など自由に使える測定機器を段階・勤務時間や就業形態・勤務地・ストレス

●ワンポイントアドバイスを掲載しています。各項目のおすすめメニュー（取り組まれている事業所が多いメニュー）をカルテの裏に記載しています。おススメ度に従ってチェックしてみましょう。

課題が
わかったら...



健康づくり担当者研修会を オンラインで開催します!

健康づくり
ポイント

8pt

共催 鳥取県/全国健康保険協会鳥取支部 後援 鳥取労働局/鳥取産業保健総合支援センター

8月に健康づくり担当者研修会をオンラインで開催します。

今回の基調講演は「女性のヘルスサポートセミナー～健康でいきいきと働き続けるために～」です。

働く女性が増加した近年、企業の間でも、女性特有の健康問題に高い関心が寄せられています。女性はライフステージごとに様々な健康課題があり、長く働き続けるうえで、女性だけでなく、職場全体での理解や支援が欠かせません。

「女性の健康問題ってそもそも何があるの?」、「具体的に職場ではどんな支援をすればいいの?」とお悩みの事業所のご担当者様は、ぜひ、ご参加ください。

この機会に、女性の健康支援を通じて誰もが健康でいきいきと働くことのできる職場づくりについて、一緒に考えてみましょう!



参加費無料!
どなたでも参加
できます



開催日 **8月10日 日**
2023年 **13:30~15:30**

オンラインでの セミナー開催について

- WEB会議システム「Cisco Webex Meetings (ウェベックス)」を利用します。
- 原則オンラインでの開催ですが、会場(米子コンベンションセンター BIG SHIP 第一会議室: 受付13:00~)で視聴していただくことも可能です。(※先着順20名まで)
- 会場参加の方も申込みが必要です。会場参加については、定員になり次第締め切りますので、お早めの申込みをお願いします。

受講までの流れ

研修会申込みは こちらから



左の二次元コードのリンク先(とっとり電子申請サービス)より申込みをする。



鳥取県より、8/7に申込み時のアドレスに招待メールと研修会資料が届くのでダウンロード。8/8に接続テストを行う。



※招待メール、研修会資料が届かない場合は、8/8午前中までに鳥取県健康政策課(TEL:0857-26-7202)へお問い合わせください。

8月10日 研修会スタート!

※通信費はご本人様負担になります。



基調講演

女性のヘルスサポート セミナー

～健康でいきいきと働き続けるために～

講師: 戸田 稔子 氏

総合病院松江生協病院
女性診療科部長



プロフィール

鳥取大学医学部卒業
山口赤十字病院、公立八鹿病院、
鳥取大学医学部附属病院を経て
1995年より現職

日本産科婦人科学会産婦人科専門医
医学博士
日本東洋医学会 漢方専門医
日本医師会認定産業医
臨床心理士

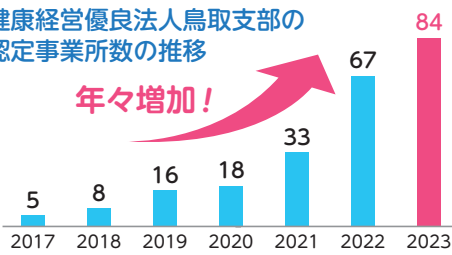
その他の講演

- 「皆さまの健康づくりをサポートします! ~鳥取支部の令和5年度の保健事業について~」 協会けんぽ鳥取支部
- 「鳥取県の健康課題と健康づくり事業について」 鳥取県
- 「職場における健康管理について」 鳥取労働局

健康経営優良法人2023が発表されました!

鳥取支部では
84社が認定!

健康経営優良法人鳥取支部の認定事業所数の推移



経済産業省と日本健康会議より、健康経営優良法人2023認定法人が発表されました。

令和5年4月1日現在、大規模法人部門では2,673、中小企業法人部門では14,019の企業・団体がそれぞれ認定されています。

その中で、鳥取支部からは**5社**が大規模法人部門、**79社**が中小規模法人部門で認定されました。

認定された事業所の皆さま、おめでとうございます!

大規模法人部門

5社 (五十音順)

社会福祉法人こうほうえん (境港市)
山陰酸素工業株式会社 (米子市)
鳥取トヨペット株式会社 (鳥取市)

日ノ丸産業株式会社 (鳥取市)
ホンダ山陰中央株式会社 (米子市)

中小規模法人部門 (ブライツ500)

3社 (五十音順)

皆生タクシー株式会社 (米子市)
株式会社澤井珈琲 (境港市)

株式会社港タクシー (境港市)

中小規模法人部門 (ブライツ500を除く)

76社 (五十音順)

株式会社あおい総合設計 (米子市)
株式会社赤松商会 (鳥取市)
旭ビル管理株式会社 (米子市)
株式会社アシスト保険サービス (鳥取市)
有限会社アドバンス (鳥取市)
株式会社ウミライ (境港市)
有限会社エージェント (米子市)
株式会社エナテクス (倉吉市)
岡田電工株式会社 (米子市)
有限会社奥村建材 (鳥取市)
株式会社オグラ (鳥取市)
株式会社皆生つや (米子市)
株式会社懸樋工務店 (鳥取市)
有限会社かわと興産 (鳥取市)
株式会社気高プロダクツ (鳥取市)
壽製菓株式会社 (米子市)
有限会社コナン住建 (鳥取市)
山陰信販株式会社 (米子市)
三和段ボール工業株式会社 (倉吉市)
有限会社シオテック (日吉津村)
株式会社清水 (鳥取市)
株式会社新和建設 (鳥取市)
スキルウェイ協同組合 (鳥取市)
セゾン空調有限会社 (鳥取市)
ぜんしん保険サービス株式会社 (米子市)
株式会社太陽 (鳥取市)
有限会社高塚保険サービス (鳥取市)
ダックス株式会社 (米子市)
智頭急行株式会社 (智頭町)
株式会社中海テレビ放送 (米子市)
株式会社チュウブ (琴浦町)
有限会社T・N そうごう保険 (米子市)
テイト・エンタープライズ株式会社 (倉吉市)
株式会社寺方工作所 (北栄町)
株式会社寺谷組 (智頭町)
東亜青果株式会社 (米子市)
株式会社東郷電機製作所 (湯梨浜町)
鳥取瓦斯株式会社 (鳥取市)

鳥取瓦斯産業株式会社 (鳥取市)
鳥取県金属熱処理協業組合 (米子市)
株式会社鳥取県倉吉自動車学校 (北栄町)
鳥取部品株式会社 (琴浦町)
株式会社トヨタレンタリース鳥取 (鳥取市)
株式会社永井電機工業所 (米子市)
中山精工株式会社 (倉吉市)
西村電機工業有限会社 (鳥取市)
株式会社バード保険事務所 (鳥取市)
ハロー保険株式会社 (鳥取市)
株式会社平田組 (米子市)
有限会社福井事務機 (米子市)
服島運輸株式会社 (米子市)
株式会社プラスサポート (米子市)
有限会社堀鍍金工業所 (鳥取市)
株式会社松本油店 (米子市)
株式会社ミトクハーネス (南部町)
美保テクノス株式会社 (米子市)
有限会社宮本組 (若桜町)
有限会社向井組 (倉吉市)
株式会社明治製作所 (倉吉市)
株式会社メディス (鳥取市)
株式会社モア・コンフォート (鳥取市)
株式会社モリックスジャパン (鳥取市)
八幡コーポレーション株式会社 (鳥取市)
株式会社ヤマタホーム (鳥取市)
ヤマタホールディングス株式会社 (鳥取市)
株式会社ヤマタライフサポート (鳥取市)
有限会社山本精機 (岩美町)
吉田建設株式会社 (鳥取市)
株式会社吉谷機械製作所 (鳥取市)
米子瓦斯株式会社 (米子市)
米子ガス産業株式会社 (米子市)
米子空港サービス株式会社 (境港市)
米子空港ビル株式会社 (境港市)
米子商工会議所 (米子市)
有限会社米子プリント社 (米子市)
流通株式会社 (倉吉市)



薬剤師が伝える「知って得する身近なお薬の話」



第16回「新型コロナウイルスに対抗する治療薬について」

5月8日より新型コロナウイルス感染症が5類感染症に移行され、少しずつですがコロナ禍前の生活に戻りつつあります。また、職場においても、マスクの在り方や感染者の対応等、少なからず変化があったのかなと思います。

2年半前、本誌で『ウイルスに対抗するお薬について』と題して投稿させて頂きました。その後研究開発が進み、新型コロナウイルスの適応がある抗ウイルス薬として、4種類のお薬があります。(2023年5月現在) どのようなお薬なのか、簡単ですがご紹介させていただきます。
(*注 私見もありますので詳細はかかりつけ医、薬剤師等にご相談ください。)

どのようにしてコロナウイルスに効くのか？

ウイルスは自身で増殖する事ができません。ですので、ヒトのような生物の細胞に侵入し、設計図(=DNAやRNAと呼ばれる遺伝子)を複製して増殖していきます。併せて、設計図を基に細胞中の製造工場で作ったウイルスの材料となるたんぱく質を切断し、パーツ毎に組み立ていきます。

4種類のコロナウイルス治療薬は、

- 設計図をコピーする複製機を阻害するお薬
- たんぱく質を切断するハサミを阻害するお薬



があり、ウイルスの増殖過程を阻害します。

どのような患者に使われるのか？

点滴薬 中等症の方に使われておりましたが、重症化リスク(高齢、慢性閉塞性肺疾患、心疾患、腎疾患、悪性腫瘍、糖尿病、高血圧、脂質異常症、肥満、喫煙歴、免疫不全、免疫に係るお薬を使用している方、妊娠後期など)がある方で、入院していない感染者における、入院・死亡リスクに対して良好な臨床データが得られた為、現在では重症化リスクがある軽症の方にも使用されております。(*1)

内服薬 内服薬には大きく2つのパターンがあります。

パターン1：重症化リスクが高い軽症もしくは中等症初期の方に使用されるお薬です。

パターン2：重症化リスクのない方で、高熱や強い咳、咽頭痛などの症状がある方が対象になるお薬です。
この薬は12歳から70歳を対象にした臨床試験にて、症状発現から72時間以内に服薬し、プラセボ(=偽薬)と比較したデータにて、24.3時間、症状が回復するまでの期間短縮がみられました。(*2)

安全性は？

海外及び日本での臨床試験を基に使用されておりますが、緊急承認されたものであり、引き続き情報を収集中のお薬もあります。個々の薬剤で異なりますので服薬される場合は医師、薬剤師にご相談頂けたらと思います。肝臓、腎臓の機能、妊婦、現在服薬しているお薬によっては使用できない薬剤もございますので、受診時には上記を必ず医師や薬剤師にお伝えください。



抗ウイルス薬の必要性は？

前述した重症化リスクのない軽症の方は通常の風邪薬と療養で軽快することが多いといわれており、必要性はリスクとベネフィットを検討した上でかかりつけ医の診断により処方されます。抗ウイルス薬を服薬する場合は、発症後なるべく早く服薬することが大事ですので、ご不明の場合はかかりつけ医、かかりつけ薬剤師にご相談ください。

以上のように、コロナ禍を機に新しい薬剤が色々使えるようになりました。今後は感染予防効果や発症抑制、新型コロナウイルスによる後遺症抑制効果、ワクチン投与した方における効果等、更なるデータが期待されるところです。

新型コロナウイルス感染症は5類に移行したものの、重症化や死亡のリスクが高い方がおられる事には変わりありません。個々が必要に応じた感染、療養対策を実施しつつ、通常の生活を実施できたらと願う所です。

*1 Gottlieb RL et al. Early remdesivir to prevent progression to severe Covid-19 in outpatients. N Engl J Med 2021

*2 ソコバ125mg_インタビュフォーム_T1221試験

一般社団法人 鳥取県薬剤師会 地域保健委員会 ゆたに薬局 油谷 章吉



全国健康保険協会 鳥取支部
協会けんぽ

担当/協会けんぽ鳥取支部 健康経営係

〒680-8560 鳥取市今町2丁目112番地 アクティ日ノ丸総本社ビル 5階
電話/0857-25-0051

協会けんぽ 鳥取

検索