

● 船内に掲示してください ●

令和6年10月

船員保険丸

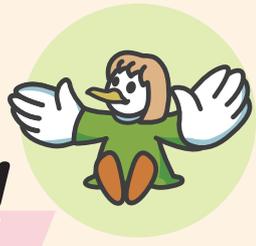


船員保険イメージキャラクター
かもめっせ



健康度カルテで

会社の健康度をチェック!



船員保険部では、船舶所有者様ごとの健康課題が一目でわかる「健康度カルテ」を9月末に船舶所有者様へお送りしました。ぜひご確認いただき、健康づくりにお役立てください。

※ 個人情報保護の観点から、船員保険部が保有する健診結果データが3名以上の船舶所有者を対象としています。

株式会社サンブル 令和6年版 貴社の健康度

健康度カルテ

貴社船員及び扶養家族の健診結果に基づき、「健康診断」「特定保健指導」「生活習慣病リスク」の4つの項目に関する判定を行いました。判定結果に「×」「△」が表示されている項目が、貴社の健康課題です。カルテを参考に、健康づくりの推進をお願いいたします。

※ 健康度カルテの掲載は任意です。

総合コメント	判定結果
生活習慣の状況は比較的良好なようです。一方で、健康診断の受診率がやや低いため、未受診の方には積極的に受診を促してください。	
健康診断	× 全員が健康診断を受けることが最初のステップです。未受診の方の加入者様には受診を促してください。 1ページ目
特定保健指導	△ 特定保健指導の通知を受けた方には、特定保健指導を受けるように会社からも勧奨をお願いします。 2ページ目
生活習慣	○ 生活習慣は比較的的良好と思われ、今後も生活習慣改善への取組継続をお願いします。 3-4ページ目
生活習慣病リスク	△ 生活習慣病のリスクがやや高い状況です。貴社全体で予防に向けた取組の推進をお願いします。 5-6ページ目

※ 健康度カルテの掲載は任意です。掲載データは(令和3年度)～(令和5年度)の3年間のデータに基づき算出されています。
※ 健康度カルテの掲載は任意です。掲載データについては、必ず事前にお知らせをさせていただきます。

全国健康保険協会
船員保険

生活習慣病リスク

判定結果 **248位** (691社)
対象者: いない場合は「-」
判定: △判定: メタボ・予備群該当者の割合

おすすめ
 生活習慣改善のために専門家の相談(産業医相談等)や出前健康講座などを利用したことがある

メタボ該当状況・生活習慣病リスク (被保険者のみ)

メタボ・予備群該当者 100%

肝機能リスク 許能リスク

血圧リスク

脂質リスク

血糖リスク

割合および图形が小さいほど良い状態です。

● 貴社
◎ 汽船平均

判定	項目	貴社	汽船平均	改善方法
△	メタボ・予備群該当者	47%	50%	メタボ: 糖質・血圧・脂質のうち2つ以上リスクあり 予備群: 糖質・血圧・脂質のうち1つリスクあり
△	血圧リスク	53%	52%	収縮期血圧 ≥ 130mmHg または 拡張期血圧 ≥ 85mmHg
△	脂質リスク	27%	26%	空腹時血糖 ≥ 110mg/dL または HbA1c ≥ 6.0%
△	血糖リスク	40%	37%	中性脂肪 ≥ 150mg/dL または HDL < 40mg/dL
×	肝機能リスク	73%	54%	AST ≥ 31U/L または ALT ≥ 31U/L または γ-GTP ≥ 51U/L

まずは
自社の健康課題を
把握しましょう!

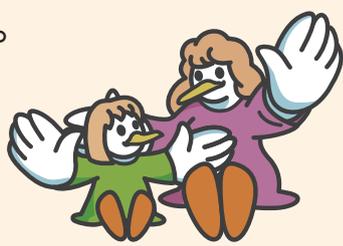
※画像はイメージです。

健康づくりを進めたいけれど、なにから始めたらいいのかわからない…
そんな船舶所有者様には、「**船員の健康づくり宣言**」がおすすめです!

健康づくりの専門職が、貴社の健康課題に沿った支援メニューをご提案し、健康づくりをサポートいたします。各種支援メニューをご利用いただくことができ、

費用はすべて無料です!

詳細は右記二次元コードからご確認ください。



船員保険部
ホームページ

「オンライン禁煙プログラム」参加者募集中！

～ 船員の皆様にご案内ください～

船員保険部では、オンラインによる禁煙プログラムの参加者を募集しています。

このプログラムは医師が開発した専用のアプリや禁煙補助薬を使用し、卒煙カウンセラーのサポートを受け、禁煙を目指すものです。船員保険に加入している方は通常54,000円のプログラムを**無料**で利用することができます。

また、今年度より6か月間で禁煙を目指すプランに加え、短期間で禁煙を目指す3か月のプランをご用意しました。お仕事の都合等で長期の参加が難しい方も短期間でチャレンジいただけます！喫煙中の船員の皆様に、ぜひおすすめください。

望まない受動喫煙を防ぐためにも

令和6年2月に船員保険部が実施した意識調査では、同部屋での喫煙について、**7割が不快に思う**という結果がでています。また同調査では、「非喫煙者からすると、受動喫煙が健康面で不安」などの声もあがっています。

令和2年4月から、改正健康増進法が施行され、望まない受動喫煙を防止するための取り組みはマナーからルールへと変わっています。

たばこを吸わない方の受動喫煙を防ぎ、よりよい船内の人間関係を築くためにも、1万人以上のサポート実績^(※)もあり、参加者の6割が禁煙に成功している“オンライン禁煙プログラム”を、船員の皆様にご案内いただきますようお願いいたします。

(※) 令和5年3月末までの aszure 卒煙全参加者数



参加方法

1 アプリダウンロード

AppStore または GooglePlay ストアで「aszure 卒煙」と検索。
もしくは右記二次元コードから、アプリをダウンロードしてください。



2 ユーザー登録

手順に沿ってユーザー登録をしてください。
3か月プランと6か月プランで、招待コードが異なるため、ご希望のプランの招待コードを入力してください。

今年こそ禁煙を！

6か月プラン

招待コード：146001

短期間で集中！

3か月プラン

招待コード：988563

3 アプリ内で面談予約

アプリで初回面談の予約をしていただきましたら、カウンセラーから面談方法についてご連絡差し上げます。



全国健康保険協会
船員保険

〒102-8016
東京都千代田区富士見2-7-2 ステージビルディング14階
TEL 03-6862-3060
受付時間 8:30～17:15 (土日祝除く)

船員保険メルマガ
「うみがめ〜る」
会員募集中！

