



お口の健康は 身だしなみから

10月には、外国人旅行者に対する水際対策が見直されたり、全国旅行支援によって多くの人が旅行を楽しむことが出来たりして、新型コロナウイルス対策が少しずつ緩和されてきました。渋谷のハロウィーンイベント、通称「渋谷ハロ」も新型コロナ流行以前の賑わいとなりました。

富山県「いい歯の日」の県民表彰の一つである、**80歳で自分の歯を20本以上持つ人を表彰する「いい歯 カムカム すこやか大賞」**の表彰式も3年ぶりに行われました。県歯科医師会には50名の応募があり、県知事賞や県歯科医師会長賞など8名の優秀表彰と40名のすこやか賞の表彰を行いました。

審査ではアンケートを行い、**80歳以上で20本以上の歯と健康を保つ秘訣**を探ってみました。日々の運動の有無や、毎日の食事の内容、嗜好品などをお聞きしましたが、目立った点としては「**かかりつけ医を持つことと、歯を大切にしないという「親からの教え」**がありました。「親から歯の大切さはよく言われていた」「歯磨きの習慣は物心ついた時にはあった」など、小さい時の「ちゃんと歯を磨こう」という親の教えは、大人になっても「きちんとコントロールする」という行動につながっていました。そして、「定年を契機に年2回の歯のメンテナンスに行っている」「企業内の歯科健診で注意されてから毎年歯科健診に行っている」など、**50歳代くらいから歯科医院でのメンテナンスを行っている方が、本当に多くみられました。**

そして何より気になったのは、上位**対面審査に来られた方々の姿勢や身だしなみ**です。80歳代の皆さまの豊饒(かくしゃく)とした歩き方や、椅子に座っている姿勢は、全く年齢を感じさせないものでした。受け答えもはっきりとされていて、「**健康寿命はお口から**」という標語を体現されている皆さんでした。そして、身だしなみです。ジャケットを羽織られたり、ワンピースを着ておられたりと部屋着の延長ではなく外出着でお越しでした。人前に出るときは小綺麗な服装で出るという習慣が身についている感じを受けました。

「意識を持つ」という習慣は大切なことだと思います。**よく噛む事、口腔ケアに意識を持つ事、全身の健康に気を付けて生活することは、健やかな生活を送る上で大切**です。これは新型コロナ感染症と、もうしばらく付き合っていく上でも同じではないでしょうか。基準は下がっても、重症化リスクが少ないというだけで、感染しやすさは変わらないと思います。コロナ禍以前の様な生活を楽しみながら、感染対策に「意識を持つ」ことを忘れずに、健康な生活を送りたいものです。



※こちらの記事は、「富山県民の健康づくり推進に向けた相互連携に関する協定」にもとづき、一般社団法人富山県歯科医師会よりご提供いただいた原稿をもとに作成しました。

発行元  **全国健康保険協会 富山支部**
協会けんぽ

〒930-8561
富山市奥田新町 8-1 ボルファートとやま 6 階

- | | | |
|-----------------------|-------------|------------------|
| ■健康保険の給付・任意継続に関すること | 業 務 グ ル ー プ | 076-431-6155(代表) |
| ■健診や保健指導・健康企業宣言に関すること | 保 健 グ ル ー プ | 076-431-5273 |
| ■レセプトや第三者行為に関すること | レセプトグループ | 076-431-5272 |
| ■健康保険委員や広報など上記以外のこと | 企画総務グループ | 076-431-6156 |

協会けんぽ 富山



メルマガ会員募集中！
左の二次元コードから簡単に
登録ページにアクセスできます！

事業主様をはじめとした皆様へご回覧ください

健康保険委員だより



健康保険委員の表彰を行いました

協会けんぽでは、健康保険事業の推進にご協力いただいている健康保険委員の方々に対して、永年の活動や功績への感謝の意を表し、「健康保険委員表彰制度」を実施しています。
令和4年度は、11月18日にボルファートとやまにて開催しました「富山県年金委員・健康保険委員大会」において、14名の方々の表彰させていただきました。
受賞者の皆様におかれましては、今後ますますのご活躍を祈念申し上げます。

令和4年度の実績者の皆様

 **厚生労働大臣表彰**
河口 裕之 様 (中越合金鋳工株式会社)

 **理事長表彰**
清水 宏記 様 (株式会社スギノマシン)



富山支部長表彰

今井 紀久子 様 (株式会社今井機業場)	林 満 様 (株式会社 TAN-EI-SYA)
片山 浩之 様 (株式会社東洋電機製作所)	松井 博美 様 (朝日建設株式会社)
川合 優美 様 (社会福祉法人砺波福祉会)	松岡 親生 様 (株式会社若林商店)
手塚 裕子 様 (社会福祉法人戸出福祉会)	水野 智子 様 (村松建設株式会社)
中西 美由紀 様 (日本安全産業株式会社)	南塚 香理 様 (株式会社アイザック)
長谷 由紀子 様 (株式会社アーキジオ)	吉江 智子 様 (アルカスコーポレーション株式会社)

金
(Step2)
認定

新たに4社が「とやま健康企業宣言」金(Step2)の認定となりました！

健康企業宣言富山推進協議会が開催され、審査の結果、下記の4社を「とやま健康企業宣言」金(Step2)に認定しました。

今回の認定により、県内のStep2の認定事業所は41社となります。

▼「とやま健康企業宣言」金(Step2)に認定した事業所

認定事業所	主な取り組み内容
公益社団法人 富山市医師会	メンタルヘルス対策として、ストレスチェックに加え、職員満足度アンケートを実施。ストレスチェック集団分析結果およびアンケート結果を基に、業務内容の見直しを行うなど職場環境改善の取り組みを行っている。
新日本海重工業 株式会社	社員の健康維持増進と勤労意欲の高揚を図るため、時間単位の年次有給休暇制度のほか、ジョイフル休暇、アニバーサリー休暇をはじめとする制度休暇を導入し、ワークライフバランスの推進を図っている。
株式会社 アイザック	社長名による「アイザックグループ健康経営宣言」を掲げ、自社ホームページに掲載し社内外へ発信。健康経営推進体制を構築のうえ、再・精密検査対象者の受診追跡、被扶養者の受診確認をはじめとする各種健康施策の立案・実践・効果検証に取り組んでいる。
日の出屋製菓産業 株式会社	会長名による「健康経営宣言」を掲げ、自社ホームページに掲載し社内外へ発信。重点取組項目のひとつでもあるワークライフバランス推進の取り組みとして、システム改変とともに業務改善に着手し、業務の効率化を図り時間外労働時間の大幅な削減に成功。

銀
(Step1)

認定に必要な取り組み

健診の実施、要治療者の再検査等の受診、特定保健指導の実施、健康づくり環境の整備、食事・運動・禁煙・心の健康に係る対策等

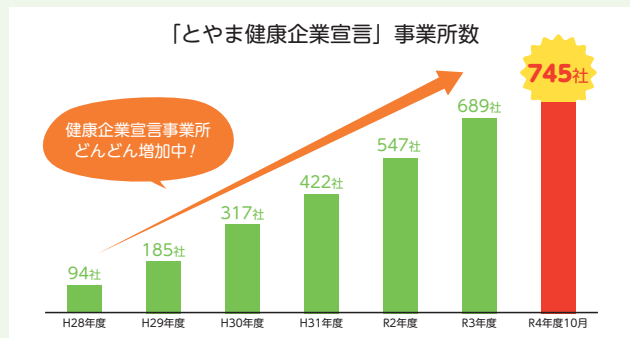
金
(Step2)

認定に必要な取り組み

Step1の取り組みに加え、従業員の家族に係る健診の受診勧奨、健康管理・安全衛生活動、メンタルヘルス対策、過重労働防止の対策等

健康経営の第一歩として「とやま健康企業宣言」をご活用ください！

協会けんぽ富山支部では、加入者の皆さまのより一層の健康づくりを推進するため、「とやま健康企業宣言」に取り組むことを宣言した事業所の健康づくりをサポートしています。



取り組み事例集を作成しています

ホームページに取り組み事例集を掲載しています。
「どんなことに取り組んで良いのかわからない」という時の参考にご活用ください。

申し込み方法

ホームページから応募用紙をダウンロードしFAXで応募できます！

取り組み事例集や
応募用紙はコチラ



協会
けんぽの

制度 申請 健康づくり のポイントがわかる！

動画・パンフレット等のご案内

協会けんぽのホームページでは、給付金の申請や健康づくりを行う際の参考としていただくため、動画・パンフレット・リーフレットを掲載しています。ぜひお役立てください！

協会けんぽ 広報資料 検索

二次元コード
からもアクセス
できます



動 画



協会けんぽの概要が
知りたい

職場の健康づくりに
取り組みたい

申請手続き方法を知りたい
外国人の従業員へ説明したい

タイトル

協会けんぽとは？

保健事業

～健康づくりへのサポート～

健康保険の 給付金等

～こんな時にも健康保険～
※英語版あり

主な内容

- 協会けんぽの財政状況
- 保険料率の仕組み

- 健康診断の費用補助
- 健診後の健康サポート
- 「事業所健康度診断」の紹介

- 各種給付金の説明
- マイナンバーカードの保険証利用

リーフレット・パンフレット

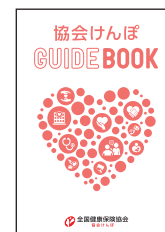
▼ すべてのリーフレット・パンフレットに英語版があります

▼ データを PDF 形式でダウンロードいただけます



「知っておきたい 健康保険のはなし」 (全4ページ)

健康保険の仕組みを分かりやすくご紹介しています。新入社員の方への説明等に活用いただけます。



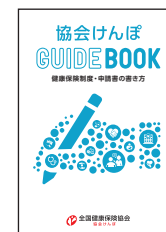
「協会けんぽ GUIDE BOOK」

健康保険給付や健診など、協会けんぽの事業内容を網羅した冊子です。各章ごとに内容をご覧いただけます。



「協会けんぽガイドス」 (全8ページ)

協会けんぽの健康診断や給付制度の概要を解説しています。事業主様向け・加入者様向けの2種類があります。



「協会けんぽ GUIDE BOOK」 (健康保険制度・申請書の書き方)

各申請書の記入方法や必要書類について、詳しく掲載しています。申請書ごとに内容をご覧いただけます。

※令和4年10月以前に配布した「協会けんぽ GUIDE BOOK」の内容に一部誤りがありました。上記のパンフレット等掲載ページより、正誤表を印刷してご利用いただきますようお願いいたします。ご迷惑をおかけいたしましたことをお詫び申し上げます。



お問い合わせは 協会けんぽ富山支部保健グループ【☎076-431-5273】まで

お問い合わせ先：企画総務グループ【☎076-431-6156】まで