

令和6年  
9月5日

## 「働く女性の健康セミナー」

開催  
いたしました

令和6年9月5日(木)徳島県JA会館にて、「働く女性の健康セミナー」を開催いたしました。  
女性特有の健康課題は、ライフステージごとに悩みもさまざま。今回は、そんな女性特有の健康課題に焦点を当て、セミナーを通して正しい知識を持っていただくことで、安心して働ける環境づくり、企業の生産性の向上、更には徳島県全体の活性化に繋がることを目指しました。

セミナー当日は

全国健康保険協会徳島支部 支部長 中川 智

「医療費データから見る徳島支部の女性加入者の現況」

徳島労働局労働基準部健康安全課

地方労働衛生専門官

鳴滝 伸彦 様

「職場における健康確保及び行動災害（転倒・腰痛）防止対策」

徳島大学産科婦人科 名誉教授

苛原 稔 先生

「毎日を快適に過ごしたい働く女性のための健康知識」

についてご講演いただきました。



(当日セミナーの様子)



セミナー終了後のアンケートでは、

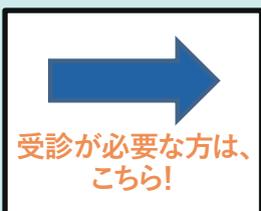
「データ分析により健康課題が見えてとても興味深い講演内容だった。」

「専門的な内容が面白かった、今後も継続を希望。」など好評のお声を数多くいただきました。

お忙しい中ご参加いただきまして、誠にありがとうございました！

## 健診で**高血圧・高血糖・脂質異常**で**要治療・要精密検査**と判定され、まだ**医療機関を受診されていない皆様へ**

協会けんぽでは、高血圧・高血糖・脂質異常の方で未治療と思われる下記の方へ、**心筋梗塞や脳卒中・慢性腎不全等への重症化**を防ぐために電話や文書にて受診を勧奨しています。



### 血圧

収縮期血圧値

**160** mmHg以上

拡張期血圧値

**100** mmHg以上

### 血糖

空腹時血糖値

**126** mg/dl以上

HbA1c

**6.5** %以上

### 脂質

LDLコレステロール値

**180** mg/dl以上

心筋梗塞や脳卒中等、重症な疾患で突然倒れる方の6割の方が健診を受けていません。健診を受けていただくとともに従業員さまの健診結果をご確認いただき、「要治療」「要精密検査」と判定された方へは、事業所さまからも受診勧奨をお願いします。

# 接骨院・整骨院でも保険証が使えます！

健康保険が  
使える場合

- ・打撲・捻挫・肉離れなどの挫傷
- ・脱臼・骨折

《脱臼骨折は医師の同意が必要な場合があります》



ただし・・・！！

「**仕事**中や**通勤途中**のケガなどは**労災保険の対象**となりますので保険証は使えません。

## 「協会けんぽマイナンバー専用ダイヤル」をご利用ください

協会けんぽでは、「**協会けんぽマイナンバー専用ダイヤル**」を開設しました。  
「マイナ保険証」、「資格情報のお知らせ」、「資格確認書」や「オンライン資格確認」等に関するお問い合わせは、「協会けんぽマイナンバー専用ダイヤル」をぜひご利用ください。

「協会けんぽマイナンバー専用ダイヤル」

電話番号：0570-015-369 開設時間：8時30分～17時15分（土日祝日を除く）

(※) マイナンバー制度やマイナンバーに関する一般的なお問い合わせは、  
**国のマイナンバー総合フリーダイヤル（0120-95-0178）**にお願いします。

## 知っトク！ 上手な医療のかかり方 第8回 上手な「おやこ」医療のかかり方

### 休日・夜間の受診をカンガルー！

お子さまの症状で迷った時は**#8000**にご相談を！

急な病気やケガで病院を受診するか悩んだら  
まずは**電話相談**から！  
適切な医療機関を紹介してもらえます。

### 緊急な受診かカンガルー！

緊急時以外は**平日昼間**に受診しましょう！

休日や夜間は、**緊急性の高い重症患者や入院患者**  
に対応する時間です。  
診療時間外の受診には、**原則加算**がついて  
自己負担が増えてしまいます。

### 気軽に相談できるかカンガルー！

かかりつけ医・かかりつけ薬局を持ちましょう！

「話しやすく、相談しやすい」  
「自宅や職場の近く」など  
自分に合った、かかりつけ医・  
かかりつけ薬局を見つけましょう



### お財布にやさしい受診かカンガルー！

はしご受診は控えましょう！

同じ病気でいくつもの病院を受診することを  
「はしご受診」といいます。  
病院を変えるたびに「初診料」等がかかり、  
**負担額が増加**。検査のくり返しは  
体への負担が大きくなります。



おやこの安心と徳島の医療をカンガルー！

12月31日まで、WEB広告、YouTube、テレビCMを放映中！！



（おやこ専用ダイヤル）



全国健康保険協会 徳島支部  
協会けんぽ

〒770-8541 徳島市八百屋町2丁目11 ニッセイ徳島ビル7F  
☎088-602-0250(代表)

協会けんぽ 徳島

