

健康保険委員表彰

健康保険委員の皆様には、健康経営の取り組み、健康診断や特定保健指導など、従業員の方の健康づくりにご協力いただいております。協会けんぽでは、健康保険委員の永年の活動や功績等に対して感謝の意を表するとともに、健康保険事業の更なる円滑な推進と今後の健康保険委員活動の活性化を目的に健康保険委員表彰を行っており、11月12日に表彰式を行いました。

※五十音順

全国健康保険協会理事長表彰

佐藤 水 様 スカイ・エンジニアリング 株式会社
佐藤 学 様 株式会社 フォト・スタンプ新潟
渡邊 和法 様 株式会社 富士トレーラー製作所

全国健康保険協会新潟支部長表彰

阿部 久美 様 株式会社 サンフーズ横倉	田中 広子 様 中越印刷 株式会社
五十嵐徳子 様 有限会社 ノーブルエンジニアサービス	種村真紀子 様 社会福祉法人 南魚沼市社会福祉協議会
石川 直也 様 株式会社 開新電気	田巻 幸代 様 スペック 株式会社
石橋優美子 様 株式会社 スノーランド	東城 政司 様 新潟電子工業 株式会社
内山 一弘 様 株式会社 グルメール	遠山 美雪 様 株式会社 遠清商事
大滝 綾 様 東新運輸 株式会社	常田 恵子 様 関川水系土地改良区
大滝 綾子 様 株式会社 内山組	中島 広美 様 株式会社 ごはん
大谷 宗久 様 株式会社 山崎建設	平井 和博 様 日鉄工材 株式会社
片岡 哲雄 様 柏崎商工会議所	深澤 長美 様 株式会社 阿部建設
勝嶋 聡美 様 株式会社 阿部建設 上越支店	船田さをり 様 有限会社 船田工業
加藤 貴之 様 カトウサイン工業 株式会社	古川 一成 様 株式会社 CSコーポレイション
金子 敏子 様 株式会社 あさひ測量設計事務所	古川 知広 様 株式会社 大石組
小森 稔 様 片山食品 株式会社	堀 恵都子 様 新潟巧測 株式会社
近藤 保子 様 コンドウ印刷 株式会社	本間 敦 様 株式会社 横井組
佐藤 知佳 様 伊米ヶ崎建設 株式会社	丸山 勝宣 様 和島工業 株式会社 新潟工場
白井 康子 様 株式会社 博進堂	皆木 和美 様 セントラル観光 株式会社
白倉 典子 様 ケイ・エス工業 株式会社	山崎 正雄 様 株式会社 ジュー・シー・エス コンピュータ・サービス
武田 真菜 様 株式会社 越後薬草	渡邊亜紀子 様 株式会社 ほっとしばたケアセンター

事業所対抗ウォークラリーの実施結果

協会けんぽ新潟支部では「にいがた健康経営宣言」事業所を対象に事業所対抗ウォークラリーを9/2～9/15までの2週間で開催しました。残暑が厳しい期間でしたが、79事業所、1,343人と大勢の参加をいただきましてありがとうございました。



- 第1位** 株式会社 第一実業（新潟市東区）
287,123歩
- 第2位** 株式会社 シアンス（新潟市中央区）
234,696歩
- 第3位** 株式会社 高助（新潟市中央区）
217,148歩
- 第4位** エー・エイチ・テック 株式会社（新潟市東区）
210,614歩
- 第5位** 阿部幸製菓 株式会社（小千谷市）
174,898歩



参加された株式会社第一実業の皆様

第1位

株式会社第一実業 ご担当者様にお聞きしました！

Q ウォークラリー参加のきっかけ

A 社員総会で本年を「健康経営元年」とする方針が示されたことにより、今年度から業務時間内に特定保健指導を実施するなど従業員の健康管理に努めていたところ、広報紙でウォークラリー開催を知り参加を決めた。

Q 参加したことによる効果

A 第1位になったことで会社の知名度アップに繋がった。また、イベント期間中はウォークラリーを話題にコミュニケーションの輪が広がり、イベント終了後には他の従業員からも参加に興味を示す発言があったことから、「健康経営」に対する意識が高まった。

Q 1位になった要因は

A 参加者に運動好きなメンバーが集まったことでモチベーションが高かった。また、役員及び健康づくり担当者からの叱咤激励により歩数向上への意欲が高まったため。

Q 今後の「職場の健康づくり」取り組みへの抱負

A 「健康経営」に対する意識を今まで以上に高め、職場の健康づくりに邁進する。今年は新潟市の「健康経営認定制度」に申請しシルバークラス認定を目指しており、次年度以降はゴールドクラス認定を目標としています。今後も健康経営の歩みを止めず、会社全体で取り組んでいきたい。

健康づくりポスターをご活用ください！

協会けんぽ新潟支部では、従業員の健康意識の向上や、事業所の健康づくりの取り組みの一つとして「健康づくりポスター」の掲示をおススメしています。事業所の健康課題を踏まえて、また、従業員の皆様からのご希望をとるなど、44種類のポスターからお選びいただきご活用ください。

下記の二次元コードからお好きなポスターを選んでプリントできます。プリンター機器が使用できない場合は「健康づくりポスター申請書」にご記入の上、FAXで協会けんぽへお申し込みください。

■ ポスター人気ランキング

1位

簡単にできる
肩こり・腰痛予防
ストレッチ!!

それだけ
10秒間

肩・首
背
腰
脚

ポイント!!
呼吸は止めず、ゆっくり行い、伸びている部分に意識を集中させます。

ストレッチ
ポイント!!
ストレッチは、200種類以上の有価物が入っています。有価物は体内に入ると血圧に上げて全身をまわり、様々な病気や怪我の原因になります。受動喫煙防止はマナーでなくルール!

全国健康保険協会 新潟支部 TEL 025-242-0260

2位

たばこは
百害あって一利なし

健康に良くないと思うつづき、なかなかやめられない

周囲の人への害・受動喫煙のリスクも考えよう!

口吸い煙 30.0
紙巻煙 32.5
電子タバコ 2.2
加熱たばこ 4.5
加熱たばこ 1.6

ポイント!!
たばこの煙には、200種類以上の有害物質が含まれています。有害物質は体内に入ると血圧に上げて全身をまわり、様々な病気や怪我の原因になります。受動喫煙防止はマナーでなくルール!

全国健康保険協会 新潟支部 TEL 025-242-0260

3位

こんなに
たくさん
禁煙すると
いいことがある!

●血圧が安眠しやすくなる ●息切れがしなくなる ●家族に喜ばれる ●喫煙に使っていた時間が有効に使える ●肌のツヤが良くなる ●血糖値を下げる ●がんのリスクが減る ●たばこに比べていたお金がお金になる

●がんのリスクが減る ●がんのリスクが減る ●がんのリスクが減る ●がんのリスクが減る ●がんのリスクが減る ●がんのリスクが減る ●がんのリスクが減る ●がんのリスクが減る

全国健康保険協会 新潟支部 TEL 025-242-0260

ポスター
お申込みは
こちらから



「にいがた健康経営宣言事業所」の 取組事例をご紹介します

山崎醸造 株式会社



「健康経営優良法人2024」認定事業所 3年連続

住所：小千谷市東栄3-7-4

社員数：39名

事業内容：味噌製造販売及び醤油販売



代表取締役社長 山崎 亮太郎 様
「男性社員育児休業100%取得宣言」の記者会見の様子

健康経営取組のきっかけ

肥満気味の社員が多い状況を以前から憂慮し、健康経営宣言を検討していたが、若い社員ががんで亡くなったことをきっかけに本格的に会社で取り組みを始めた。健康経営に加えて昨年から社員のワークライフバランスを考慮した各種取り組みを進めてきた。



健康づくりの取組内容



健康経営のきっかけが若い社員の肺がん罹患によるものであったことから、休憩時間を含めても敷地内禁煙とし禁煙を推進し併せて受動喫煙対策を進めている。また、本年7月には全社員を対象に尿によるがんリスク検査を実施、費用は一人当たり数万円かかるが毎年行うこととしている。

また、市内に新しく完成したスポーツジムと法人契約を結び社員が24時間好きな時に利用できるようにした。社内には設置されている自動販売機をメーカーが企画している「社長のおごり自販機」に変更を予定しており、今ある商品を糖分やカロリーを考慮した商品に変更し無料で利用できるようにするなど、社員の健康を重視した取り組みを行っている。

福利厚生も充実しています！



今年度、社員食堂を社員がくつろげるようにとの思いから、リノベーションを行いまるでオープンカフェのような作りに変更し社員から好評を得ている。また、十日町市にあるリゾートホテルにおいて社員を対象に講演会を開催、終了後にはビュッフェスタイルで有名なレストランで食事を行い希望者は宿泊した。他には市内の回転すし店を貸し切り子供や配偶者も参加してコミュニケーションを図ることができた。

編集後記

第一印象で社員のことを第一に考えていらっしゃる事が伝わってきました。現在の社員たちが元気で長く働けるように、様々な手法により働く環境の整備等を進めていると強く感じました。若手男性社員皆が育児休業を取ることができれば配偶者も子育てが楽しくなると思います。また、育児休業明けの社員が社内に活気をもたらせてくれることでしょう。

01 「健診受けない」
もったいない

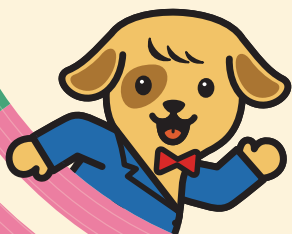


02 「受けっぱなし健診」
もったいない



協会けんぽ 加入者のみなさまへ

健診の3つの
「もったいない」を
なくそう！



健康づくりサイクルを
まわしましょう！

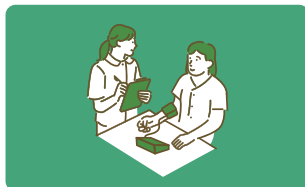


03 「健康づくりを継続しない」
もったいない



健診から始まるサイクルで、3つの「もったいない」をやっていませんか？

「健診受けない」もったいない



01 健診を
毎年受けていますか？

協会けんぽ加入者は健診をお得に
受けられるのに、受けないのはもっ
たいない。

健診を受けて健康状態を確認

「受けっぱなし健診」もったいない



02 健診を受けっぱなしに
していませんか？

せっかく健診を受けても、改善に
つなげなければもったいない。

健診結果に応じて行動することで
健康状態を改善

「健康づくりを継続しない」もったいない



03 日々の健康づくりに
取り組んでいますか？

良好な健康状態になっても、それを
継続しないのはもったいない。

食事や運動に気をつけて、
良好な健康状態を維持

健康づくりサイクル



健康づくりサイクルに
ついての特設サイトは
こちら▶

