

船員の健康確保、ここから始めませんか？

船員の健康づくり宣言

[illegible]

船員保険イメージキャラクター
かもめっせ

令和6年度版



全国健康保険協会
船員保険

“船員の健康づくり宣言”とは

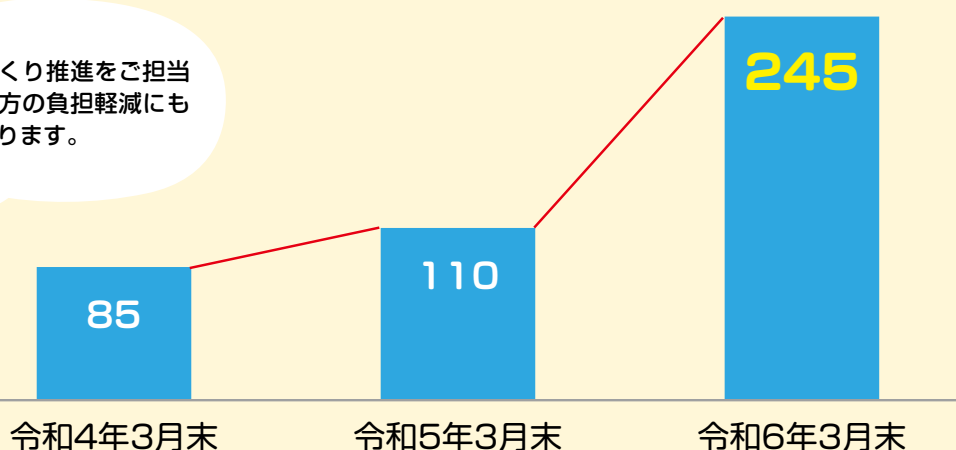
自社船員の健康づくりに取り組みたい船舶所有者様が「船員の健康づくり宣言」にエントリーし、船員保険部が提供する支援メニューを活用しながら、効果的・効率的に健康づくりを進める取り組みです。



船員の健康づくり宣言エントリー船舶所有者数の推移



健康づくり推進をご担当される方の負担軽減にもつながります。



船員の健康確保に関する制度が令和5年4月に施行

まずは、船員の健康づくり宣言を活用するところから始めてみませんか？

疾病等による急な下船や病状悪化による長期休業は、船舶の配乗計画や運航に支障がでることになります。制度改正の目的は、意欲ある船員の皆さまに健康で長く働き続けていただくことであり、船員の健康管理については、これまで以上に船舶所有者様にも積極的に関わっていただくことが求められています。

① 船員向け産業医制度

- 船内巡視による作業環境・衛生状態の把握（→健康障害の防止措置）
- 健康検査結果に基づく指導
- 長時間労働者への面接指導
- 高ストレス者への面接指導 等



② 健康検査結果に基づく健康管理

- 健康検査に係る診断結果の提出
- 診断結果等の保存
- 健康検査結果の医師からの意見聴取
- 事後措置（※） 等



③ 過重労働対策

- 長時間労働の船員に対する医師による面接指導
- 面接指導の結果の記録
- 面接指導結果の医師からの意見聴取
- 事後措置（※） 等



④ メンタルヘルス対策

- ストレスチェック検査の実施
- 検査結果の記録
- 検査結果の分析等
- 高ストレス者への面接指導
- 事後措置（※） 等



※ 就業場所の変更、乗船期間の短縮 等

上記①、③、④は、「常時 50 人以上の船員を使用する船舶所有者」に対し義務付け（それ以外の船舶所有者は努力義務）
上記②、④は船員のうち、「常時使用する船員」が当該措置の対象

国土交通省「船員の働き方改革・健康確保 WEB 説明会資料」より

数字でわかる船員の健康

船員：船員保険に加入する男性被保険者
陸上勤務者：協会けんぽに加入する男性被保険者
使用データ：令和3年度健診結果・問診データ

大切な船員を守るためには
健康づくりの推進が不可欠です。



メタボリスク保有者

約 10 人に 3 人

船員 31.4%
(汽船：31.3% 漁船：31.7%)
陸上勤務者 22.7%

腹囲リスク保有者

約 10 人に 6 人

船員 61.7%
(汽船：61.2% 漁船：62.9%)
陸上勤務者 50.5%

血圧リスク保有者

約 10 人に 6 人

船員 61.0%
(汽船：59.1% 漁船：64.0%)
陸上勤務者 51.2%

脂質リスク保有者

約 10 人に 4 人

船員 42.4%
(汽船：43.4% 漁船：39.8%)
陸上勤務者 36.2%

血糖リスク保有者

約 10 人に 3 人

船員 29.2%
(汽船：29.0% 漁船：29.8%)
陸上勤務者 19.7%

喫煙者

約 10 人に 4 人

船員 39.5%
(汽船：34.1% 漁船：53.8%)
陸上勤務者 40.0%

メタボリスク保有者	・ 腹囲のリスクがあり、かつ血圧・脂質・血糖のリスクのうち 2 つ以上に該当
腹囲リスク保有者	・ 内臓脂肪面積が 100cm ² 以上 ・ 内臓脂肪面積の検査値がない場合は、腹囲が男性で 85cm 以上、女性で 90cm 以上
血圧リスク保有者	・ 収縮期血圧 130mmHg 以上、または拡張期血圧 85mmHg 以上、または高血圧に対する薬剤治療あり
脂質リスク保有者	・ 中性脂肪 150mg/dl 以上、または HDL コレステロール 40mg/dl 未満、または脂質異常症に対する薬剤治療あり
血糖リスク保有者	・ 空腹時血糖 110mg/dl 以上（ただし空腹時血糖の検査がない場合は HbA1c 6.0% 以上）、または糖尿病に対する薬剤治療あり
喫煙者	・ 問診でタバコを吸っていると回答した者

船員の健康づくり宣言選べる2つのコース



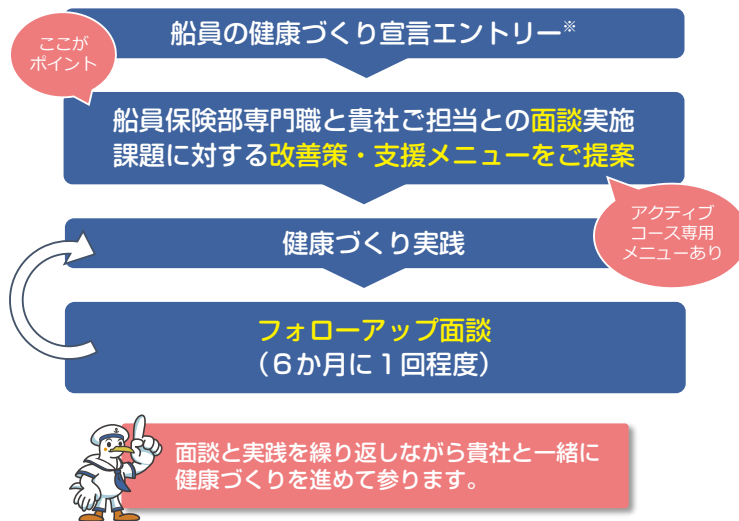
『船員の健康づくり宣言』では2つのコースをご用意しています。

専門職からのアドバイスあり！内容充実でおススメ！



面談を通じて健康課題を洗い出し、船員保険部がご用意している支援メニューを活用しながら健康づくりを実践するコース

【アクティブコースの基本的な流れ（イメージ）】

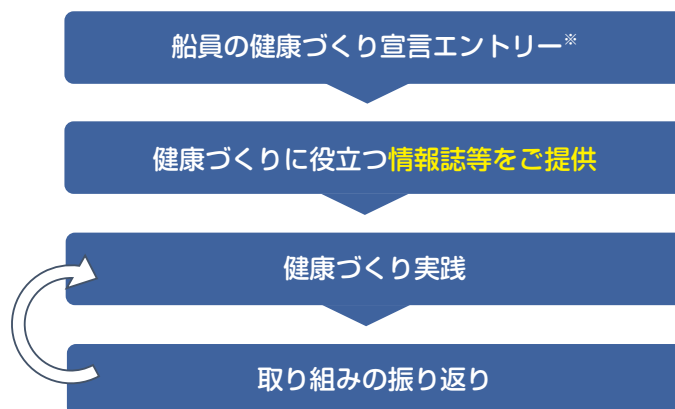


まずは簡単かつ手軽に健康づくりを始めたい方向け！



船員保険部からの情報提供を活用して、できることからチャレンジするコース

【シンプルコースの基本的な流れ（イメージ）】



※「船員の健康づくり宣言」にエントリーいただいた健康づくりの担当者様は「船員健康づくりサポーター」シンプルコース（役割：自社船員への健康情報や船員保険制度等の広報）の同時登録となり、**船員保険の事務手続きに役立つ冊子等を進呈します**。「船員健康づくりサポーター」には3つのコースがあり、コース変更も可能です。各コースの役割については船員保険部ホームページをご参照ください。

船員保険部がご提供する支援メニュー

1. 健康づくり専門職との面談

アクティブコース専用

2. 出前健康講座

アクティブコース専用

3. 産業医健康面談

アクティブコース専用

4. 船員デンタルケアキット

アクティブコース専用

5. 電話健康相談

6. オンライン禁煙プログラム

7. 生活習慣病予防健診

8. 特定保健指導

9. 健康づくり好事例集

10. 健康情報誌・リーフレット

11. 保養施設等の宿泊費用補助

すべて無料で
ご利用いただけます。

※生活習慣病予防健診は一般
健診と巡回健診のみ無料





初回面談

- アクティブコースにエントリーしていただくと、まず最初に専門職（保健師・管理栄養士等）が貴社のご担当者様と面談を実施いたします。
- 面談では、船員保険部が作成した“健康度カルテ”を参考に健康課題と一緒に考え、その課題に対する改善策や支援メニューのご提案、普段疑問に思っている健康関連制度にお答えする等、**貴社とともに船員の健康づくりを推進するパートナーとしてサポートいたします。**

フォローアップ面談

- 初回面談でご提案した改善策の進捗や、やってみてわかってきた課題等に対してサポートするためのフォローアップ面談を専門職（保健師・管理栄養士等）が定期的に実施いたします。
- フォローアップ面談を通じてPDCAを回すことで健康づくりのサイクルを止めることなく**一步ずつ推進**できるようサポートいたします。

健康経営優良法人認定に向けたサポート

- 経済産業省・日本健康会議が優良な健康経営を行う企業や団体等を認定する“**健康経営優良法人**”**認定**の獲得に向けたサポートを実施いたします。

“健康経営優良法人認定”を目指してはいかがでしょうか？

- 健康経営優良法人認定制度とは、経済産業省や日本健康会議が主導して、優良な「健康経営[®]」（※1）を行う企業・団体等を顕彰する制度です。
- 健康づくりを推進するのであれば、対外的に評価される健康経営優良法人認定を獲得してはいかがでしょうか？
- なお、この認定を受けるには、「船員の健康づくり宣言」に参加することが条件（※2）となります。

※1 「健康経営[®]」は、NPO 法人健康経営研究会の登録商標です。

※2 中小規模法人部門の場合、保険者の健康宣言事業への参加が必要です。

健康経営優良法人認定でこんなメリットが

- ① 企業ブランド（イメージ）の向上
- ② 求人票に記載することで船員の確保・採用につながる
- ③ 船員の長期定着化・パフォーマンスの向上（生産性の向上）など

健康経営優良法人認定制度の詳細については
経済産業省のホームページをチェック！

健康経営優良法人

検索



健康経営優良法人
KENKO Investment for Health



健康経営優良法人
2024

認定

大規模法人部門
2,988社

中小規模法人部門
16,733社

- 研修会に講師を派遣し、たばこの害や歯の健康、メンタルヘルスや生活習慣病等に関する講座を開催します。
- 船舶所有者様ごとの健康課題やご要望に合わせて専門の講師がお話しさせていただきます。
- 現地へ講師を派遣し講座を開催することも、オンラインにて開催することも可能ですので、ぜひ健康づくりの取組の一つとして、ご利用ください。



- 産業医の健康面談をご利用いただくことができます。健康に不安を感じている船員本人の面談はもちろん、船員の健康管理を行う担当者を対象にオンライン面談を行うこともできます。

※本サービスは、「産業医の選任」義務をクリアするものではありません。

健康確保の制度改正（令和5年4月施行）の内容に対応した産業医健康面談の活用方法

産業医による船内の巡視 ※選任の産業医がない場合に限る

衛生担当者等による巡視の結果を医師に相談したい場合 ※選任の産業医がない場合に限る

健康検査の結果に異常の所見がある船員がいた際に、医師から意見を聞かなければならない場合

健康検査の結果に基づく医師からの保健指導が必要な場合

長時間労働に該当する船員への医師による面接指導が必要な場合

ストレスチェックの結果、高ストレス者となった船員に対して医師による面接指導が必要な場合

Point!!



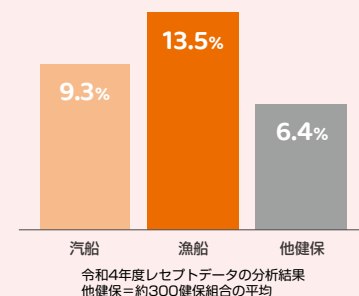
Point!!

健康検査に基づく健康管理は全船舶所有者に義務付けられていますが、本サービスを充てることができる。

（産業医を選任することが努力義務である常時 50 人未満の船員を使用する船舶所有者であっても医師に意見を聞かなければなりません。）

- お口の中の状態をご自身で確認することができる「デンタルケアキット」をご希望の人数分^(※)をご提供いたします。
※会社で雇用する船員（船員保険被保険者）の人数分に限る。
- セルフチェックアプリを利用した問診にご回答いただくことで、お口の健康状態のアドバイスをを行います。
- 長期航海中に虫歯や歯周疾患が悪化しても、すぐには歯科へ受診することができません。そうなる前のケアをサポートいたします。

「重度虫歯^(※)」の人の割合
※虫歯（う蝕）で歯科受診している人のうち「重度虫歯」の人の割合



船員デンタルケアキット

歯のセルフチェックセット



セルフチェックアプリ



NEWS!!

船員保険被保険者の医療情報を分析したところ、他の健康保険に比べて重度の虫歯で医療機関を受診している人が非常に多いことがわかりました。長い航海の間に虫歯が進行してしまっている可能性があります。
デンタルケアキットを活用して船員のお口の健康を守りましょう！

支援メニューを組み合わせご利用いただくこともお勧め

例1

支援メニュー2
出前健康講座を利用してメンタルヘルスについて学ぶ

支援メニュー3

産業医健康面談を利用して個人ごとにメンタルヘルスについて相談する

例2

支援メニュー2
出前健康講座を利用してたばこの害について学ぶ

支援メニュー6

オンライン禁煙プログラムを利用して喫煙対策に取り組む

例3

支援メニュー2
出前健康講座を利用してお口の健康について学ぶ

支援メニュー4

船員デンタルケアキットを利用して虫歯や歯周病対策に取り組む

支援メニュー⑤

電話健康相談

- 24時間いつでも、経験豊富な医師・保健師・看護師などの専門スタッフが健康・医療・介護・育児・メンタルヘルスなどの相談にアドバイスいたします。
- ご自宅や勤務先の近くなどご要望に沿った医療機関情報もご案内いたします。



支援メニュー⑥

オンライン禁煙プログラム

- スマートフォンアプリを通じたオンライン面談と継続的なサポート、禁煙補助薬のご提供で禁煙に導きます。
- オンライン禁煙プログラムは6か月と3か月のプランから選ぶことができます。
- 過去にご参加いただいた方からは「面談が励みになって、禁煙できた」などの声をいただいています。
- 支援メニュー②の出前健康講座で「たばこ」に関する講座を受講された方には、このプログラムをご案内し禁煙を促進いたします。



支援メニュー⑦

生活習慣病予防健診

- 35歳以上の方はがん検診（胃・肺・大腸）を含む健診を受診することができます。一般健診・巡回健診は無料で受けることができます。
- 船員手帳健診の検査項目はすべて生活習慣病予防健診の検査項目に含まれているため、船員手帳の健康証明も受けることができます。（一部例外健診機関あり）

支援メニュー⑧

特定保健指導

- 40～74歳の方のうち、健診結果や生活習慣の問診等からメタボリックシンドロームに該当またはその予備群と判定された方に保健師等が様々な働きかけやアドバイスを行い、生活改善へと導きます。



支援メニュー⑨

健康づくり好事例集

- 船員の健康づくり宣言にエントリーしている船舶所有者様が
自社船員に対して実際に行っている健康づくりの取
り組みを取材し、好事例としてご紹介いたします。



他社の取り組みが
参考になると
大好評



支援メニュー⑩

健康情報誌・リーフレット

- 船員の健康づくりに役立つ情報誌、食事改
善や運動推進などにご活用いただけるリー
フレットをご提供いたします。



支援メニュー⑪

保養施設等の宿泊費用補助

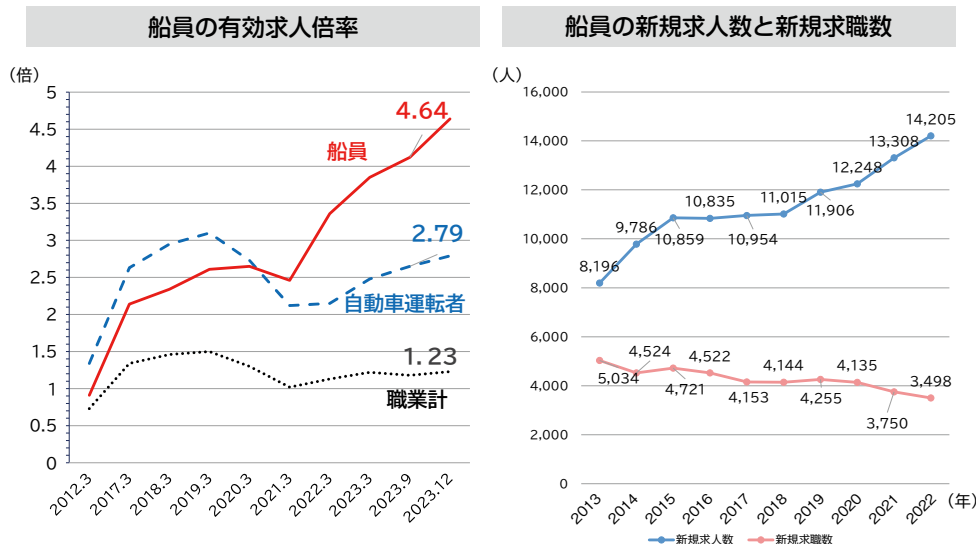
- 自然環境に恵まれた船員保険保養施設でバ
イキングやレジャーを楽しんだり、温泉等
に浸かって心も身体もリフレッシュしてお
過ごしてください。
- 船員保険保養所（国内 3 ヶ所）に宿泊した
場合、1泊 3,000円の宿泊補助が受けられ
ます。また日帰り入浴を無料で利用でき
ます。
- 指定の旅行代理店にて契約宿泊施設（全国
約 14,500ヶ所）での宿泊をお申し込み
いただき別途で申請いただくと、1泊 3,000
円（お一人年間 4 泊まで）の宿泊補助を受
けることができます。

支援メニューは随時追加しています。
ご要望があればお聞かせください。



船員の求職数の減少

船員の有効求人倍率は上昇傾向で2023年12月で4.64と、同時期の職業計に比べると約3.8倍です。新規求人数が増えている一方で、求職数は減少傾向にあります。



(※) 出典：国土交通省 第1回 海技人材の確保のあり方に関する検討会 (資料2) 海技人材の人材確保・活用に関する現状と課題について
船員の有効求人倍率表の職業計および自動車運転者は厚生労働省「一般職業紹介状況」より海事局作成。船員はサンプル調査による。

船員の求職数は減少傾向にあり、船員は人手不足がより深刻です。

我が国の海運と水産を支えている船員の皆さまに健康で長く働いていただくために、船員の健康づくりがとても大切です。

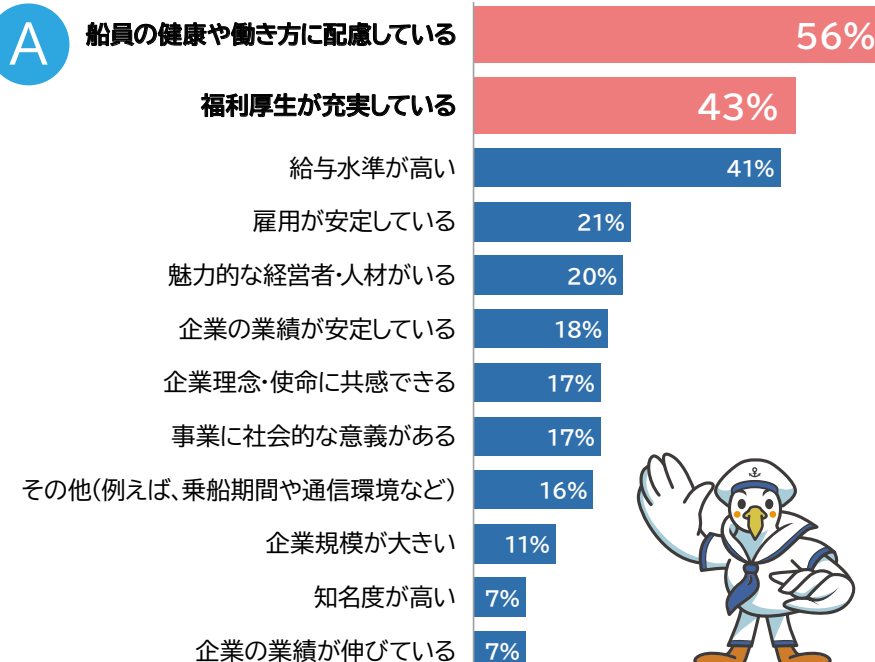


どのような企業に就職したいですか？学生アンケート

海技教育機構に属する船員養成校(※)の学生390名に対してアンケートを実施(令和5年9月～12月)

※ 海技大学校、小樽海上技術短期大学校、波方海上技術短期大学校、清水海上技術短期大学校、宮古海上技術短期大学校、館山海上技術学校、唐津海上技術学校、口之津海上技術学校

Q どのような企業に就職したいですか？(3つまで選択)



将来を担う学生は健康や働き方への配慮、福利厚生の充実を企業選びの際に重要視しています。



船員保険部では、船員養成校の学生に対して、「船員の健康づくり宣言」に取り組む船舶所有者様の紹介を行っています。

“ 船員の健康づくり宣言 ” を通じて、
自社船員の健康づくりに取り組みたい船舶所有者の皆さまを
しっかりサポートいたします。

エントリー、お待ちしております。

エントリーシートは
こちら



船員の健康づくり宣言

検索

「船員の健康づくり宣言」エントリー船舶所有者一覧はこちら→



【本件に関するお問い合わせ先】

〒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
全国健康保険協会船員保険部 船員保険企画グループ
電話：03-6862-3061 FAX：03-6862-3066