

2025年度船員災害防止実施計画(案)(※)より全国健康保険協会に関する部分を抜粋

※令和7年2月28日 第180回船員部会配布資料(交通政策審議会への諮問について 諮問第470号「2025年度船員災害防止実施計画について」)

(参考)

船員災害防止実施計画とは、船員災害の減少等を目的に5年ごとに作成される「船員災害防止基本計画」の具体的な実施を図るため、国土交通大臣が諮問機関である交通政策審議会に意見を聴きながら毎年作成しているもの。

(2) 疾病防止対策

① 船員の健康確保対策

- ・船舶所有者は、健康検査結果を活用し、船員の健康状態を継続的かつ適切に把握し、必要な就業上の措置等(労働時間の短縮、乗船期間の短縮等)を講じる。
- ・船舶所有者は、生活習慣病予防・改善のために食生活の改善が重要であることを踏まえ、調理業務従事者に対する教育等(レシピ提供)を実施するほか、調理業務の負担軽減等のため、停泊地における外部供食サービスの利用、食材の購入や船内への搬送の支援に取り組む¹⁰。
- ・船舶所有者は、長時間労働が脳・心臓疾患などの健康リスクを高める要因となることを踏まえ、長時間労働を行い、疲労の蓄積が認められる船員に対し、面接指導の実施等適切な措置を講ずる。
- ・船員は、生活習慣病が労働災害リスクにつながり得ることを理解し、生活習慣病を予防するため、全国健康保険協会等が受診勧奨を行っている①がん検診を含む生活習慣病予防健診の定期的・継続的な受診及び②特定保健指導¹¹を積極的に利用する。
- 船舶所有者は、特定保健指導を利用できるよう、被保険者である船員の同意を得たうえで、船員手帳上の健康証明書の写しを全国健康保険協会に提供する。
- 船員災害防止協会は、船員等を対象に、生活習慣病の予防に関する講習会を開催し、啓発活動を行う。
- ・船舶所有者は、受動喫煙を防止するため、「職場における受動喫煙防止のためのガイドライン」(令和元年7月厚生労働省策定)¹²の組織的対策を参考に、受動喫煙防止対策に対する意識の高揚及び情報の収集・提供を行う。また、全国健康保険協会の提供する「たばこの害」をテーマにした出前健康講座を利用し、船員のリテラシーの向上を図る。
- 船員は、自身の健康のため、全国健康保険協会の提供する「オンライン禁煙プログラム」¹³等を利用し、禁煙に取り組むよう努める。
- ・国は、2023年4月から開始された健康確保の取組に係る普及啓発を行う¹⁴。また、各地方運輸局等に設置された「船員労働の総合相談窓口」において、事業者・船員からの相談内容に応じた必要な支援を行う。(参考資料⑬参照)
- ・国は、全国健康保険協会と連携し、同協会の船員の健康づくりに関する取組の利用促進を図り、船員の健康課題の改善に取り組む。
- 国(水産庁)は、漁船員の健康リスクが高まる中、同協会と連携し、漁船員の健康保持・増進、健康で働き続けられる労働環境整備など、漁業における人材の確保・定着や生産性の向上に繋がるための取組を推進する。〈参考資料⑭参照〉
- ・国及び船員災害防止協会は、船員等が疾病予防や健康増進についての確かな情報を入手できるよう、ウェブページ等により情報提供を行う。

¹¹ 全国健康保険協会「特定保健指導のご案内」https://www.kyoukaikenpo.or.jp/senpo/q4/cat432/r020311_0/

¹² 厚生労働省「職場における受動喫煙防止対策について」https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/koyou_roudou/roudoukijun/anzen/kitsuen/index.html

¹³ 全国健康保険協会「オンライン禁煙プログラムについて」https://www.kyoukaikenpo.or.jp/senpo/q5/20180719_1/

¹⁴ 健康確保に係る実施状況(常時使用する船員の数50人以上の船舶所有者)は、産業医の選任:93.3%(陸上84.6%)、長時間労働者への面接指導:88.9%(陸上95.4%)、ストレスチェックの実施:93.3%(陸上89.6%)であった(2024年10月船員政策課調査、平成30、令和2年、令和5年労働安全衛生調査(実態調査))。

¹⁵ 厚生労働省「感染症情報」https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryoku/kenkou/kekaku-kansenshou/index.html

③ ハラスメントの防止とメンタルヘルスの確保

(ハラスメントの防止)

- ・船舶所有者は、全事業主にパワーハラスメント及びセクシャルハラスメントの防止措置が義務化されたことを踏まえ、相談窓口の設置、社内研修の実施等、ハラスメント防止対策を適切に講ずる。その際、「海上従事者のハラスメント対策ハンドブック¹⁶」(2021年3月海技振興センター作成)等を参考に、ハラスメント対策に関する教育を実施する。

船員災害防止協会は、船員等を対象に、ハラスメントの防止の確保に関する講習会を開催し、啓発活動を行う。

- ・国は、船員の就業環境向上のため、顧客等からのハラスメントに対し、陸上の検討も踏まえつつ、船舶所有者の措置の在り方について検討を行う。また、各地方運輸局に設置した「船員労働の総合相談窓口」において、ハラスメントに関する相談に適切に対応する。

(メンタルヘルスの確保)

- ・常時50人以上の船員を使用する船舶所有者は、1年に1回、医師や保健師等によるストレスチェックを実施し、ストレスの高い船員には面接指導等を実施する。
- ・船舶所有者は、メンタルヘルス系疾病の船種別発生状況も踏まえ、陸上の相談体制整備や、「船員のメンタルヘルス確保のための手引き¹⁷」(2020年3月海技振興センター作成)等¹⁸を活用したメンタルヘルス対策等の実施に努める。＜図表6参照(再掲)＞
- ・船員災害防止協会は、国、全国健康保険協会や事業者団体と連携し、船員等を対象に、メンタルヘルスの確保に関する講習会を開催し、啓発活動を行う。
- ・国は、全国健康保険協会と連携し、同協会が設置している健康相談窓口において、メンタルヘルスに関する相談ができることを周知する。＜参考資料⑦参照＞

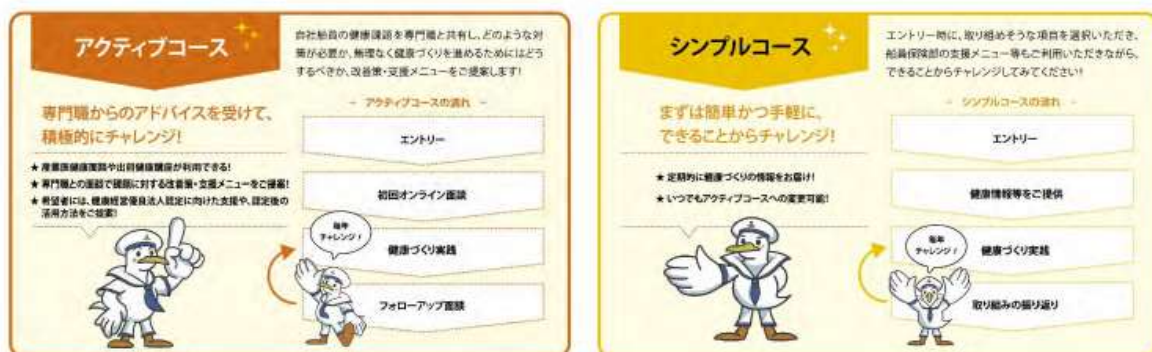
⑯全国健康保険協会における船員の健康づくりに関する主な取組

船員の健康づくり宣言

<https://www.kyoukaikenpo.or.jp/senpo/g5/collabo/>

船員の健康づくりに関する取組を実施する船舶所有者に対し、全国健康保険協会や健康づくりの専門職によるサポートを実施。

選べる2つのコースと、「船員の健康づくり宣言」の流れ



健康づくりの取り組み例をご紹介します!

健診受診 まずは身体の状態を知ることから! 健康診断の受診を促進しましょう。 取組例 - 船員健康診断(OK)を奨励する。 - 船員手帳の健康診断写真と健康保険証へ貼付する。	保健指導 特定保健指導の案内が偏ら、まずは船員の方へご案内を! 取組例 - 特定保健指導対象者へ利用を促す。 - 船員手帳に特定保健指導の案内を貼付する。	禁煙推進 喫煙者だけでなく周囲への影響も一層対策をおこなう必要があります。 取組例 - 喫煙者を減らすなど、分煙対策をとる。 - 禁煙外来の補助を行う。	食事改善 食生活の改善は健康づくりの第一歩です! ヘルシーな食生活を促す取り組みを推進しましょう。 取組例 - 調理師や栄養士に健康レシピを配布する。 - 日頃の食生活を振り返り、お茶やお水等を摂取する。
メンタルヘルス ストレスをため込まないために!上手に発散しましょう! 取組例 - 外部講師からメンタルヘルス講座を開催する。 - 電話相談やメール相談を積極的に行う。	健康教育 まずは船員に健康意識を!健康づくりの重要性を学びましょう! 取組例 - 船員健康講座を開催する。 - 船員健康講座の受診する船舶健康講座を利用する。	施設改善 良質な環境で健康的に生活!質の良い睡眠は健康づくりの基盤! 取組例 - 船内や船外設備に関する情報を船内に掲示する。 - 夜間グッズを船内に配布する。	運動習慣 運動中だけでなく運動後のケアも大切です! 簡単な体操でもOKです! 取組例 - 船員にラジオ体操やストレッチを行うよう指導する。 - カンタンラジオ体操やストレッチの動画を配布する。

無料

船員保険部が提供する支援メニューをご紹介します!

健康づくり専門職との面談 船員の健康づくりについて専門職(産業医等)と面談し、貴社の課題の洗い出しや今後の方針を一緒に考えます。健康経営優良法人認定に向けたフォローも可能です。	産業医健康面談 産業医によるオンライン面談(健康相談)も利用できます。船員の健康相談や船内設備等の健康相談に関する相談に対して助言を行います。	生活習慣病予防指導 35歳以上の中高年(男・女・大層)で、糖尿病や高血圧などの生活習慣病を予防するための指導を行います。個別指導・集団指導は無料で受け付けることができます。	特定保健指導 健康診断等からメタボ該当、もしくは手帳等から特定された方に、保健指導が様々な働きかけやアドバイスを実施を行います。	船員保険電話健康相談 医師、看護師等が24時間、医療や健康やメンタルヘルスの相談を受け付けます。船内や船外設備の近く等に設置した専用電話機もご用意しています。
出前健康講座 研修会に講師を派遣し、メンタルヘルスや生活習慣病に関する講座を開催します。生活習慣病予防、メンタルヘルス、たばこの害等、各種テーマをご用意しています。	船員デジタルケアキット お口の中の状態を自分で確認することができます。船員デジタルケアキット、船員健康講座の受講に付随して提供いたします。	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、貴社船舶に於いて実施されている健康づくりの取組を取材し、好事例としてご紹介いたします。	健康情報誌・リーフレット 貴社の健康づくりに関する情報誌、食事改善や運動習慣などに活用いただけるリーフレットもご提供いたします。	

⑰全国健康保険協会におけるメンタルヘルスに関する主な取組

電話健康相談

船員保険 電話健康相談
24時間365日 通話料無料

船員保険ご加入の被保険者ご本人と扶養家族の皆様がご利用いただけます。

0120-018-620

※ご利用の際には保険者名簿（全国健康保険協会 船員保険部）をうかがいます。

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応じます。無線医療助言をご利用されるかお悩みの方もお気軽にご相談できる電話相談窓口です。

～プライバシーは厳守されますので安心してご利用ください～

こんなお悩みありませんか？



当事業はタイマー・ベック株式会社に委託して行います。タイマー・ベック株式会社は「プライバシーマーク」発給の認定事業者として認定されています。

全国健康保険協会
船員保険

無料

健康に関する悩みや質問に、チャットボットが自動応答！

チャットボット健康相談

こんなとき、お気軽にご利用ください



操作しやすい
画面デザイン

キーワードによる
FAQ検索が利用可能

幅広い相談テーマに対応しています

- こどもの相談（0～6歳） ● 女性・男性に多いからだの悩み ● ところの不安や悩みの相談
- 季節限定の相談（花粉症、熱中症、インフルエンザ） ● からだの相談（ちょっとした不調・健康診断の見方）

※当サービスは、必ずしも医師の診断を代替するものではありません。
※当サービスは、タイマー・ベック株式会社が発行しています。

チャットボットのご利用はこちらから→



船員保険健康アプリをご利用いただくと アプリ内でチャットボットを利用できます。

船員保険健康アプリには、経年率の健康診断*の閲覧や、健診結果に合わせた相談のアドバイスなどのお役立ち機能もご紹介します。

*当年度の健康診断結果が船員保険のマイページで閲覧できるようになります。

船員保険健康アプリの詳細はこちらから→



全国健康保険協会
船員保険