

# 健康づくり関連の取組の進捗等について (令和7年度の取組状況)



# 1. 関係団体との連携

- 国土交通省海事局、水産庁、全国健康保険協会船員保険部の三者が初めて一堂に会し、「船員の健康づくり意見交換会」を開催。「船員の健康づくり宣言」における船舶所有者との面談等を通じて明らかとなった船員の健康課題やその背景及び対策等について担当者レベルで意見交換を実施。（令和7年5月）
- 国土交通省海事局長交代に伴い、新たに着任された新垣海事局長と面談を実施し、連携の継続と強化について確認。（令和7年10月）
- 水産庁長官交代に伴い、新たに着任された藤田長官と面談を実施し、連携の継続と強化について確認。（令和7年10月）
- 水産庁が主催する漁船安全操業推進会議（作業安全規範の現場周知等、安全対策に係る情報交換を行い、現場の状況に応じた安全確認運動の展開を目的とするもの）にて「船員の健康づくり宣言」等の船員の健康対策について講演を実施。（令和7年10月）
- 昨年度に引き続き、水産庁漁政部及び一般社団法人全国漁業就業者確保育成センターと漁船を対象にした出前健康講座開催に向けた打合せ実施し、同センターの「漁師.JPサポーター」に登録がある船舶所有者及びその船員向けに生活習慣病をテーマにした出前健康講座を実施（令和7年10月）



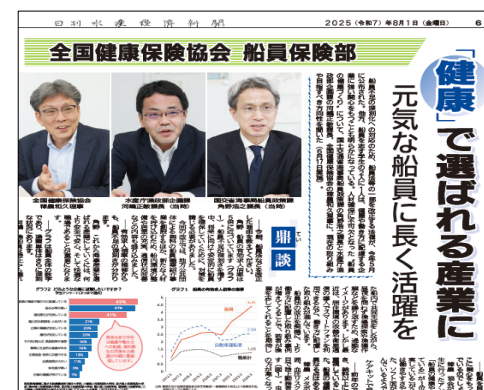
令和7年10月7日面談  
(右から北川理事長、国土交通省新垣海事局長、稼農理事)



令和7年10月21日面談  
(右から北川理事長、藤田水産庁長官、稼農理事)

# 2. 鼎談記事の掲載

- 船員の健康づくりの重要性や全国健康保険協会の取組内容を広く周知するため、国土交通省海事局（船員政策課長）、水産庁（漁政部企画課長）、全国健康保険協会船員保険部（船員保険担当理事）の三者で船員の健康づくりに関する鼎談を実施し、令和7年8月の水産経済新聞に特集記事広告として掲載。
- なお、当該鼎談記事については増刷し、船舶所有者へ送付。（令和7年9月）



【水産経済新聞社提供、著作権承諾番号R07-0056】

### 3. 「船員の健康づくり宣言」

- 自社における健康づくりの実施状況を確認することで今後の取組に活かしていただくことを目的とした「船員の健康づくりに関する振り返りチェックシート」をエントリー船舶所有者327社へ送付（令和7年5月）。246社から提出。
- 協会支部（北海道、千葉、東京、神奈川、兵庫、福岡、長崎、熊本）へ勧奨協力依頼を実施。（令和7年10月）
- 食事に課題を抱える船舶所有者が多いことから、アクティブコースの支援メニューに「食事・栄養WEB相談室」（オンライン実施）を追加し提供開始。（令和7年8月）
- 令和6年度に引き続き、船員デンタルケアキットをアクティブコースの支援メニューとして提供。令和7年11月30日時点で60社（2,065名分）より申込みがあり、うち167名がスマートフォン用セルフチェックアプリを使用。また、船員デンタルケアキットの申込みを契機に7社がシンプルコースからアクティブコースへ変更。

<p>「船員の健康づくり宣言」エントリー数 (令和7年11月30日時点)</p> <p>令和7年度KPI：390社（対前年度比60社増加）</p>	<p><u>384社（+54）</u></p> <p>〔 アクティブコース：119社（+25）〔汽船107（+23） 漁船12（+2）〕 シンプルコース：265社（+29）〔汽船226（+26） 漁船39（+3）〕 〕</p>
---	---

カッコ内は対前年度末からの増減数

### 4. 船員健康づくりサポーター

- 船員の健康づくりを推進するための船舶所有者と船員保険部の架け橋としての役割を担っていただく担当者を「船員健康づくりサポーター」として委嘱している。
- 「船員健康づくりサポーター」は「船員の健康づくり宣言」を実践するほか、「シンプル」「スタンダード」「アクティブ」の3つのコースに応じて、健康づくり以外にも船員保険全般にかかる広報等の役割も担っていただいている。

船員健康づくりサポーター 委嘱状況 (令和7年11月30日現在)	シンプルコース 274(+41) 〔汽船237(+37) 漁船37(+4)〕	スタンダードコース 28(+6) 〔汽船25(+6) 漁船3(+0)〕	アクティブコース 42(+14) 〔汽船35(+10) 漁船7(+4)〕	合計 344(+61) 〔汽船297(+53) 漁船47(+8)〕
--	--	---	--	---

カッコ内は対前年度末からの増減数

## 5. オンライン禁煙プログラム

- 船員保険被保険者は他健保組合に比べ喫煙率が高いことから、喫煙者に対する個別禁煙指導を、スマートフォン用アプリを介したオンラインで実施するプログラムを提供。プログラムは自身の状況に応じて3か月と6か月のいずれかの実施期間を選択可能。
- 利用勧奨として、全被保険者に対して利用案内チラシを送付。（令和7年4月）
- 船員の健康づくり宣言エントリー事業所へ送付する健康情報誌やオーダーメイド通知、健康度カルテ送付時に利用案内チラシを同封し送付。（令和7年7月～9月）

オンライン禁煙プログラム 実施状況 (令和7年11月30日時点)	登録者数	終了者数
KPI：終了者数100人以上	240名 〔・3か月プラン：76名 ・6か月プラン：164名〕	56名 〔・3か月プラン：18名 ・6か月プラン：38名〕

1万人以上のサポート実績あり！  
参加者の約6割が禁煙成功！

一生、タバコを吸いますか？  
～禁煙、そのうちではなく今から始めよう～

※最大59,400円のところ、  
船員保険にご加入の方は無料 ¥0

スマホで簡単・完全オンライン！  
さっそく禁煙プログラムを始めよう

今年こそという方は3ヶ月プランプログラム 気軽に始めたい方は3ヶ月短期プログラム

1 アプリをダウンロード  
App StoreまたはGoogle Play  
ストアで「禁煙プログラム」を  
検索し、インストールする。または  
QRコードを読み取りアプリを  
ダウンロードしてください。

2 ユーザー登録  
今年こそ禁煙を！という方  
3ヶ月プランを選択  
※ 参加コード：146001  
※ 参加コード：988563

3 アプリ内で禁煙予約  
アプリ内で禁煙の予約を  
していただきながら、  
指導員から指導方法につ  
いてご連絡いたします。

詳しくは画面へ

【オンライン禁煙プログラムの利用案内チラシ】

## 6. 禁煙勧奨通知

- 令和6年度に受診した健診(生活習慣病予防健診もしくは特定健診)の質問票において、喫煙習慣が「有」\*と回答した受診者(8,332人)を対象に、喫煙や受動喫煙によるリスクを見える化することで、オンライン禁煙プログラムへの参加を促す「禁煙勧奨通知」を作成し送付(令和7年10月)

\*「現在、たばこを習慣的に吸っている」の質問に「はい」と回答した方

140-0001  
東京 船橋市 北島 1-1-9-5  
日本 北部 船

禁煙に成功すると、  
健康寿命が延び、  
生活習慣病のリスクが  
減ります。

あなたの健康に関するお知らせです

平素より、船員保険事業にご理解・ご協力を頂きありがとうございます。  
この通知は令和6年4月～令和7年3月の健診結果に基づき、お届けしています。  
ご自身とご家族のためにぜひご覧ください。

ご自身のために、ご家族のために  
できることがあります。  
あなたと一緒に  
あなたの健康を考えませんか？

こんなにある！  
喫煙のデメリット

タバコはがんをはじめ、命にかかわる重大な疾病の発症リスクを上昇させるなど、  
様々な健康上の悪影響をもたらしています。

がん以外のデメリット

肺がんのリスク 約1.28倍  
虚血性心臓病のリスク 約1.3倍  
脳卒中のリスク 約1.24倍

受動喫煙によって周囲の人も影響を受けます

一生、タバコを吸いますか？  
～完全オンラインで今から禁煙にチャレンジ！

お仕事や都合に合わせて選べる2つのコース！

3ヶ月  
禁煙プログラム

6ヶ月  
禁煙プログラム

※最大59,400円のところ、  
船員保険にご加入の方は無料 ¥0

参加者の声

これまで禁煙できなかった  
禁煙から大変楽な  
思いでしています！



## 7. 船員保険健康アプリ

- 「船員保険健康アプリ」は、健診結果の閲覧、健診結果に基づく個別の改善アドバイス、健康情報配信、船員保険部からの最新情報配信、歩数の記録ができる機能等が備わっている。
- 健診結果の閲覧や個別の改善アドバイス等の充実した機能はそのままに、健診結果を4段階評価で経年表示し、一目で健康状態が確認できる等、より使いやすいリニューアル版「船員保険健康アプリ」を配信。（令和7年10月）

船員保険健康アプリ 登録状況 (令和7年11月30日時点)	2,991名 (+366) [汽船2,654 (+341) 漁船321 (+26) 任意継続16 (-1)]
-------------------------------------	---

カッコ内は対前年度末からの増減数



## 8. かんたん栄養レシピの提供

- 季節ごとの旬の食材を使い、エネルギーや脂質、塩分を控えた「かんたん栄養レシピ」を作成しホームページに掲載（令和7年3月）
- 「かんたん栄養レシピ」を印刷製本し、船員保険通信とあわせて全船舶所有者へ提供。希望する船舶所有者にはインドネシア語及び英語を併記した翻訳版を提供。（令和7年9月）
- インドネシア語及び英語を併記した翻訳版をホームページへ掲載。（令和7年9月）
- 船員保険健康アプリにてインドネシア語及び英語版の「かんたん栄養レシピ」を提供していることを配信（令和8年1月）

かんたん栄養レシピ 発送状況 (令和7年11月30日現在)	翻訳版 109冊 (23社)	日本語版 3,881冊 (3,838社)
-------------------------------------	-------------------	-------------------------



【かんたん栄養レシピ：インドネシア語、英語版（一部抜粋）】

## 9. 出前健康講座

- 船員保険加入者等のヘルスリテラシーの向上を図るため、船員災害防止協会等の関係団体が開催する研修会及び船舶所有者に講師を派遣し出前健康講座を開催している。
- 船員災害防止協会を訪問し、当該協会の地方支部で開催する船員災害防止大会において講座を利用いただくよう要請。（令和7年5月）
- 「船員の健康づくり宣言」のアクティブコースエントリー船舶所有者に対して健康課題に応じた講座を実施できるよう面談を通じて調整を図っている。（随時）

出前健康講座実施状況 (令和7年11月30日時点)	船舶所有者向け 28回	関係団体向け 10回	合計 38回
------------------------------	----------------	---------------	-----------

## 10. 船員養成校の学生に対する特別講義

- 船員は陸上勤務者よりも高ストレス者が多いという背景から、今後船員保険への加入が見込まれる海上技術学校等の船員養成機関の学生を対象に、メンタルヘルス及び船員保険制度等に関する特別講義を実施。  
 ※メンタルヘルスの講義に関しては船員養成校からの要望を踏まえ、平成29年度から実施しており、専門職の講師がメンタルヘルスに関する基本知識やセルフケアの手法等について説明している。  
 ※令和7年度については、メンタルヘルスに加え、船員養成校からの要望により、アサーション（自分も相手も大切にしたい自己表現やコミュニケーション手法）を講義内容に加え実施。
- 海技教育機構傘下の養成校（8か所）にてメンタルヘルスに関する特別講義を実施。（令和7年10月～令和7年12月）
- 令和8年2月に練習船乗船後、再度特別講義を実施し、乗船前後でメンタルヘルスへの認識の変化を振り返ることとしている。

開催校	実施日	参加人数
①国立館山海上技術学校（千葉）	令和7年10月10日	33人
②国立小樽海上技術短期大学校（北海道）	令和7年12月2日	36人
③国立波方海上技術短期大学校（愛媛）	令和7年12月4日	86人
④海技大学校（専攻）（兵庫）	令和7年12月8日	40人
⑤国立口之津海上技術学校（長崎）	令和7年12月10日	30人
⑥国立唐津海上技術短期大学校（佐賀）	令和7年12月12日	40人
⑦国立清水海上技術短期大学校（静岡）	令和7年12月18日	113人
⑧国立宮古海上技術短期大学校（岩手）	令和7年12月19日	41人



【⑤国立口之津海上技術学校での特別講座の様子】

## 11. 健診実施機関の拡充

- 健診受診者数の増加や疾病の早期発見・重症化予防につなげるため、健診実施機関の拡充を行うことで、加入者がより受診しやすい環境を整備することは重要な取組である。
- そのため、船員の居住分布と契約健診機関の地域的偏在性を分析し、地域の状況に精通した協会けんぽ支部の協力を得て、訪問による契約勧奨の取り組みをスタートした。
- まず、令和7年1月23日及び24日に、宮城支部の協力の下、沿岸部にある中核病院3機関へ訪問による勧奨を実施し、うち1機関は令和8年4月以降の契約を検討いただいている。
- 続いて、令和7年6月13日に、熊本支部の協力の下、現在契約健診機関がない熊本市内等の健診機関等3機関へ訪問による勧奨を実施し、2機関について今後の契約を前向きに検討いただけることとなった。なお、1機関は8月に契約を締結し、1機関は令和9年4月以降の契約を検討いただいている。
- 令和7年12月5日に高知支部と12月9日に愛媛支部とそれぞれ意見交換を行い、健診機関の拡充に向けた協力依頼を行った。今後とも連携して取り組んでいくこととなった。