

---

令和4年度

# 船員保険オンライン事務説明会

## 注意事項等

- カメラはオフにしてください。
- マイクはオフに設定されています。
- 電波状況等により、画像・音声に乱れが生じる可能性がありますのでご承知おきください。
- ご質問は時間の都合上、省略させていただきます。  
その他個別のご質問、ご不明な点につきましては船員保険部までお電話ください(03-6862-3060)。
- 参加者のご意見を今後の参考にしたい、最後にアンケートを実施しますので、ご協力をお願いします。

14:00 ~ 開始

開始時刻までしばらくお待ちください



全国健康保険協会  
船員保険



# 船員保険部電話番号のご案内



☎8:30~17:15  
(土日祝、年末年始を除く)

**03-6862-3060**

(携帯電話・IP電話ご利用の方)  
0570-300-800 (固定電話ご利用の方は市内電話料金)

# 船員保険 事務説明会

検索

## 令和4年度船員保険事務担当者説明会の開催について（オンライン）

広報・イベント

▼ 広報

> 毎月勤労統計に係る追加  
給付

> 震災・災害に関するお知  
らせ

船員保険部におけるマイ

船員保険事務をご担当されている皆さまを対象とした事務説明会を開催します。  
日時等は以下のとおりですので、是非皆さまのご参加をお待ちしております。

※Zoomアプリによるオンライン形式

# 新型コロナウイルスで会社を 休む場合の傷病手当金について

---

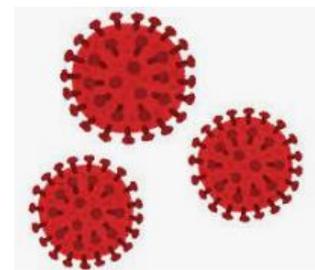


全国健康保険協会  
船員保険

# 新型コロナウイルスで会社を休む場合 の傷病手当金について

1. 傷病手当金の対象者
2. 傷病手当金の支給要件・支給額
3. 担当医師の証明が受けられない場合
4. 厚労省の事務連絡について

COVID-19



# 新型コロナウイルス感染症にかかる傷病手当金の対象者

①新型コロナウイルス「陽性」

②新型コロナウイルス「陰性」で発熱等の症状のある

※「陰性」で症状のない方は対象になりません



①または②に該当する方で、傷病手当金の支給要件を満たしている方

## 該当しない場合



家族が感染し濃厚接触者となり、本人に自覚症状がなく休業が命じられた場合

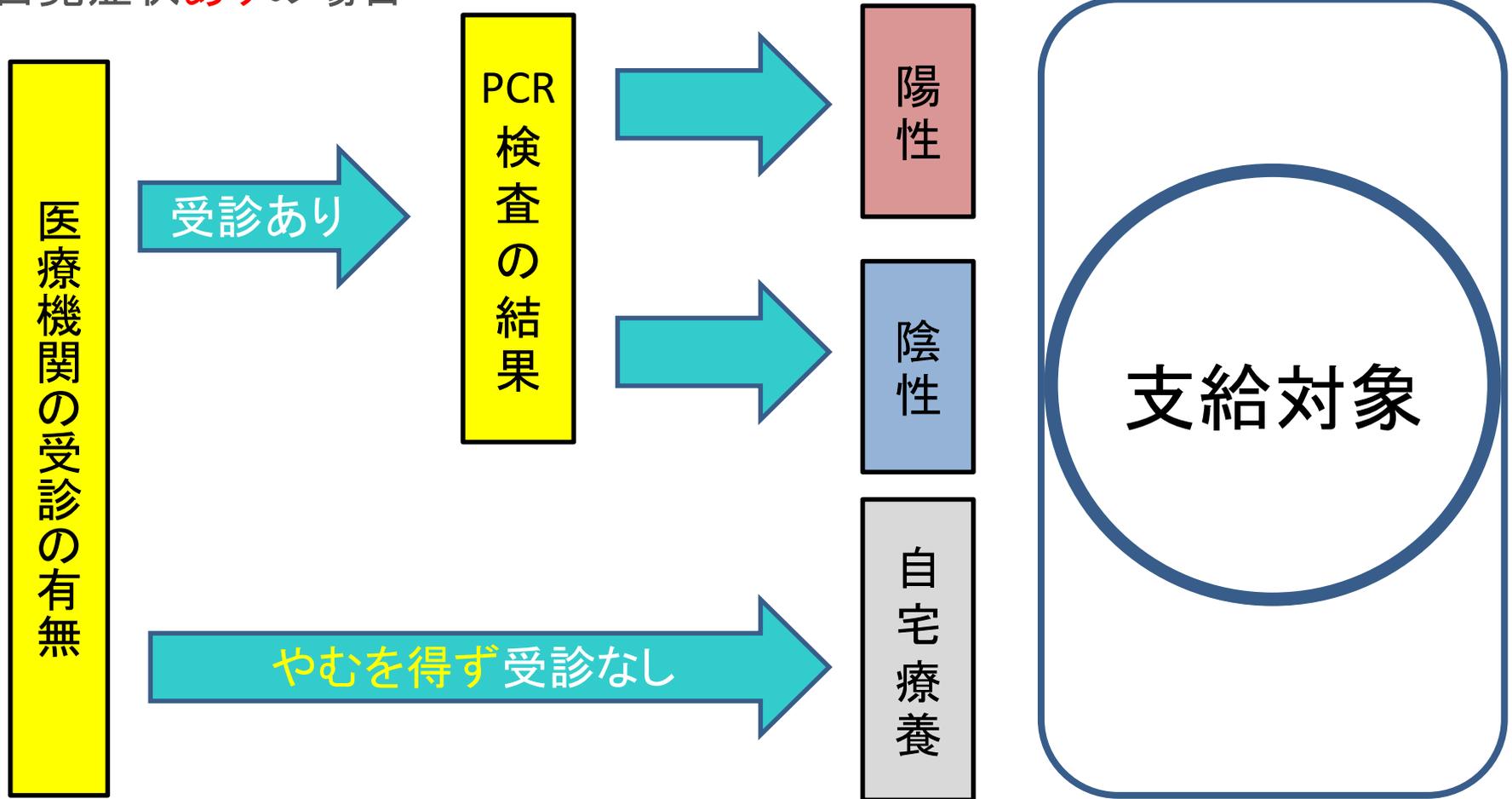


船舶内で感染者が発生したことにより、船舶所有者より休業を命じられた場合や治癒後の感染拡大防止目的での自宅待機

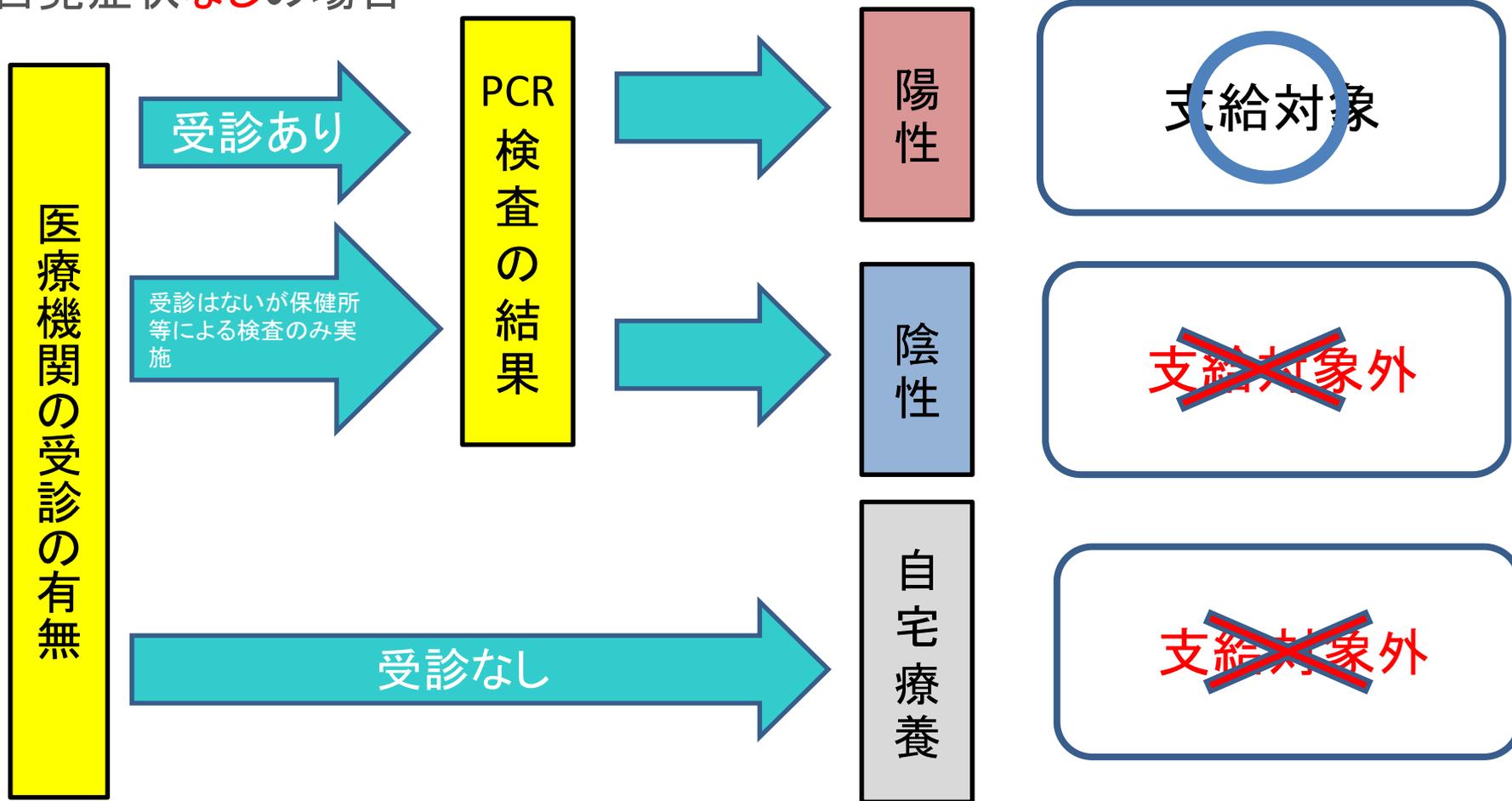


船内でクラスターが発生したため、職務上の災害(労災保険)と認められた場合 など

自覚症状ありの場合



自覚症状なしの場合



## 傷病手当金の支給要件

1. 職務外の事由による病気やケガの療養のための休業であること
2. 職務に就くことができないこと
3. 休業した期間について給与の支払いがないこと

## 支給される傷病手当金の額

### ●1日あたりの支給金額

[支給開始以前の継続した12ヶ月間の各月の標準報酬月額を平均した額] ÷ 30日 × (2/3)

### ※支給開始日以前の船員保険加入期間が1年未満の場合

[支給開始以前の継続した各月の標準報酬月額を平均した額] ÷ 30日 × (2/3)

## 船員保険 傷病手当金 支給申請書

被保険者(申請者)記入用

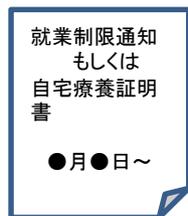
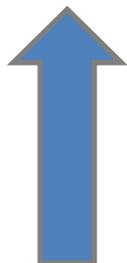
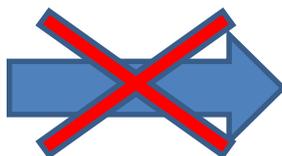
受付から支給決定まで、2週間程度かかります。

⑦	傷病名	1	新型コロナウイルス感染症	初診日	1	
		2	または、		2	
		3	新型コロナウイルス感染症疑い		3	
申請	⑧	該当の傷病は病気(疾病)ですか、ケガ(負傷)ですか。		<input type="checkbox"/> 病気(疾病) →	(発病時の状況)	別紙「負傷原因届」を添付してください。
				<input type="checkbox"/> ケガ(負傷) →		

【記入例】(発病時の状況)

- 38℃の発熱、喉の痛み、せきの症状があった。
- 濃厚接触者で検査したところ、陽性だった。など

# 担当医師の証明が受けられない場合①



- ①「就業制限(解除)通知」
- ②「宿泊・自宅療養証明書」の写しのいずれか



or



## 担当医師の証明が受けられない場合②

1. 「就業制限(解除)通知」・「宿泊・自宅療養証明書」の写しが発行されない場合 ⇒ 公的な通知書等 ※1

※1 【公的な通知書一例】

- ・ My HER-SYSからプリントアウトした「療養証明書」
- ・ 医療機関が発行する「PCR検査の結果通知」「抗原検査結果通知」写し
- ・ 任意でPCR検査・抗原検査を行った場合、検査機関より交付される陽性の「検査結果通知書」写しなど

2. 申請期間が14日以上の場合 ⇒ 「療養状況申立書」 ※2

※2 船員保険部ホームページからダウンロード可能

## 療養状況申立書

新型コロナウイルス感染症に関連し、傷病手当金を申請する際に  
医師の意見を受けられない期間がある場合、こちらの申立書を添付してください。

〔傷病手当金の請求対象である方〕

- ・医療機関の受診有無にかかわらず、発熱・せき等の自覚症状がある方
- ・無症状ではあったが、濃厚接触者として検査の結果「陽性」と判定された方

被保険者証の 記号・番号	被保険者の 氏名	フリガナ
	生年月日	昭和・平成 年 月 日
〔医療機関等の受診がない方〕 医師の意見書が提出できない やむを得ない理由		

以下の欄を具体的に記載し、該当箇所に○をしてください。

PCR検査・抗原検査についてお伺いいたします			
検査を受けましたか	・PCR検査を受けた ・抗原検査を受けた ・受けていない		
検査を受けた方は、以下の内容に回答してください			
検査を受けた日	令和 年 月 日	検査結果	陽性 陰性
検査を受けるに至った経緯	濃厚接触者・自覚症状あり・その他( )		
具体的な経緯:			

保健所等の対応についてお伺いいたします	
保健所等の療養指示	あり なし ※ありの場合下の欄に指示の内容を記載してください。
就業制限を指示した保健所	保健所
就業制限を指示された期間	令和 年 月 日 ~ 令和 年 月 日
その他具体的な指示内容:	
<具体的な自覚症状の例> せき・のどの痛み・鼻水・頭痛・腹痛・下痢・嘔吐・強いだるさ など	

※自治体・保健所等が発行する「就業制限(解除)通知」「宿泊・自宅療養証明書」・医療機関が発行する「PCR検査の結果通知」等公的な書類がある場合、コピーを併せて添付してください。

申請される期間の出勤・就労しなかった**すべての日**について、以下の欄へ自覚症状や療養状況を詳細に記載してください。

療養を行った年月日	主な自覚症状は該当項目に○をつけてください
記載例 令和○年○月○日	体温(38.0℃)・ <b>発熱</b> ・ <b>咳</b> ・ <b>倦怠感</b> ・無症状・その他( ) 具体的な療養状況 ・起床後に熱っぽさを感じ検温したところ38.0℃あったため会社に連絡してその旨を伝えた。 ・自宅で安静にしていたが夜になっても高熱が続きひどい倦怠感があった。
令和 年 月 日	体温( °℃)・発熱・咳・倦怠感・無症状・その他( ) 具体的な療養状況
令和 年 月 日	体温( °℃)・発熱・咳・倦怠感・無症状・その他( ) 具体的な療養状況
令和 年 月 日	体温( °℃)・発熱・咳・倦怠感・無症状・その他( ) 具体的な療養状況
令和 年 月 日	体温( °℃)・発熱・咳・倦怠感・無症状・その他( ) 具体的な療養状況
令和 年 月 日	体温( °℃)・発熱・咳・倦怠感・無症状・その他( ) 具体的な療養状況
令和 年 月 日	体温( °℃)・発熱・咳・倦怠感・無症状・その他( ) 具体的な療養状況
令和 年 月 日	体温( °℃)・発熱・咳・倦怠感・無症状・その他( ) 具体的な療養状況

# My HER-SYS (マイハーシス)とは？

My HER-SYSとは厚生労働省が運用している「新型コロナウイルス感染者等情報把握・管理 支援システム」で陽性者等がスマートフォンやパソコン等で自身や家族の健康状態を入力できる。

プリントアウトした「**療養証明書**」でもOK



**My HER-SYS**  
厚生労働省コロナ感染者等  
状況把握・管理システム

ログイン  
ユーザー登録がお済の方はこちらから

電子メールアドレス / E-mail Address

パスワード / Password

[パスワードを忘れた場合](#)

ログイン

初めての方はこちらから

新規登録



**My HER-SYS**  
療養中の健康状態を記録します

(表示日時: 2022/4/21 14:07)

氏名 : XX XX  
生年月日 : yyyy年mm月dd日  
HER-SYS ID :

傷病名 : 新型コロナウイルス  
(COVID-19) 感染症  
診断年月日 : yyyy年mm月dd日  
担当保健所 : 保健所

(注) 現行の療養期間は、下記URL先の「陽性だった場合の療養解除について」をご参照ください。  
<https://www.mhlw.go.jp/stf/covid-19/kenkou-iryousoudan.html>

(注) 療養期間は、当該感染症の感染性を有すると考えられる期間であって、症状を有した期間とは必ずしも一致しません。

ホーム画面へ戻る

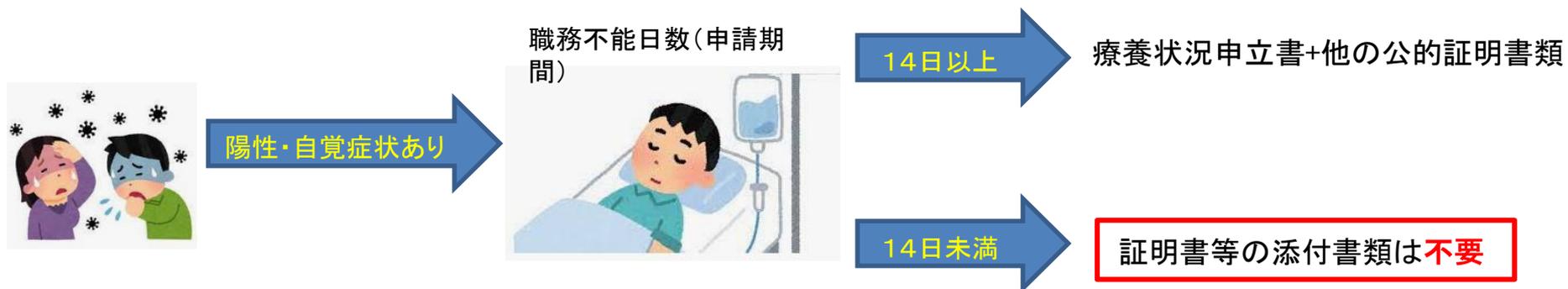
療養中の健康状態を記録します

**My HER-SYS**

出典: 厚生労働省コロナ感染者等状況把握・管理システム「My HER-SYSの使い方」より

# 厚労省の事務連絡について

令和4年8月9日受付分 ~ 当面の間  
医師証明や添付書類等は不要となりました。



傷病手当金申請書3ページ目(船舶所有者記入用)のみ添付でOK

# 医療費が高額になったとき

(高額療養費・限度額認定証)

船員保険限度額適用認定証	
記号	1234567891 普 23456
被保険者	氏名 船保 太郎 0 生年月日 昭和50年 5月 5日
適用対象者	氏名 船保 太郎 ***** 生年月日 昭和50年 5月 5日 住所 発効年月日 令和 4年 11月 1日 有効期限 令和 5年 10月 1日 適用区分 ウ
保	所在地 〒102-8016 東京都千代田区富士見 2-7-2
険	保険者番号 0 2 1 3 0 0 1 1
者	名称 全国健康保険協会 船員保険部 及び印

令和4年12月  
【船員保険部】



# Contents

## 01

### 高額療養費について

- ・高額療養費とは
- ・70歳未満の所得区分・自己負担限度額
- ・合算、多数回制度について

## 02

### 70歳以上の高額療養費制度について

- ・70歳以上の所得区分・自己負担限度額
- ・70歳以上の高額療養費計算例

## 03

### 限度額認定証について

- ・限度額認定証のメリット
- ・課税、非課税者について
- ・利用までの流れ

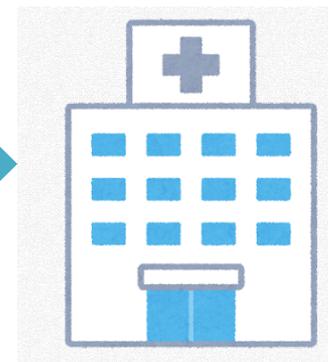
## 04

### オンライン資格確認とは

- ・オンライン資格確認の概要
- ・限度額認定証の連携

## 高額療養費とは？

例) 病院などで総医療費が **100万円**



## 高額療養費制度

## 70歳未満の所得区分と自己負担限度額

所得区分	自己負担限度額	多数該当
①区分ア (標準報酬月額83万円以上の方) (報酬月額81万円以上の方)	252,600円 + (総医療費 - 842,000円) ×1%	140,100円
②区分イ (標準報酬月額53万～79万円の方) (報酬月額51万5千円以上～81万円未満の方)	167,400円 + (総医療費 - 558,000円) ×1%	93,000円
③区分ウ (標準報酬月額28万～50万円の方) (報酬月額27万円以上～51万5千円未満の方)	80,100円 + (総医療費 - 267,000円) ×1%	44,400円
④区分エ (標準報酬月額26万円以下の方) (報酬月額27万円未満の方)	57,600円	44,400円
⑤区分オ (低所得者) (被保険者が市区町村民税の非課税者等)	35,400円	24,600円

## 高額療養費とは？

# 高額療養費制度

自己負担額が**一定額以上**となった時、医療費負担を軽減させる制度

## 自己負担限度額

年齢

所得



5段階

例

年齢

70歳未満

※病院などで総医療費が100万円するとき

所得

月額28～50万円（区分「ウ」）



自己負担限度額 **87,430円**

※80,100円+（総医療費100万円－267,000）×1%

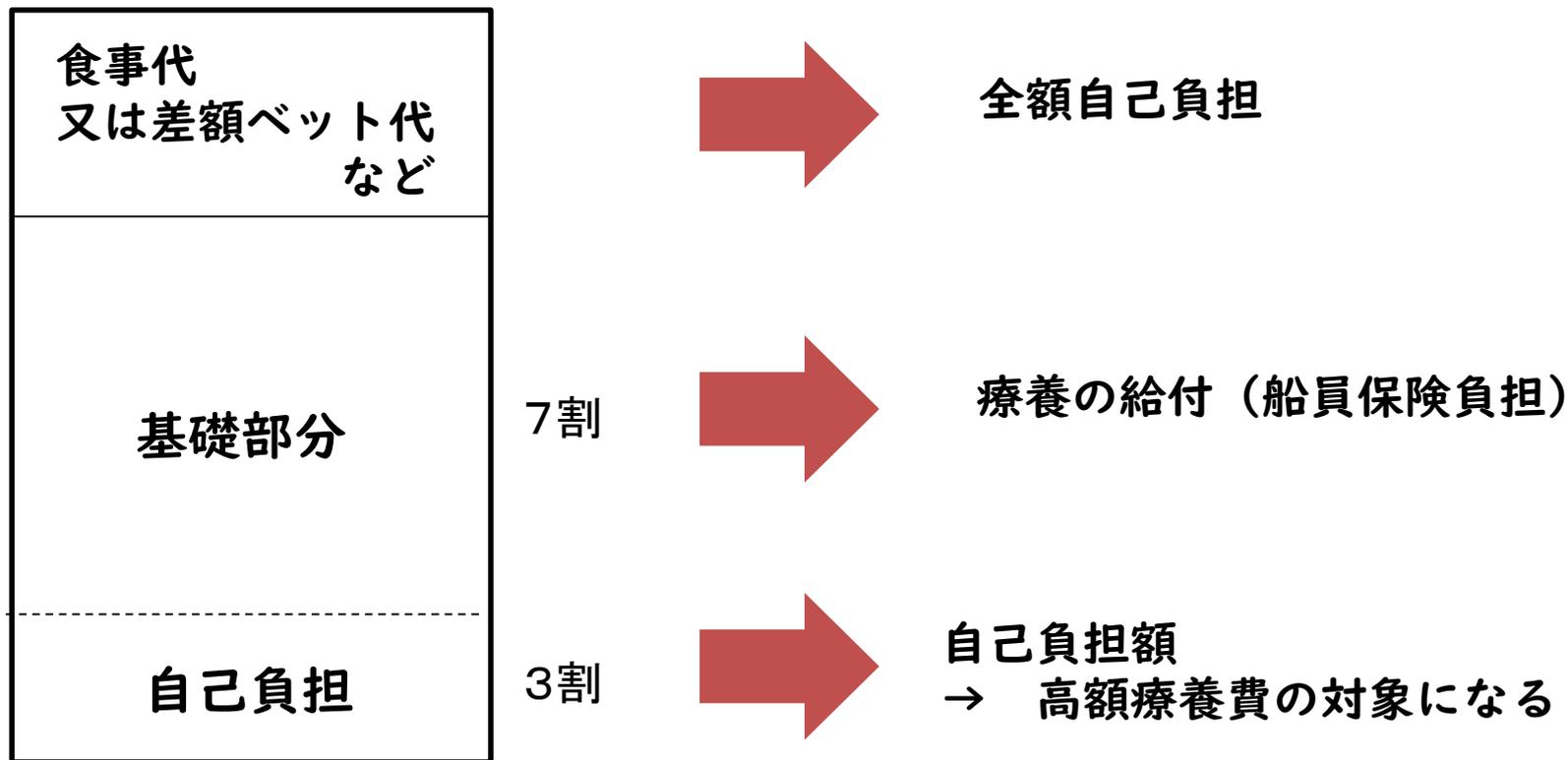
高額療養費

自己負担限度額  
87,430円

212,570円

船員保険負担  
700,000円

## 高額療養費とは？



以下の自己負担分は**高額療養費の対象とはならない**。

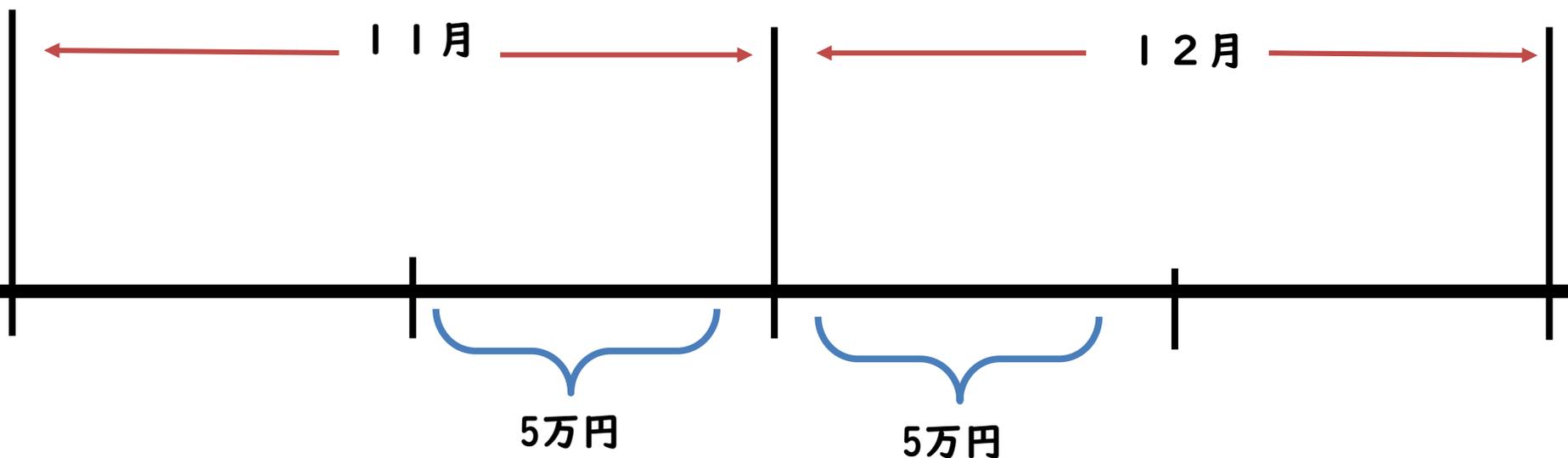
- ・ 食事療養費
- ・ 生活療養費
- ・ 評価療養、選定療養に係る自己負担額など

## 高額療養費とは？

- ・ 高額療養費は、同一月内、つまり暦月1月ごとに算定する。
- ・ 同一被保険者又は同一被扶養者ごとに算定する。
- ・ 同一の病院等ごとに算定する。（総合病院のみ歯科と医科は別）

標準報酬月額負担額28-50万円以下の区分「ウ」の場合（70歳未満）

→ 自己負担限度額  $(80,100円 + (総医療費 - 267,000円) \times 1\%)$  を超えた額が高額療養費となる



高額療養費は支給されない

## 70歳未満の合算制度について

同一世帯で同一月内に被保険者又はその被扶養者に係る一部負担金等の額のそれぞれの額で**21,000円以上**のものが複数ある場合はこれを合算し、高額療養費算定基準額を超過するときその超過額が高額療養費として支給される。

標準報酬月額28～50万円の場合（ウ）

例1	夫	A病院	60,000円	} 高額療養費支給
	妻	B病院	30,000円	

それぞれ、21,000円以上かつ80,100円 超

例2	夫	A病院	70,000円	} 高額療養費支給は支給されない ⇒21,000円未満は合算されない
	妻	B病院	20,000円	

## 合算制度まとめ

- ・ 合算対象基準額は被保険者、被扶養者区分にかかわらず21,000円（70歳未満）
- ・ 同居の家族等であっても、それぞれが被保険者として加入している場合は世帯合算は行われぬ（例 夫：被保険者、妻：被保険者は合算×）
- ・ 月ごと、医療機関ごと、被保険者、被扶養者ごとに算定
- ・ 院外処方の場合は、薬局（調剤）も合算可能

一つの病院として計算

通院 18,000円 + 薬局（調剤） 3,000円 = 21,000円（合算可能）

通院 18,000円



薬局 3,000円

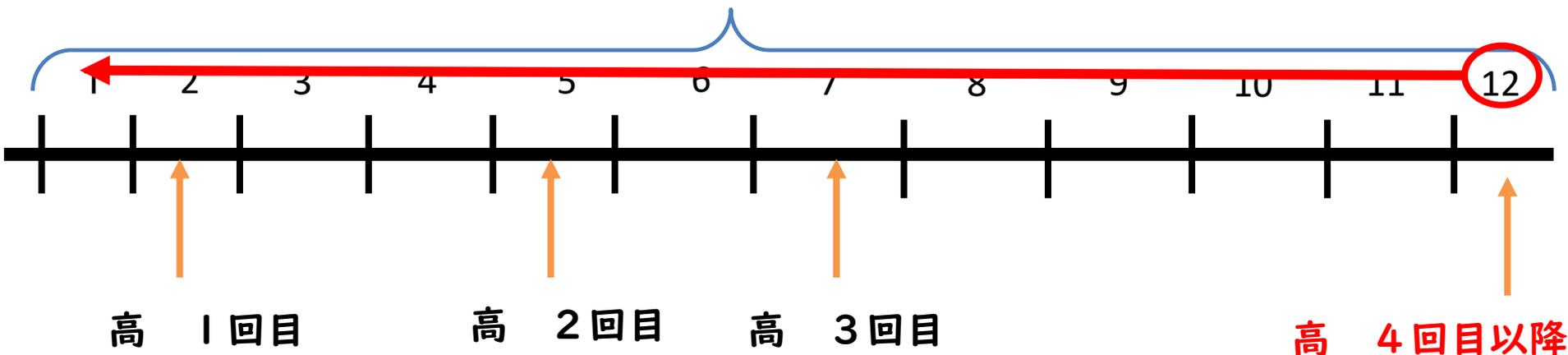


## 多数回該当について

- 同一世帯で、療養があった月以前の12箇月以内に既に高額療養費が支給されている月数が3箇月以上ある場合は4箇月目以降から高額療養費の基準額が減額される。

例) 療養に要した費用 100万円 自己負担額 30万円  
30万円 - 44,400 = 255,600円 (高額療養費)

以前12箇月以内



## 70歳以上の所得区分と自己負担限度額

平成30年8月診療分から

被保険者の所得区分		自己負担限度額	
		外来 (個人ごと)	外来・入院 (世帯)
① 現役並み所得者	現役並みⅢ (標準報酬月額83万円以上で高齢受給者証の負担割合が3割の方)	252,600円 + (総医療費 - 842,000円) × 1% [多数該当 : 140,100円]	
	現役並みⅡ (標準報酬月額53万～79万円で高齢受給者証の負担割合が3割の方)	167,400円 + (総医療費 - 558,000円) × 1% [多数該当 : 93,000円]	
	現役並みⅠ (標準報酬月額28万～50万円で高齢受給者証の負担割合が3割の方)	80,100円 + (総医療費 - 267,000円) × 1% [多数該当 : 44,400円]	
② 一般所得者 (①および③以外の方)		18,000円 (年間上限14.4万円)	57,600円 [多数該当 : 44,400円]
③ 低所得者	Ⅱ (※3)	8,000円	24,600円
	Ⅰ (※4)		15,000円

- ・70歳以上は額問わず合算(21,000円以上の合算はない)
- ・一定以上所得者(現役並) は標準報酬月額 28万円以上～

## 70歳以上の高額療養費計算 例

例1) 一般該当 (単身) 外来のみ

A病院 20,000円 (外来)

B病院 20,000円 (外来)

C病院 10,000円 (外来)

外来計 50,000円 → 18,000円 (外来限度)

→ 高額療養費計 32,000円

例2) 一般該当 (単身) 外来 + 入院

A病院 20,000円 (外来)

B病院 20,000円 (外来)

C病院 10,000円 (外来)

D病院 60,000円 (入院)

外来計 50,000円 → 18,000円 (外来限度額)

→ 「32,000円」 (高額療養費)

60,000円

世帯負担計 78,000円

(世帯限度額 57,600円)

↓  
「20,400円」 (高額療養費)

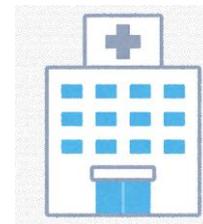
→ 高額療養費計 52,400円

# 限度額認定証とは

## 限度額適用認定証の制度

自己負担額を超える医療費は**支払免除**

医療費負担を軽減



例

年齢

70歳未満

所得

月額28~50万円

※病院などで総医療費が100万円のと

き 8万100円+ (総医療費100万円-26万7千) × 1%

窓口支払は **87,430円** のみに！



# 限度額認定証について

**例**

**年齢** 70歳未満

**所得** 月額28～50万円

病院などで総医療費が**100万円**のとき



※食事代や差額ベット代などは対象外

# 限度額認定証のお手続きの流れ

① 申請書を提出する



船員保険 限度額適用認定 申請書	
氏名	船保 太郎
生年月日	昭和50年 5月 5日
住所	東京都千代田区千代田 2-7-2
職業	船員
勤務先	船員保険部
申請日	令和4年 11月 1日

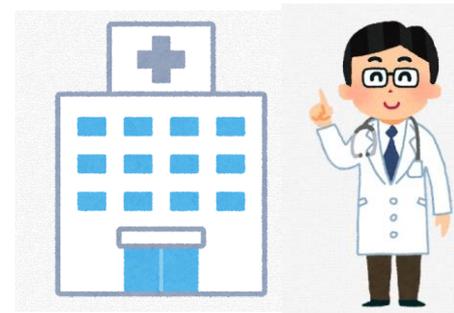
船員保険部



船員保険限度額適用認定証	
証号	1234567891
氏名	船保 太郎
生年月日	昭和50年 5月 5日
住所	東京都千代田区千代田 2-7-2
職業	船員
勤務先	船員保険部
発行年月日	令和4年 11月 1日
有効期限	令和5年 10月 1日
適用区分	少
所在地	〒100-0014 東京都千代田区千代田 2-7-2
申請者	船員保険部
発行日	令和4年 11月 1日
発行所	全国健康保険協会 船員保険部

② 限度額証の発行・送付

医療機関



船員保険 被保険者証	
本人(被保険者)	昭和52年1月14日 安川
証号	1234567890
番号	111
氏名	船保 太郎
生年月日	昭和50年5月5日
性別	男
発給年月日	平成22年1月1日
発給所	船員保険部
有効期限	令和5年10月1日
発行所	全国健康保険協会 船員保険部

船員保険限度額適用認定証	
証号	1234567891
氏名	船保 太郎
生年月日	昭和50年 5月 5日
住所	東京都千代田区千代田 2-7-2
職業	船員
勤務先	船員保険部
発行年月日	令和4年 11月 1日
有効期限	令和5年 10月 1日
適用区分	少
所在地	〒100-0014 東京都千代田区千代田 2-7-2
申請者	船員保険部
発行日	令和4年 11月 1日
発行所	全国健康保険協会 船員保険部

③ 保険証と限度額証を提示し、医療費の精算を行う

# 課税・非課税者について

## 申請方法

船員保険HPから申請書を印刷し記入、提出

### ① 上位・一般用

添付書類なし

全国健康保険協会 船員保険部  
船員保険

## 船員保険 限度額適用認定 申請書

限

被保険者(申請者)記入用

被保険者の方の市区町村民税が非課税などによる低所得者の場合は、こちらの申請書ではなく「船員保険限度額適用・標準負担額減額認定申請書」をご提出ください。

被 保 険 者 ( 申 請 者 ) 欄	①	被保険者証の 記号および番号 (左つめ)											
	②	被保険者の氏名 (申請者)	(フリガナ)										
	③	生年月日	昭和 平成	年	月	日							
	④	住 所	郵便番号		-		電話番号 (日中の連絡先)	( )					
			都 道 府 県										
		送付先	郵便番号		-		電話番号 (日中の連絡先)	( )					

請

# 課税・非課税者について

## 申請方法

船員保険HPから申請書を印刷し記入、提出

非課税者用は「働く本人が非課税者」のときのみご提出ください。

### ②非課税者用

非課税証明書もしくは  
マイナンバー情報連携申出書等

1 2 ページ

全国健康保険協会 船員保険部  
船員保険

## 船員保険 限度額適用・標準負担額減額認定 申請書

(被保険者の市区町村民税が非課税などの低所得者用)

減

被保険者(申請者)記入用

市区町村民税が課税されている場合は、こちらの申請書ではなく「船員保険限度額適用認定申請書」をご提出ください。

被 保 険 者 ( 申 請)	①	被保険者証の記号および番号(左づめ)	-									
	②	被保険者の氏名(申請者)	(フリガナ)									
	③	生年月日	昭和 平成	年	月	日						
	④	住所	郵便番号	-	電話番号(日中の連絡先)	( )	都 道					

### 非課税証明書

◆4～7月受診

⇒前年度の非課税証明書

◆8～3月受診

⇒当年度の非課税証明書

## オンライン資格確認とは

### ■ オンライン資格確認の導入 令和3年10月～

マイナンバーカードのICチップまたは保険証の記号番号等により  
オンラインで資格情報を確認する仕組み

導入状況

#### 1. 顔認証付きカードリーダー申込数

令和4年10月23日時点

192,997施設 (84.0%) / 229,864施設

#### 2. 準備完了施設数 (カードリーダー申込数の内数)

87,847施設 (38.2%) / 229,864施設

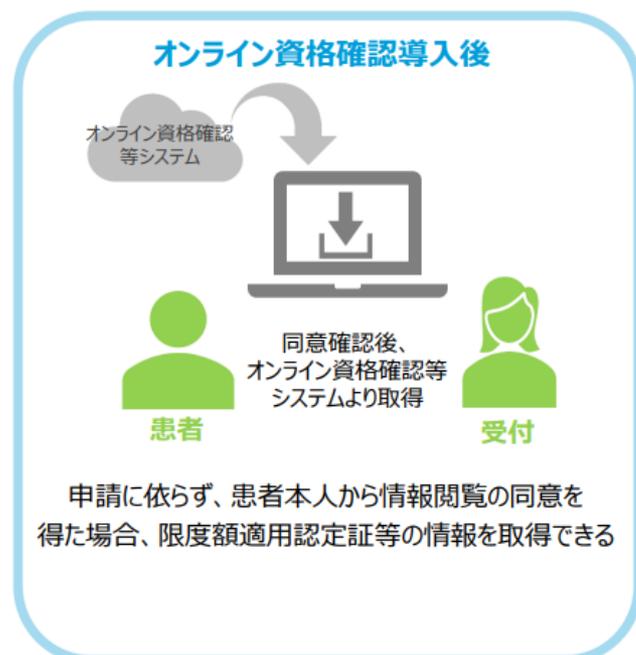
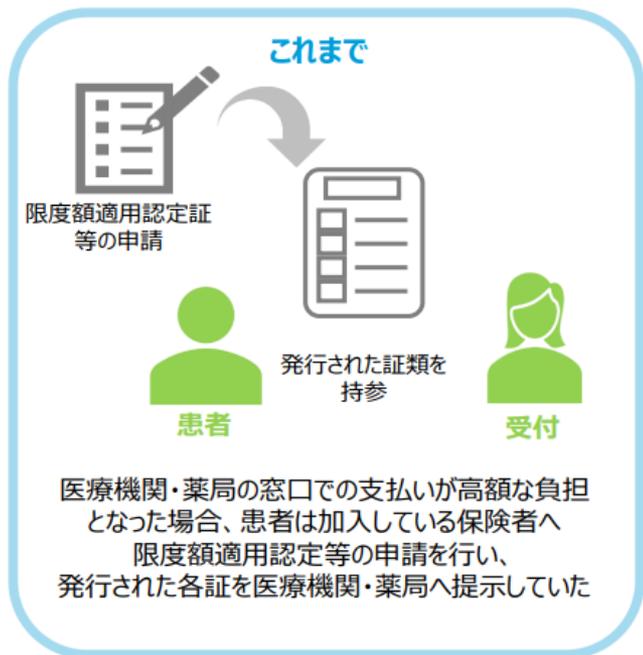
#### 3. 運用開始施設数 (準備完了施設数の内数)

74,549施設 (32.4%) / 229,864施設



## 限度額認定証との連携

これまでは、限度額認定証は加入者が保険加入元へ必要となった際に、申請を行わなければ、発行されませんでした。オンライン資格確認導入医療機関は、加入者から申請がなくても、限度額情報を取得でき、限度額以上の医療費窓口で支払う必要がなくなります。



# 高額療養費の簡易計算ツール

全国健康保険協会船員保険HP > こんな時に船保 > 高額な医療費を支払ったとき（高額療養費）

## 高額な医療費を支払ったとき（高額療養費）

---

[高額療養費・70歳以上の外来療養にかかる年間の高額療養費](#)

[高額医療費貸付制度](#)

[高額介護合算療養費](#)

[特定疾病療養受療証](#)

[高額療養費簡易試算（平成27年1月診療分から：70歳未満用）](#)



船員保険部からのお知らせ

～船員の健康づくり宣言～

令和4年度版



全国健康保険協会

船員保険

お問い合わせはこちらまで  
TEL 03-6862-3060

担当：船員保険企画グループ 末益（スエマス）、園山（ソノヤマ）

# 令和5年4月施行 船員の健康確保に関する法令等について

## 船員の健康確保を図るため、新たに4つの制度を導入

### 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

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



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（上記船舶所有者以外は努力義務）

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

# 船員の健康づくり宣言

## ○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エントリーし、船員保険部や健康づくりの専門職によるサポートを受けながら、**船員の健康づくりを効果的・効率的にすすめる取り組み**です。

令和5年4月に施行される、船員の健康確保に関する法令等改正を受けて、**船舶所有者による船員の健康管理の重要性**が高まっています。

まずは、船員の健康に気を配り、簡単なことから始めてみませんか？



船員の健康づくり、  
いつ始めるの～？

今でしょ！



船員保険イメージキャラクター  
かもめっせ

# 船舶所有者による船員の健康づくりの取り組みを支援

選べる2つのコースで、無理なく始められます！

まずは簡単かつ手軽に！できることからチャレンジ！！



エントリー時に、取り組みそうな項目を選択いただき、船員保険部の支援メニュー等もご利用いただきながら、できることからチャレンジしてみてください！

【シンプルコースの基本的な流れ（イメージ）】

エントリー

健康づくり実践

※エントリー時に選択した項目を中心に健康づくりにチャレンジしましょう！

取り組みの振り返り

毎年  
チャレンジ！

船員保険部より…

⌘ 定期的に健康づくりの情報をお届けします！

専門職からのアドバイスを受けて積極的にチャレンジ！！



自社船員の健康課題を専門職と共有し、どのような対策が必要か、無理なく健康づくりを進めるためにはどうすべきか、的確なアドバイスを送ります！

【アクティブコースの基本的な流れ（イメージ）】

エントリー

初回オンライン面談

※健康課題の把握、支援メニューの紹介、改善策の提案等

健康づくり実践

※エントリー時に選択した項目を中心に健康づくりにチャレンジしましょう！

フォローアップ面談

※エントリーから約6か月後、及び約1年後

毎年  
チャレンジ！

船員保険部より…

⌘ 定期的に健康づくりの情報をお届けします！

⌘ 定期面談以外でも、専門職へのご相談を承ります！

# オススの健康づくり支援メニュー

船員保険部が提供する

## 産業医健康面談

申込みできる方  
船舶所有者

面談できる方  
船舶所有者  
被保険者



船員保険部ではオンラインでの産業医の健康面談を**月1回無料**で提供しております。こちらは、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が面談を行うこともできます。

令和5年4月の船員の健康確保に関する法令等改正では、産業医に船員の健康に関する相談ができる体制づくりが求められています。ぜひ、船員保険部の産業医健康面談をご活用ください。

### 法令等改正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

**Point !!** 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 !!**

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ます

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。

# 船員保険部では支援メニューを、 他にもたくさんご用意しています！

## 出前健康講座

申込みできる方  
船舶所有者



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、メンタルヘルス等、各種テーマをご用意しています。

## 船員保険卒煙プロジェクト

申込みできる方  
被保険者、被扶養者



医師開発アプリを使ったオンラインによる禁煙プログラムを利用できます。禁煙補助剤を用いた禁煙支援で、通院不要、費用無料です。

## 船員保険電話健康相談

利用できる方  
被保険者、被扶養者



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お受けします。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します。

## 生活習慣病予防健診

利用できる方  
被保険者、被扶養者



35歳以上の方はがん（胃・肺・大腸）検診を含む健診を受診できます。一般健診・巡回健診は無料で受けることができます。

## 特定保健指導

利用できる方  
被保険者、被扶養者



健診結果等からメタボ該当もしくは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無料で行います。

# お取り組みいただきたい健康づくりの取り組み例はこちらです！

できることからひとつでも、スモールチェンジしてみませんか。

## 健診 受診

- 生活習慣病予防健診(無料)を推奨する。
- 健診100%受診を目指す。
- 船員手帳の健康証明コピーを船員保険部へ提出する。など



## 保健 指導

- 特定保健指導対象者へ利用を促す。
- 勤務中にICTを利用した特定保健指導を受ける機会を設ける。
- 健診当日の特定保健指導を受けられる健診機関を利用する。など



## 健康 教育

- 船員保険部が提供する産業医相談を利用する。
- 船員保険部が提供する出前健康講座を利用する。
- 健康情報を船内に掲示する。など



## 禁煙 推進

- 船員保険卒煙プロジェクトの利用を推奨する。
- 喫煙室を設けるなど、分煙対策をとる。
- 禁煙外来の補助を行う。など



## 食事 改善

- 調理担当者に健康レシピを配布する。
- 持込みのカップ麺を春雨スープにチェンジする。
- 甘い飲み物を避け、お茶やお水等を選択する。など



## 良質 睡眠

- 睡眠や疲労回復に関する情報を船内に掲示する。
- 快眠グッズを船内に配置する。など



## メンタル ヘルス

- 外部講師を招いたメンタルヘルスクア講座を受講する。
- ストレスチェックを実施する。
- 船内にコミュニケーションツール(遊具等)を配置する。など



## 運動 体操

- 勤務中にラジオ体操やストレッチを行うよう推奨する。
- 休憩室等にトレーニング用具を配置する。
- カンタン3分体操(船員保険部HP参照)を実施する。など



## さらに、健康経営優良法人の認定でこんなメリットが！

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®」を行う企業・団体等を顕彰する制度です。この認定を受けるには、**船員保険部が実施する「船員の健康づくり宣言」に参加することが条件**となります。

健康経営優良法人に認定されると、主に以下のようなメリットが想定されます。

- ① 企業ブランド（イメージ）の向上
- ② 優秀な船員の確保・採用につながる
- ③ 社内コミュニケーションの活性化
- ④ 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®」は、NPO法人健康経営研究会の登録商標です。

## ぜひ、船員の健康づくり宣言にエントリーを！



<参考>

船員の健康づくり宣言（プロジェクトS）エントリー船舶所有者数 101社  
(令和4年10月31日時点)

# ご視聴いただき、ありがとうございました。

なお、ご質問については、以下の船員保険部まで直接ご連絡願います。

## お問い合わせ先

**03-6862-3060** (携帯電話・IP電話ご利用の方)

**0570-300-800** (固定電話ご利用の方は市内電話料金)

**8:30~17:15** (土日祝、年末年始を除く)



**全国健康保険協会**  
船員保険

# アンケート

- 画面終了後にアンケートが表示されますので、ご協力をお願いします。

