

4月号
2026 April

みなさまの取組で保険料率が変わります！職場内で掲示・回覧し情報を共有しましょう！

けんぽ通信

全国健康保険協会新潟支部



公式LINE
友だち募集中

「健康経営優良法人2026」認定法人発表！

「健康経営優良法人2026」(経済産業省、日本健康会議主催)が発表され、協会けんぽ新潟支部加入の以下の事業所様が「健康経営優良法人」として認定されました！認定法人の皆様、おめでとうございます！

※敬称略、市町村ごと、五十音順

大規模法人部門 (ホワイト500) 1社	【柏崎市】 株式会社ブルボン	大規模法人部門 11社	【新潟市】 一正蒲鉾株式会社 三幸製菓株式会社 第一建設工業株式会社 一般社団法人新潟県労働衛生医学協会 新潟マツダ自動車株式会社	ハーバーハウス株式会社 株式会社本間組 【長岡市】 株式会社ホルニューオーター長岡 【三上市】 日本ハム惣菜株式会社	【新発田市】 株式会社ホンダオート新発田 【燕市】 株式会社丸山自動車
中小規模法人部門 (プライト500) 13社	【新潟市】 株式会社SACO 株式会社レイセツ工業 【長岡市】 コンドウ印刷株式会社	【三上市】 小柳建設株式会社 一般社団法人三上市スポーツ協会 株式会社ナカジョウ 株式会社プラスパッケージ	【柏崎市】 柏陽銅機株式会社 【新発田市】 株式会社NIS保険サービス 株式会社花安	三福運輸株式会社 【燕市】 スワロ工業株式会社 【上越市】 株式会社高館組	
中小規模法人部門 (ネクストプライト1000) 10社	【新潟市】 株式会社アイセック 株式会社シアンズ 株式会社新宣	【三上市】 株式会社野水鋼鉄店 【新発田市】 株式会社弘新機工 【十日町市】 大島電気株式会社	【燕市】 NA&HRコンサルティング社会保険労務士法人 【上越市】 株式会社リポーン	【南魚沼市】 株式会社島田組	

中小規模法人部門:365社

【新潟市】 社会保険労務士法人あおぞら社労士事務所 株式会社青海製作所 株式会社アクリソート 株式会社アグロジャパン 東工業株式会社 株式会社アツマテクノス アツマホールディングス株式会社 EIC保険エージェンシー株式会社 株式会社E&Cクロム 株式会社エイス 株式会社イクラシ建興 税理士法人石田経理事務所 株式会社一高屋 一高運送株式会社 弁護士法人一新総合法律事務所 インタクス株式会社 株式会社インプレッシブ 株式会社山内接工業 エアブラック株式会社 株式会社SR I 株式会社エスアールエス 株式会社越後イエローハット 株式会社NKSCコーポレーション エルメック電子工業株式会社 有限会社エントレスライン 株式会社大橋商会 オフィスHanaKo株式会社 株式会社Oro code MOC 株式会社カサイ 株式会社カネコ商会 株式会社カネコ物流 株式会社川内自動車 株式会社カネツ 環境整備株式会社 浦原瓦葺株式会社 株式会社技研 株式会社技研運輸 株式会社木山機工 株式会社熊谷 グリーン産業株式会社 株式会社グリーンフォーム印刷 株式会社栗山米菓 株式会社景 K.探設工業株式会社 研学工業株式会社 株式会社高圧技研 株式会社シルバ旭 清水配送株式会社 株式会社新生技研 進展工業株式会社 新日建業株式会社 株式会社セイヒー 双峰通工業株式会社 第三百貨自動車株式会社 大宗建設工業株式会社 株式会社大鑑 大洋工業株式会社 株式会社高助 株式会社タカヨシ 株式会社瀬澤工業 株式会社建達 株式会社田中組 タンレ工業株式会社 中央陸運株式会社 株式会社テオーテック	株式会社テクノカル通信 株式会社テクノクラフト 株式会社電友舎 東新製菓株式会社 株式会社東部運送 株式会社徳永製作所 株式会社置井工業所 内外外工業株式会社 新潟空調株式会社 新潟県観光物産株式会社 新潟商工会議所 新潟ポンド工業株式会社 新潟メグリコン工業株式会社 新潟運輸株式会社 株式会社新津自動車学校 新津商工会議所 仁岡電機株式会社 日本サミコン株式会社 株式会社社谷川エンジニアリング新潟 株式会社シアンズ 株式会社ネクスト・サポート新潟 白新工業株式会社 株式会社社谷川エンジニアリングサービス 株式会社ハヤマ 山口建設株式会社 株式会社ひらせいホームセンター 株式会社フィール 株式会社福宝 株式会社不二産業 ツバメ工業株式会社 株式会社プライムサポート プラムテック株式会社 株式会社FLEGRE 豊和建設株式会社 北部コミュニティ株式会社 北陸保全工業株式会社 保険システム株式会社 星野電気株式会社 有限会社星山技研 株式会社ホンダ北越販売 株式会社ホンマ 株式会社真喜食品 株式会社巻電設 株式会社マスターズ新潟 株式会社マツダモビリティ新潟 株式会社マルソー・ロジテック 株式会社まる味食品 三浦製菓株式会社 株式会社三ツ葉パーツ 株式会社村尾技研 医療法人社印明理 株式会社諸橋工務店 UDトラックス新潟株式会社 下村工業株式会社 山田建設株式会社 ヨコセAVシステム株式会社 有限会社アイ・フロンティアパートナーズ 石岡防犯電機株式会社 石崎ホールディングス株式会社 有限会社一代工務店 株式会社伊藤建設 株式会社居藤電機 株式会社イトー運輸 株式会社ヴィクトリー	株式会社大原鉄工所 大原電機株式会社 株式会社オガタ 株式会社金山組 株式会社北澤工業 株式会社キョウユウ 株式会社グルメール 株式会社気輪工業 株式会社山原工業 三光電機株式会社 株式会社サンシステム 株式会社システムスクエア 株式会社新潟電機 ソリマチ株式会社 株式会社ソリマチ技研 ダイエープロビス株式会社 高野不動産株式会社 株式会社高野不動産販売 トウヨウ株式会社 長岡商工会議所 株式会社ナカノオート 株式会社社谷川・メンテナンズ新潟 原田通商株式会社 株式会社プラスパー・トム 株式会社グランピー 株式会社吉川広吉鉄工所 株式会社ベルダン 株式会社今井製作所 株式会社前里工業 マコー株式会社 三越クッキー株式会社 株式会社宮下電設 株式会社日崎 株式会社メジャーズ 株式会社良電社 【三上市】 相場商事株式会社 江戸川産業株式会社 株式会社河井工業 川口工業株式会社 キューエス三条株式会社 株式会社福建設 株式会社グリーンライフ 株式会社小林設計 株式会社栄福 有限会社坂井工業 株式会社坂謙 株式会社ザルン 株式会社三共電機 三桑商工会議所 J E J アステージ株式会社 下村工業株式会社 山田建設株式会社 株式会社諏訪田製作所 高森コーキ株式会社 外山工業株式会社 外山産業株式会社 株式会社外山精一商店 株式会社社製本店 ニガタ重量株式会社 西巻印刷株式会社 有限会社日宏住設 株式会社ホンダカーズ新潟県央 本間電機工業株式会社 マルノ株式会社 株式会社マルト長谷川工作所	ミツウ金属株式会社 有限会社社宮川産業 株式会社メツク 株式会社山谷産業 株式会社吉田組 株式会社ヨネヤマシール印刷 【柏崎市】 株式会社塚塚鉄工所 植木不動産株式会社 株式会社大島鐵工所 株式会社オプロ 有限会社柏崎計装 柏崎商工会議所 キムラ塗装工業株式会社 有限会社弘倫工業 株式会社ホーメックス 株式会社酒井鉄工所 株式会社社銀鉄工所 翠光建材株式会社 有限会社大栄工業 税理士法人ツツダ会計 中村石油株式会社 株式会社はまなす保険企画 株式会社ホーメックス 株式会社ユニテック 株式会社吉原工業 【新発田市】 株式会社伊藤組 株式会社川崎商会 株式会社寛大 株式会社kandai 株式会社三和商会 新発田ガス株式会社 新発田建設株式会社 新発田商工会議所 新発田銀行株式会社 昭栄印刷株式会社 大進電業株式会社 株式会社官岡鉄工所 新潟ロードテック株式会社 株式会社ベック 株式会社松浦製作所 株式会社宮野食品工業所 【小千谷市】 越後紙紙株式会社 エヌ・エス株式会社 有限会社エム・ケイ・メディカル 小杉土建工業株式会社 秀和建設株式会社 山崎製造株式会社 【加茂市】 株式会社アイウィル 加茂商工会議所 株式会社ケイ・アイ・オー 株式会社コスモ・パワー 株式会社小林製作所 株式会社サンインテリア 株式会社皆川製作所 【十日町市】 株式会社オスボック 株式会社共立舗装 信栄電機工業株式会社 ダイウ電工株式会社 十日町商工会議所	株式会社新潟ソフトストラクチャ 株式会社メイケン 【見附市】 株式会社サンプラスト三笠 株式会社トラス・テック 株式会社ミカサ 【村上市】 株式会社アイテック 朝日物流株式会社 有限会社長谷川住宅設備 株式会社加藤組 株式会社柏崎環境緑化 株式会社長谷川電気工業所 パルス電子株式会社 株式会社社サイカワ 株式会社社フォト・スタンプ新潟 株式会社社三井 村上商工会議所 村上鋼材株式会社 株式会社村電テクノカルサービス 株式会社ワテム 株式会社藤尾組 【阿賀野市】 株式会社グルマヤ 安田設備工業株式会社 株式会社ワイエムフーズ 【佐渡市】 伊藤建設株式会社 株式会社越後ロード 佐渡ガス株式会社 佐渡精密株式会社 高千穂産物株式会社 前佐渡運送株式会社 矢櫃建設株式会社 【魚沼市】 大栄産業株式会社 北越建設株式会社 株式会社三友組 有限会社ヤマミ 【南魚沼市】 新和コンクリート工業株式会社 新和商事株式会社 【聖籠町】 株式会社聖籠第一設備 株式会社速山接 藤木鉄工業株式会社 藤屋段ボール株式会社 【妙高市】 笠原プレス工業株式会社 株式会社ラッセルフィールド 【上越市】 株式会社アイン アイレック新潟株式会社 株式会社チムラ 株式会社社木組 株式会社社越後菓
--	---	---	---	--



血压チェックで

健康経営!

「にいがた高血圧ゼロチャレンジ」参加事業所一覧

協会けんぽ新潟支部は、新潟県健康課題である脳血管疾患の発症を防ぐため、関係団体と連携し「にいがたSTOP高血圧プロジェクト」を実施しています。このたびプロジェクトの一環として、明治安田と連携し「にいがた高血圧ゼロチャレンジ」*を令和7年12月～令和8年2月まで行いました。

*「にいがた高血圧ゼロチャレンジ」とは、事業所に血圧計を貸出し、血圧測定習慣化のキッカケとしていただくための取り組みです。

参加事業所一覧



株式会社越佐ロード
株式会社NKSコーポレーション
小柳建設株式会社
川口工器株式会社
株式会社北地区清総
株式会社桑原板金工業所
株式会社小林
株式会社サニクリーン甲信越(新潟支店)
三光電機株式会社
株式会社第一実業

社会福祉法人中東福祉会
新潟新興交通有限会社
株式会社マトー
みどりハイヤー株式会社

※五十音順



●お問い合わせ先 企画総務グループ (025-242-0260音声案内④)

運動で血圧を下げるポイント💡

血圧を下げるためには有酸素運動だけでなく、レジスタンス運動(筋力トレーニング)も効果があります。効果を実感しやすい運動を紹介するので、自分に合った方法を見つけてみてはいかがでしょうか。

① ウォーキング

一番手軽な有酸素運動です。毎日30分以上のウォーキングを行います。息が弾む程度の速さで歩きましょう。



② 筋力トレーニング

腹筋や背筋、スクワットなどの筋力トレーニングを1日20分程度行います。



③ ウォーキング&筋力トレーニング

ウォーキングを毎日行うのが難しい方は筋力トレーニングを組み合わせるみてはいかがでしょうか?ウォーキングを週3~4回、それ以外の日に筋トレを実施します。3か月継続することで血圧が4mmHg以上下がる等の効果が出ます。

!! 運動は血圧を下げる効果があります!

ただし、受診が必要な方は必ず医療機関を受診し、医師の指示のもとで始めましょう!



// 協会けんぽ新潟支部のFAX番号が変わります //

電話回線変更に伴い現在のFAX番号が令和8年4月26日10時より以下のとおり変更になります。

変更前

025-242-0280



変更後

025-243-3461

お手数をおかけしますが、よろしくお願いたします。



「もしも」と「いつも」に安心を。

協会けんぽ 全国健康保険協会 新潟支部

〒950-8513 新潟市中央区東大通2-4-4
日生不動産東大通ビル3階
TEL025-242-0260(代表)

協会けんぽ 新潟

