

協会けんぽ青森支部からのお知らせ(令和3年6月)

健康サポート(特定保健指導)のご案内

協会けんぽでは、生活習慣病予防健診から生活習慣病の発症リスクが高く、生活習慣の改善が必要と判定された40歳～74歳の方に特定保健指導を実施しています。

専門家のアドバイスを受けながら、メタボリックシンドロームを改善する絶好のチャンスです。ぜひ活用しましょう。



特定保健指導って何?

生活習慣を見直すためのプログラムです

適切な食事・運動などの生活習慣を見直すことにより内臓脂肪を減らし、将来の病気を未然に防ぐことを目的としています。

保健師・管理栄養士などの専門家からメタボリックシンドロームのリスクに応じた支援を受けられます。

健診当日に実施が可能な健診機関もあります。健康宣言事業所は事前に予約されることをおすすめします。



健診当日に保健指導を利用できなかった方で、特定保健指導の対象となられた方には協会けんぽからお勤め先を通じてご案内があります。これを機会に健康について再確認しましょう。

保健指導実施方法(健診と別に行う場合)

1. 協会けんぽの保健師等が事業所に出向いて実施
2. 対象者が協会けんぽに出向いて実施
3. 対象者が保健指導の実施機関に出向いて実施
4. 事業所においてWeb (ICT) で実施

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、Webによる特定保健指導を始めました。

40歳以上74歳以下の協会けんぽ加入者で、生活習慣病予防健診以外の健診を受診の方の 事業者健診(定期検診)結果を協会けんぽに提供ください。

事業者健診結果をご提供いただくことで、上記の**健康サポート(特定保健指導)**をご利用いただけます。また、インセンティブ制度の評価指標である特定健診受診率に含まれ、**健康保険料率上昇の抑制**につながります。

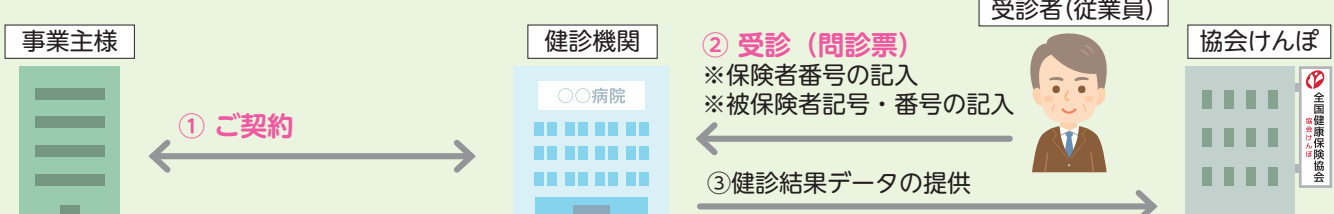
<健康結果の提供方法>

1. 同意書※1の提出により健診機関がデータを作成して提供する方法
2. 事業所様が直接提供する方法(データ作成または媒体)
3. 協会けんぽに健診結果を提出する旨を含んだ契約を健診機関と締結する方法

※1 毎年度提出の必要がなく、一度提出いただいた場合、健診機関の変更があった場合のみ再提出願います。

3は、国から示された新しい方法です。次のような流れにより健診機関から協会けんぽに直接提供されます。

- ① 事業者健診のご契約の際は、「**健診機関が協会けんぽに健診結果を提出する**」旨を含んだ契約をお願いします。
- ② **健診受診時に従業員様に保険証をご持参いただくようご説明**をお願いします。



あなたの職場でも「健康宣言」してみませんか？

協会けんぽ青森支部では、職場における健康づくりの推進をめざし「健康宣言」を実施および登録していただける企業を募集しています。

青森支部の「健康宣言」はとっても簡単で、青森県や経済産業省が行っている認定制度等の足掛かりとして取り組めるものです。ここからステップアップして、経済産業省「健康経営優良法人認定制度」、青森県「健康経営認定制度」の認定を受けた事業所もあります。

短命県返上の取り組みは皆さんの職場から始まります!!

「健康宣言」とは？

事業主様が社員の皆様の健康のために、会社全体で健康づくりに取り組むことを宣言し、「健康づくりメニュー」を実施していくことです。

現在、青森支部に加入の事業所の内、**1452**の事業所が健康宣言しています。

(令和3年4月30日時点)

青森支部の「健康宣言」はとっても簡単で、金融機関からの金利優遇をうけられるなど様々な特典があります。

詳しくはホームページをご覧ください!

ステップ1
「健康宣言登録シート」の提出
郵送またはFAX可能です

ステップ2
社員への発表
健康宣言書提示で簡単

ステップ3
健康づくりメニューへの取り組み
現在の取組継続も可

以下の健康づくりメニューに取り組みましょう。

- ①健康診断の実施
- ②社員の生活習慣改善を支援
- ③検査・治療の推奨
- ④わが社の健康プラン



事業所で独自に取り組むプランを検討します。すでに取り組んでいることでもかまいません。無理せずにできることから始めましょう!



詳しくはパンフレットを青森支部ホームページからご確認ください!

企画総務部 企画総務グループ 電話:017-721-2713

わが社の健康経営®

「健康経営®」は、社員の健康を重要な経営資源と捉え、健康増進に積極的に取り組む経営スタイルのことで、NPO法人健康経営研究会の登録商標です。

このコーナーでは青森支部に健康宣言をご登録いただいている事業所様の、健康に関する取り組みをご紹介します。

今月の事業所様 株式会社 日測コンサルタント 様

事業所所在地：青森県青森市 従業員数：30名 事業内容：総合建設コンサルタント業

取り組み内容

社員の健康づくりと健康意識の増進を目指して、以下のよう健康経営に取り組んでいます。

- ・朝礼や社内掲示を利用し、健康に関する情報を社員に発信
- ・喫煙場所を設け、喫煙は休憩時間内に限定
- ・禁煙治療を行なう場合には、治療費は事業所負担

取り組みのご感想を伺いました!

喫煙場所を設けることにより受動喫煙がなくなりました。また、毎日の朝礼において、社員が一人ずつ持ち回りでスピーチを行っており、その中で健康に関する情報を調べて自分の意見等を発表する社員もあり、健康への意識の高まりが感じられます。



全国健康保険協会 青森支部
協会けんぽ

〒030-8552 青森市長島2-25-3

ニッセイ青森センタービル 8階 TEL 017-721-2799(代表)

<https://www.kyoukaikenpo.or.jp/shibu/aomori/>