

2025

8月号
August

事業所内で回覧・掲示をお願いします

協会けんぽだより

協会けんぽ岐阜支部

協会けんぽ岐阜支部
マスコットキャラクター

8/9

※雨天、1日休水時は8月23日(土)に延期。
岐阜市長良川河畔
長良橋下流～金華橋上流

8月の行事：岐阜市『第3回ぎふ長良川花火大会』

今月のスマホ壁紙
ダウンロードはこちら！

はじめよう「健康経営®」

※「健康経営®」はNPO法人健康経営研究会の登録商標です



健康経営とは

従業員の健康管理を経営的な視点で考え、戦略的に実践することです。

従業員を重要な経営資源と考え、事業主が中心となって

従業員の健康維持・増進に取り組むことで、事業所の生産性向上等を目指します。



健康経営のメリット



メリット

1

リスク
マネジメント事故の予防、
欠勤率や離職率の改善

メリット

2

生産性の向上

従業員の健康状態を
改善することによる、
業務効率やモチベーションの向上

メリット

3

企業価値の向上

企業のイメージアップ、リクルート効果

健康経営は
「従業員を大切にする会社」として
就活生にも注目されています！

健康経営を始めるなら「協会けんぽと健康宣言」から！

STEP1 目標を設定して「健康宣言」をしよう

「私の会社は、従業員の健康のために〇〇に取り組みます！」と宣言しましょう。
事業所の健康課題に合わせて宣言項目を設定した後、エントリーシートを記入し、
岐阜支部へFAX（郵便）でご提出ください。

STEP2 宣言した項目の取り組みを実践

協会けんぽのサポート等を利用して事業所全体で健康づくりの取り組みを実践します。
協会けんぽの健診・保健指導などを活用して積極的に健康づくりに取り組みましょう。

STEP3 1年間の取り組みを振り返る

年に一度「振り返りシート」をお送りします。今までの健康づくりの取り組みを振り返りましょう。



FAX 058-255-5155	
協会けんぽと健康宣言	エントリーシート
☒ 健康経営の推進率100% ☒ 健康経営の推進率50%以上 ☐ 健康経営の推進率50%未満	
☐ 健康経営の推進率100% ☐ 健康経営の推進率50%以上 ☐ 健康経営の推進率50%未満	☐ 健康経営の推進率100% ☐ 健康経営の推進率50%以上 ☐ 健康経営の推進率50%未満
☐ 健康経営の推進率100% ☐ 健康経営の推進率50%以上 ☐ 健康経営の推進率50%未満	

▲「協会けんぽと健康宣言」の
エントリーシート

健康経営を実践して、経済産業省の「健康経営優良法人」認定にチャレンジ！

優良な健康経営を実践している企業等を「健康経営優良法人」として
顕彰する制度です。従業員の健康づくりに積極的に取り組んでいる法人を「見える化」し、
従業員や求職者、関係団体などから評価を受けることができます。健康経営優良法人2026の
申請受付は
8月18日から始まります。

中小規模法人部門の申請には、協会けんぽが実施する「協会けんぽと健康宣言」のエントリーが必須です。



全国健康保険協会 岐阜支部

協会けんぽ

〒500-8667 岐阜市橋本町2丁目8 濃飛ニッセイビル 14階

☎058-255-5155 (代表)

協会けんぽ岐阜

検索

受付時間 8:30~17:15 (土日祝・年末年始除く)

<https://www.kyokaikenpo.or.jp/shibu/gifu/>協会けんぽの健康宣言の概要と
リーフレット・エントリーシートの
ダウンロードはこちら



マイナ保険証をお持ちでない方へ 資格確認書をお送りします

現在お持ちの健康保険証は令和7年12月2日以降、使用することができなくなります。

マイナ保険証を利用して医療機関等を受診できますが、マイナ保険証をお持ちでない方が医療機関等を受診する際には、**資格確認書**が必要です。

協会けんぽでは、以下の対象者の方へ資格確認書を送付します。



- 対象者**… 現在、健康保険証をお持ちの方（令和6年11月29日までに日本年金機構において新規に資格取得の決定をされた加入者）であって、**令和7年4月30日時点でマイナ保険証をお持ちでない方**
- 送付時期**… 令和7年7月より順次送付（岐阜支部は令和7年10月中旬を予定）
- 送付先**… 従業員様のご自宅

事業主様へお願い

詳しくはこちら

- 事前に送付対象者をお知らせするため、**令和7年8月上旬（岐阜支部加入者）に「対象者一覧表」をお届けしました。**対象の従業員の方へ、10月以降資格確認書が届く旨をお伝えください。
- 一度従業員様の住所に送付して届かなかった場合は事業所様宛に再送付します。事業所に資格確認書が届きましたら、従業員様に配付いただきますようお願いいたします。



ご存じですか？セルフメディケーション

セルフメディケーションとは、「**自分自身の健康に責任をもち、軽度な身体の不調は自分で手当てすること**」です。自分自身の体調を管理することは、病気の予防や延命にもつながります。

セルフメディケーションのポイント

POINT
01

規則正しい生活を心がける

POINT
02

健康と生活習慣をチェック

POINT
03

正確な知識を持つ

POINT
04

OTC医薬品を上手に使う



◆OTC医薬品（市販薬）とは？

薬局やドラッグストアなどで医師の処方箋なく購入できる**要指導医薬品**や**一般用医薬品**のこと。一部のOTC医薬品の年間購入額が1万2千円を超えると、所得控除を受けられる制度もあります。

詳しくはこちら



こんなときにOTC医薬品！

忙しくて病院を受診する時間がない、健康管理の常備薬を持っておきたいなど
身近で便利なお薬の選択肢「OTC医薬品」を活用して、**セルフメディケーション**を始めましょう。



鵜飼さん&ルーシーの健康トーク

第4回 一日の適切な飲酒量、知っていますか？

1

そのビール
顔赤いよ！
暑い日に冷たいビールは
最高だね！

2

鵜飼さん、
飲酒量って
どのくらいか
知ってる？

うん…
考えたこと
なかったよ…
ちなみに今
5本目…

3

純アルコール
20グラムの目安

ビール
ロング缶1本(500ml)

チューハイ
缶1本(350ml)

一日あたりの純アルコール
摂取量は男性で40グラム、
女性で20グラムなんだよ！
それ以上飲むと生活習慣病の
リスクが高まってしまふんだ

4

そうだね！
お酒は楽しく
ほおじておきます…

そうだったんだ…
教えてくれてありがとう！
今日はもうおとなしく
お水にしておきます…

体重・性別・年齢・アルコール分解能力の違いなどにより、適量には個人差があります。一日当たりの飲酒量を守って、健康リスクを減らしましょう！