

参考資料

平成 28 年 7 月

事業主 各位

全国健康保険協会群馬支部長
群馬労働局労働基準部健康安全課長

定期健康診断結果データ提供依頼について

平素は、全国健康保険協会(以下「協会けんぽ」という。)の事業運営にご理解とご協力を賜り厚く御礼申し上げます。

さて、国のメタボリックシンドローム対策に伴い、平成 20 年度から各医療保険者に対して特定健康診査・特定保健指導の実施が義務づけられておりますが、当群馬支部管内の協会けんぽ加入者について、その実施率は低水準で推移している状況にあります。

協会けんぽでは、被保険者の健康増進のため、生活習慣病予防健診(協会けんぽが費用補助する健診)の受診を一層促進するとともに、有所見者に対する特定保健指導の実施率を向上させることとしております。

この一環として、労働安全衛生法に基づく定期健康診断については、実施後、健診結果データを協会けんぽにご提供いただければ、生活習慣病予防健診を受診していなくても、協会けんぽにおいて健診結果データから特定保健指導対象者の有無を判定し、対象者が抽出された場合には、事業主様あて、特定保健指導の実施についてご案内を随時行っているところです。

つきましては、貴社従業員の皆様の将来にわたる健康の保持・増進を図るため、定期健康診断の結果データを協会けんぽにご提供いただきますよう、事業主の皆様のご理解とご協力をお願いいたします。

なお、群馬労働局といたしましても、群馬県内で働く労働者の方々の健康保持促進を図る観点から、定期健康診断結果データの提供及び特定保健指導実施の趣旨に賛同しているところでありますので、本件の依頼について特段のご高配をお願いいたします。

記

■定期健康診断結果の提供方法

・別紙「同意書」に必要事項をご記入のうえ、協会宛に送付する。

(協会けんぽが直接、健診機関と健診結果の授受を行います。健診機関から所定のデータ形式により提供されます。ただし、健診機関によっては、諸事情によりデータ作成ができない場合もございますので、その場合、事業主様にご連絡する場合もございます。)

■事業主が医療保険者(協会けんぽ)に健診結果データを提供することは、次の法律で義務づけられているため、「個人情報の保護に関する法律(平成 15 年法律第 57 号)」に関して責任を問われることはありません。

※対象となる従業員の皆様に、健診結果を当協会に提供されることをお知らせいただけると、特定保健指導をご案内する時にスムーズにご利用できます。

◎高齢者の医療の確保に関する法律(昭和 57 年法律第 80 号)

(特定健康診査等に関する記録の提供)

第 27 条 保険者は、加入者の資格を取得した者があるときは、当該加入者が加入していた他の保険者に対し、当該他の保険者が保存している当該加入者に係る特定健康診査又は特定保健指導に関する記録の写しを提供するよう求めることができる。

2 保険者は、加入者を使用している事業者等又は使用していた事業者等に対し、厚生労働省令で定めるところにより、労働安全衛生法その他の法令に基づき当該事業者等が保存している当該加入者に係る健康診断に関する記録の写しを提供するよう求めることができる。

3 前二項の規定により、特定健康診査若しくは特定保健指導に関する記録又は健康診断に関する記録の写しの提供を求められた保険者又は事業者等は、厚生労働省令で定めるところにより、当該記録の写しを提供しなければならない。

◎情報提供に関する詳細

1 ご提供いただきたい対象者

40 歳から 74 歳までの協会けんぽの加入者の方

※今年度内に生活習慣病予防健診(当協会が費用補助する健診)を受診されている方、又は受診予定の方を除きます。また、下記の健診項目で一部でも未実施項目がある方も対象としません。

2 ご提供いただく結果データ項目

(1)基本データ

- ・健診実施日や健診機関コードなどの情報
- ・健康保険証の記号・番号や氏名(カナ)など、協会けんぽの加入者であることを特定できる情報

(2)健診項目

- ・身長、体重、BMI、腹囲、血圧、脂質(中性脂肪、HDL コレステロール、LDL コレステロール) 空腹時血糖(又はヘモグロビン A1c)、肝機能(GOT、GPT、 γ -GTP)、尿検査(尿糖、尿たんぱく)

(3)問診票

- ・服薬歴、喫煙歴、自覚症状、他覚症状の有無等

(4)その他

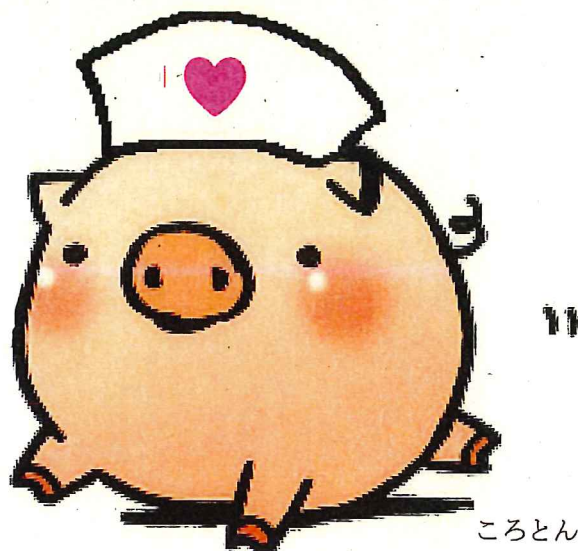
- ・メタボリックシンドローム判定、医師の判断(注意事項)、健診を実施した医師の氏名等

40歳～74歳の方が対象です！！！！

前橋市国保
協会けんぽ

特定健診

健診は一日
病気は一生



☆チラシをお持ちください



無料

前橋市国保の方は上の受診シール

(5月中旬に送付済)が必要です。

(問い合わせ先 027-220-5715)

案内文(A4)



受診券
(はがきサイズ)



協会けんぽに加入のご家族の方は

右上の受診券が必要です。

(問い合わせ先 027-219-2104)

<前橋市国民健康保険課・協会けんぽ群馬支部>

健康ウォーキング（運動セミナー） 血圧測定結果

平成28年度健康ウォーキングin赤城自然園

1. セミナー前後の血圧測定参加状況

参加者 73名

（男性27名、女性46名）

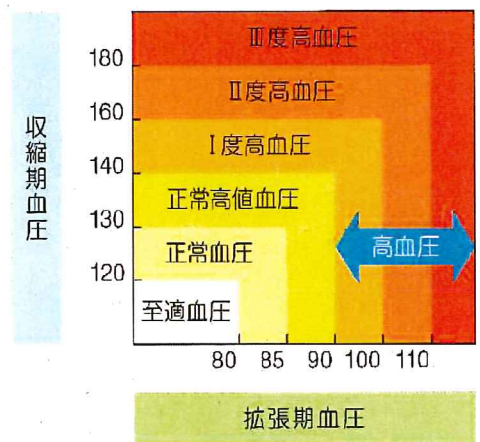
※セミナー前または後のみの参加者は89名であった。

2. セミナー前後の血圧の変化

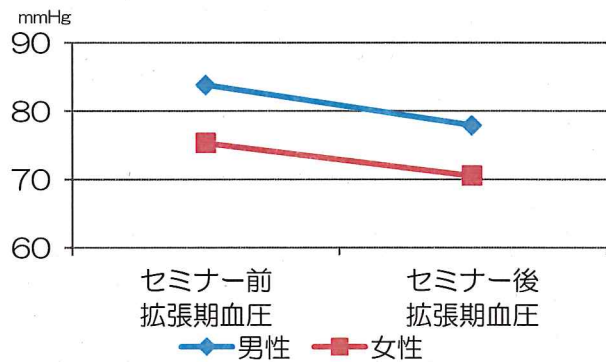
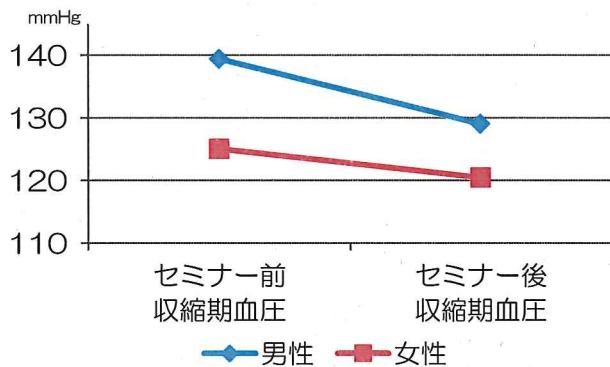
①高血圧の診断基準別の参加者の変化

	セミナー前	セミナー後	
A群：至適血圧 正常血圧	40	42	A群→38名 C群→4名
B群：正常高値血圧 （血圧リスクあり）	7	16	A群→1名 B群→6名 C群→8名 D群→1名
C群：Ⅰ度高血圧	19	10	A群→1名 B群→1名 C群→7名 D群→1名
D群：Ⅱ度高血圧	7	4	D群→4名
E群：Ⅲ度高血圧 （重症高血圧）	0	1	D群→1名

高血圧の診断基準（単位：mmHg）
「高血圧治療ガイドライン2014」より作成



②性別の血圧の変化



	セミナー前	セミナー後	変化
収縮期血圧	130.3	123.6	-6.7
男性平均	139.4	129.0	-10.4
女性平均	125.0	120.4	-4.6
拡張期血圧	78.5	73.2	-5.3
男性平均	83.8	77.9	-5.9
女性平均	75.3	70.5	-4.8

3. 血圧測定結果のまとめ

測定参加者のうち、セミナー前後の比較ができた方の集計結果により、全体的に血圧値の改善が認められ、特に男性の収縮期血圧が改善した。一方、高血圧の方のうちセミナー後血圧上昇した方も一部見られたため、個別に注意を促す対応を要した。

健康

入場無料

参加者募集

フェスタ2016

平成28年

5月29日(日)

10:30~16:00

群馬県庁 1階 県民ホール



群馬県マスコットキャラクター
「ぐんまちゃん」

健康フェスタ2016は、楽しく健康づくりについて考え、学べるイベントです。

講演会、健康測定や健康グッズプレゼント、無料体験ができるブースコーナーなど盛りだくさんの内容です！親子で、家族で、友達同士で健康づくりについて楽しみながら学んでみませんか？

第1部 禁煙支援県民公開講座 [11時00分~12時30分]

講演：「病気になるために大切なこと トップ3 ~のどの癌を100%予防する方法も教えます~」

講師：昭和大学耳鼻咽喉科准教授 門倉 義幸氏

神奈川県相模原市出身

〈資格〉

日本耳鼻咽喉科学会専門医 日本気管食道科学会認定医

がん治療認定医 日本内分泌甲状腺外科専門医

日本禁煙学会専門医

日本耳鼻咽喉科学会神奈川県地方部会 理事

禁煙、分煙活動を推進する神奈川県協議会 理事

〈専門領域〉

頭頸部外科学（特に頭頸部癌 甲状腺疾患 副甲状腺疾患）、

内分泌外科学、禁煙学、スポーツ医学



第2部 ヘルスケアセミナー [13時30分~15時00分]

講演：「健康経営の推進による組織の活性化」

講師：東京大学政策ビジョン研究センター特任教授 尾形 裕也氏

1952年 兵庫県神戸市出身

東京大学工学部（都市工学科）、経済学部卒業。1978

年厚生省に入省。保健医療局老人保健部老人保健課課

長補佐、保険局国民健康保険課課長補佐、健康政策局

指導課課長補佐等を経て、1989年より在ジュネーブ

国際機関日本政府代表部一等書記官を務める。千葉市

環境衛生局長、厚生省健康政策局看護職員確保対策官、

国家公務員共済組合連合会病院部長、国立社会保障・

人口問題研究所社会保険応用分析研究部長を経て、2001年より九州大

学大学院医学研究医療経営・管理学講座教授。2013年より、九州大学

名誉教授。東京大学政策ビジョン研究センター特任教授。



FAX 応募申込記入欄

企業名／		役職／		★企業での参加の場合のみご記入ください。	
ふりがな		電話番号			
代表者氏名		メールアドレス			
住所	〒	参加希望講演 ○で囲んでください。	1部のみ	2部のみ	両方
					参加人数 人

応募方法

5月26日(木)締切

参加ご希望の方は、はがき・FAX・メールにて①企業名②役職③氏名(ふりがな)④住所⑤電話番号⑥メールアドレス⑦希望する講演(1部のみ・2部のみ・両方)⑧参加人数を明記の上、下記までお送りください。★①②は企業での参加の場合のみご記入ください。

〒371-8666(住所不要)
はがき 上毛新聞社 営業局 企画部「健康フェスタ2016」係宛

FAX 027-254-9904 メールアドレス kikaku-sanka@raijin.com

お問い合わせ先 ☎027-254-9945 上毛新聞社 営業局企画部(土・日・祝日を除く9:00~18:00)

※応募者多数の場合は抽選とさせていただきます。※お寄せいただいた個人情報は本イベントの運営のみ使用いたします。

会場ご案内図



主催：群馬県禁煙支援県民公開講座実行委員会（群馬県医師会、群馬県歯科医師会、群馬県薬剤師会、群馬県看護協会、群馬県臨床検査技師会、高崎健康福祉大学、群馬県）

共催：上毛新聞社 特別協賛：アクサ生命保険（株）

特別協力：全国健康保険協会群馬支部、群馬ヤクルト販売（株）、生活協同組合パルシステム群馬

無料体験・展示ブースコーナー

健康チェックしてみませんか？

県民ホール南側では、無料で受けられる血管年齢測定や呼気 CO 濃度判定、お肌チェックなど健康測定が体験できるコーナー、健康相談、グッズプレゼント、さらにぐんま食育応援企業による健康づくりの取組や商品紹介・試食など、どなたでも楽しめるブースが登場！ご家族、お友達、みなさんと、ぜひお気軽においでください！

ぐんま食育応援企業

バルシステム群馬

PB商品（ボークウィンナーとク
リーミーヨーグルト）試食
※景品（ボールペン）提供

群馬ヤクルト販売

食育応援企業としての取組紹介、
ヤクルト配布

全国健康保険協会群馬支部

健康事業所宣言（健康経営の支援）

肌水分測定、自律神経測定

高崎健康福祉大学

呼気 CO 測定

呼気中の一酸化炭素濃度を測定
し、基準値以下であれば非喫煙
者証明書を贈呈する。

県臨床検査技師会

血管年齢・肺年齢の測定

実年齢と測定年齢を比べてみよ
う。

申込み不要
体験は先着順です！！

県庁1階
県民ホール南側

入口

入口

全国健康保険
協会群馬支部

バルシステム群馬

群馬ヤクルト販売

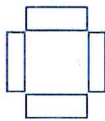
県薬剤師会

県歯科医師会

県医師会

高崎健康
福祉大学

県臨床検査技師会



県看護協会

保健予防課
スタンプラリー
受付

入口

県薬剤師会

禁煙サポート（薬剤師による相談）

禁煙サポート（汚れた肺モデル
展示、薬剤師相談）、マスク無料
配布、お肌チェック など

県歯科医師会

パネル展示、歯科と禁煙に関し
てのリーフレット配布、キシリ
トールガム配布

県医師会

禁煙相談・グッズプレゼント

県看護協会

健康相談

骨密度、足指筋力、血圧など、様々
な健康測定

保健予防課（事務局）

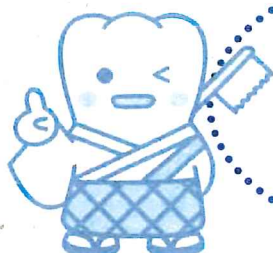
スタンプラリー

ポイントごとのスタンプを集め
た参加者へ景品贈呈

スタンプラリーに挑戦！！

ポイントをまわってスタンプを集めた
人には、もれなく全員にオリジナル
ぐんまちゃんグッズをプレゼントする
よ！どんどん参加してね！

※プレゼントがなくなり次第終了します。



日本歯科医師会 PR キャラクター
「よ坊さん」



ぐんまちゃん &
よ坊さんがやってくる！

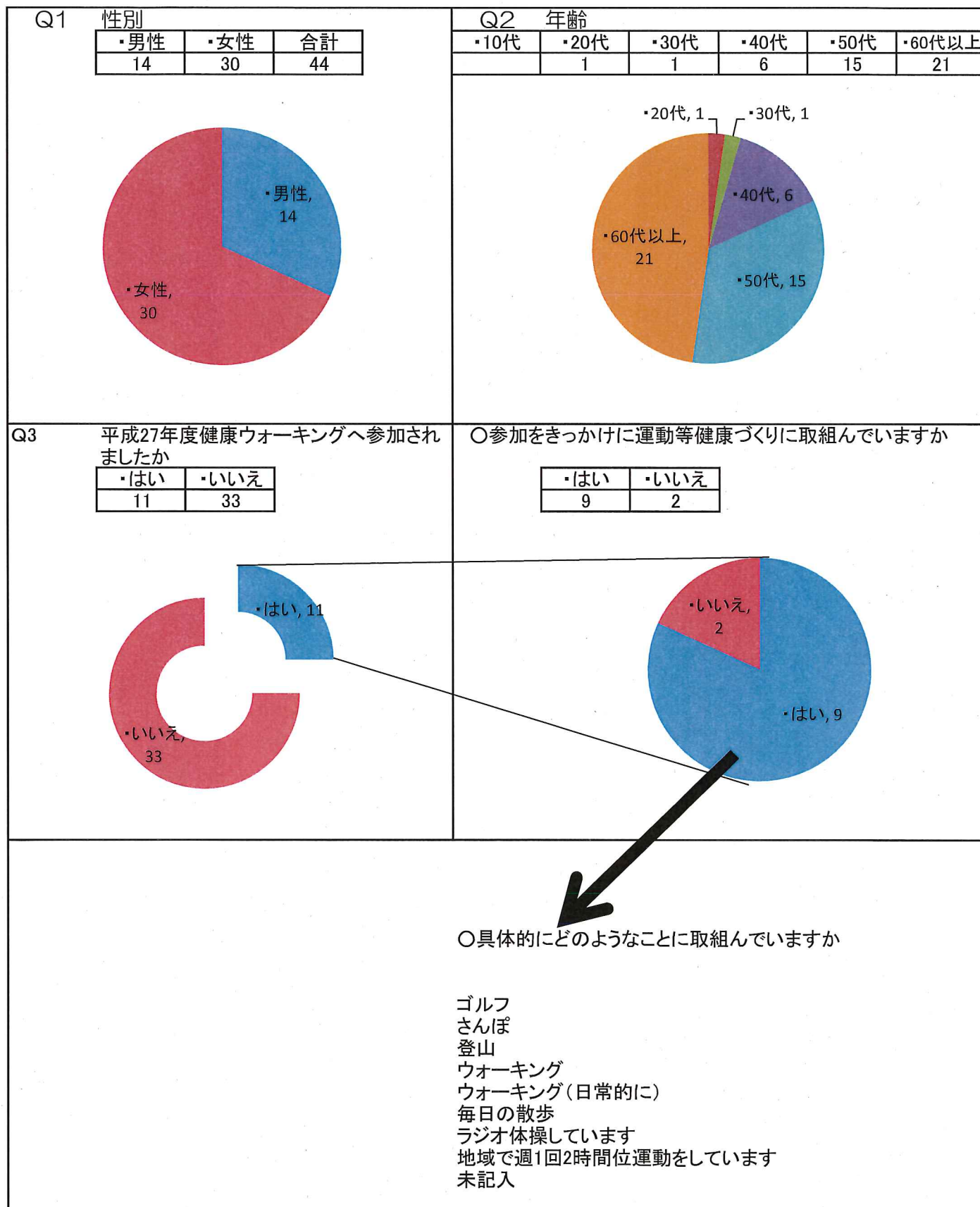
● 13 時頃～

● 15 時 30 分頃～

※時間は予定です

※各ブースの配置は変更になる可能性があります。

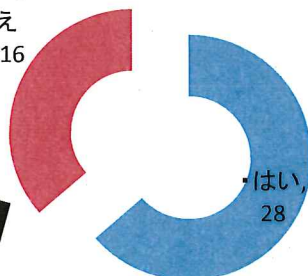
健康ウォーキング(運動セミナー)参加者アンケート(回収44名)



Q4 日常的に運動をしていますか？

・はい	・いいえ
28	16

・いいえ
え、16



ウォーキング	14
ゴルフ	2
テニス	2
ジョギング	1
その他	15

(複数回答あり)

(エアロビ、週1~2回 90~120分)
(カーブス、週3回 30分)
(カーブス、週3回 30分)
(ジム、週2回 ~60分)
(スクワット、10分)
(ダンベル、柔軟 週1回 90分)
(パドルテニス、週1回 90分)
(ヨガ、週1回 60分)
(よさこい踊り、週1回)
(合気道、100分)
(山登り、月6回 120~180分)
(山歩き、3回 1/2日)
(体操教室、60分)
(登山、週1回)
(ヨガ、週1回 60分)

運動する時間がない	4
ケガや病気のためできない	3
運動が嫌い	3
運動する時間がない.疲れている	2
身近に運動する場所がない	2
何をすればいいかわからない	1
疲れている.運動が嫌い	1

Q5 健康づくりに心がけていることはありますか？

・ある	・ない
37	2

Q5で「ある」と答えた方

1.塩分を控える	19
2.バランスの良い食事をとる	18
3.カルシウムをとる	9
4.野菜をとる	29
5.アルコールを控える	5
6.しっかり睡眠をとる	11
7.気分転換をはかる	16
8.よく歩くようにしている	23
9.その他	1

(週一回踊りをする)

Q6 今回の「健康ウォーキング」へ参加され、運動等の健康づくりに取り組んでみようと思いますか？

・思う	・思わない	・どちらとも言えない
39	0	0

Q7 来年も「健康ウォーキング」を開催した場合、ご参加されますか？

・参加する	・参加しない	・どちらとも言えない
37	0	2

Q8 「歩き方教室」に参加された方にお聞きします。

・役に立った	・役に立たなかった	・どちらとも言えない
21	0	0

Q9 その他、ご意見・ご感想等があればご記入ください

- ・ありがとう御座居ました。次回も参加させていただきます。
- ・園内の散策もよかったし、健康教室も良かったです。ありがとうございました。
- ・自然園を楽しむことができました。
- ・森林セラピー、とても気持ち良い時間をありがとうございました。楽しかったです。
- ・楽しく一日が過ごせました。
- ・楽しく気持ち良く参加できました。
- ・とっても良かったです。
- ・とても気持ちがよく今後の健康維持に役立てようと思いました。
- ・とても楽しかったです、ありがとうございました。
- ・とてもわかりやすいウォーキング講座に参加できたので、今後も教えていただいた事を続けていきたいと思っています。ありがとうございました。
- ・初めて参加させていただいたのですが、歩き方の基本を教えていただいて、いかに普段何も気にしないで生活していたかがわかり、きれいにしかも健康的に歩けるようにしたい。ありがとうございました。
- ・初めて参加しましたがとても良い歩き方教室を教えて頂き、来年もまた参加したいです。お世話になりありがとうございました！！
- ・マイナスイオンを充分に感じとても良かったです。

「生き活き健康事業所宣言」エントリー等状況

○「生き活き健康事業所宣言」のエントリー数(平成28年7月22日現在)

72事業所(従業員:7,599名)

○「生き活き健康事業所宣言」のエントリーについて①と②を取組む

①「健康ベースプラン」

1. 健康診断の実施

- ・法令に従い、社員に対して「定期健康診断」を実施します。
- また、扶養家族の特定健診の推奨をします。

2. 社員の生活習慣改善を支援(保健指導対象者に該当した場合)

- ・協会けんぽのメタボに着目した「特定保健指導」を利用します。

3. 検査・治療の推奨

- ・健診の結果等で、再検査や治療の必要があった場合、医療機関を受診するように推奨します。

4. 事業所健康増進対策として「事業所オリジナルプラン」を取組む。(協会けんぽが設定したものを選ぶ又は独自項目を設定)

②「事業所オリジナルプラン」

当支部のデータヘルス計画の上位目標(生活習慣病予防健診受診者等(40歳以上)の血圧リスクの低下)に着目したプランの項目から選択

又は独自項目を設定(複数設定可)

※オリジナルプランの多い項目

項目	項番	目 標	事業所数
食事	5	「食塩摂取量(男性8g、女性7g、高血圧治療中の方は6g未満)」や「野菜の1日当たりの摂取量」を周知する	21
運動	7	始業前などにラジオ体操を実施する	26
休養	12	社内で毎朝相互にあいさつ運動を実施する	31
嗜好品	20	喫煙室をつくり、空間分煙をおこなう	34
その他	27	社内に体重計・血圧計・体組成計などを設置する	28

※独自プラン

食事	・炭酸飲料の販売本数を減らす ・給食のため栄養士がカロリーを管理している ・朝食の重要性を周知する ・夕食ご飯ちよい(一口)残しのすすめ(担当者より減量指導)
運動	・昼休みを利用した体を動かす習慣をつくる ・毎日の保育、介護の仕事を通しての運動・事務はトイレを2Fから1Fへ ・休み時間にストレッチを行う ・法人の運動施設の会員権購入(社員は無料)
休養	・ストレスチェックの実施
嗜好品	・禁煙治療を受診できる医療機関を会社が希望者へ紹介する ・保育園、学童は敷地内全面禁煙 ・アルコールチェックの実施
その他	・安全衛生大会において講話を聴く(健康教育) ・インフルエンザ予防接種(会社負担で実施) ・熱中症対策で現場職員に塩飴セットの配布

生き生き健康事業所宣言のメリット等について

当支部が従業員様の健康増進を積極的に取り組む事業所様をサポートする「生き生き事業所宣言」(※ご案内)のご案内を平成28年1月下旬に、事業主様・健康保険委員様宛に送付させていただきました。

今般、新たなメリット等の追加をいたしましたのでご案内いたします。

是非、エントリーをしていただきますようよろしくお願いいたします。

また、「生き生き事業所宣言」エントリー等がお手元にならない場合は、お手数ですが協会けんぽ群馬支部企画総務グループ（☎027-219-2100（代表））へご連絡ください。

※ご案内

[illegible]

○提携金融機関における「金利優遇」等

全国健康保険協会群馬支部は、「生き生き健康事業所宣言」をされた事業所及び従業員向けに、提携金融機関で借入をする際に、通常金利からの「金利優遇」等が受けられます。

◎提携金融機関

○事業資金貸付及び個人ローン

・群馬銀行

○個人ローン

・東和銀行 ・高崎信用金庫 ・アイオー信用金庫 ・利根郡信用金庫 ・館林信用金庫 ・北群馬信用金庫
・あかぎ信用組合 ・群馬県信用組合（金融機関コード順）

(注意)

- ・各金融機関での審査がありますので、融資が受けられない場合があります。
- ・優遇内容の詳細は、提携の各金融機関へ照会してください。



○従業員様向け等の健康セミナーの講師派遣(無料)

《協会けんぽからの提供メニュー》

栄養・食習慣編

「延ばそう！健康寿命～血管を守る食習慣～(仮)」

協会所属管理栄養士によるセミナー。群馬の健康課題や産業別の健診結果の特徴、更に事業所の健診結果を踏まえた健康づくりについて主に栄養・食習慣を中心にお話しします。その他、運動編(群馬県スポーツ協会等からの講師派遣)も現在検討中です。

(お問い合わせ先)全国健康保険協会群馬支部 保健グループ

027-219-2104(直通) 平日 8:30~17:15

《連携機関からの提供メニュー》

ライフプランセミナー

健康づくり全般の話、公的年金や社会保険制度、資産運用等をテーマに、群馬県職員と群馬銀行員等が行うセミナー。

(申込み先) 群馬銀行個人部ライフプランセミナー担当

027-254-7442(直通)

受付時間 9:00~17:00(土・日・祝休日、12/31~1/3を除く)

○若年層(35歳未満)従業員様への簡易血液検査の「補助」等

健康診断への費用助成の対象拡大のご要望により、全国健康保険協会群馬支部は、若年層(35才未満)の事業主・従業員の方の健康習慣の意識付けや健康情報の収集等で簡易血液検査の「補助」を試験的に実施いたします。

注：労働安全衛生法の定期健康診断等の代用とはなりません。

- ・実施対象者：「生き活き健康事業所宣言」登録事業所で、全国健康保険群馬支部に加入している

35歳未満の被保険者(事業主・従業員)

- ・実施期間：平成28年8月~ 平成28年12月(予定)

- ・実施人数：500名(先着順)

- ・自己負担：500円(本来：4,980円(税抜)+送料)

※差額を協会けんぽ群馬支部が補助

- ・検査方法：血液検査キットによる自己採血

- ・検査内容：一般的な健康診断と同様

(脂質代謝・腎機能・栄養状態・肝機能・糖代謝・尿酸)

※集計データについては、個人が識別・特定できない形で

保健事業等に活用させていただく事もあります。

健康診断を最後に受けたのは、いつですか?

お申し込み 入力にかかる時間は約10分です。10min

約1週間で検査結果がわかります。

血液検査セットが届く*
ご自宅の郵便ポストに投函されます。

採血する

採血 1. 刺し針を刺す 2. 刺し針を抜く 3. チップをボトルに押し込む 4. シリコンキャップを押し込む

採血済みボトルを送付
採取した血液を封筒に入れてポストに投函してください。

約1週間

結果をチェック 結果が出るとメールが届きます。スマホ・PCでご確認ください。

※検査キット到着までの期間中、お住まいの地域により異なります。

(画像提供:KDDI株式会社)

○活動量計の貸与等

従業員様の健康づくりのきっかけとして活動量計を貸与いたします。結果等について当支部保健師等よりアドバイスを付させていただきます。(お問い合わせ先：保健グループ：☎027-219-2104)

- ・「生き活き健康事業所宣言」エントリー事業所単位で貸与いたします。(個人単位は不可)

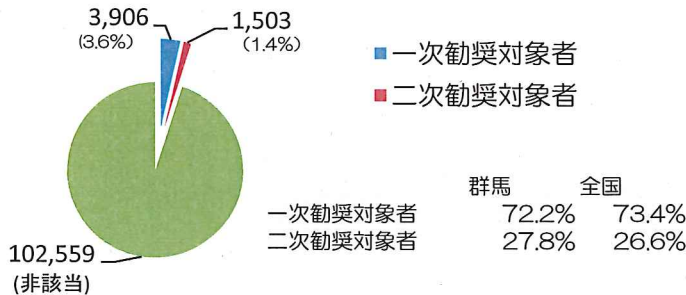
- ・貸与個数：上限100個(申し込み順)

※集計データについては、個人が識別・特定できない形で保健事業等に活用させていただく事もあります。

協会けんぽ群馬支部の未治療者への受診勧奨業務の実施状況 ～26年度健診受診者にかかる受診勧奨について～

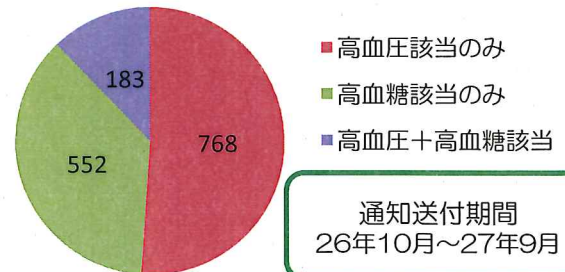
① 受診勧奨対象者の割合

生活習慣病予防健診受診者（40～74歳）：107,968件



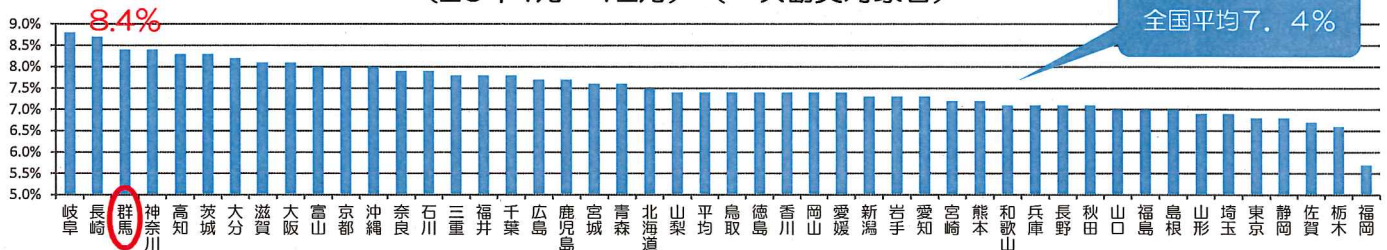
	群馬	全国
一次勧奨対象者	72.2%	73.4%
二次勧奨対象者	27.8%	26.6%

② 二次勧奨対象者の内訳



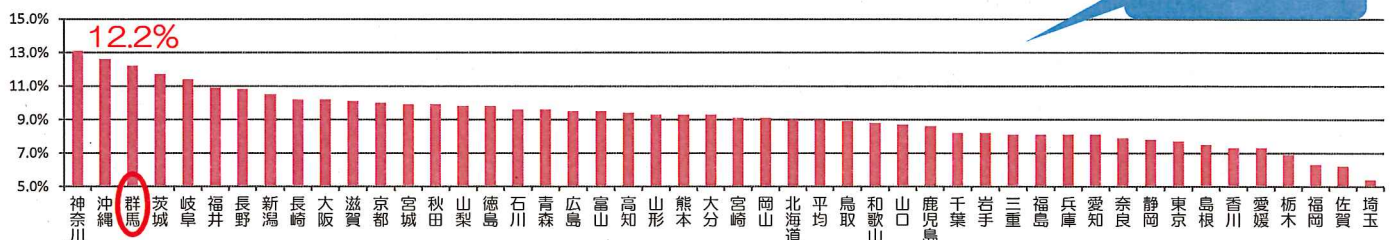
通知送付期間
26年10月～27年9月

③-1 26年度健診受診者にかかる受診勧奨通知送付後3か月間の医療機関受診状況 (26年4月～12月) (一次勧奨対象者)



群馬は、送付後の受診状況が全国3位
受診勧奨の効果が高い!!

③-2 (二次勧奨対象者)



協会保健師による二次勧奨実施後の医療機関受診状況 受診率21.1%

26年度健診分 二次勧奨実施（26年11月～27年11月）76件（電話 57件、文書 19件）に対し、受診した方16名（26年10月～28年2月レセプトにて確認）。電話・文書による効果の差なし。

* 勧奨通知に同封された回答書にて、未受診（受診予定なし）の方に対して、保健師による電話又は文書による勧奨（二次勧奨）を実施し、更に回答書提出のない方へは、一律文書による再勧奨も実施しています。

【未治療者への受診勧奨業務の実施状況まとめ】

- ・群馬支部では、二次勧奨対象者の割合が高く、高血糖より高血圧該当の割合が高い。
- ・受診勧奨通知送付による医療機関受診状況は一次勧奨、二次勧奨ともに受診率が全国平均より高く、全国3位であり、受診勧奨業務は着実に受診行動を促しつつあります。
- ・群馬支部の保健師による電話や文書による二次勧奨は、更に高い成果を得ている。
- ・協会保健師・管理栄養士による特定保健指導では、重症化予防を意識した指導と受診勧奨にも重点を置いて実施しております。

※ 協会けんぽでは、健診結果を健康寿命の延伸をめざす健康づくりにつなげる取り組みを丁寧に進めていきますので、ご理解とご協力をお願いいたします!!

協会けんぽ群馬支部の未治療者への受診勧奨業務の実施状況 ～26年度健診受診者にかかる受診勧奨について～

※参考1：勧奨対象者

一次勧奨対象者：40歳以上75歳未満の生活習慣病予防健診受診者のうち、**収縮期血圧・拡張期血圧・空腹時血糖・HbA1c**について要治療レベルの方

収縮期血圧	拡張期血圧	空腹時血糖	HbA1c
160mmHg	100mmHg	126mg/dl	6.5%以上

二次勧奨対象者：40歳以上75歳未満の生活習慣病予防健診受診者のうち、**収縮期血圧・拡張期血圧・空腹時血糖・HbA1c**について重症域の方

収縮期血圧	拡張期血圧	空腹時血糖	HbA1c
180mmHg	110mmHg	160mg/dl	8.4%以上

※参考2：協会けんぽ群馬支部における実施状況

平成27年度未治療者への受診勧奨実施状況

実施月	健診月	一次勧奨対象者	二次勧奨対象者 (再掲)	除外対象者	発送日	問い合わせ 件数	回答書情報				二次勧奨実施状況		
							返送件数	受診済み	未受診 (近日受診)	未受診 (予定なし)	電話勧奨	文書勧奨	返送無 への 文書再 勧奨
4月	平成26年 10月	632	176	8	5月7日	0	40	11	17	12	14	3	74
5月	平成26年 11月	547	171	10	5月29日	0	40	13	20	7	1	1	111
6月	平成26年 12月	342	85	4	6月30日	0	51	21	17	13	11	0	134
7月						0	22	10	8	4	1	1	118
8月	平成27年 1月	222	63	5	8月31日	0	0	0	0	0	2	0	67
9月	平成27年 2月3月	701	195	5	9月30日	0	13	4	6	3	1	0	50
10月						0	45	18	17	10	7	4	
11月	平成27年 4月	396	100	8	11月30日	0	4	1	2	1	0	2	136
12月						1	21	10	6	5	1	3	76
1月	平成27年 5-7月	1624	419	9	1月29日	0	0	0	0	0	0	0	0
2月	平成27年 8月	332	86	5	2月29日	0	116	45	39	32	16	13	298
3月	平成27年 9月	580	146	5	3月31日	1	43	17	20	6	6	0	70
合計		5376	1441	59		2	395	150	152	93	60	27	1134

* 協会けんぽ ステップアップ検査のご案内

● ステップアップ検査ってなに？

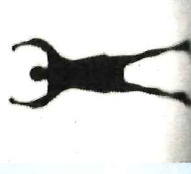
メタボ予防・改善のために、食事や運動習慣の見直しを3カ月以上続けた後にその効果を確認するための検査で、身体計測、血圧測定、血液検査等を行います。希望者は、**無料**で受けられます。

● ご利用いただける方

協会加入者（被保険者ご本人様）のうち、保健師または管理栄養士による特定保健指導（積極的支援、動機づけ支援）をご利用中であり、生活習慣改善を3か月以上努力されている方のうち**検査を希望する方**です。

● ステップアップ検査のご利用方法

アップ!!



健康の
ゴールは
間近！

予約の際は、「協会けんぽの
ステップアップ検査」
と伝えてください。

* 手続きの都合上、2週間以上
先の日程を予約してください。

申込書に予約内
容を記入し、協
会けんぽへ郵送

* 手続きの都合上
予約したら、すぐ
に申込書をお送り
ください。

検査機関（裏面
参照）に電話で
予約



ステップ

ホップ

ステップアップ
検査を受ける

担当保健師又は
管理栄養士から
のアドバイスを
受ける



検査結果が届く

検査の際は、
保険証と検査受付票
をお持ちください。



ステップアップ検査実施機関一覧表

※ご予約の際は、「協会けんぽのステップアップ検査」と伝えてください。電話予約後は、同封の申込書を協会までご郵送ください。

地区	実施機関名	住所	電話番号	受付担当者・部署
北毛	群馬県健康づくり財団	前橋市堀之下町16-1	027-269-7813	診療部
	前橋協立病院	前橋市朝倉町828-1	027-265-3511	健診室
	伊勢崎佐波医師会病院	伊勢崎市下植木町502	0270-26-7878	成人病検診センター
	中毛 鶴谷病院	伊勢崎市境百々421	0270-74-1800	健診センター
	日本健康管理協会 伊勢崎健診プラザ	伊勢崎市中町655-1	0270-26-7700	業務部
	石井病院	伊勢崎市波志江町1152	0270-21-3111	総合診療部
	角田病院	佐波郡玉村町上新田675-4	0270-50-3315	健診センター（大嶋）
	東毛 桐生厚生総合病院	桐生市織姫町6-3	0277-44-7160	医事課健診係
	真木病院	高崎市筑縄町71-1	027-363-8558	ドック健診センター
	三愛クリニック	高崎市金古町1758	027-373-3111	企画電算処理部
西毛	日高病院	高崎市中尾町886	027-362-1944	健診センター
	ヘルスパーククリニック(黒沢病院)	高崎市矢中町188	027-353-2277	高崎健康管理センター
	高崎中央病院	高崎市高関町498-1	027-323-2181	健診室
	ソフィアクリニック	高崎市南大類町888-1	027-352-8181	ステップアップ検査担当
	西毛 第一病院	高崎市下小島町1277	027-362-1811	健診支援室
	井上病院	高崎市通町55	027-322-3660	協会けんぽの健診担当
	くすの木病院	藤岡市藤岡607-22	0274-24-3111	ステップアップ検査担当
	公立碓氷病院	安中市原市1-9-10	027-385-8221	健診センター
	松井田病院	安中市松井田町新堀1300-1	027-393-1301	健診課（山田）
	正田病院	安中市安中1-16-32	027-382-1123	健康管理センター（加古）
北毛	須藤病院	安中市安中3532-5	027-382-3131	健診 ステップアップ検査担当
	沼田脳神経外科循環器科病院	沼田市栄町8	0120-40-2288	健康管理室
	原町赤十字病院	吾妻郡東吾妻町原町698	0279-68-0500	健診センター

事業所健康セミナー講師派遣事業のご案内

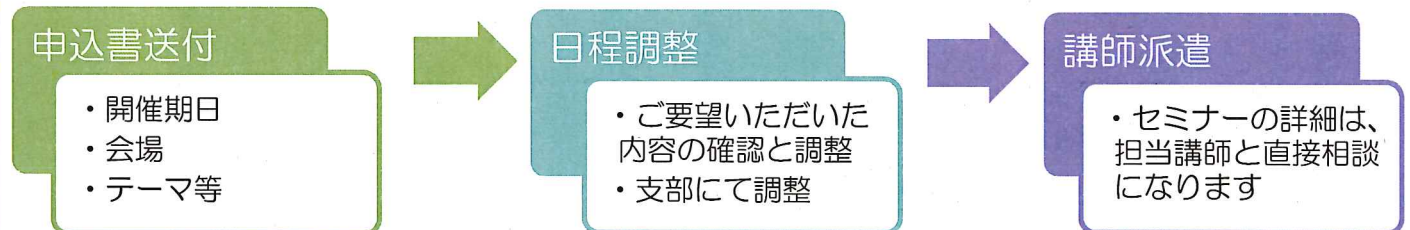
＊健康宣言事業所様を対象に従業員様向けの健康セミナーの講師を**無料**で派遣するものです。

《協会けんぽからの提供メニュー》

裏面の申込書にご記入の上、FAX 等にてお申込みください。

1	栄養・食習慣編 「延ばそう！健康 寿命～血管を守る 食習慣～(仮)」	協会所属管理栄養士によるセミナー。群馬の健康課題や産業別の 健診結果の特徴、更に事業所の健診結果を踏まえた健康づくりに ついて主に栄養・食習慣を中心にお話しします。 
2	運動編（準備中）	群馬県スポーツ協会等の運動指導者等 によるセミナーを予定しています。 

＊お申込みから講師派遣までの流れ



※申込みから講師派遣までは、2 か月程度要しますので、お早目にお申込みくださいますようお願いいたします。

お問い合わせ先：

全国健康保険協会群馬支部 保健グループ

〒371-8516 前橋市本町2-2-12 前橋本町スクエアビル4F

TEL：027-219-2104 FAX：027-219-2106

《連携機関からの提供メニュー》

ご利用にあたっては、連携機関担当に直接お申込みください。

ライフプラン セミナー	健康づくり全般の話、公的年金や社会保険制度、資産運用等をテーマに、群馬県職員と群馬銀行員等が行うセミナー。 (申込み先) 群馬銀行個人部ライフプランセミナー担当 027-254-7442 (直通) 受付時間 9:00～17:00 (土・日・祝休日、12/31～1/3 を除く)
----------------	---

事業所健康セミナー（協会けんぽ提供メニュー）申込書

事業所名	
事業所記号	
担当者名	
開催希望日程	第1希望：平成 年 月 日（ ）曜日 時 分～ 第2希望：平成 年 月 日（ ）曜日 時 分～ 第3希望：平成 年 月 日（ ）曜日 時 分～ ※開催日程については、申込み後に改めて調整させていただくこともございます。
開催会場	事業所内・事業所外 ※該当の方に○をつけてください
会場住所	〒（ ）
連絡先（TEL）	
参加予定人数	
セミナー内容への要望	
備考欄	

支部記入欄

受付日	担当者	講師派遣決定日	講師担当者

全国健康保険協会群馬支部保健グループ 宛

FAX : 027-219-2106

群馬の建設業界の健康診断結果の傾向と健康づくり

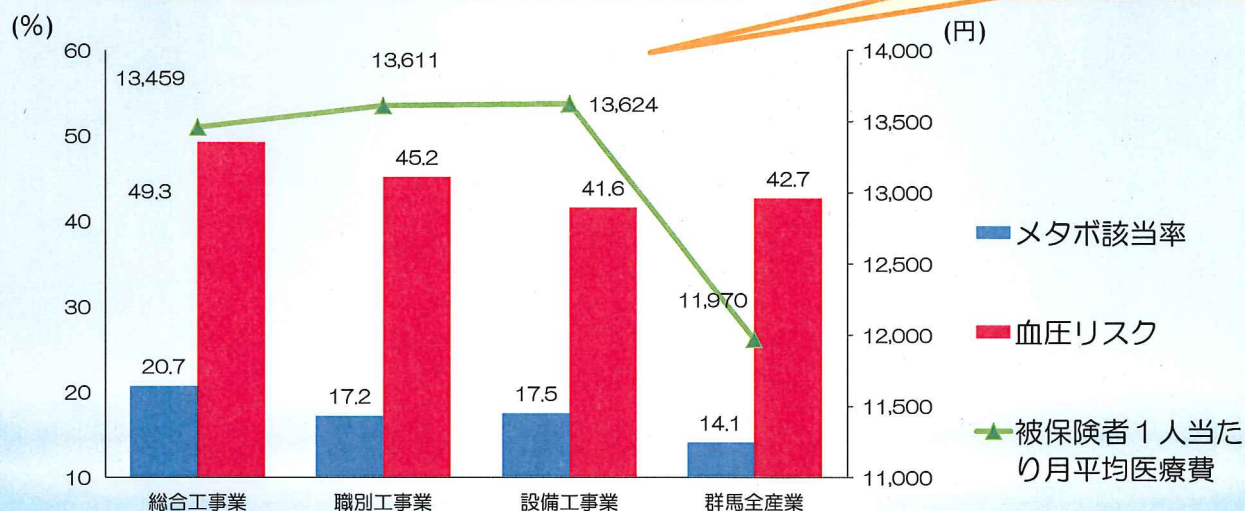


全国健康保険協会 群馬支部
協会けんぽ

群馬の建設業界の健康診断の傾向

メタボと血圧のリスクがかなり高く血管系の病気が発症しやすい状況です

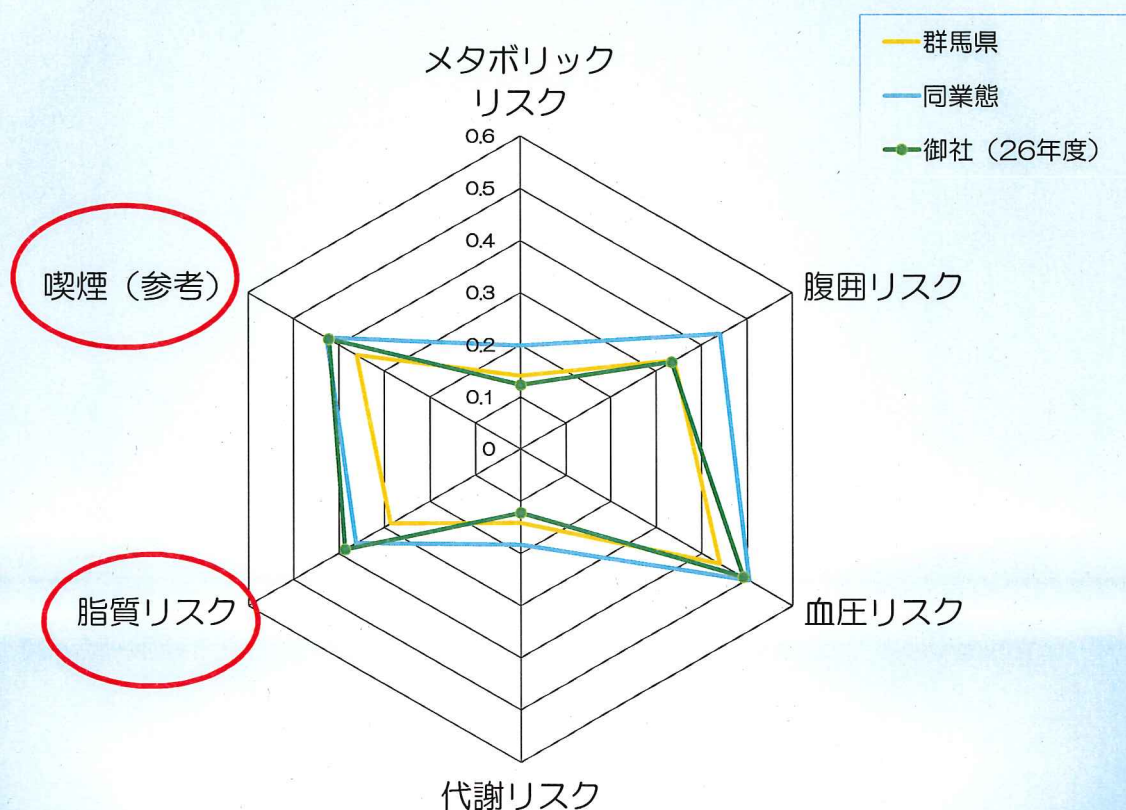
医療費が高い傾向!!



平成24年度群馬支部加入者健診結果（産業別）

*平成24年度に生活習慣病予防健診を受診した被保険者の健診結果のうち群馬に事業所のある方のデータを産業別に集計したものです。

生活習慣病のリスク保有率の比較



*メタボはなぜ問題？

腹囲 男性85cm以上
女性90cm以上



内臓脂肪蓄積型肥満

＋追加リスク

- ・ 血圧高値 130／85mmHg 以上
- ・ 脂質異常 中性脂肪 150mg/dl 以上
HDLコレステロール 40mg/dl 未満
- ・ 血糖高値 110mg/dl 以上

*メタボリックシンドローム（内臓脂肪蓄積型肥満）は、高血圧症や糖尿病などの生活習慣病の危険性を高め、動脈硬化を進行させて、心血管系の病気を招きます。慢性腎臓病とのかかわりも深く、血液透析治療などによる生活の質の低下は大きな課題です。

* ちょうどよく食べるために ②

血や肉になり
代謝を促し
抵抗力を高める

タンパク
質

主 菜



からだの調子
を整える

食物繊維
ビタミン類

副 菜



カルシウム
ビタミン類

主 食



エネルギー源
として
体温や力の基

糖質



乳製品
と果物

からだを動かす効果あれこれ!!
ウォーキングであなたの心もからだも生き生き

1日あたりの「歩数」「中強度活動(速歩き)時間」と 「予防(改善)できる病気・病態」

歩数	速歩き時間	予防できる病気・病態
2,000 歩	0 分	●ねたきり
4,000 歩	5 分	●うつ病
5,000 歩	7.5 分	●要支援・要介護 ●認知症(血管性認知症、アルツハイマー病) ●心疾患(狭心症、心筋梗塞) ●脳卒中(脳梗塞、脳出血、くも膜下出血)
7,000 歩	15 分	●がん(結腸がん、直腸がん、肺がん、乳がん、子宮内膜がん) ●動脈硬化 ●骨粗しょう症 ●骨折
7,500 歩	17.5 分	●筋減少症 ●体力の低下(特に75歳以上の下肢筋力や歩行速度)
8,000 歩	20 分	●高血圧症 ●糖尿病 ●脂質異常症 ●メタボリック・シンドローム(75歳以上の場合)
9,000 歩	25 分	●高血圧(正常高値血圧) ●高血糖
10,000 歩	30 分	●メタボリック・シンドローム(75歳未満の場合)
12,000 歩	40 分	●肥満

さあ あなたも
一緒に!



活動量計を用いた活動量調査のご案内

＊健康宣言事業所の事業主様・従業員様に無料で活動量計を貸出し、1週間の歩数等の活動量を調査し、個別のアドバイスをご提供することで、皆様の健康づくりを応援するためのメニューです。

＊お申込みから調査結果報告までの流れ

調査申し込み (事業所様)

- ・申込書の提出 **裏面の申込書にご記入の上、FAX等にてお申込みください。**
- ・活動量調査期間と活動量計貸出数の確認

調査セット送付 (協会)

- ・活動量チェックシート
- ・活動量計
- ・活動量計貸出・返却票

調査実施 (事業所様)

- ・調査参加者への配布（活動量チェックシート、活動量計）
- ・1週間の調査実施（勤務日・休日を問わず1週間連続して計測）
- ・参加者からの回収（チェックシート、活動量計）
- ・協会けんぽへのご返送（チェックシート、活動量計、貸出・返却票）

結果報告 (協会)

- ・活動量チェックシートをもとに調査結果を作成
- ・事業所様に個別調査結果と記念品を送付

※活動量チェックで得られた情報は、個人が特定されない方法で統計分析等に活用される場合があります。

お問い合わせ先：

全国健康保険協会群馬支部 保健グループ

〒371-8516 前橋市本町2-2-12 前橋本町スクエアビル4F

TEL：027-219-2104 FAX：027-219-2106

活動量計を用いた活動量調査申込書

事業所名	
事業所記号	
担当者名	
貸出希望期間	第1希望： 平成 年 月 日 ～ 平成 年 月 日 第2希望： 平成 年 月 日 ～ 平成 年 月 日 第3希望： 平成 年 月 日 ～ 平成 年 月 日 ※貸出期間については、申込み後に改めて調整させていただくこともございます。
送付先住所	〒（ ）
連絡先（TEL）	
貸出希望数	
備考欄	

支部記入欄

受付日	支部担当者	発送日	発送担当者

全国健康保険協会群馬支部保健グループ 宛

F A X : 0 2 7 - 2 1 9 - 2 1 0 6