

健康づくりや医療費節約など暮らしに役立つ情報誌

ひろしま企業健康宣言通信

令和5年 **冬号**



協会けんぽ広島支部
マスコットキャラクター
健康いろは

いろか

IROHA & KAEDE



協会けんぽ広島支部
マスコットキャラクター
健康かえで



ひろしま企業健康宣言
健康づくり優良事業所



新年のご挨拶

明けましておめでとようございます

皆様におかれましては、健やかに清々しく新しい年をお迎えのことと、心よりお慶び申し上げます。旧年中は格別のご厚情を賜り、誠にありがとうございました。

さて、私ども協会けんぽ広島支部では、本年も職員一丸となって、加入者皆様のお役に立てる健康保険事業に邁進してまいります。具体的には、「適正で迅速な給付」「加入者の健康増進」「健康経営の推進」などに努めてまいりますので、何卒倍旧のご支援とご協力を賜りますよう、よろしくお願い申し上げます。

弊社では、「健康経営」の普及に更に尽力するとともに、「健康づくりの好循環」の定着・拡大を目指しております。

年に一度は必ず健診を受診し、その結果により保健指導や早期に医療機関を受診することで、重症化予防や健康維持が期待できます。このことは皆様の充実した社会生活の実現、ひいては、健康寿命の延伸につながりますので、この「健康づくりの好循環」の浸透を更に更に目指していきたく考えております。

最後に皆様のご健勝と各事業所様の益々のご発展を心より祈念申し上げ、新年のご挨拶いたします。

全国健康保険協会広島支部

支部長 神田 和幸



協会けんぽ広島支部からのトピックス

■ヘルスケア通信簿をお送りします！

従業員の皆様の健康課題を把握していただくために、「健診結果」や「医療費」に基づき「ヘルスケア通信簿」を発行しています。

本年は令和5年1月31日に、令和3年度までに受診された集計値を3年度分掲載した「ヘルスケア通信簿」をお送りする予定です。

健康課題や取組状況を従業員に情報を共有いただき、事業所で健康づくりの取組みをさらに推進していただくために「ヘルスケア通信簿」を是非ご活用ください。

■新 同業種集計版をお送りします！

事業所ごとの「ヘルスケア通信簿」につきましては、個人情報保護の観点から、個人が特定される恐れを防ぐために、被保険者が10名以上（令和4年3月31日時点）の事業所様のみにお送りしています。

このたび、小規模事業所様（被保険者5名から9名の事業所）には、貴社と同業種の事業所を全て集計した「ヘルスケア通信簿（同業種集計版）」をお送りします。

健康課題を把握しましょう

ヘルスケア通信簿で何がわかるの？

- 加入者（従業員+家族）の1人当たりの医療費について、広島支部全体、同業種と比較することができます。
- 貴社の従業員の「健診受診率」「特定保健指導実施率」について比較することができます。
- 貴社の従業員の方で
 - ・メタボリックシンドローム・糖尿病
 - ・高血圧・高脂血症・喫煙率 等のリスクをお持ちの方の割合がわかります。

血糖、血圧などのリスク因子に「おすすめのプラン」を掲載！

～協会けんぽ広島支部加入企業の事業主の皆様へ～

元気な職場づくりには、「健康経営」がオススメです

ヘルスケア通信簿から
見つけよう**健康課題**！

～「健康づくりの好循環」の定着を目指して～

「健康経営」のステップアップとして、自社の健康課題を見つけてみましょう！

ヘルスケア通信簿から健康づくりの好循環の定着を図りましょう

全国健康保険協会 広島支部
協会けんぽ (2023.1)

「ヘルスケア通信簿から見つけよう健康課題！」



全国健康保険協会 広島支部
協会けんぽ

【お問い合わせ先】
企画総務グループ

☎ 082-568-1014(直通)
受付時間：平日8:30～17:15

「特定保健指導」に該当した…健康を手に入れるチャンスです！

将来的に大きな病気を発症するリスクを減らすプログラム…それが「特定保健指導」です。健診結果から、生活習慣病（メタボリックシンドローム）の危険度が高いと判断された方に、**保健師や管理栄養士がサポート**（健康相談やアドバイス）します。



健康サポート(特定保健指導)が**“無料”**で受けられます！

受け方は
2パターン

おすすめ

健診当日に健診機関で

健診当日に初回面談が可能です。
※受診する健診機関によります。



担当者様へ

健診機関からご案内があったら、**利用のお声かけ**をお願いします。

後日、職場で実施

協会けんぽから事業所様にご案内をお送りします。



担当者様へ

職場でのスケジュール調整と場所のご用意をお願いします。
Web面談もぜひご利用ください！

ご利用者の結果

健康のアドバイスを受け、「感謝の声」をいただいています

● 毎日、甘味飲料を1日1000ml以上飲んでいた方

含まれる砂糖の量と健診結果（体重増加や脂質異常、血糖値上昇等）を伝える
⇒無糖の飲み物に切り替えるきっかけができ、体重が減少

● 毎日、日本酒・ビール・酎ハイなど適量以上飲み、血圧・脂質異常・血糖値が高く動脈硬化のリスクが高い方

「休肝日の設定」をアドバイス
⇒金・土・日曜日の飲酒に減らし、休肝日を週4日にされると飲酒量が自然に減少

● 禁煙を考えているが、取り組みができていなかった方

カレンダーに禁煙できた日付に○を付けていくと励みになるとアドバイス
⇒実際に、カレンダーに○を付けてみたら、禁煙を継続することができた