

令和4年
8月号

健康保険委員だより



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

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



目次

始めよう、健康経営！
目指そう、健康経営優良法人！ P2-7

協会けんぽ広島支部の
『健幸コラム』『健幸レシピ』 P8-9

健康保険委員様へお知らせ P10-11
セミナーのご案内



全国健康保険協会 広島支部
協会けんぽ

始めよう、健康経営！目指そう、健康経営優良法人！

企業が従業員を会社の貴重な財産ととらえ、会社の成長のために従業員の健康づくりに積極的に取り組み、企業の生産性向上やイメージアップにつなげていく『健康経営[®]』が全国的に高まりを見せています。創設から7年目を迎える『健康経営優良法人』制度は、昨年の認定数(中小規模法人部門)が全国で**過去最大の12,255 法人**となり、広島県でも**全国で9 番目となる284 法人**が認定されている今、注目の認定制度です。 ※健康経営[®]はNPO 法人健康経営研究会の登録商標です。

STEP 1

「ひろしま企業健康宣言」

健康経営を思い立ったら今！どなたでもエントリー可能です。
広島県で**3,400 社以上がエントリー**しており、エントリーすると、広島支部から健康経営に関する様々なサポートを受けることができます。

宣言内容

- ① 経営者自ら率先し取り組むこと
- ② 健康づくり担当者の設置
- ③ 健康課題の把握・改善
- ④ 『健康づくりの好循環』の定着
(定期健診全員受診、特定保健指導35%以上、要治療者の受診勧奨)
- ⑤ 労働基準法等、法令の遵守
- ⑥ 事業所内での取組実施

エントリーはFAX または郵送で！

未エントリーの事業所様には
エントリーシートを同封して
います。

※8/10 時点の情報です。
行き違いの場合はご容赦ください。

例えば…
・ラジオ体操の実施
・禁煙の推進
・消毒液の設置 など

健康宣言について
詳しくはこちら



STEP 2

「健康づくり優良事業所」の認定

毎年5月頃送付する、「チェックシート」(前年度の取組状況をチェック)の結果が、60点以上の事業所様を「健康づくり優良事業所」として認定し、「認定証」をお送りします。

内容

項目のチェックで記入は
簡単！STEP3の『健康
経営優良法人』の認定に
つながる内容になっています。

今年度実績

1,417 社が認定されま
した。(8/12 現在)

認定基準について

点 数	認定の表示(★の個数)
90点以上	★★★★★
75点以上90点未満	★★★★
60点以上75点未満	★★★



今年度から、認定されるとロゴマークの使用が可能に！名刺や自社のホームページでお使いいただけます。

STEP 3

「健康経営優良法人」の認定

国(経済産業省)と日本健康会議が実施する、優良な健康経営を実践している法人を顕彰する制度です。優良法人の申請には、STEP1の『ひろしま企業健康宣言』のエントリーが**必須**です。

申請時期

例年8月下旬～10月下旬→翌年3月頃に認定
**健康経営優良法人2023の申請はもうスタート
しています！**

申請方法

経済産業省のホームページから行います

経済産業省 健康経営優良法人

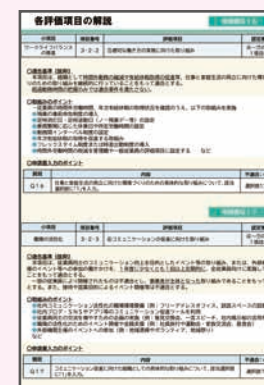
検索



広島支部の申請サポート

1

「健康経営優良法人サポートブック(中小規模法人部門)」
(広島支部作成)を冊子でお届け



【送付時期】ひろしま企業健康宣言にエン
トリー済みの事業所様：9月中旬頃
9月以降にエントリーした事業所様：順
次送付

申請書の記入はこの1冊で完結！
入力済の申請書について、協会けんぽ広島
支部がサポートする「申請書の確認アドバ
イス」も任意でご利用いただけます。

2

健康経営優良法人セミナー(オンライン)の開催(参加無料)

外部講師より、認定制度をわかりやすく解説、サポートします。
セミナーの詳細は、最終ページをご覧ください。

健康経営優良法人 認定のメリット

「健康経営優良法人認定」を目指し、従業員の健康づくりに取り組むことで、モチベーションなどの満足度が向上するとともに、従業員の健康管理を経営的な視点で考え、健康経営に取り組んでいる企業とし、社会的に評価を受けることが期待できます。

従業員の生産性向上

従業員が健康になると、仕事に対するモチベーションが高まり、一人ひとりの生産性の向上につながります。

企業のイメージアップ

健康な従業員が増えることで、安定した経営につながり、企業のブランド価値が上がります。また、求職者へのアピールとなり、人材獲得につながります。

インセンティブ

自治体から表彰を受けたり、一部の金融機関では、認定制度に対する金利優遇制度などがあります。

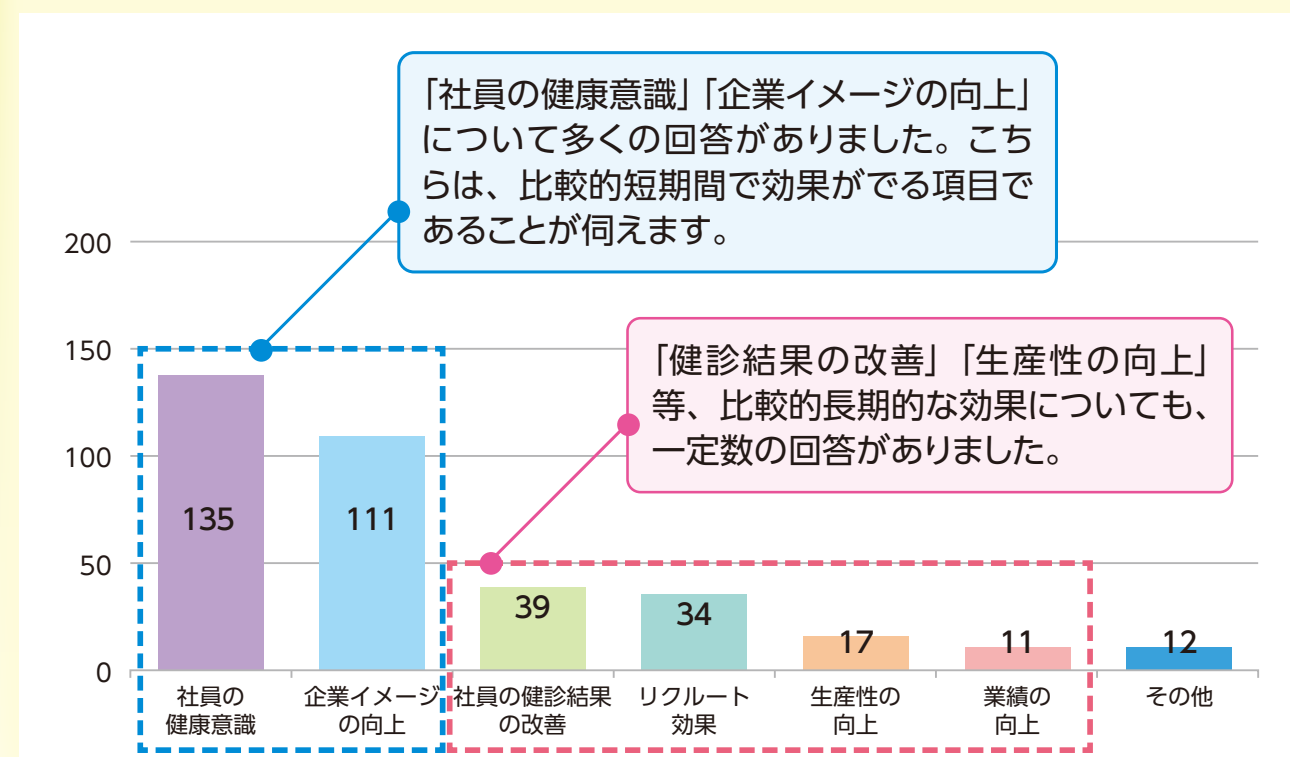
ロゴマークが使用可能に



従業員の健康づくりに積極的な「優良企業」として全国にアピールできます！

認定取得の効果について

健康経営優良法人 2022 の認定を受けた協会けんぽ広島支部適用の企業様にアンケートを行い、認定取得の効果について、次のような回答がありました。(複数回答可)



健康経営優良法人2022 アンケート結果より(197社より回答あり)

認定取得の企業様にインタビューしました

健康経営優良法人
2022 認定企業

ジェネシスアイ 株式会社 様

事業所概要

ジェネシスアイ 株式会社

(東広島市八本松西 1-5-7)

【従業員数】 9 名

【事業内容】 情報サービス業

・システムコンサルタント事業

・コンピュータソフトウェアの企画、開発、保守

・労働者派遣事業

・優良職業紹介事業

・通信販売業務

【ホームページ】

www.genesiseye.jp



代表取締役 山本 武司 様
社員の皆さま

認定取得のきっかけを教えてください。

仕事を行う上で、従業員が健康でないと十分にパフォーマンスを発揮できず、ミス、事故を起こす可能性があることに気がつきました。

協会けんぽのホームページを閲覧していたところ、ひろしま企業健康宣言の記載があり、その内容を読んで健康経営の重要性を知り、企業イメージのアップにもつながると思い、健康経営の取り組みを始めたのがきっかけです。

認定取得によってどんな効果を実感されていますか？

従業員の健康に対する意識が変わりました。

企業イメージの向上で、採用時のアピールになっています。

重点的に取り組まれている健康づくりについて教えてください。

作成した定期健康診断一覧表を用いて、毎月受診対象者のチェックを行い、対象者へ連絡をすることで、定期健康診断の受診を促進しています。

また、協会けんぽからのメールマガジンを全社員に共有して、健康に関する意識向上を図っています。

運動の増進に向けた取り組みは何かされていますか？

40 歳以上の従業員は、血圧、体重、腹回りの測定した結果を月単位のシートに記載し、提出を行っています。記載している測定内容をチェックして、食生活の改善、有酸素運動の促進等の指導を行っています。

次回の認定取得に向けての意気込みなど教えてください。

健康経営優良法人の認定取得に向けて、現在の取組を継続的に実施することで、従業員の健康維持に努め、労働生産性の向上、人材の確保、企業イメージを更にアップできるように励んで参ります。

ご活用ください！

『健幸コラム』・『健幸レシピ』好評配信中

月1回のメールマガジンで『健幸コラム』を、また、健康保険委員様向けメールマガジン（3か月毎に配信）で『健幸レシピ』を好評配信中です。ダウンロードが可能となっておりますので、従業員のみなさまの健康づくりにどうぞお役立てください。

2022年
7月号

協会けんぽ広島支部の『健幸コラム』 歯の健康 ～歯周病について～

『健幸コラム』
2022年7月号

政府が2022年6月に決定した「骨太の方針」で、「国民皆歯科健診」の導入が検討されています。歯を失う原因の80%以上は、「歯周病」もしくは「むし歯」によるものと言われています。人生100年時代、自分らしく豊かな生活を送るために、今から歯と口のケアを行っていきましょう。

■ 歯周病とは

歯周病は、歯の周囲の汚れ（プラーク）の中に含まれる細菌の毒素で歯ぐきに炎症が起き、また進行すると、歯を支える骨が溶けていき、歯がグラグラしたり抜けたりします。むし歯と異なり痛みがでないことが多いため、初期段階ではあまり自覚症状がありません。

■ 歯肉炎

歯周病の初期の段階です。歯と歯ぐきの境目が赤く腫れたり、触れると出血したりします。この段階では、歯と歯ぐきの周りのプラークを、歯ブラシで適切に除去すれば、健康な状態に戻すことができます。

■ 歯周炎

歯肉炎がさらに進行した状態で、歯科治療が必要です。歯ぐきの腫れや出血だけでなく、歯がグラグラしたり、歯周ポケットから膿が出たり、口臭などもみられるようになります。

■ 歯周病のセルフチェック

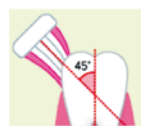
次のような症状があったら、歯周病の可能性があります。歯科医療機関で検査を受けましょう。

- ・朝起きたときに、口の中がネバネバする
- ・歯みがきのときに出血する
- ・硬いものが噛みにくい
- ・口臭が気になる
- ・歯ぐきがときどき腫れる
- ・歯ぐきが下がって、歯と歯の間にすきまができてきた
- ・歯がグラグラする

■ セルフケアで歯周病予防

・ 歯ブラシは45度に当てる

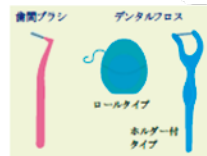
歯周病菌が増えやすい歯周ポケットの清掃には、歯ブラシの毛先を歯と歯ぐきのすき間に45度の角度で当て、軽い力で細かく動かしましょう。



健康づくりに関するコラムです。健康経営の一環として従業員のみなさまに周知、また、衛生委員会の資料としてもご活用いただけます。

・ 自分に合う歯間ケアアイテムを活用

歯ブラシの届かない歯と歯の間は、デンタルフロスや歯間ブラシで歯垢を除去しましょう。歯科専門家のアドバイスを受けて、自分に合ったものを選びましょう。



このコラムはわたしが担当しました！

水戸文子 保健師

雨ニモマケズ、風ニモマケズ、原付バイクで訪問しています。広島市内担当の保健師です。



2022年
6月号



このレシピは わたしが担当し
監修/管理栄養士 倉石
野菜と果物が大好きで、時短
得意です。

『健幸レシピ』
2022年6月号

協会けんぽ広島支部の『健幸レシピ』

おくら・えのキューごまポン和え

揚げ物や照り焼きなどの副菜にプラス。整腸作用・メタボ改善効果が期待できます。1人分で野菜たっぷり180g(半日分)が摂れるレシピです。



材料(2人分)

- 冷凍刻みおくら 2/3袋(100g)
- えのき 小1袋(100g)
- きゅうり 1本(100g)
- プチトマト 6個(60g)
- ポン酢 大さじ
- すりごま 小さじ

■ 1人分 65kcal
■ 食物繊維 6g

健康保険委員様メルマガ『健康プラス』で限定配信。通年調達できる身近な材料を使い、簡単ステップですばやく栄養満点な料理が完成！メルマガの配信手続きがまだの場合は、下記からお手続きください。

えのきは3cm切り落とす。半分長さに切り、ほぐしながら耐熱容器に入れ、レンジで1分半～2分加熱する。

レンジ加熱の間に、きゅうりをせん切りにする。プチトマトを半分に切る。

①のえのきが熱いうちに凍ったままオクラを混ぜる。すりごま、②の野菜を加え、よく混ぜ合わせる。

★お好みで、ラー油・豆板醤を加えても美味しい。

健康メニュー例

メルマガ登録手順

- ①メールマガジンの登録ページにアクセス（広島支部ホームページ）
- ②属性を「健康保険委員」として登録
※既に登録している方は再登録

■ 1人前 570kcal ■ 食物繊維12g

所要時間5分

委員ならではの役立ち情報をお届け！



- 登録がまだの方
- 「健康プラス」を受信していない方

▼登録はこちら



▼パソコンからはこちら

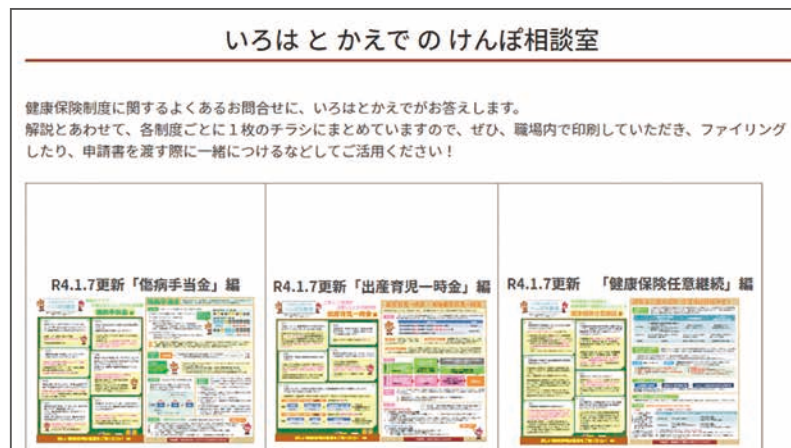
協会けんぽ広島
メルマガ

検索

健康保険委員様へお知らせ

『健康保険委員の部屋』をご活用ください

広島支部ホームページに『健康保険委員の部屋』を設置しています。「いろはとかえでの相談室」では、健康保険制度に関するよくあるお問合せに、いろはとかえでがご答えします。解説とあわせて、各制度ごとに1枚のチラシにまとめていますので、ぜひ、職場内で印刷していただき、ファイリングしたり、申請書を渡す際に一緒につけるなどしてご活用ください！



委員ならではの
お役立ち情報を
掲載！



健康保険委員に変更があったら…

退職や異動により、健康保険委員の変更があった場合は、**「健康保険委員交代届」**の提出をお願いします。
※お便りにも同封しています。



健康保険委員は、
協会けんぽの被保険者の方に
お願いしております



広島支部ホームページへアクセス！

『健康保険委員の部屋』
健康保険委員交代届



広島支部ページ
▶「健康保険委員」
のカテゴリーをクリック！

協会けんぽ広島支部 健康保険委員

検索



スマートフォン、
タブレットは
こちら

新型コロナウイルス感染症による 傷病手当金について



新型コロナウイルスによる傷病手当金の対象となる方

- 新型コロナウイルス「陽性」の方
- 発熱等の症状があり、新型コロナウイルス感染が疑われる方
※「陰性」や「濃厚接触者」で症状のない方は対象になりません。

療養担当者(医師等)の証明(申請書4ページ目)は不要です

「発病時の状況」(申請書2ページ目)の記載欄に、症状等の詳細をご記入ください。
なお、症状に関してより詳細に記入いただける「療養状況申立書」への記載・添付
についてご協力をお願いします。※長期に療養する場合は、添付をお願いする場合があります。

- 「療養状況申立書」はホームページに掲載しています
広島支部ホームページ>広報>新型コロナウイルス感染症に係る傷病手当金について

新型コロナウイルス感染症の急激な感染拡大を踏まえた臨時的な措置です。
今後取り扱いが変更になる場合もありますので、あらかじめご了承ください。

仕事中・通勤途中に怪我をしたら…

➡ **保険証を使うことはできません！**

誤って保険証を使用した場合



保険証を使用した医療機関等に労災保険への切り替えができるかを確認
してください。
切り替えができない場合、**協会けんぽに7割～8割分の医療費(健康保険
負担分)を返還し**、いったん医療費全額を自己負担した上で、労災保険へ
請求することとなります。

令和5年1月から 申請書の様式が変更されます

事務処理の効率を高め、円滑に給付金をお支払い
するため、新様式をご使用いた
だきますよう、ご協力をお願い
いたします。

※新様式の申請書は、令和4年11月頃
ホームページに掲載予定です。



健康保険委員だより (令和4年8月号)

〈発行〉全国健康保険協会 広島支部
協会けんぽ

〒732-8512
広島市東区光町1-10-19 日本生命広島光町ビル

お問合せ
はこちら 電話番号 082-568-1014
平日のみ 8:30～17:15
※おかけ間違いにご注意ください



広島県
主催

優良事例に学ぶ!

健康経営セミナー

参加費
無料

令和4年

9月26日(月)

14:00 ▶ 16:00

オンライン (Zoom)

プログラム

1 基調講演 経営戦略として考える健康経営のすすめ

【講師】一般社団法人ヘルスケアマネジメント協会
代表理事 振本 恵子 氏

お申込みは
こちら



2 事例紹介 ~健康経営を実践する企業の実例~

- 職場活性化の健康づくりイベントの開催
社会医療法人千秋会 井野口病院 様
- メンタルヘルス資格取得の取組・社内保健師面談
株式会社 熊平製作所 様
- 衛生講和活用・社内イベント・メンター制度
株式会社 ネクストビジョン 様

◆申込方法

広島県ホームページの専用フォー
ムからお申込みください。

◆お問い合わせ

広島県健康づくり推進課
健康経営推進グループ TEL:082-513-3214

協会けんぽ
広島支部主催

健康経営優良法人 オンライン セミナー



参加費
無料

当セミナーでは、経済産業省の「健康経営優良法人認定制度」をわかりやすく解説、サポートします。
全国、約 12,000 社の中小企業が取得している今注目の認定制度です。ご参加をお待ちしております。

令和4年

10月5日(水)

14:00 ▶ 16:00 (最大)

Zoom ウェビナー

プログラム

1 健康経営優良法人 2023 (中小規模法人部門) の申請について

【講師】住友生命保険相互会社
中国四国法人ブロック法人部
北川 浩嗣 氏

◆申込方法

- ①協会けんぽ広島支部ホームペー
ジに掲載の「健康経営優良法人
セミナー」をクリック。
- ②登録された「メールアドレス」
に閲覧用のURLが届きます。

お申込みは
こちら



2 協会けんぽ広島支部のサポート

【説明】協会けんぽ広島支部職員

◆お問い合わせ

全国健康保険協会広島支部
企画総務グループ TEL:082-568-1014