

健康経営優良法人認定に向けた無料訪問サポートのご案内

「健康経営優良法人 2025」が発表されました！

※『健康経営®』はNPO法人健康経営研究会の登録商標です。

宮城支部の加入事業所様では、大規模法人部門で**12社**、中小規模部門で**497社**が認定されました！

認定事業所は年々増加しており、健康経営®の取り組みが広がりを見せています。

宮城支部では

優良法人を
目指したい！

基礎から始めたい！



という事業所様に対して、優良法人認定に向けた
無料訪問サポートのご案内をしています！

ぜひご活用
ください！

詳しくはこちら▶



「失った歯を放置することのデメリット」

最初に口の機能面に関する影響から解説します。

●食べ物が噛みにくくなる ●むし歯、歯周病になりやすくなる ●口臭が強くなる ●歯が折れる可能性が高くなる

歯の機能面から考えると、まずは食べ物が噛みにくくなります。食事は毎日3回行うことですから、咀嚼がしにくいことは大きなストレスになります。また、むし歯や歯周病になりやすくなったり、口臭が強くなったりすることもあります。

次に、生活に対する影響

●認知症、糖尿病、高血圧、発症のリスクが高まる ●胃腸が悪くなりやすくなる ●咀嚼力が低くなりストレスを感じやすくなる

●慢性的な肩こり、腰痛のリスクが高まる ●発音に支障が出る

歯は1本失われただけで、生活全般に影響を及ぼすようになります。

脳への刺激が少なくなることで認知症のリスクが高まったり、摂取できる栄養素の偏りによって糖尿病や高血圧のリスクも高まったりするでしょう。また、咀嚼が十分にできないことで胃腸への負担が増加する可能性もあります。なお、肩こりや腰痛のリスクが高まるとも言われており、歯がないことによる発音への支障も懸念されます。

歯が抜けたまま放置すると、生活全般に対しさまざまな影響が及ぶ可能性があるでしょう。

最後に見た目に対する影響

●歯並びが悪くなる ●顔の形がいびつになる ●老けて見られる ●歯茎の位置が下がり歯が長く見える

歯が抜けた状態で放置すると、健康な歯が徐々に歯がない場所に移動してくることがあります。そのため歯並びが悪くなってしまい、その影響で顔の形まで変わることも考えられるでしょう。

また、咀嚼のしにくさによって表情筋が衰え、老けた印象になることも。歯が失われた状態が長く続くと、歯の骨が溶解されて歯茎が下がり、歯が長く見えるようにもなります。歯が失われることにより、顔の印象が大きく変わってしまうこともあるかもしれません。

歯が抜けたままの状態になっている場合は、可及的速やかに、歯医者さんに相談をしましょう。

一般社団法人宮城県歯科医師会 地域保健部会 副部会長 鈴木 宏明

協会けんぽ宮城支部 令和7年5月

だてっこ みやぎ 63号



健康保険委員
研修会の
アンケート
結果はこちら

職場内で閲覧してください。

従業員の皆様の健康を守るために 健康づくりの第一歩！生活習慣病予防健診を受診しましょう！



健康に働き続けるためには、「健康づくりサイクル」を回すことが重要です。

健康状態を確認するために**健診を毎年受けましょう！**

35～74歳の方は「生活習慣病予防健診」をご利用ください。

協会けんぽの生活習慣病予防健診は、

血圧測定	血液検査	尿検査	心電図検査
胸部エックス線検査	胃部エックス線検査		
便潜血反応検査			

メタボリックシンドロームとともに

肺	胃	大腸
子宮	乳房	

までカバー！

※子宮頸がん検診、乳がん検診は、別途自己負担が必要です。



健診を受けた後の行動こそが大切です！

健診はあくまでも現在の健康状態をチェックするための手段です。

生活習慣の改善が必要

**特定保健指導を
利用しましょう！**

保健師・管理栄養士等が
健康づくりをサポートします。

医療機関への受診が必要

医療機関に早期受診を！

「症状」が出る前の受診が大切です。
放置せず受診の計画をたてましょう。



日々の健康づくりも
忘れずに！



バランスの良い
食生活



禁煙等



適度な運動

NEWS!

仙台赤十字病院で受診できるようになりました！

一般健診に加えて、付加健診、乳がん・子宮頸がん検診、肝炎検査も受診可能です。

お問い合わせ先 仙台赤十字病院 健診センター

〒982-0801 仙台市太白区八木山本町2丁目43-3
TEL:022-243-1111



その他の健診機関一覧はこちら

お問い合わせ先 協会けんぽ宮城支部 保健グループ TEL:022-714-6850

(音声ガイダンス「2」をご選択下さい。)

●編集後記●

最後までお読みいただきありがとうございます！

今年もあっという間に半年近くが経ち、5月になりましたが皆様どうお過ごしでしょうか。

過ごしやすい時期も終わりつつあり、これからより一層じめじめしてきますね。

ところで、5/31は世界禁煙デーだそうです。近年たばこの値段もだいぶ高くなってきたこともあり、禁煙できれば金銭もよくなるかもしれませんね！

さて、季節の変わり目は気温の変化が激しいですが、皆様におかれましても、体調を崩されぬよう是非ご自愛いただければと思います。

(第63号担当 根岸)

編集・発行

全国健康保険協会 宮城支部
企画総務グループ

〒980-8561
宮城県仙台市青葉区中央 4-4-19
アーバンネット仙台中央ビル 14 階

TEL:022-714-6850
(音声ガイダンス「4」をご選択下さい。)
FAX:022-714-6857



協会けんぽ宮城支部
公式LINEの登録はこちら



協会けんぽ宮城支部
メルマガの登録はこちら



ベガルタ仙台とコラボした
健康動画が一般公開されました！

ぜひご覧ください！



血圧編



脂質編



代謝編



令和6年度 健康保険委員研修会 で皆さまにお伝えした主な内容

医療費を抑えるための 3つの取り組み



健診・保健指導の利用 インセンティブ制度にも反映されます!

生活習慣病予防健診

- 自己負担額は、一般健診の場合、最大**5,282円**
- 令和7年度の健診のご案内は**3月下旬**に**事業所様宛**にお届けしています。

35~74歳の被保険者様が対象

特定保健指導

健診は受けた後が大切です!

- 生活習慣病の発症リスクが高いとされた**40~74歳**の方を対象に保健指導を行っています。

被保険者様は無料で受けられます!

事業所様へのお願い 従業員の方が健診・保健指導を受けられるように周知・環境の整備をお願いいたします。

上手な医療のかかり方で医療費を節約

スイッチOTC医薬品

医療用医薬品のうち、副作用が少なく安全性が高いものを市販薬に転用(スイッチ)したものです。

- 軽い不調の際に役立つ!
- 病院に行く時間がなくても手に入る!
- セルフメディケーション税制を活用できる!



マイナ保険証

- **よりよい医療が受けられる!**
医師・薬剤師と情報を共有し、医療データに基づく適切な医療を提供!
- **手続き等が簡単・便利になる!**
医療費控除の確定申告も簡単に! 限度額適用認定証等が不要に!



時間外受診

診療時間外や休日に受診すると**割増料金**が加算!

従業員の方が平日の診療時間内に受診できるようにご協力をお願いいたします。



「職場健康づくり宣言」で「健康経営®」を実践

※「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

従業員の健康が企業の生産性や収益性につながるという視点から、従業員の健康管理を積極的に実践すること

「健康経営」を宮城支部では「**職場健康づくり宣言**」という形で推進しています!

「職場健康づくり宣言」をすると…?

事業所カルテを提供

取り組み好事例集を提供

出前健康づくり講座を受講できる



詳しくはこちら!

傷病手当金

支給申請書 記入の注意点

被保険者記入用(1ページ目)

- 「振込先指定口座」は被保険者様の口座をお書きください。
「本店」「本店営業部」「営業部」の誤りも多くなっていますのでご確認ください。
- マイナンバーの記入は健康保険の記号・番号が不明の場合のみです。
誤って記入した場合は、黒く塗りつぶしてください。

被保険者記入用(2ページ目)

- 「被保険者の仕事内容」は具体的にご記入ください。
- 「業務災害」「通勤災害」に該当する場合は支給対象外です。
- 「傷病名」の☑は必須です。

③ 傷病名



療養担当者記入欄(4ページ)に記入されている傷病による申請である場合は、左記に☑を入れてください。別傷病による申請を行う場合は、別途その傷病に対する療養担当者の証明を受けてください。

事業主記入用(3ページ目)

- 「勤務状況」の記入は必須です。
出勤日が0日の場合でも、「令和□年□月」は必ずご記入ください。
- 「証明年月日」は申請期間の最終日以降の日付です。
2ページ目に記入した申請期間よりも後の日付を記入するようにご注意ください。

申請書の記入方法 について詳しくはこちら!



退職後の保険証等の返却について

健康保険証



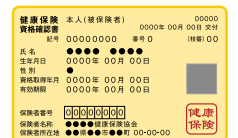
R7.12.1までに退職 → 返却
R7.12.2以降に退職 → 返却不要

資格情報のお知らせ



返却不要
(個人情報に注意して各自破棄してください。)

資格確認書



有効期限内に退職 → 返却
有効期限後に退職 → 返却不要
(※有効期限は資格確認書内に記載)