

健康経営EXPRESS

2020.
8

— 「健康経営」宣言事業所のみなさまへ —

職場の健康づくりの強い味方「事業所カルテ2020」をご活用ください！

「改善」は「気付く」ことから始まります。「健康づくり」も、まずは、現在の健康状態や生活習慣を把握することが大切です。今回お送りします「事業所カルテ」では、貴社で働く従業員の皆様の医療費データや健診結果だけでなく、健診時の問診票の回答結果から、生活習慣の傾向もご確認いただけます。以下のカルテの活用例を参考にいただき、「健康経営」に向けた目標の設定にお役立てください。

※個人情報保護の観点から、健診の受診者が少ない場合や、一人あたりの医療費が高額な場合は、貴社のデータを空欄にしています。また、健診の受診者数が一定数未満の場合は、事業所カルテは送付しておりませんので、ご了承ください。



健康状態の確認



(例)メタボや高血圧のリスクがある人が多い！
喫煙者も多い！



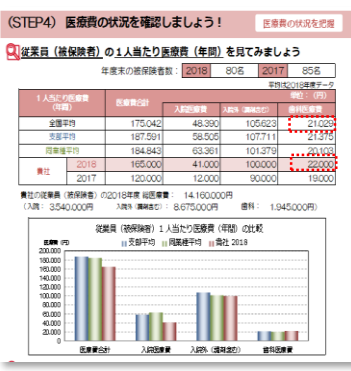
生活習慣の把握



(例)喫煙習慣のある人と運動不足の人の割合が、支部内・同業種どちらの平均よりも上回っている！



医療費の状況を把握



(例)一人当たりの歯科医療費が全国平均を上回っている！



健康づくりを考える



(例)・事業所内での階段利用を促進しよう！
・ジェネリック医薬品の使用を促進しよう！など



健診受診ポスターを職場内に掲示しましょう

皆さま、もう健診は受けられましたか？健診には、単に「病気を早期発見する」だけでなく、日頃の生活習慣を見直すといった「病気の予防」という目的があり、年に1度は健診の受診が必要です。しかし、勤務形態によって日程調整が難しく、積極的に受診されない従業員さまもいらっしゃいます。事業所さまの積極的な働きかけにより、健診を受けやすい環境を整えていただくことが大切です。

また、協会けんぽ長崎支部では今年度も「健診受診ポスター」を作成いたしました。事業所内へのポスター掲示を切り口に、積極的に従業員のみなさまへ健診受診についてお声掛けください！



「健康経営」宣言事業

「健康経営」宣言事業への参加をお申込みされた事業所様には、以下の「5つの取り組み」に取り組んでいただきます。

5つの取り組み

取り組み
1

生活習慣病 予防健診受診向上への取り組み

目指していただくのは、
受診率80%以上



参考事例

- 事業者健診から生活習慣病予防健診への切り替え促進
- 生活習慣病予防健診受診日の特別有給休暇などの付与
- 生活習慣病予防健診受診者への健診費用（自己負担額）の支給 など

※生活習慣病予防健診の受診が困難な場合は、事業者健診データを提供いただくことで受診率に加算いたします。

取り組み
2

健診受診結果による治療の徹底と 保健指導の活用への取り組み

目指していただくのは、
メタボ特定保健指導利用率50%以上

参考事例

- 保健指導が必要な者への保健指導の利用の促進
- 病院受診勧奨があった者の早期病院受診の徹底
- 事業所全体での保健指導利用者へのバックアップ体制の強化整備 など



取り組み
3

事業所全体で継続的な健康増進や 改善に向けた取り組み

参考事例

- 残業時間の削減への取り組み
- 社員食堂などでの健康増進対策の実践や対策商品の活用
- 有給休暇の利用促進への取り組み
- 従業員の家族に対する健康診断受診促進への取り組み
- 長崎県のサポート（専門スタッフの派遣）を活用した健康講座の受講
- 事業所内外での階段利用促進への取り組み など
- 事業所全体でのラジオ体操などの実施

※「健康経営推進企業」の認定を受けるには、「運動・身体活動を促進する取り組み」を行っていることが必須要件になります。

取り組み
4

禁煙・受動喫煙防止に向けた取り組み

参考事例

- 事業所敷地内の禁煙実施
- 禁煙奨励への取り組み
- 喫煙スペースの設置による完全分煙
- 禁煙外来受診促進への取り組み
- 禁煙時間帯の設定
- 禁煙グッズなどの配付
- 長崎県のサポート（専門スタッフの派遣）を活用した健康講座の受講 など



取り組み
5

メンタルヘルスへの取り組み

参考事例

- 事業所内での相談体制の整備（窓口・相談員の設置と従業員への周知）
- 事業所外への相談できる専門家などとの契約
- 長崎県のサポート（専門スタッフの派遣）を活用した健康講座の受講 など

