

健康経営通信

～お手数ですが、職場内で掲示・回覧していただきますようお願いいたします～

鳥取県と協会けんぽ鳥取支部は
「健康経営」に取り組む企業を応援します！

第21号
令和元年6月

社員の健康づくり宣言企業

1,941社

(令和元年5月10日現在)



今号のトピックス

- 健康経営パンフレットが新しくなりました。新メニューをご紹介します！
- 「健康経営優良法人2019」に鳥取支部加入の16事業所が認定されました
- 企業健康度カルテ活用方法をご紹介します！
- お薬コラム「ジェネリック医薬品の質問箱」

健康経営パンフレットが新しくなりました。新メニューをご紹介します！



●新たに変わった健康づくりメニュー●

- 健診未受診者がいないか担当者が確認を行い、未受診者には受診勧奨を行っている。
- 急な仕事が入っても、シフト変更等で従業員が休憩時間を取れるように配慮している。
- 従業員に朝食を取ることを奨励している。
- 県や市町村主催のウォーキングイベントに事業所単位で参加者を募集し、参加している。
- 喫煙者を減らす取り組みの結果、禁煙に成功した従業員がいる。(最大4名までポイント加算)
- 有給休暇の取得率を計算し、取得日数が少ない従業員に取得勧奨を行っている。
- 有給休暇を付与されている従業員全員が、有給取得率70%を超えている。



全国健康保険協会 鳥取支部

協会けんぽ

担当/協会けんぽ鳥取支部 健康経営係
〒680-8560 鳥取市扇町58 ナカヤビル 電話/0857-25-0051

協会けんぽ 鳥取

検索

「健康経営優良法人2019」に鳥取支部加入の16事業所が 認定されました

平成31年2月21日、経済産業省と日本健康会議は、健康経営優良法人2019の認定法人を発表しました。大規模法人部門では821、中小企業法人部門では2,503の企業・団体がそれぞれ認定されました。その中で、**鳥取支部加入の16社が、中小企業法人部門で認定されました。**

株式会社 あおい総合設計 様	東亜青果 株式会社 様
一般社団法人 EGG 様	鳥取県金属熱処理協業組合 様
株式会社 エッグ 様	株式会社 鳥取県倉吉自動車学校 様
合同会社 エッグ総研 様	有限会社 日野運送 様
株式会社 エナテクス 様	有限会社 向井組 様
株式会社 エナテクスサービス 様	株式会社 ヤマトメディコム 様
株式会社 エナテクスソーラー 様	有限会社 ライトブレイン 様
株式会社 気高プロダクツ 様	株式会社 リンクス 様

健康経営優良法人とは？

経済産業省、日本健康会議が主催し、健康経営を実践している優良な企業を認定する制度です。

認定されると、「健康経営優良法人」ロゴマークが使用ができ、社内の従業員だけでなく、**求職者や関係企業、金融機関などへのアピール**になります。また、**金融機関や自治体などからの優遇措置を受けられる**場合もあります。

認定までの流れ(中小規模部門)



申請方法や申請時期等の詳細は、経済産業省ホームページをご参照ください。

評価項目(例)

- 健康宣言の社内外への発信及び経営者自身の健診受診
- 健康づくり担当者の設置
- 定期健診の実施
- ストレスチェックの実施
- ワークライフバランスの推進
- 受動喫煙対策の取り組みなど



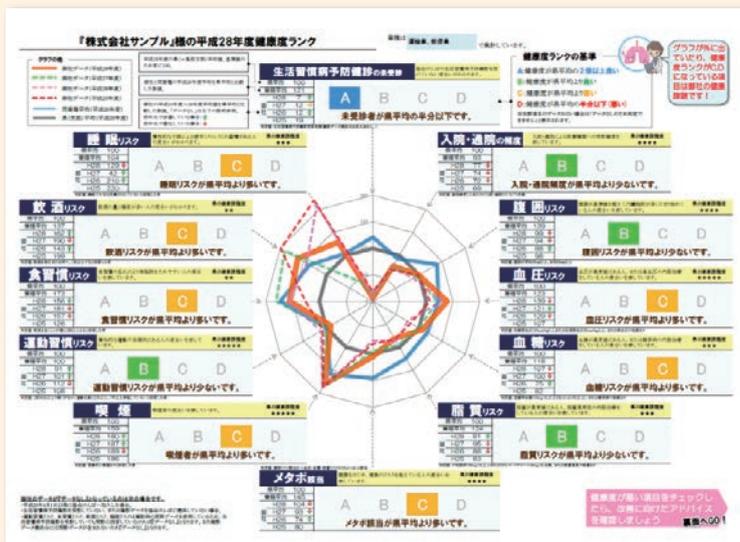
企業健康度カルテ活用方法をご紹介します！

今回同封している「企業健康度カルテ」(※)の活用方法をご紹介します！

「できる取り組みから始めてみたものの、いまいち効果が実感できない・・・」という事業所様、健康課題(=リスク)に応じた取り組みを始めてみませんか？

それぞれのリスクに合った、おすすめの健康づくりの取り組みをご紹介します。

(※)一部の事業所様には、健診受診者のデータ数が少数等の理由により同封しておりません。



血圧リスク

- 従業員が自由に使える血圧計の設置
- 仕出し弁当や食堂のメニューを、塩分控えめに
- 疲労やストレスなどの悩みを相談できる相談室・相談員の設置

血糖リスク

- 自販機メニューを糖分の少ないものに
- 朝食を取ることの奨励
- 歯科検診の実施や費用補助



脂質リスク

- 休肝日を設定し、お酒の飲みすぎを防止
- ウォーキングイベントの開催や県・市町村主催のものへの参加促進
- 食堂メニューの揚げ物・肉料理を減らし、煮物・魚料理へ

メタボ該当

- 協会けんぽの特定保健指導の利用
- 階段使用の励行
- 勤務前、昼すぎなどに体操・ストレッチ



睡眠リスク

- 短時間の昼寝タイムの導入
- 残業時間の管理、ノー残業デーの設定
- 有給休暇の取得日数が少ない従業員へ取得勧奨



力を入れるべきポイントが分かると、漠然と取り組むより、意識も効果も変わってきますよ。カルテを「確認しておしまい」にせず、ぜひご活用ください。



薬剤師が伝える「知って得する身近なお薬の話」

第4回「ジェネリック医薬品の質問箱」

薬局でよくある相談ごと(ジェネリック医薬品編)

■相談1 ジェネリック医薬品って良く分からないし、安い薬はなんだか不安だけど…

回答1 ジェネリック医薬品(後発医薬品)についてご説明します。

お医者さんでもらうお薬には、「先発医薬品」と「後発医薬品」の二種類があります。後発医薬品はジェネリック医薬品とも呼ばれていますので、この記事内ではジェネリック医薬品と表現します。先発医薬品は、最初に研究開発され発売したお薬のことをいいます。ジェネリック医薬品は、先発医薬品の再審査及び特許期間終了後に発売されるお薬のことをいい、厚生労働省の認可を得て製造販売され、品質・有効性・安全性は先発医薬品と同等です。また、ジェネリック医薬品の中には、新しい技術を用いて飲み易さや、飲み間違いを防ぐ工夫が行われているものがあります。例えば、苦みがある薬の味を改良したり、大きくて飲みにくい錠剤を小さくしたり、溶けやすい錠剤への工夫や、飲み間違いを防ぐために錠剤やシートの表示への工夫などです。そしてジェネリック医薬品の値段が安い理由は、特許期間終了後にすでに安全性・有効性が確認された有効成分を使用して発売するため研究開発費が少なく済むためです。

■相談2 これまで飲んでいた薬からジェネリック医薬品へ変更した方が良いだろうか？協会けんぽから変更の案内ハガキも届いており気になっている。

回答2 医療費とジェネリック医薬品についてご説明します。

医療費は少子高齢化により年々増加し、2016年は年間で約40兆円になります。そして医療費の中でも薬剤費はおよそ8兆円といわれており、ジェネリック医薬品はその医療費の削減に寄与すると言われていています(平成29年8月9日中医協資料参照)。伸び続ける医療費の中、医療保険制度を維持するためにジェネリック医薬品の使用に関心が向けられています。これからの医療保険制度を維持するために、皆様のご協力をどうぞよろしくお願い致します。薬局でお薬をもらえる時に、ジェネリック医薬品希望とお伝え下さい。

■相談3 医療費が安くなるなら協力して変更したいけど、効き目や副作用がやっぱり不安…

回答3 オートライズド・ジェネリック(AG)についてご説明します。

オートライズド・ジェネリック(AG)とは、先発医薬品と同じ工場※、同じ製造工程にて作られているジェネリック医薬品のことをいいます。

※一部のAGにて同一でない場合もあります。

お薬の名前と錠剤の刻印が変わりますが、見た目も同じものがほとんどです。もし、ジェネリック医薬品に変更するのが漠然と不安という方は、試しにAGへの変更もよいと思います。ただAGのない医薬品もあるので、不安な気持ちとともに薬剤師にご相談ください。

一般社団法人 鳥取県薬剤師会 地域保健委員会 寺田 誠也

編集後記

健康経営通信第21号を最後までお読みいただきありがとうございます。

健康経営優良法人に認定される鳥取支部加入の事業所様が、5社(2017)→8社(2018)→16社(2019)と、年々増加しており、大変嬉しく思います。認定された事業所様には、「認定されてから新規採用への応募者が増えた」などのエピソードがございましたら、後につづく事業所様のためにも、ホームページなどでの情報発信をされてみてはいかがでしょうか？