

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16号
平成30年3月

社員の健康づくり宣言企業

1,493社

(平成30年2月1日現在)



今号のトピックス

- 平成29年度「健康づくり取組報告シート(最終)」提出のお願い
- 会社独自の健康づくりの取組紹介!
 - ・ 千代三洋工業株式会社 様
 - ・ 株式会社セノン山陰支社 様
- 「健康づくり事例集」への掲載募集
～社名をアピールできるチャンスです!～
- 「がん死亡率」の最新データが公表されました!
～鳥取県は○位!?～



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

平成29年度 健康づくり取組報告シート(最終)提出のお願い

前回の健康経営通信で「健康づくり取組報告シート(中間)」の提出をお願いしたところ、約300社から報告書の提出がありました。ありがとうございました。

今回は11月末時点での取組内容をご報告いただきましたが、今回は**3月末まで**の取組内容についての報告を募集しています。

何気なくやっていることが、他社にはない取組かもしれません。

独自の取組で高得点をゲットすれば、合計ポイントで上位にランクインする可能性がアップ!

小さな取組でも構いませんので、どしどしご応募ください!



例えば…

基本メニュー

経営者が協会けんぽ・鳥取県に対して「社員の健康づくり宣言」を行っている。
経営者が従業員に対して「従業員を大切にしている」ことを表明している。
社内に「健康づくり担当者」を設けている。
経営者・担当者が健康づくりの啓発を行っている。
・朝礼時に健康づくり等の呼びかけ
・健康に関する標語を設定
・健康づくりを啓発するポスターの掲示
・健康に関するリーフレットの配布・設置
衛生委員会（またはそれに代わるミーティングなど）を毎月実施している。
血圧計・体組成計など従業員が自由に使える測定器を設置している。
短時間の昼寝タイムを導入している。
快適な職場環境の整備（整理・整頓・清潔・掃除・しつけ）に努めている。
スマホアプリやパソコンなどを活用し、従業員の健康づくり管理等を行っている。
個人ごとに健康目標等を決め実行し、達成度合いを確認している。



朝礼で健康に関することを発表しています。



従業員同士で今日は何歩歩いたか確認しあっています。

基本メニュー

長時間労働を抑制する仕組みをつくっている。（ノー残業デーの設定など）
経営者が従業員の有給休暇の取得を奨励している。
疲労やストレスなどの悩みを相談できる相談室や相談員を設置している。
誰もが利用できる休憩室を設置している。
従業員間のコミュニケーション向上の親睦会・レクリエーションを実施している。
階層別研修（ラインケア）の実施。
ストレスチェックを実施している。
ストレスチェック後の面接指導などを実施している。
休職した従業員の復職支援を実施している。



ウォーキングイベントに職場で参加しています。

🔗 中間報告を提出された事業所様 → 原則、中間報告をご提出いただいた場合は提出不要です。12月以降、追加で取組を行った場合のみ、ご提出ください(会社独自の取組についても)。

🔗 中間報告未提出の事業所様 → 29年度の取組について記入いただき、ご提出ください。

報告期限は**4月末**です。皆さまのご提出お待ちしております!

「健康づくり事例集」への掲載募集!

無料

健康づくりに
取り組まれている
事業所様へ

鳥取県内の事業所様に

社名をアピール できるチャンスです!



貴社のブランド化・イメージアップの一助に!

このたび、協会けんぽが新たに作成する
平成30年版「健康づくり事例集」にあなたの会社が取り組ん
でいる“健康づくり”を掲載してみませんか?

健康づくり取組事例

〇〇株式会社

事業内容：
代表者名：
従業員数：
所在地：

会社外観
写真

取組事例

できることから始めた健康づくり

取組
ポイント

取組内容

取組内容

取組
写真

取組の効果

これからの課題

掲載イメージ

募集要項

● 掲載料：**無料!**

● 募集数：**10社限定!**

枠には制限がありますので
お早目に申込みください。

● 申込方法

裏面の「申込書」にご記入いただき、
協会けんぽあてにFAXでご提出
ください。

● 申込期限：**3月16日(金)まで**

※「健康づくり取組報告シート」とは
提出期限が異なりますのでご注意
ください。

● 問い合わせ先：協会けんぽ鳥取支部
企画総務グループ
鳥取市扇町58 ナカヤビル
TEL 0857-25-0051

裏面の「申込書」へ

FAX : 0857-25-0060 協会けんぽ鳥取支部 企画総務グループ 宛

協会けんぽ鳥取支部「健康づくり事例集」掲載申込書

協会けんぽ鳥取支部「健康づくり事例集」への掲載について、下記のとおり申し込みます。

記

申込者	事業所名		
	事業所記号		
	担当者名		
	連絡先	電話番号	
FAX番号			
メールアドレス			
アピールしたい自社の健康づくりの取組	取組のタイトル		
	取組の概要		
	取組のきっかけ・背景		
	取組の効果		
	これからの課題		
注意事項	<ul style="list-style-type: none"> ・掲載枠には制限がありますので、お早目に申込ください。 ・掲載決定にあたっては、後日、文書にてご連絡させていただきます。 ・掲載が決定した場合、より詳細な取組内容や取組写真、貴社概要などの提供をお願いすることがありますので、ご了承ください。 ・記載欄が不足する場合は、別紙（任意の様式）をご利用ください。 		



事業所での健康づくりの取組について ご紹介します！

千代三洋工業 株式会社

会社
概要

所在地 鳥取市晩稲308 被保険者数 48名 事業主名 山田 哲 様

業務内容 LED照明器具の製造組立、書類保管管理業務 等

年度初めに従業員一人一人が 「健康づくり宣言」をしています！ 顔写真とともに掲示を1年間実施！

担当者がグループ会社に行った際に、業務内容について一人ひとりの目標が掲示されていたのを見て、業務内容+健康づくりでやってみてはどうかと思い、3年前から実施に至りました。

「一日〇歩!」などの目標を各々が考え、日々取り組んでいます。従業員一人ひとりの健康づくりに対するモチベーションも高まっています。



株式会社 セノン山陰支社

会社
概要

所在地 米子市東町171米子第一生命ビル4F 被保険者数 81名

事業主名 有馬 勝也 様 業務内容 警備業

二次検診・再検査の受診確認を 強化しました！

健診結果を本人に返すとき、二次検診・再検査の実施文を同封し、2,3か月後、通院したかどうかを自己申告で提出してもらっています。

以前は口頭で受診を呼びかけていましたが、忘れてしまったり放っておく人が多いため、書面にて案内するようにしました。

実施前と後で実際に受診した従業員が1人→**25人**に増えました。

〇〇様

健康診断・要検査項目の結果が医師から判定されました。
該当項目が記入して必ず健康診断を受けてから3か月以内には受診を
お願いいたします。

二次検診につきましては、対象者は本人または家族が受診することができます。
(対象外の要検査項目は除く)

【対象者】定期健康診断で4項目すべてに「異常の所見」を認めた方
・高血圧 ・高血糖 ・高脂血症 ・尿糖 または尿潜
血が検出された方(ただし、尿潜血と尿糖が同時に検出されず、
尿潜血検査等の結果が正常な場合は、お返しの書面を添付ください)

健康診断及び二次検診を受診しましたか?
(該当項目の〇/×を記入して下さい)

〇〇様
氏名

受診結果

※郵筒で記入してもうご確認はありますので、よろしければ結果の写真を添付して下さい。
(健康診断はプライバシーの法、検査です)

〇〇様
理由

健康診断に対し、該当項目において受診・再検査を行います。会社に対して
ご返信は不要です。

平成 年 月 日 添付

〇〇様宛の届出を希望します (健康診断を記入して下さい) 月 日

対象者に渡す案内文書



「がん死亡率」の最新データが公表されました!

～鳥取県は○位!～

鳥取県内の死亡者の死因第1位は**がん**です。毎年約2千人の方ががんで亡くなり、その数は過去30年間で男女とも2倍になっています。また日本人の2人に1人が生涯のうちにがんにかかる可能性があるといわれています。平成28年度の「都道府県別75歳未満年齢調整死亡率」が発表され、**鳥取県がワースト4位**という不名誉な結果となりました。



がん死亡率が高い県 (全がん75歳未満年齢調整)

	平成25年	平成26年	平成27年	平成28年
1	青森県	青森県	青森県	青森県
2	北海道	北海道	秋田県	秋田県
3	鳥取県	鳥取県	鳥取県	北海道
4	秋田県	秋田県	北海道	鳥取県
5	長崎県	佐賀県	大阪府	高知県

データ出所：国立研究開発法人国立がん研究センターがん対策情報センター

やっぱり健診が大事!

早期がんならほぼ助かるうえに、負担も軽く済みます!



がんの進行に比例して、
出費も大きなものに!



粘膜内にとどまる**早期**のがん

→内視鏡治療 40万円 (入院10~14日)

中程度までの早期および進行がん

→胃切除術 120万円 (入院14~21日)

中程度以上進行がん

→胃切除術 120万円 (入院14~21日)
抗がん剤治療 数十万~100万円以上

手術不可能

→抗がん剤治療 数百万円

※上記金額・入院日数は、あくまで一般的な例です。
データ出所：「がんを知る10のQ&A」鳥取県発行

がんの5年相対生存率 (2006~2008年診断例)

5年生存率

がんと診断された人のうち5年後に生存している人の割合が、日本人全体で5年後に生存している人の割合に比べてどのくらいの割合かを表す。

がん 進行度	胃 がん	大腸 がん	肺 がん	乳 がん
I期	98.1%	98.9%	83.8%	100%
II期	66.4%	91.6%	50.1%	95.7%
III期	47.3%	84.3%	22.4%	82.6%
IV期	7.3%	19.6%	4.8%	34.9%

データ出所：公益財団法人 がん研究振興財団『がんの統計'16』

がんと診断されたとき、**ごく初期のがん(I期)**であれば**5年後もほとんどの方が生存**できているのに対し、**進行がん(IV期)**では7~9割の方が亡くなっています。

編集 後記

健康経営通信第16号を最後までお読みいただきありがとうございます。

同封しております日本海新聞の紙面は見ていただけましたか?

健康経営優良法人2017で中小規模法人部門に認定された事業所様の対談記事となっています。この通信がお手元に届くころには、健康経営優良法人2018が決定していることと思います。鳥取支部加入の事業所様が多く認定されていることを願いながら…詳細は次回の健康経営通信でご紹介しますね。