

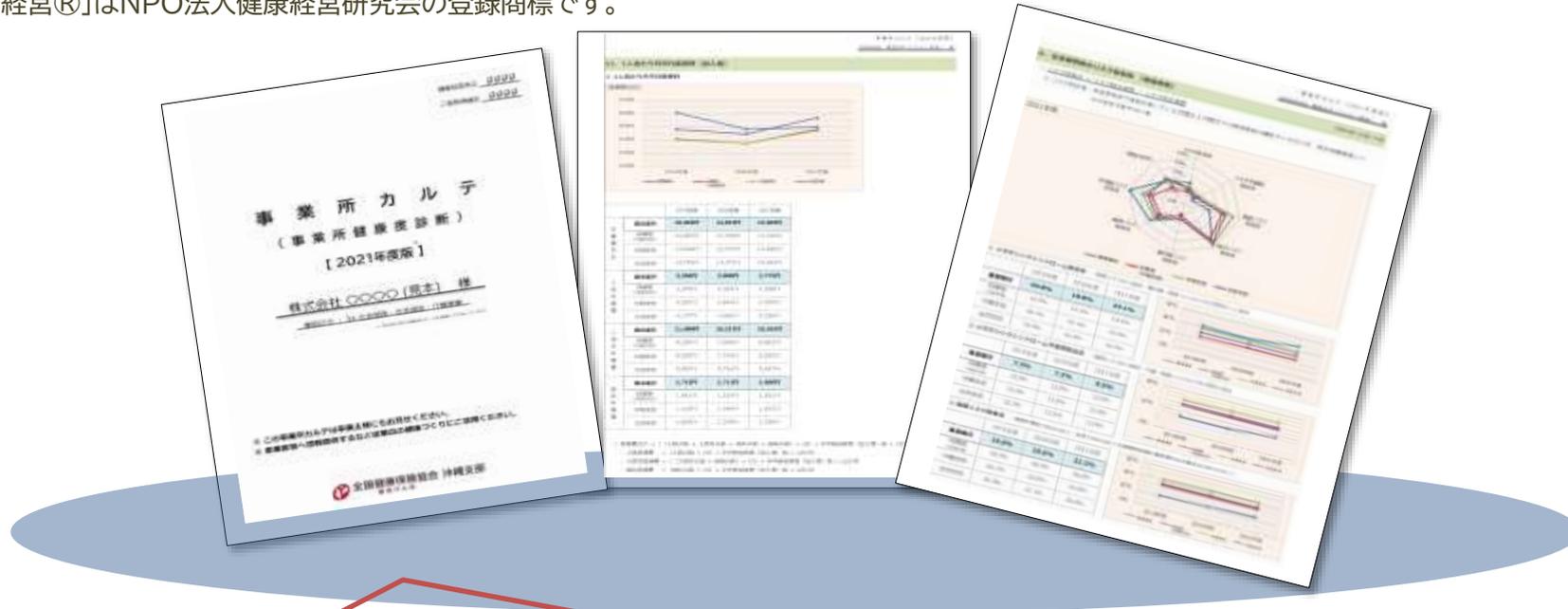
令和7年度協会けんぽ沖縄支部健康保険委員研修会動画

# 働き盛り世代の健康実態と 「うちなー健康経営宣言」のすすめ

協会けんぽ沖縄支部加入事業所の  
～事業所カルテ集計版より～

# 事業所カルテとは

※「健康経営®」はNPO法人健康経営研究会の登録商標です。



宣言証と同時に、御社の健康課題を「見える化」した資料、  
**「事業所カルテ」**を送付いたします。

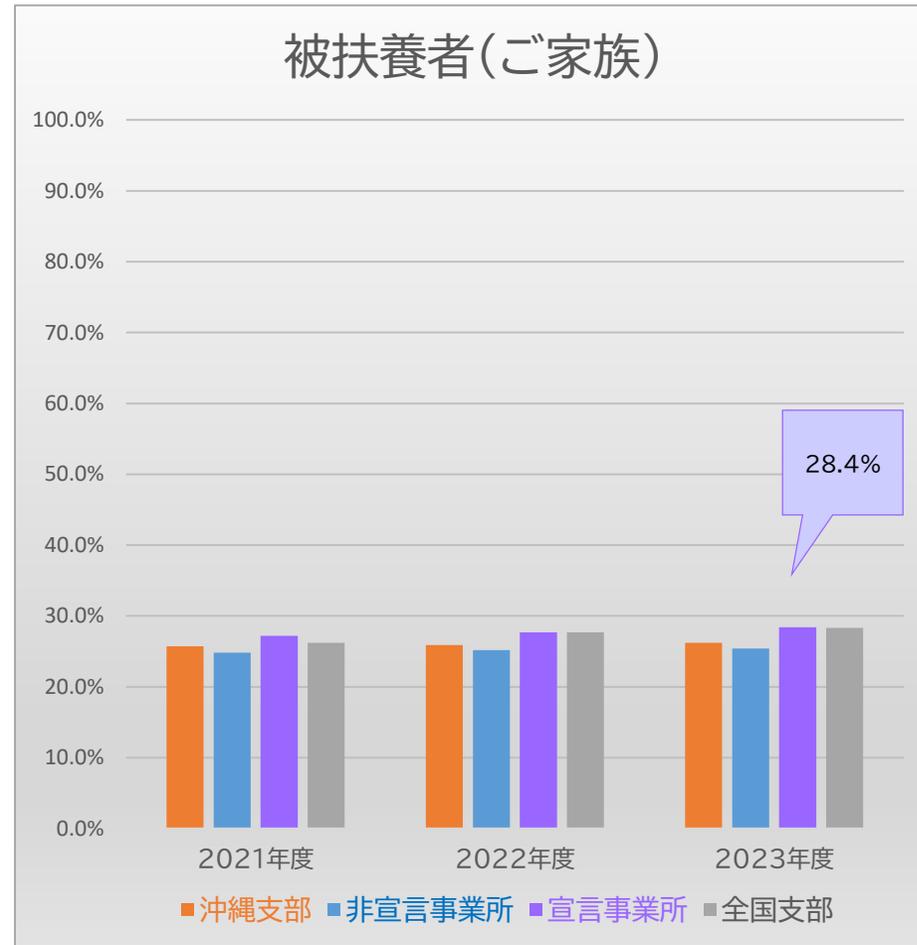
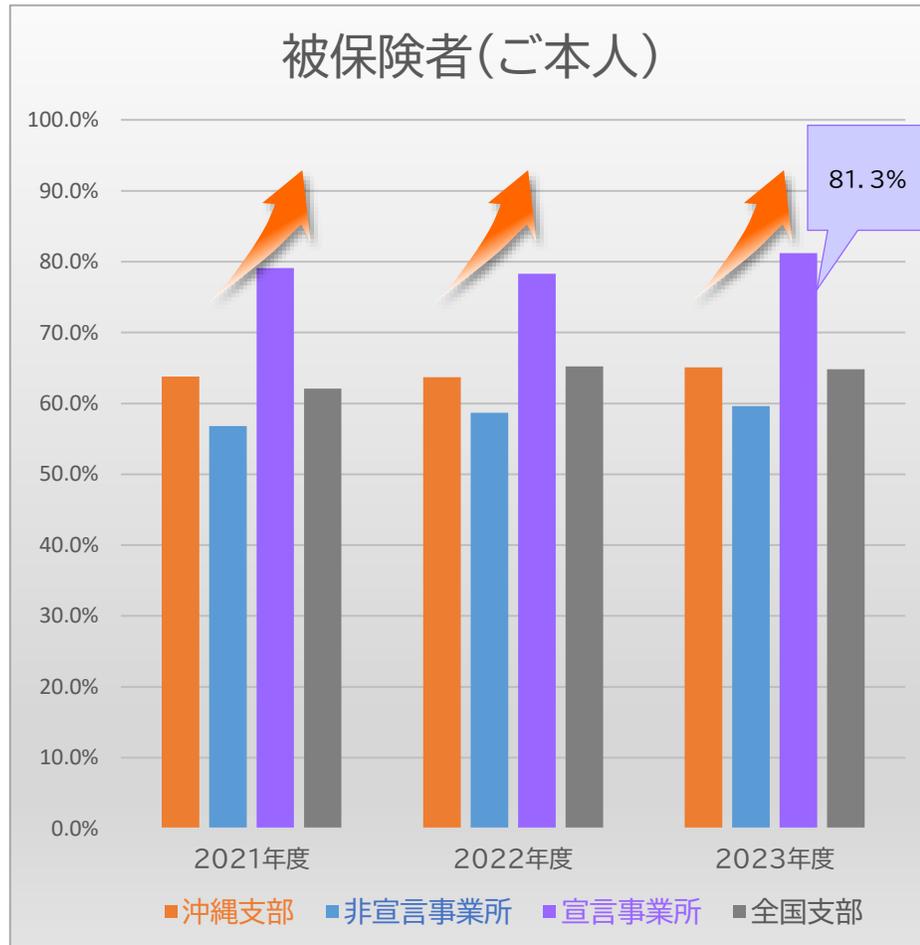
また、このカルテは**毎年**提供いたします。

(※被保険者数などによりご提供できない場合もあります。)

●「事業所カルテ」は、健診・保健指導の実施率や、健診結果および生活習慣について事業所単位でまとめ、県内の同業態の平均値などと比較できる表やグラフで見える化した資料となっています。御社の健診・保健指導の実施状況や、健康状態の現状を把握し、従業員の健康づくりに取り組む際の参考としてご活用ください。

# 特定健診受診率の状況

2023年度事業所カルテ集計版より



●被保険者の受診率は、沖縄全体では64～65%で推移しています。2023年度の宣言事業所の受診率は81.3%となっており、非宣言事業所と比較すると22%も受診率が高い状況です。

●被扶養者受診率は、沖縄全体、宣言事業所、非宣言事業所、全国、ともに20%台と低い受診率で推移しています。最も高い受診率は宣言事業所の28.4%となっています。

# ご家族様にも特定健診プロジェクトのご案内

沖縄支部では、特定健診を受診していないご家族様を対象に、事業主様と沖縄支部長の連名による受診勧奨文書をお送りしています(要申し込み)。

受診勧奨はがきの送付対象者は、毎年9月時点においてまだ特定健診の受診が確認できない被扶養者(40~74歳)の方としています。10月中旬頃、被保険者のご住所宛てにはがきが届きます。事業主様、事務ご担当者様からも、従業員を通じたご家族への健診受診の呼びかけにご協力をお願いします。

▼ お送りした受診勧奨はがき見本

### 特定健診受診のお願い

「社員(職員)とご家族様には  
ずっと健康でいてほしい」

そんな願いを込めて、当社では、社員(職員)およびご家族様が加入している協会けんぽの特定健診を年に一度受診することをおすすめています。

生活習慣病は、自覚症状なく進行する病気です。ぜひ協会けんぽの特定健診をご利用いただき、ご自身の健康状態を確認してください。

なお、健診の結果、生活習慣の改善が必要な場合は、無料で特定保健指導をご利用いただけます。

自分自身のため、そして大切なご家族様のために特定健診の受診をお願いいたします。当社は社員(職員)とご家族様の健康を祈念しております。

(事業所名称)  
(役職名・事業主氏名)  
協会けんぽ沖縄支部  
支部長 金城 均

当社は「うちなー健康経営宣言」を行い、健康経営®に取り組んでいます。  
※「健康経営」はNPO法人健康経営研究会の登録商標です。

### 簡単！ 特定健診受診ガイド

沖縄県内であれば、特定健診は無料で受けられます。

- ① 受診券を準備する  
※特定健康診査受診券(セット券)は、被保険者様のご自宅に送付いたします。紛失等で再発行を希望の場合は、協会けんぽ沖縄支部保健グループまでお問い合わせください。  
☎098-951-2211(音声ガイダンス3番)
- ② 健診機関に予約する  
沖縄県内の健診機関は右のQRコードからご覧いただけます。
- ③ 健診を受ける  
受診当日は、以下のものをお持ちください。
  - 特定健康診査受診券(セット券)
  - 健康保険被保険者証(保険証)
- ④ 健診結果を受け取る  
健診結果が届いたら、検査項目ごとの参考基準を確認し、ご自身の生活習慣を見直しましょう。  
健診受診率は、保険料率に反映されます。皆さまの保険料負担を抑えるためにも、健診受診をお願いします。

令和5年9月時点のデータをもとにお送りしています。本状と行き違いで今年度すでに特定健診を受診されている方、被扶養者の資格を喪失している方、75歳の誕生日を迎えた方は、特定健診の対象外となります。この案内は行き違いとなりますのでご容赦ください。



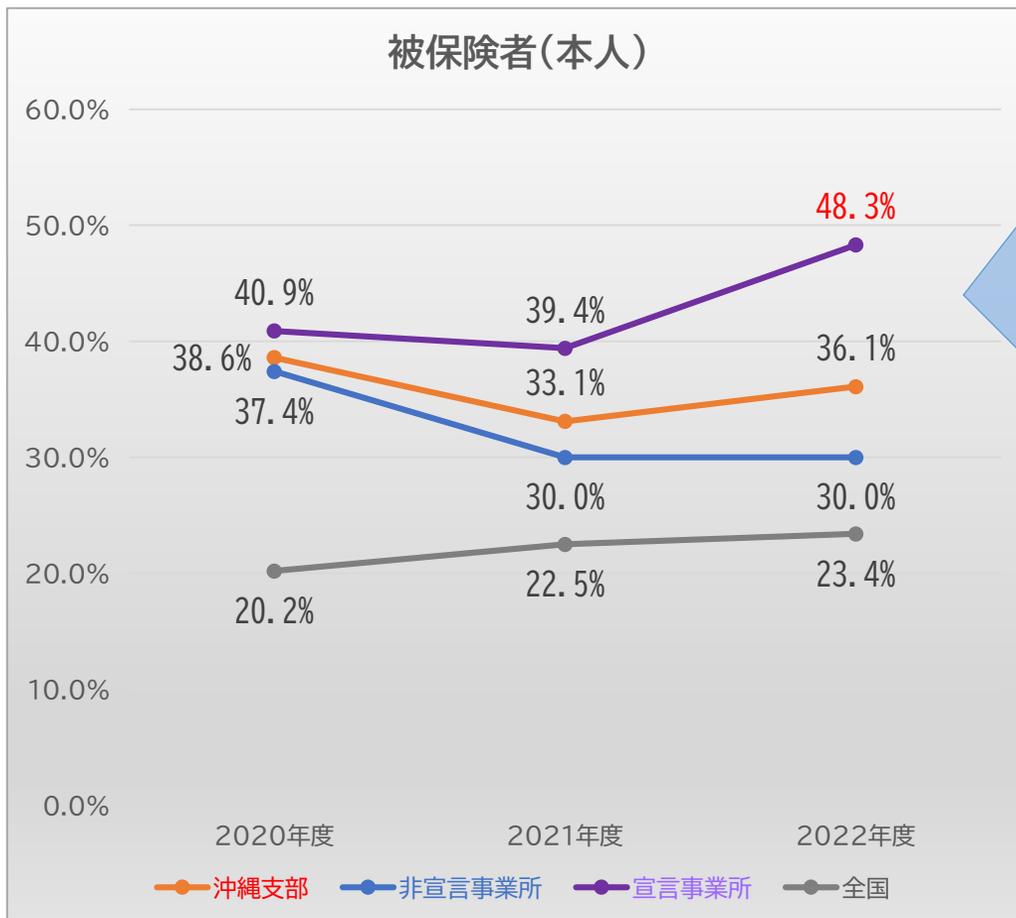
特定健診の詳細はこちらをご覧ください。

「働く本人(被保険者)はもとより、ご家族(被扶養者)も健康でいることが、被保険者が安心して仕事に専念できる環境づくりへと繋がります。事業所の業績向上にも繋がります」と考えています。



# 特定保健指導実施率(初回)の状況

2023年度事業所カルテ集計版より



## 特定保健指導対象者

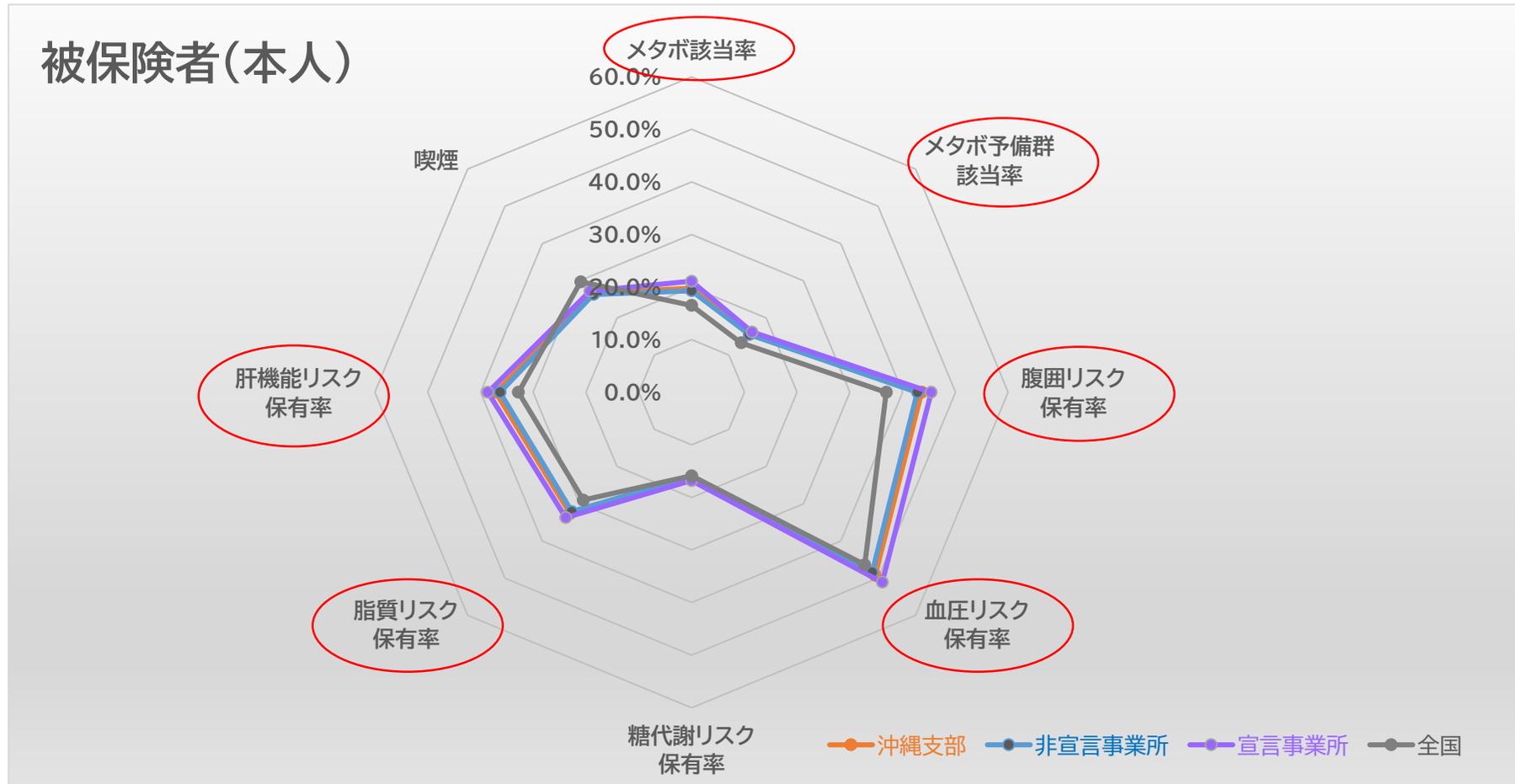
A腹囲:男性で85Cm以上、女性で90cm以上  
B腹囲:男性で85Cm未満、女性で90cm未満  
かつBMIが25以上

- ①**血糖**:空腹時血糖が100mg/dl以上、  
又はHbA1cが5.6%以上
- ②**脂質**:中性脂肪が150mg/dl以上、  
又はHDLコレステロールが40mg/dl未満
- ③**血圧**:収縮期血圧が130mmHg以上、  
又は拡張期血圧が85mmHg以上
- ④**喫煙歴**:①～③のリスクが1つでもある場合に  
リスクとして追加

●沖縄全体では対象の3～4割の方が特定保健指導を利用している状況です。2023年度の宣言事業所の実施率は48.3%と対象者の半数に近い方が特定保健指導を利用している状況です。協会けんぽの調べでは、特定保健指導に参加することで、生活習慣が改善し治療の必要性が低くなることがわかっています。

# 生活習慣病のリスク保有率の状況

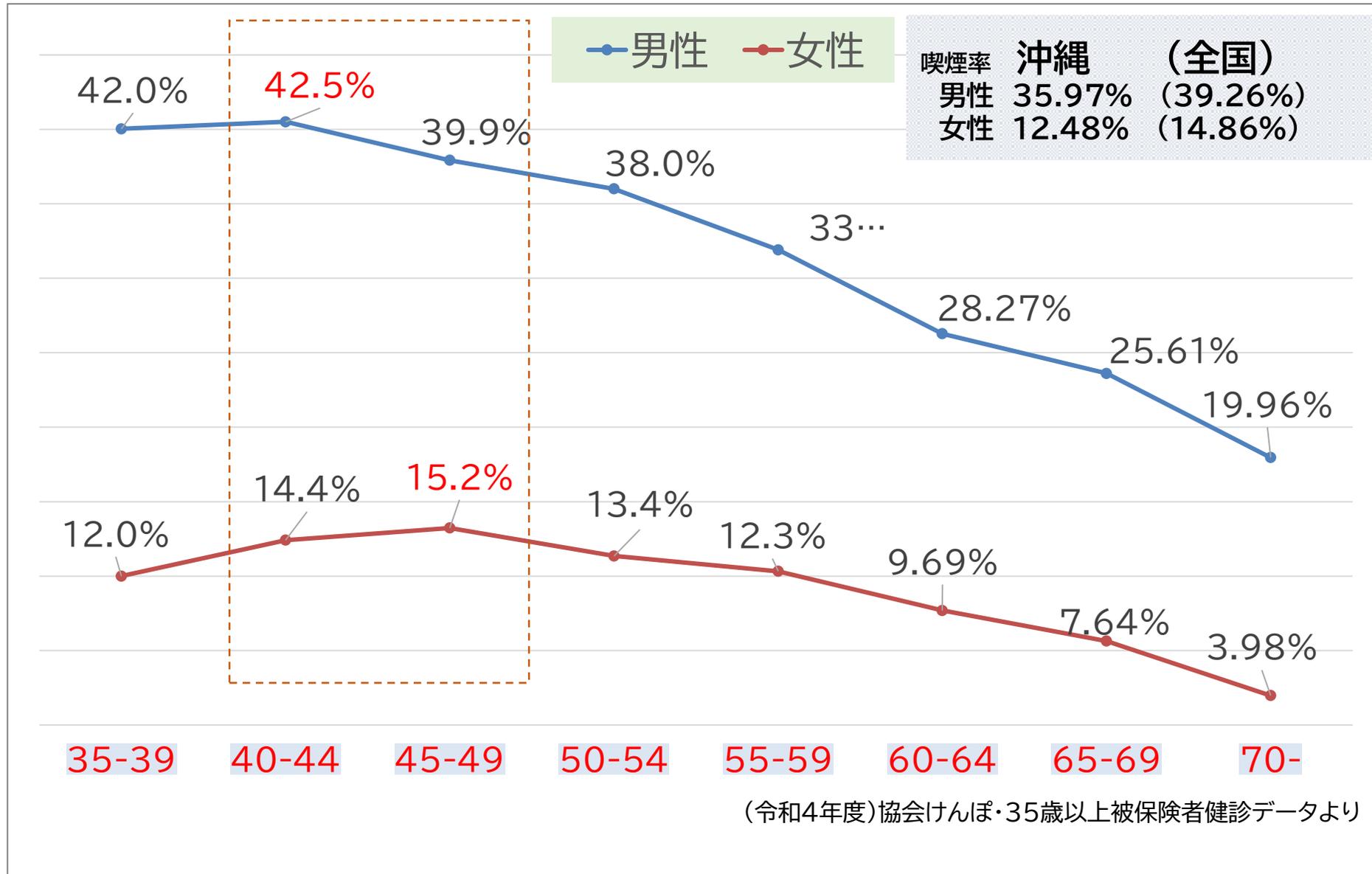
2023年度事業所カルテ集計版より



項目 所属	メタボ該当率	メタボ予備群 該当率	腹囲リスク 保有率	血圧リスク 保有率	糖代謝リスク 保有率	脂質リスク 保有率	肝機能リスク 保有率	喫煙
沖縄支部	19.8%	15.7%	43.6%	49.2%	16.2%	32.6%	37.1%	26.6%
非宣言事業所	19.3%	15.5%	42.8%	48.4%	16.0%	32.1%	36.3%	26.3%
宣言事業所	21.1%	16.2%	45.4%	51.1%	16.8%	33.7%	38.6%	27.2%
全国	16.5%	13.3%	36.9%	46.4%	15.9%	29.0%	32.8%	29.7%

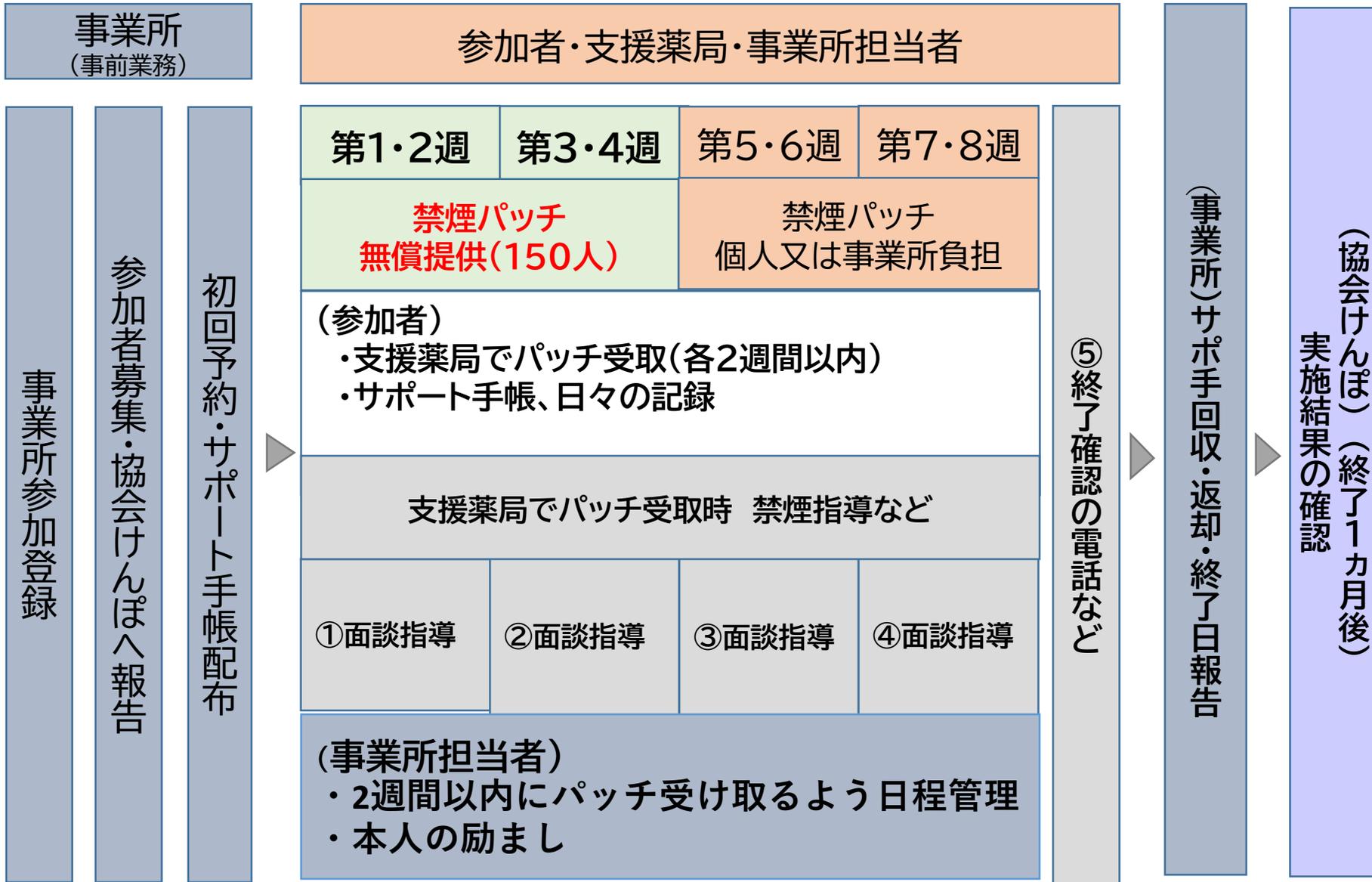
# 喫煙習慣がある者の割合

性別・年齢階級別 喫煙率(協会けんぽ沖縄支部・被保険者)



# うちなー健康経営宣言事業所へのサポート

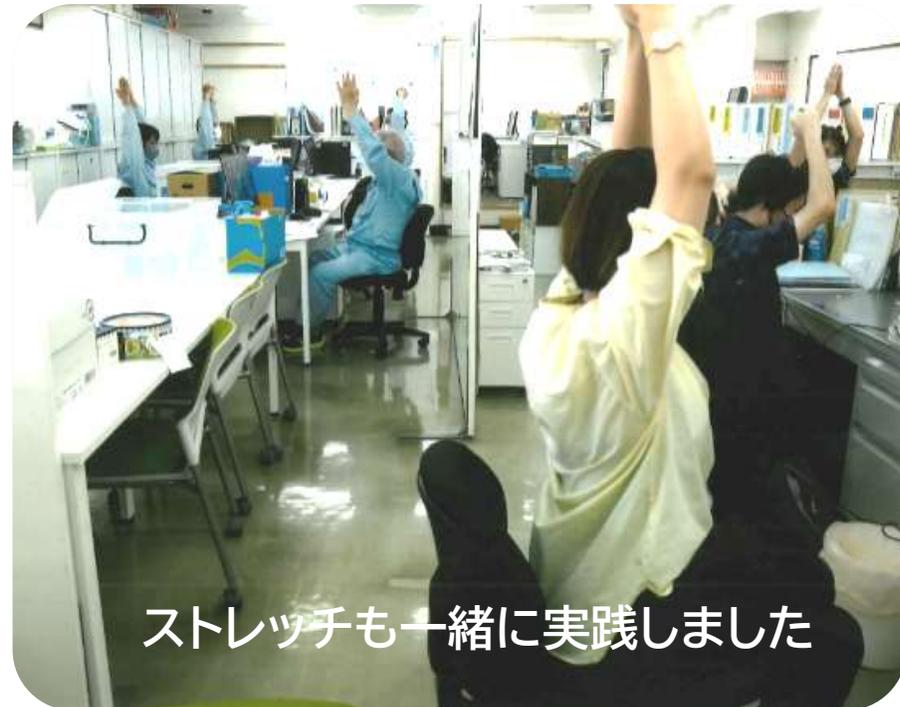
## ● 禁煙サポート事業



■ うちなー健康経営宣言事業所へのサポート

- 保健師または管理栄養士による

特定保健指導及び健康講話の実施



対面・オンライン・ハイブリッドなどご要望にあった形式で実施しています

## うちなー健康経営宣言事業所へのサポート

### ● レンタル教材の活用と、活用方法のご提案



フードモデルの展示

社内企画へのアドバイス

体組成測定

スモーカーライザー測定

業態毎の特性や、事業所カルテから浮かび上がった健康課題に適した内容をご提案しています

※保健師が出張貸出します  
※感染症等の感染状況により、貸し出しを一時見合わせる場合があります

# うちなー健康経営宣言

ぜひこの機会にご申請いただき、  
一緒に健康づくりに  
取り組みましょう！

