

健保組合からのお知らせ

令和5年秋号

Contents

令和4年度 医療費の状況について……2

令和4年度の現金給付……4

どんな歯みがき剤を選ぶといいですか？／
インフルエンザの流行に備えて予防接種を受けましょう……5

糖尿病 放置しちゃダメ！ 重症化を予防しよう!!……6

交通事故などで保険証を使って受診する場合……7

マイナポータルを利用しましょう／
保険料計算の基礎となる新しい
標準報酬月額が決定しました……8

印刷製本包装機械健康保険組合
個人情報保護ポリシー……9

ハワイ保養施設「イリカイ」……10

東振協主催「WEBによる介護・健康講座」「ミニマラソン大会」／
クイズ／救急薬品の割引あっせんについて／事業概況……11

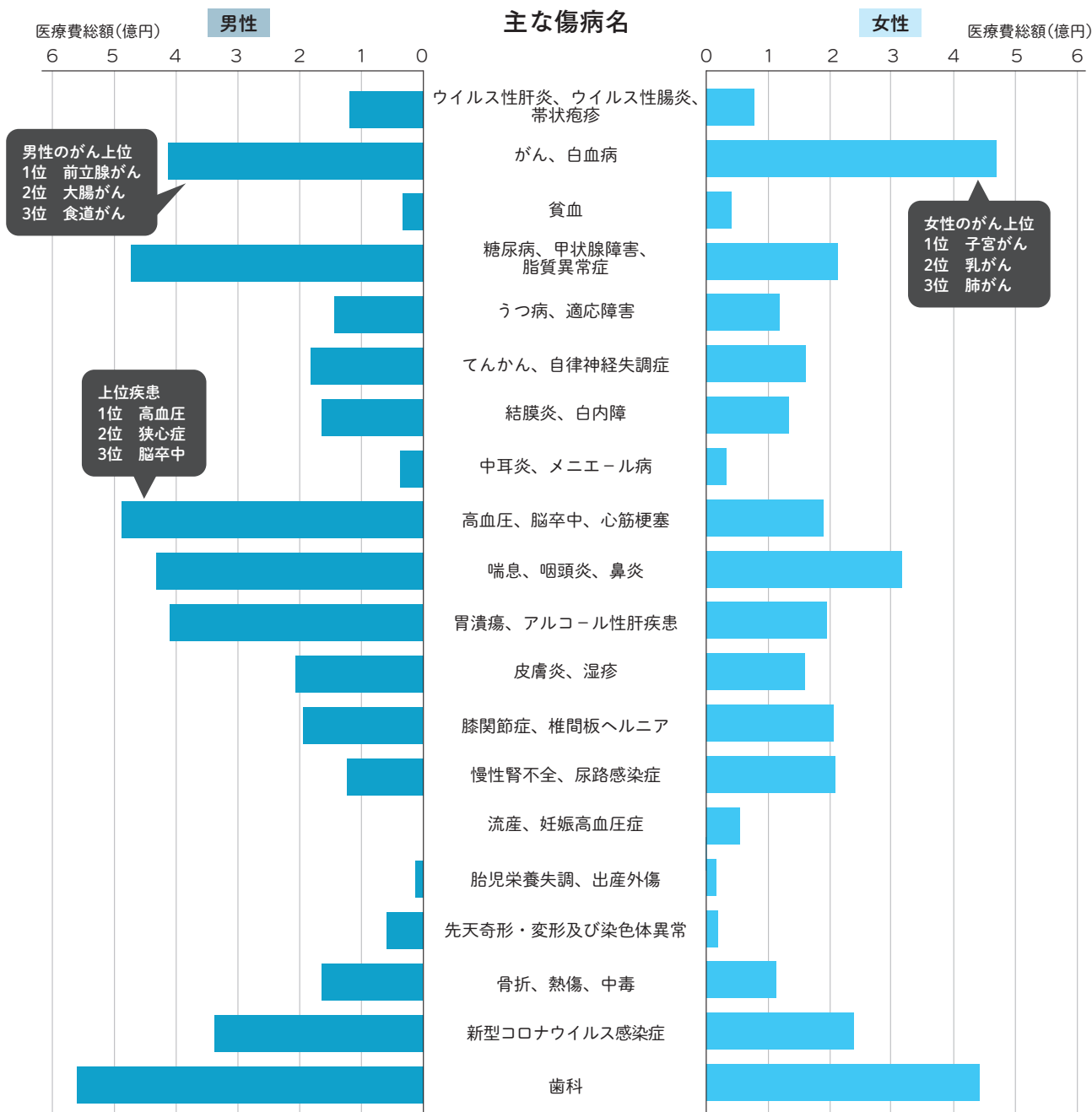
健康企業宣言事業所ご紹介 株式会社東京自動機械製作所……12

本誌をご家庭にお持ち帰りになりご家族でご覧ください。

令和4年度 医療費の状況について

年々増加する医療費。当組合の加入者がどのような病気に罹っているのか傾向を把握していただくため、医療費の状況について取りまとめました。

傷病別医療費(男女別)



当組合の医療費において圧倒的に多いのは歯科診療です。近年、予防歯科が重視されておりますが、歯周病や虫歯などの発症予防や早期発見及び早期改善はお口の健康を維持する上でとても重要であり、全身の健康維持にも繋がると考えられています。

男女別でみると、男性では生活習慣病である高血圧などの循環器系疾患、糖尿病などの代謝疾患、喘息などの呼吸器系疾患、女性ではがん、喘息などの呼吸器疾患、糖尿病などの代謝疾患の順となっています。特に男性においては生活習慣病が上位を占めています。

生活習慣病の予防には若い時からの生活習慣が大切です

生活習慣病は文字どおり日々の生活習慣が深く関与しており、見直すことで予防・改善をすることができます。下記のグラフが示すように40歳代後半から糖尿病、高血圧症、脂質異常症の受診者数・医療費が増加しています。適度な運動を行う、食べ過ぎ飲み過ぎをしない、毎日体重をチェックするなどといった生活習慣を若い時から心掛けることが大切です。

生活習慣病を 予防・改善する 生活術

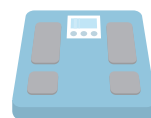
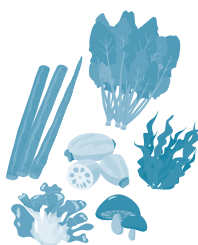
自分に合った運動を 継続して行う

- ・ウォーキング
- ・水泳
- ・自転車
- ・ジョギングなど



エネルギーを とり過ぎない

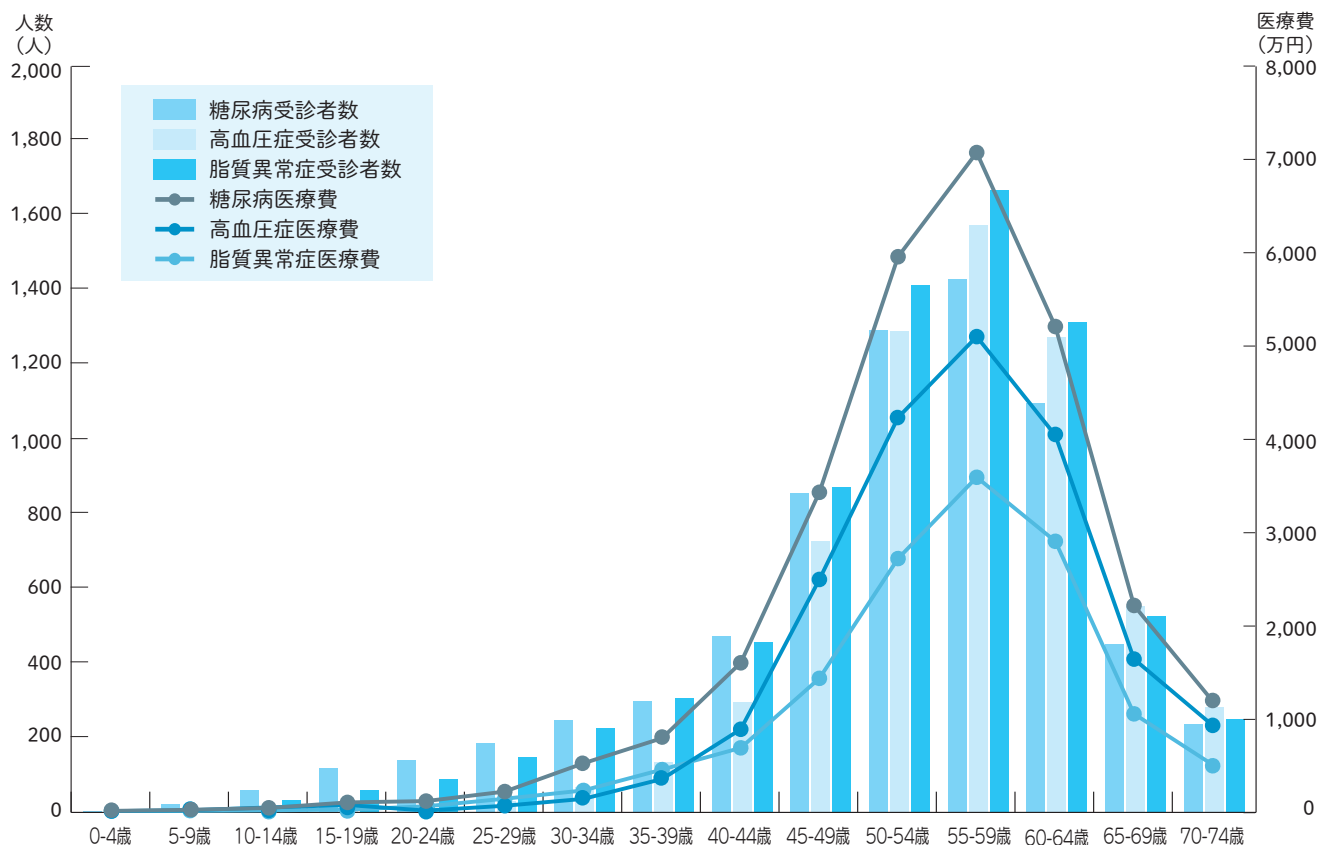
- ・食べ過ぎは禁物。脂っこい 食事控えめに
- ・野菜や海藻類、きのこなど 食物繊維を多く含む低エネルギー食品をしっかりとる



毎日体重を チェックする

毎日体重計に乗ることを習慣づけ、記録する

生活習慣病3疾病(糖尿病・高血圧症・脂質異常症)の医療費



生活習慣病 3 疾病

糖尿病

糖尿病は進行すると脳卒中や心筋梗塞の原因となります。また、さまざまな合併症（3大合併症：網膜症、腎症、神経障害）が引き起こされ、失明や透析、認知症など、大きな障害につながります。

高血圧症

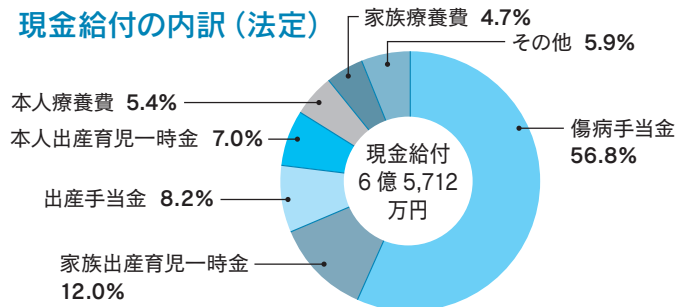
高血圧症は、喫煙と並んで生活習慣病に最も大きく影響する要因とされています。塩分の過剰摂取、肥満、飲酒、運動不足、ストレスや、遺伝的体質などが組み合わさって起こると考えられています。

脂質異常症

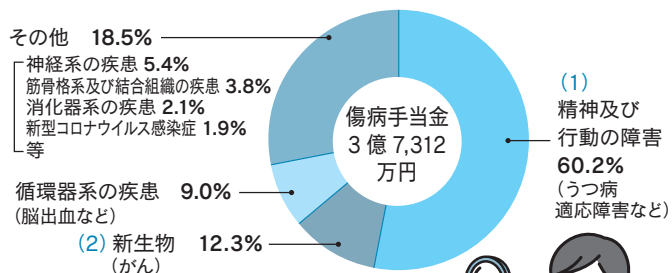
脂質異常症とは、中性脂肪やコレステロールなどの脂質代謝に異常をきたし、血液中の値が正常域をはずれた状態をいいます。動脈硬化の主要な危険因子であり、放置すれば脳梗塞や心筋梗塞などの動脈硬化性疾患をまねく原因となります。

令和4年度の現金給付

現金給付の内訳（法定）



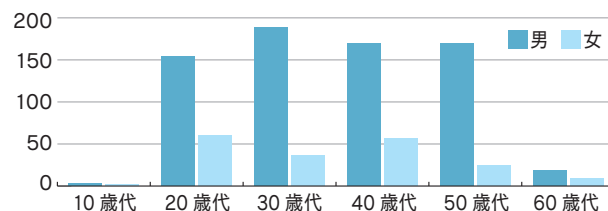
傷病別支給金額の割合



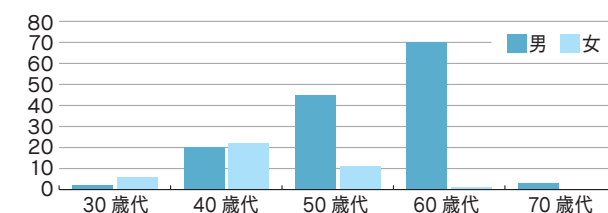
当組合の現金給付のうち半分以上を占めているのが病気で働けなくなったときに支給される傷病手当金です。なかでも精神疾患及び行動障害が原因の傷病手当金支給が6割を占めています。

メンタルの不調を感じたら、1人で思い詰めて心が苦しくなってしまう前に、こころの健康を応援する情報サイトなどをご活用ください。

(1) 年代別支給件数：精神及び行動の障害



(2) 年代別支給件数：新生物（がん）



こころの健康を応援する情報サイト

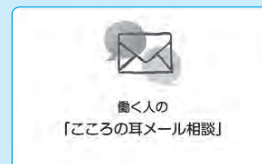
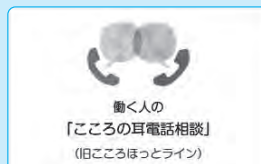
メンタルヘルス対策として、こころの健康を応援するさまざまな情報サイトを組合ホームページで紹介しています。

●働く人のメンタルヘルスポータルサイト「こころの耳」

- ・セルフストレスチェックでこころの疲れをチェック



- ・フリーダイヤルの電話相談・メール相談などの相談窓口



●健康相談（健康保険組合連合会 東京連合会）

- ・毎週月曜日から金曜日の平日、電話による健康相談や面談による相談を無料で実施（保健師在籍時に限ります）

印刷製本包装機械健康保険組合

検索

メンタルヘルス
対策・健康相談

をクリック



まずはセルフケア！



歯科医師に質問！ 健口ポイント！

監修 魚田 真弘（エンパシーデンタルクリニック 院長）

Q

どんな歯みがき剤を選ぶといいですか？



A



自分の口の中の環境に合わない歯みがき剤を使うと、お口の健康状態をかえて悪くすることがあります。歯みがき剤の種類や特徴を知り、現在の口内環境や目的に合わせて適切な歯みがき剤を選びましょう。どの歯みがき剤を選んだらいいのかわからないときは歯科医師に相談してみましょう。

歯みがき剤選びのポイント

むし歯を予防
したいとき

高濃度のフッ化物が配合されているものがおすすめ。使い続けることで歯を丈夫にする効果も期待できる。強すぎる研磨剤は、歯の表面を傷つけて知覚過敏になることがあり注意が必要。

歯周病を予防
したいとき

抗炎症成分が入っていたり、血行促進作用があるもの、殺菌力の高いものがおすすめ。

ホワイトニング
したいとき

歯みがき剤のホワイトニングは、着色汚れを落とし歯の本来の色に戻すもの。さらに白くしたい場合は、歯科医院でホワイトニングを。

歯根部のケアを
したいとき

歯ぐきがやせて歯根部が露出してしまった場合は、研磨剤の入っていないジェルタイプがおすすめ。歯根は虫歯になりやすいため、高濃度のフッ化物が入っているものを選ぶとよい。



電動歯ブラシで使用する歯みがき剤は？

電動歯ブラシを使っている場合は、研磨剤入りの歯みがき剤に注意しましょう。お使いの電動歯ブラシの説明書をよく確認して、歯みがき剤を選びましょう。



インフルエンザの流行に備えて 予防接種を受けましょう

新型コロナウイルス感染症の流行の影響から、インフルエンザの発生動向が大きく変わってきており、今年の春夏から流行が見られています。

さらに乾燥した寒い季節は呼吸器系の感染症の増加が予測されます。

しっかり感染対策をして、元気に冬を乗り切りましょう！



ワクチン接種で重症化リスクを減らしましょう

インフルエンザワクチンの効果は接種後約2週間経ってから表れ、約5～6カ月続きます。ワクチンを接種しても発症を100%抑えることはできませんが、ワクチンの最大の効果は肺炎や脳症などの合併症や重症化リスクを減らすことです。特に持病(ぜんそくや慢性呼吸器疾患、慢性心疾患、糖尿病など)のある方や高齢の方は重症化しやすいので、かかりつけ医とご相談のうえ、接種を受けることをおすすめします。

インフルエンザ予防接種補助を実施しています

インフルエンザの感染予防及び重症化予防のため、加入者全員を対象にインフルエンザ予防接種補助を実施しています。

対象者

被保険者・被扶養者

接種期間

令和5年10月1日～令和6年1月31日

補助金額

1人3,000円を上限とし、実費の範囲で補助します。



▲詳細はこちらから

糖尿病

放置しちゃダメ！
重症化を予防しよう！！

糖尿病は、血液中のブドウ糖濃度（血糖値）が異常に高くなる病気です。適切に治療をしないと、全身の血管がダメージを受け、脳梗塞や心筋梗塞、失明、腎不全、足の切断、がん、認知症など、さまざまな深刻な合併症を引き起こしかねません。

この検査項目に注意！

血液検査		尿検査
空腹時血糖		尿糖
保健指導判定値	100mg /dL 以上	陽性（+）
受診勧奨判定値	126mg /dL 以上	
ヘモグロビンA1c（HbA1c）		
保健指導判定値	5.6% 以上	
受診勧奨判定値	6.5% 以上	

血糖値が高い状態が長い間続くと…

細い血管に障害を与える

糖尿病網膜症

網膜には細い血管が広がっており、障害を受けると網膜出血、網膜剥離や硝子体出血を起こしてしまい、視力の低下や失明に至ることがあります。



糖尿病腎症

腎臓の細い血管が障害を受けると、腎機能が低下します。初期は無症状のことが多いのですが、進行するとむくみなどの症状が出てきます。末期腎不全に至ると「透析療法」が必要になります。透析療法は医療費が高額なため、重症化を防ぐことが社会的にも課題となっています。



糖尿病神経障害

神経細胞がダメージを受けると、合併症に気づきにくく、重篤になる場合があります。しびれや痛み、感覚がなくなるといった感覚異常のほか、胃腸運動の異常、心臓や血圧調節の異常、手足の運動神経や、眼・顔面の異常などを起こします。



動脈硬化が進行

脳梗塞

心筋梗塞

動脈硬化が進行すると、脳梗塞、心筋梗塞などの命にかかわる病気の発症につながります。糖尿病があると、心筋梗塞のリスクは数倍高くなるといわれています。



末梢動脈疾患（閉塞性動脈硬化症）

手足の動脈硬化によって末梢動脈疾患や足病変（足壊疽など）になると、ひどい場合は足を切断せざるを得ない場合があります。



※ここでは生活習慣病が影響して発症しやすい2型糖尿病について取り上げています。

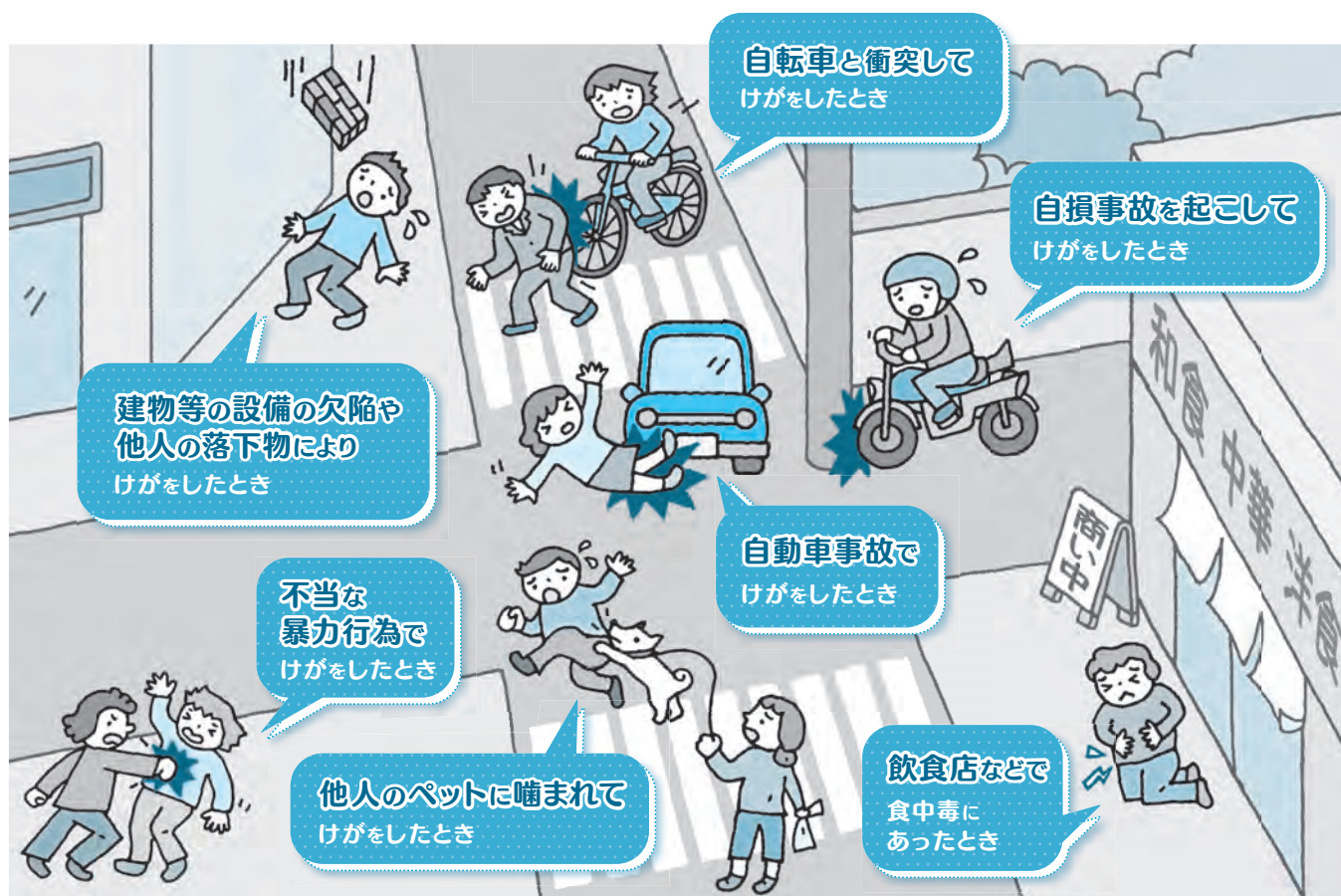
組合健診の結果、血糖値や血圧の検査結果で「要受診」「要治療」と診断された方で未受診の方を対象に受診勧奨通知を送付しております。通知を受け取った方は早めに医療機関で受診してください。

交通事故などで 保険証を使って受診する場合 まずは**健保組合**へ**連絡**してください

「第三者行為による傷病届」を提出してください

交通事故や第三者の行為によるけがや病気の場合、その医療費は加害者が負担するものです。

ただし、「第三者行為による傷病届」を組合に提出することにより保険診療で受診できますが、組合は一時的に立て替えた医療費を、後日加害者や加害者が加入する保険会社に請求します。



示談の前に健保組合へ連絡を！

加害者との話し合いで示談をしてしまうと、示談の内容によっては健保組合が立て替えた費用を加害者に請求できなくなってしまう、被害者が負担しなければならない場合があります。また、後遺障害による保障も受けられなくなる場合があります。示談をする場合は必ず健保組合にご連絡ください。

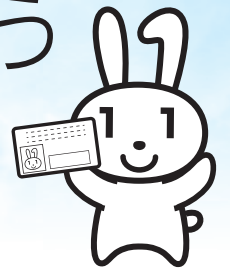
お 願 い

医療費の適正化対策として、外傷性（けが）の傷病名について負傷の原因を照会しています。「負傷の原因について」の照会文書が届きましたら、回答期限までに必ずご回答くださいますようお願いいたします。

なお、ご回答の内容につきましては、医療費適正化の目的以外には使用いたしません。

必ずご回答を！

マイナポータルを利用しましょう



マイナポータルとは、政府が運営するオンラインサービスです。子育てや介護をはじめとする行政サービスの検索やオンライン申請、行政からのお知らせを受け取ることができる自分専用のサイトです。

また、マイナンバーカードを保険証として利用するための申込みもマイナポータルで行います。

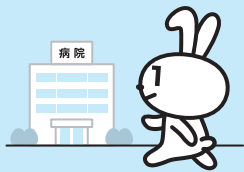
マイナポータルで薬剤・医療費・健診情報の確認ができます

マイナポータルで確認できる医療や健康保険にかかわる情報としては以下のようなものがあります。「わたしの情報」で薬剤・医療費・健診情報が確認できるようになりました。

1

より良い診療が可能に!

ご本人が同意すれば初めての医療機関でも特定健診情報や薬剤情報が医師等と共有でき、より適切な医療が受けられるようになります。



2

自身の健康管理に役立つ!

令和2年度以降に実施した特定健診(40歳以上の方が対象)の情報5年分や令和3年9月診療分以降の薬剤情報3年分、ジェネリック医薬品の利用による削減可能額が確認できます。



3

確定申告の医療費控除がより簡単に!

マイナポータルで自分の医療費通知情報が閲覧できます。また、医療費控除の手続きがマイナポータルを通じて医療費情報の自動入力ができます。



4

窓口で限度額以上の支払いが不要になります!

高額な医療費が発生する場合でも、ご自身で高額な医療費を一時的に自己負担したり、限度額適用認定証の申請手続きをする必要がなくなります。



5

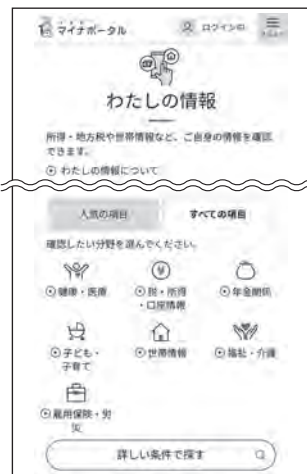
現在の保険証情報が確認できます

保険証の利用申込後、保険証情報が正しく登録されているかを確認できますので、必ずご確認をお願いします。



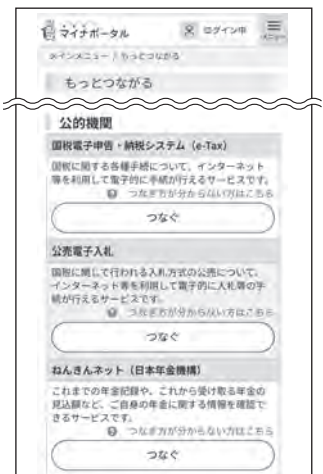
ご自身の情報やお知らせを必要な時に確認できる

所得や個人住民税に関する情報、新型コロナウイルス感染症や四種混合ワクチンなどの予防接種記録、公的年金の資格記録情報など、行政機関が保有するご自身の情報を確認できます。



外部ウェブサイトとつなげて便利に使える

e-Tax やねんきんネットなど、外部ウェブサイトと連携することで、個別のIDやパスワードを入力することなくログインができ、サービスを利用できます。



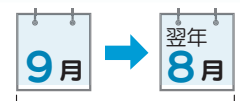
定時決定 保険料計算の基礎となる新しい標準報酬月額が決定しました

保険料計算の基礎となる標準報酬月額は年一回、その年の4月、5月、6月の3カ月間の報酬をもとに決定されます。新しい「標準報酬月額」は、その年の9月分の保険料(10月納付分)から翌年の8月分まで適用されます。

ご担当者の皆さま
算定基礎届の届出にご協力いただき、ありがとうございました。



この3カ月間の報酬の平均により標準報酬月額を決定



決定した標準報酬月額は9月から翌年8月まで適用



印刷製本包装機械健康保険組合 個人情報保護ポリシー

印刷製本包装機械健康保険組合（以下「当組合」という。）は、加入者個人に関する情報（以下「個人情報」といいます。）を適切に保護する観点から、以下の取り組みを推進します。

- 1** 当組合は、取得した加入者の個人情報について、適切な安全措置を講じることにより、加入者の個人情報の漏えい、紛失、き損又は加入者の個人情報への不正なアクセスを防止することに努めます。
- 2** 当組合は、加入者からご提供いただいた個人情報を、加入者の健康の保持・増進など加入者にとって有益と思われる目的のためのみに使用いたします。また、個人番号については、番号法で定められた利用範囲でのみ利用いたします。
- 3** 当組合は、あらかじめ加入者の事前の同意を得た場合を除き、加入者の個人情報を第三者に提供いたしません。また、個人番号を含む個人情報（以下「特定個人情報」という。）については、本人の同意の有無にかかわらず、番号法に定める場合を除き、提供いたしません。ただし特定個人情報でない個人情報について、「個人情報の保護に関する法律」（平成 15 年 5 月 30 日・法律第 57 号）第 27 条第 1 項各号に該当する場合は、加入者の事前の同意を得ることなく、加入者の個人情報を第三者に提供することがあります。
- 4** 当組合は、職員に対し個人情報保護に関する教育啓蒙活動を実施するほか、個人情報を取り扱う部門ごとに管理責任者を置き、個人情報の適切な管理に努めます。
- 5** 当組合の業務を委託する場合については、より個人情報の保護に配慮したものに見直し・改善を図ります。業務委託契約を締結する際には、業務委託の相手としての適格性を十分審査するとともに、契約書の内容についてもより個人情報の保護に配慮したものとしします。
- 6** 加入者が、加入者の個人情報の照会、修正等を希望される場合、当組合担当窓口までご連絡いただければ、合理的な範囲ですみやかに対応させていただきます。
- 7** 当組合は、加入者の個人情報の取扱いに関係する法令その他の規範を遵守するとともに、本個人情報保護ポリシーの内容を継続的に見直し、改善に努めます。

契約保養施設のご案内



初めての海外旅行にハワイはいかがですか？

ハワイ保養施設『イリカイ』

1人1泊
5,000 円
(被保険者及び
被扶養者)

施設のご案内

●建物 イリカイ(コンドミニウム)

ワイキキビーチの西側に位置し、アラワイヨットハーバーに隣接しています。ワイキキビーチ、アラモアナショッピングセンターまで徒歩 10 分と、非常に便利な地域にあります。

詳細はコチラ▶



●所在地

アメリカ合衆国ハワイ州ホノルル市
アラモアナ通り 1777

●部屋タイプ

1LDK (定員 3 人) 50m²

* 日常生活を送るための設備はほぼ設置されています。

- ・シャワールーム、ウォシュレット完備
- ・フルキッチン (自炊ができます。電子レンジ、炊飯器など) など

利用対象者及び料金

●被保険者及び被扶養者 5,000円

●その他一般 7,000円

※別途、州税・ホテル税が加算されます。

詳しくは、インケアハワイにお問い合わせください。



- ・レストラン・オプションツアーのご予約
- ・バス・トロリーバスの乗り降りの仕方・乗り場のご案内
- ・ご希望の観光地やお店への行き方の案内
- ・体調不良の際の病院の紹介等の対応 etc.

旅行準備からイリカイ到着まで

STEP 1 出発までの手続き

- ①インケアハワイで予約を取る 詳細はコチラ▶
- ②航空券の手配
各航空会社や旅行代理店、インケアハワイ(株)で予約可能です。
- ③ESTA(アメリカ電子渡航認証システム)の申請



STEP 2 出入国の手続き

- ①日本出国
空港でフライトの 2 時間前にチェックイン
→セキュリティー検査→税関申告→出国検査→搭乗
- ②ハワイ入国
入国審査→荷物受け取り→税関申告
→右側の個人用出口 (EXIT TO STREET) へ



STEP 3 空港からイリカイへの移動手段

- ①タクシー 所要時間は約30分、チップ込みで約\$50。
- ②エアポートシャトル(スピーディーシャトル)
1名片道\$20.28 12名が集まったら出発。

STEP 4 イリカイ到着

1 階 (120 号室) の現地事務所へお越しください。1 階玄関の左側、「GIFT PARADISE」の脇の通路をお進みいただくと、事務所は右側でございます。



ロケーション



Aloha ~
現地スタッフの
ハiko ウィンターです。

なんでもご相談ください!

お問い合わせは…インケアハワイ株式会社 Tel 050-3801-3440 (受付時間 平日午前 9 時から午後 5 時まで)

東振協主催「WEB による介護・健康講座」「ミニマラソン大会」が開催されます(令和 6 年2月~3月)

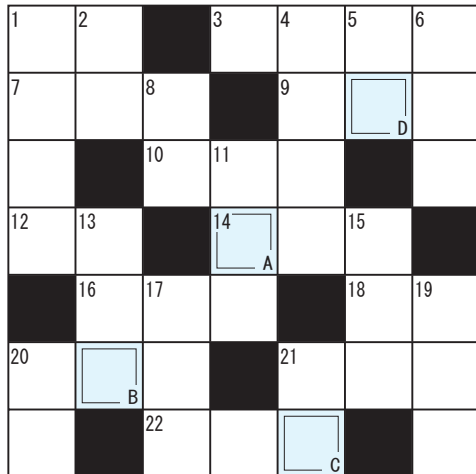
令和6年2月上旬から3月中旬にかけて、正しい介護の知識や心構えを習得し、認知症の理解と対応について学ぶ介護健康講座がWEBにより開催されます。(参加費は無料)

また、令和6年2月25日には「健康日本21」推進事業の一環として、例年通り豊洲ぐるり公園(東京都江東区豊洲)にてミニマラソン大会が開催されます。(参加費 1,500 円(傷害保険料含む))

皆さまのご参加をお待ちしています。詳細のご案内は 11 月中旬頃、組合 HP に掲載いたします。

クロスワード

クイズに答えて本を読もう!



©スカイネットコーポレーション

A	B	C	D

◆タテのカギ

- ① ギンナンがとれる落葉樹
- ② ____の手も借りたいほど忙しい
- ④ アルバムに保存
- ⑤ アルファベットの 21 番目
- ⑥ 「稲庭」や「讃岐」が有名な麺
- ⑧ 渋皮煮やきんとんにする木の実
- ⑪ 「林」や「板」の部首
- ⑬ この人形、本物みたい!
- ⑮ 本当にあった話
- ⑰ ____も育ちも東京です
- ⑲ 音を拾う装置
- ⑳ 「あーん」と開ける
- ㉑ ご飯がおいしくて____がとまらない!

◆ヨコのカギ

- ① 秋の田んぼで刈る
- ③ 次の授業の内容をあらかじめ勉強
- ⑦ 約束の時間から 30 分後に到着...
- ⑨ ゴルフで用いる距離の単位
- ⑩ 相撲で勝つため日々稽古
- ⑫ カボチャはこの仲間
- ⑭ 名前を呼ばれて「はい!」
- ⑯ ____の呼吸で仕事をこなす名コンビ
- ⑰ 夫のパートナー
- ⑲ 紅葉が美しい山道を____でドライブ
- ㉑ ウクレレやフラダンスの本場
- ㉒ 戦国時代や幕末が舞台の____小説

※ クイズの解答は、応募締め切り後ホームページにて掲載いたします。



応募のきまり

- 応募資格 当組合の被保険者及び被扶養者に限ります。
- 必要事項
 - ①クイズの解答
 - ②住所
 - ③氏名
 - ④事業所名
 - ⑤保険証の記号・番号
 - ⑥本誌へのご意見・ご感想
- 送り先 〒135-8318 東京都江東区毛利 2-6-5
印刷製本包装機械健康保険組合「健保クイズ係」

- 締切 令和 5 年 11 月 30 日(木)(当日消印有効)
- 賞品 正解者の中から抽選で図書カード千円分を 10 名様に進呈いたします。当選者の発表は賞品の発送をもってかえさせていただきます。
- ※応募は必ずハガキで 1 人 1 通までとします。2 通以上応募された方はすべて無効となります。
- ※応募により取得した個人情報はクイズの抽選・賞品の発送にのみ使用いたします。

※夏号のクイズには多数のご応募いただきありがとうございました。当選者の方々には賞品をお送りしました。

救急薬品の割引あっせんについて



皆さまの疾病予防、健康保持、応急手当などにお役立ていただくため救急薬品の割引あっせんのご案内を 10 月下旬に事業所あてに送付しております。

当組合では、普段から皆さまご自身の健康について意識していただき、軽度な身体の不調は自分で手当てするセルフメディケーションを推進しており、常備薬を上手に活用していただくことで、医療費節減や医療機関への受診抑制に効果があると考えております。

今回も購入助成がありますので、この機会にぜひご利用ください。

令和 5 年 7 月以降の新規加入事業所

- 株式会社姫路モトヤ (兵庫県姫路市 令和 5 年 9 月 1 日)
- 株式会社エスケーフライン (滋賀県草津市 令和 5 年 9 月 1 日)
- 株式会社セリアコーポレーション (埼玉県戸田市 令和 5 年 10 月 1 日)

組合事業概況 (令和 5 年 8 月末)

事業所数	227 社	被保険者 1 人当たり被扶養者数	0.83 人	保険料調定額 (累計)	保険給付費・納付金 (累計)
被保険者数		平均標準報酬月額		健康保険料	法定給付費
男性	21,407 人	男性	443,880 円	調整保険料	付加給付費
女性	5,245 人	女性	289,146 円	合 計	納 付 金
計	26,652 人	平均	413,429 円	6,743,783,589 円	3,466,557,482 円
				合 計	6,626,712,639 円



株式会社東京自働機械製作所

株式会社東京自働機械製作所は、2018年5月18日に健康企業宣言、2019年6月10日に銀の認定を取得、2022年12月19日に金の認定を取得されました。健康企業宣言後の取り組みや、今後の抱負などについてお話を伺いました。

企業情報

・設立	昭和19年6月
・被保険者数	334名(令和5年8月末)
・本社所在地	東京都千代田区
・工場所在地	千葉県柏市



総務部、本社衛生委員会、工場安全衛生委員会代表の皆さま

健康企業宣言に参加した動機、経緯、その思い

当社は社是のひとつでもある「常に健康で信義誠実を守り楽しい職場をつくろう」をモットーに、従業員の健康づくり、健康的な職場づくりに取り組んでまいりました。その取り組みにおいて目指すべき内容や指標が適切なものなのか迷うこともあり、また、新たな課題や目標を見出すことで会社全体の健康意識をより高めるきっかけにしたいと考え、客観的な指標で評価いただける健康企業宣言に参加しました。

具体的な取り組み

本社衛生委員会、工場安全衛生委員会を中心に総務部、産業医と連携し、「こころの健康」「からだの健康」に関する問題や課題を検証し、会社と従業員が一体となって健康経営の施策を展開しています。また、製造拠点である柏工場には保健師が常勤し、産業医や衛生管理者とともに職場や医療と連携を取りながら従業員にきめ細やかな健康支援ができるよう努めています。

こころの健康

- ・産業医、保健師による社内相談窓口の他、産業カウンセラーによるカウンセリングの場を社内・社外に設けており、従業員が気軽に相談できる環境を整えています。
- ・ストレスチェックの組織分析結果より得た課題をテーマにした研修会の開催、メンタルヘルスセルフケアに関する学習コンテンツの導入などの予防への取り組みを行っています。
- ・コロナ禍で希薄になった従業員同士のコミュニケーションを推進するため、食堂や外庭に新たに交流スペースを設けました。



新たに設けられた交流スペース

からだの健康

- ・定期健診で精密検査が必要とされた従業員は、業務時間を利用して受診することができ、また、特定保健指導の場を社内に設け業務時間内で指導を受けられるようにするなど、健診の機会をしっかりと個人の健康行動につなげられるよう背中を押す取り組みを行っています。
- ・感染症対策では、健康保険組合の補助制度も活用し、毎年社内でのインフルエンザワクチン接種を実施しています。
- ・家族の健康にも少しでも役立てるよう、家族(配偶者)の健康診断を社内で実施しています。
- ・心身ともに健康的な働き方も目標のひとつであり、コアタイムの無いフレックスタイム勤務制度や在宅勤務、リフレッシュ休暇など様々な休暇制度を取り入れ、柔軟な働き方を推進しています。

一番苦労した点

新型コロナウイルス感染症の影響により人の往来が難しくなった時期、従来行ってきた産業医面談や研修会の開催などが困難となり、施策の見直しが必要となりました。試行錯誤をしながらWebを活用することによって、どこにいても面談や研修が受けられるようになり、特にコロナ禍の不安な状況下において海外にいる従業員、自宅で病気療養中の従業員が産業医の顔を見ながらの面談を実施できたことは大きな意味があったと感じています。

今後の抱負と新たに取り組む事業所へのアドバイス

これからも従業員が健康でいきいきと働ける会社を目指し、この健康企業宣言において良い評価をいただいた項目については、今後もより良く継続することを努めるとともに、まだまだ取り組みが必要とされた項目については、より具体的な目標が定まり更なる取り組みにつなげてまいります。

これから健康経営に取り組まれる事業所様におかれましては、健康企業宣言に参加をすることで新たな課題や施策を見つける機会となり健康経営の道筋ができてと思いますので、気負わずぜひ健康企業宣言に参加されることをおすすめいたします。

ご多忙の中ご協力いただき、ありがとうございました。

