

健康づくり好事例

従業員の健康づくりに取り組んでおられる事業所様の取り組み事例をご紹介します。協会けんぽでは、御社の特徴にあった健康づくりのご提案を行っています。お気軽にお問い合わせください。

特定保健指導の実施

従業員の健康は会社の財産です。健診後、協会けんぽから生活習慣病のリスクの高い従業員の方への特定保健指導のご案内をお送りしています。従業員が元気で長く勤められるよう、ご協力をお願いします。



メタボ解消に効果的！ITを活用した「はらすまダイエット」も無理せず続けられると好評です。

※「はらすまダイエット」は(株)日立製作所の登録商標です。

○保健指導の様子○

北川鉄工所 株式会社 様



社内自販機で特定保健用食品を販売

会社にある自動販売機や社員食堂で、体に良い特定保健用食品(トクホ)を販売してみませんか??

簡単に
Let's try !

糖尿病や血糖値改善の対策に効果的！
簡単に取り組めるのも魅力的です！

株式会社 福屋 様

社員食堂の売店で飲料やヨーグルトを販売。通常の販売価格より安く設定しています。



販売例：社員食堂の売店で販売



医療法人財団 博愛会
博愛会病院 様

自動販売機で通常の販売価格より安く設定。その差額は後日、事業所に請求されます。



設置例：社内の自動販売機

禁煙対策（COPD対策）

ご存知ですか？COPDという病気。

COPD: 慢性閉塞性肺疾患（まんせいへいそくせいはいしっかん）は、代表的な慢性呼吸器疾患の一つで**死よりも恐ろしい病気**とされています。COPDは別名**たばこ病**と言われており、原因の90%以上は喫煙です。日本では厚生労働省の統計によると、2005年に14,416人（全死亡数の1.3%）がCOPDにより死亡し、死亡原因の10位、男性に限ると7位を占めています。

今こそ禁煙しましょう！！

①スパイロメーターによる「肺年齢」測定

COPDの診断は、スパイロメーターという機器を使います。協会けんぽの簡単検査で、肺年齢を測定してみましょう！



スパイロメーター

肺年齢とは??

肺機能の老化を年齢におきかえて表示。
禁煙の動機付けに有効。

※肺年齢は（一社）日本呼吸器学会の登録商標です。



大きく
息を
吐いて！

②禁煙指導

測定結果に基づき、禁煙指導を行います。

③禁煙外来の勧め

禁煙には禁煙外来をお勧めします。

○測定の様子○

広島駅弁当 株式会社 様



歯周疾患予防対策



歯周病とは



歯周病は、歯周病菌が原因となり発生する病気です。歯周病になると、歯茎に炎症が生じ膿が出る、歯がグラグラする、歯茎から出血する、口臭など、さまざまなトラブルを引き起こします。

さらに近年では、歯周病が糖尿病を悪化させたり、動脈硬化を引き起こしたりすることも分かってきました。歯周病は、お口の中だけではなく、全身に悪影響を及ぼすのです。



歯科疾患検診(無料)の実施方法

実施方法は2種類からお選びいただけます。

A. 歯科医師を派遣し実施

御社に歯科医師を派遣して検査を実施します。100名程度以上からの実施になります。

B. 唾液検査キットで実施

自分で唾液を採取して検査します。1名からでも実施できます。

今井運送 株式会社 様

○唾液検査キットによる歯周病検査

協会けんぽの説明で、歯周病が糖尿病に関係する事を知って、検査を実施しました。社員が集まる新年仕事始めに、協会けんぽの歯周病検査(無料)を活用して検査を実施。

