



健康宣言をしよう



全国健康保険協会 大阪支部
協会けんぽ



広報部鳥 けんぽん
©協会けんぽ大阪支部

目次

- 協会けんぽについて

- なぜ今、「健康経営」が必要なのか？

- 協会けんぽ大阪支部「健康宣言」

【宣言項目】 1. 社員の健診受診率100%に向けたサポート

【宣言項目】 2. 保健指導の実施率35%以上に向けたサポート

【宣言項目】 3. 要治療者への受診勧奨サポート

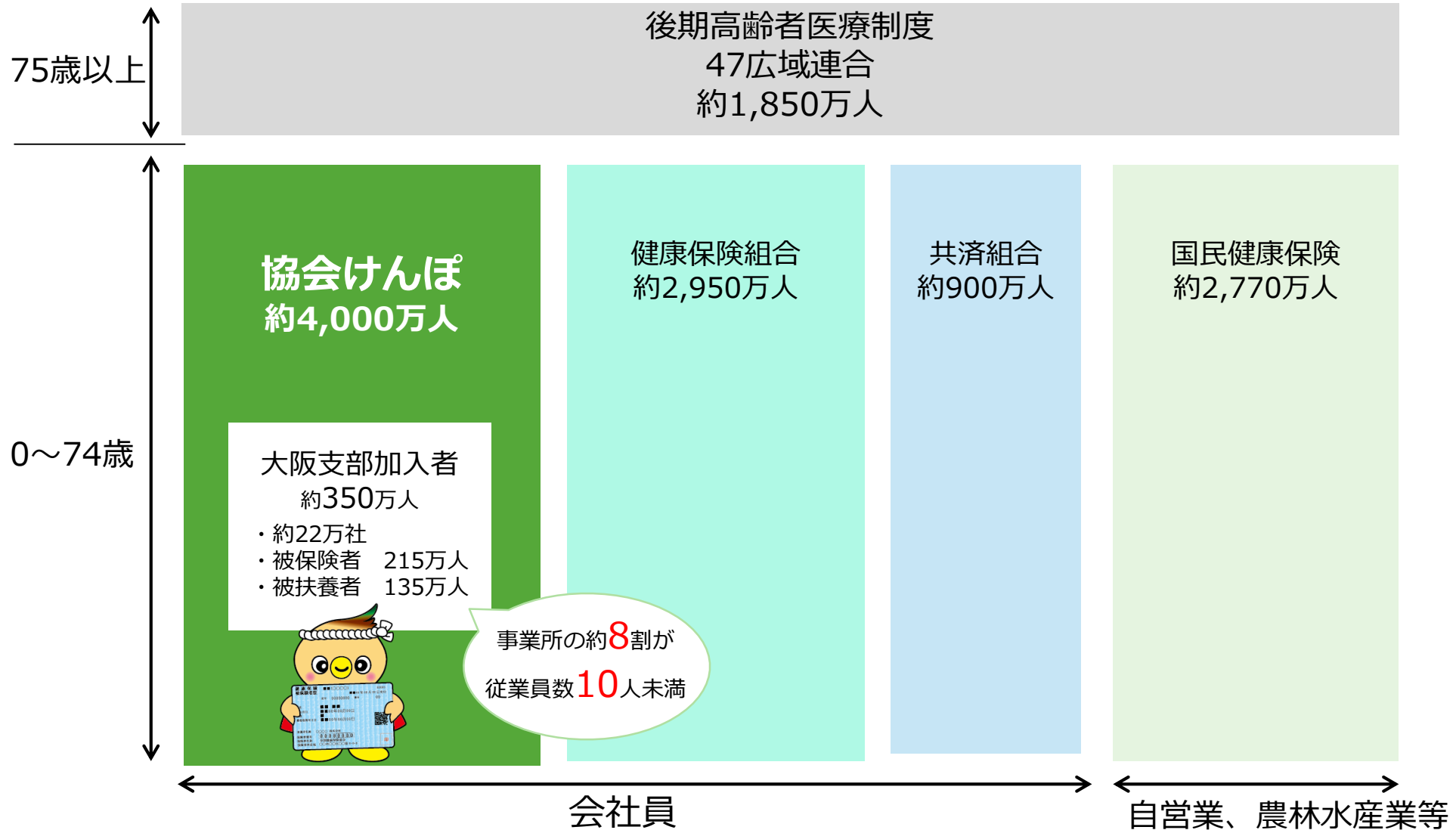
【宣言項目】 4. 健康づくり担当者の設置（健康保険委員）

【宣言項目】 5. これから取り組みたい自社の健康課題サポート

協会けんぽについて



「協会けんぽ」は健康保険事業を運営する組織のひとつです。



▼協会けんぽの保険証

健康保険 被保険者証	本人（被保険者）	00111
		平成26年 6月25日交付
	記号	21700023 番号
		21
氏名	キョウカイ 知 協会 太郎	
生年月日	平成 元年 5月 10日	
性別	男	
資格取得年月日	平成 26年 6月 1日	
事業所名称	〇〇 株式会社	
保険者番号	01010016	
保険者名称	全国健康保険協会 〇〇支部	
保険者所在地	〇〇市〇〇区〇〇町〇-〇-〇	



○大阪支部発行の保険証の場合

保険者番号 01270016
保険者名称 全国健康保険協会 大阪支部
保険者所在地 大阪市西区靱本町1-11-7

※令和6年12月2日から健康保険証の発行が終了し、マイナ保険証の利用が基本となります。



特定健診や薬、医療費の
情報をマイナポータルで
閲覧できる！



マイナンバーカードで健康に関する情報が一元化されると、
個人での健康管理が促進され、健康経営にもメリットあり！

マイナンバー
PRキャラクター
マイナちゃん

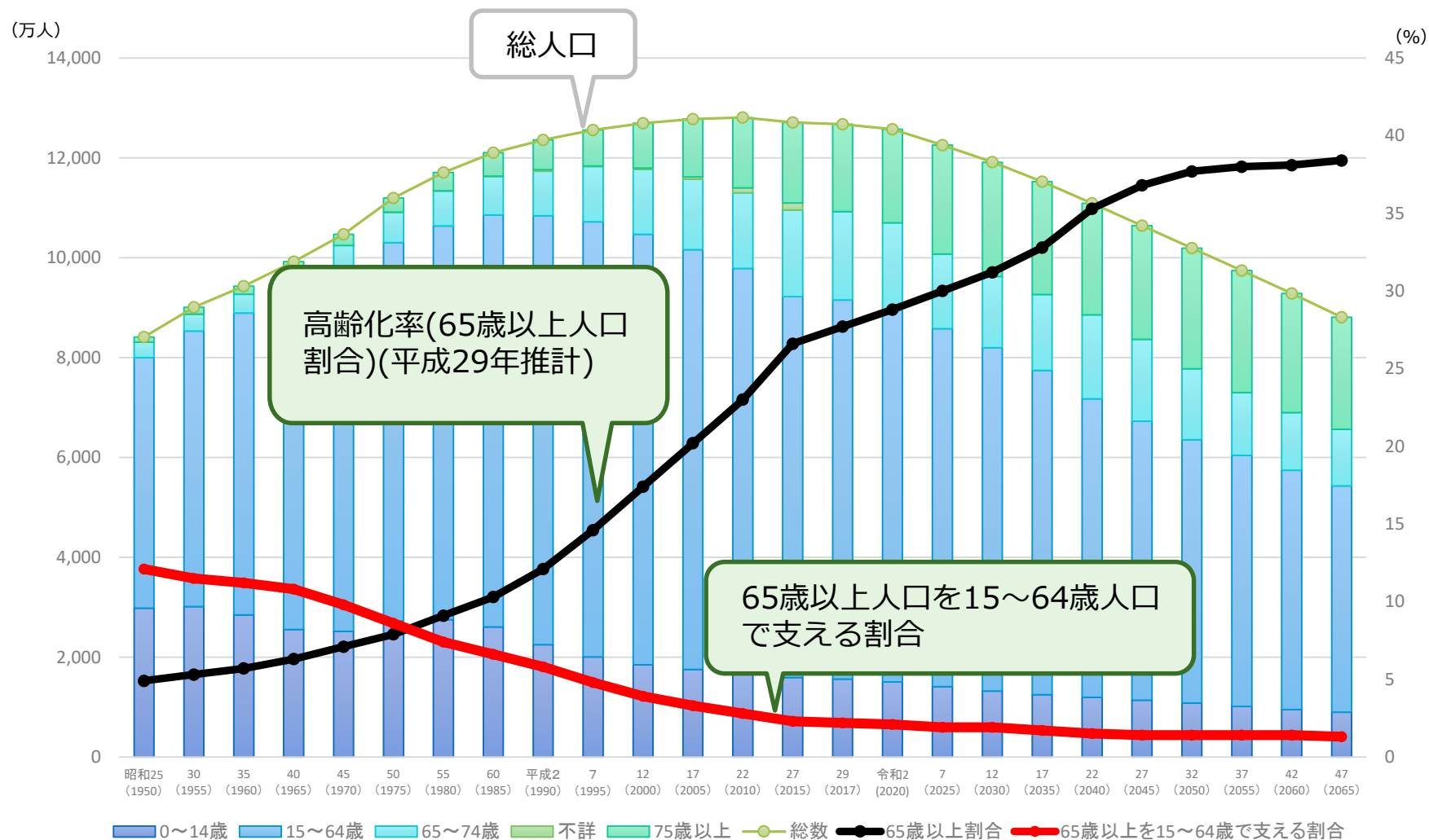


なぜ今、「健康経営®」が必要なのか？



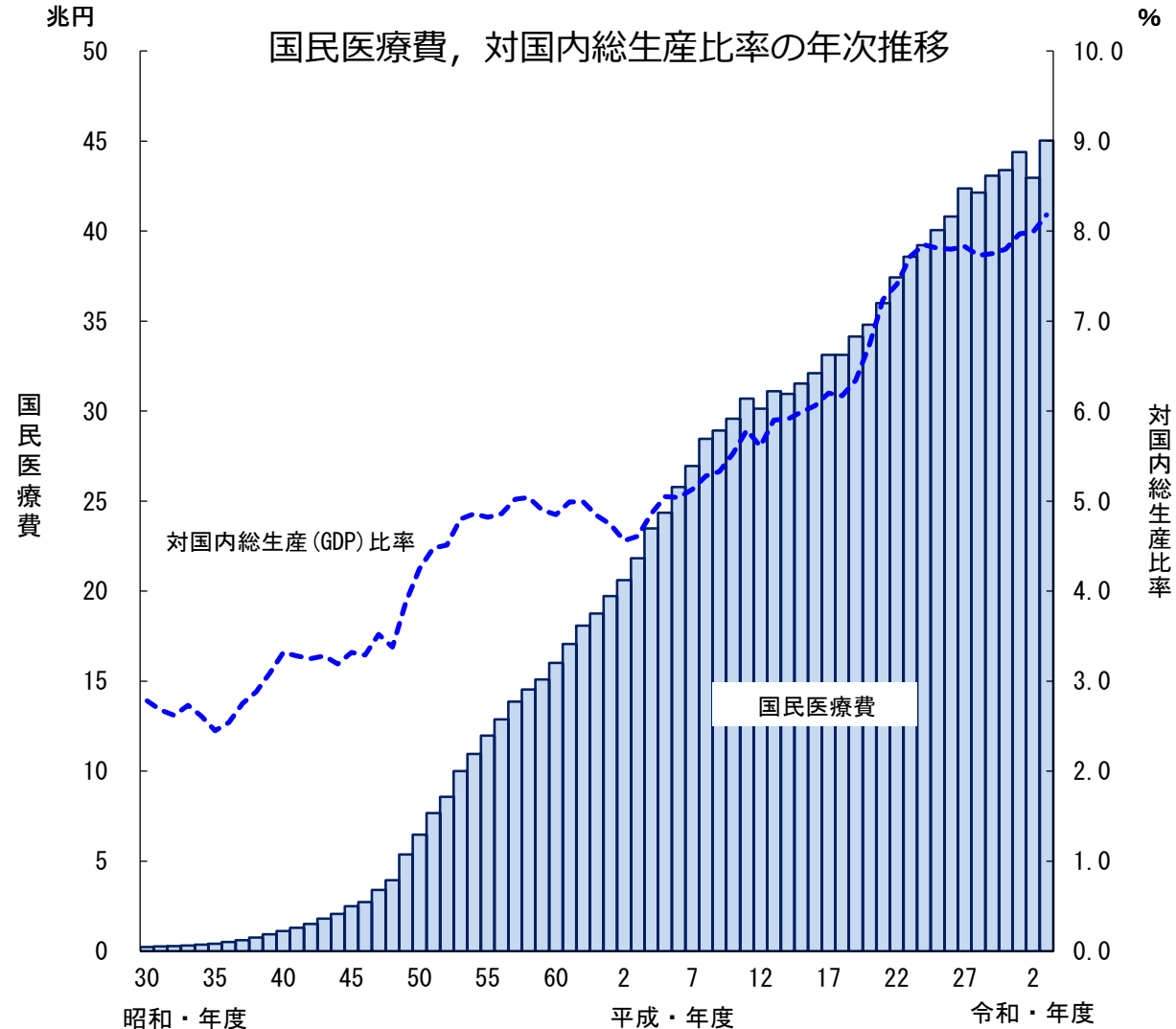
なぜ今、「健康経営」が必要なのか？

少子高齢化の進行により、労働力の不足をはじめ様々な課題の深刻化が懸念されています。



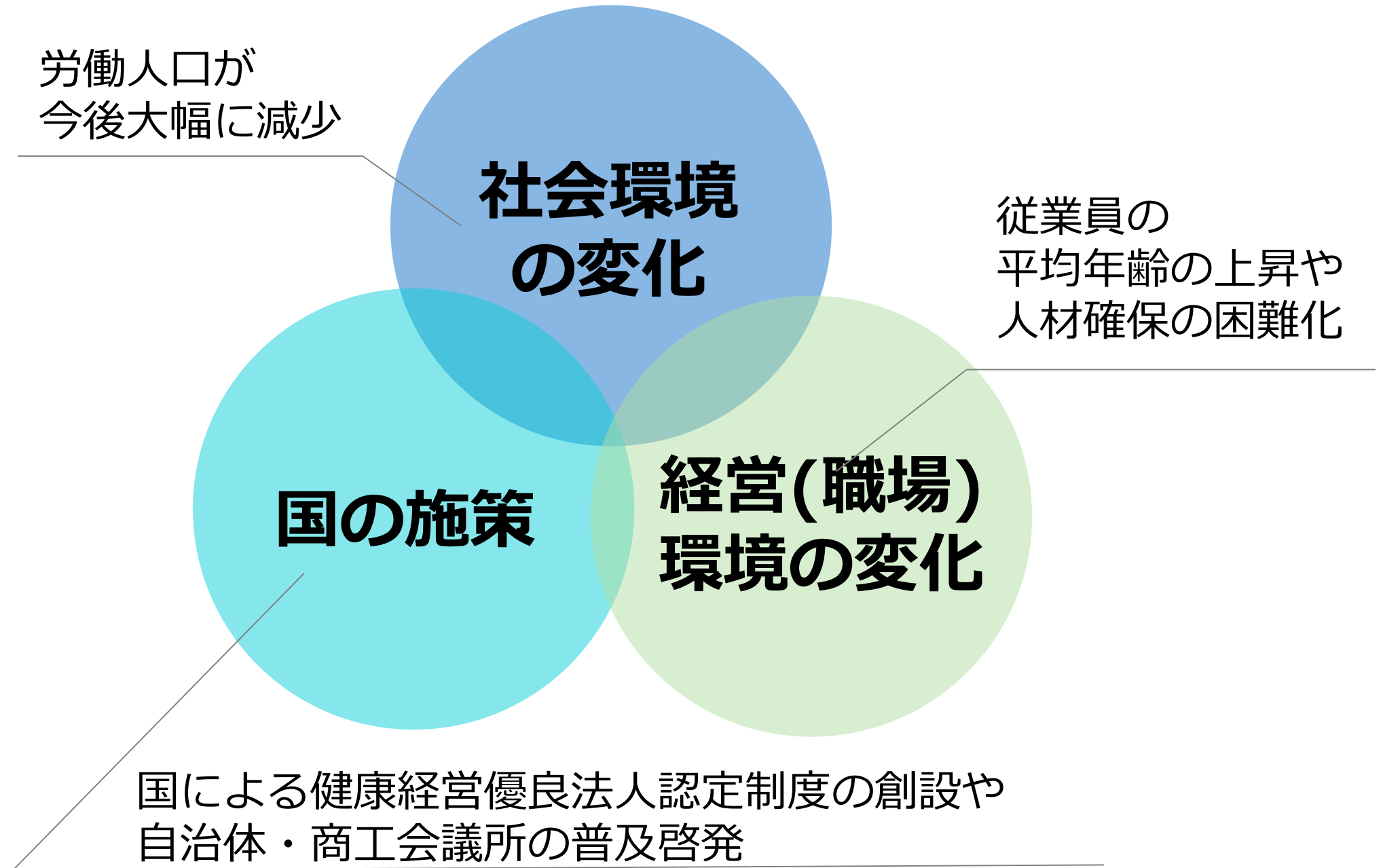
なぜ今、「健康経営」が必要なのか？

国民医療費は年々増加しています。



出典：令和3(2021)年度 国民医療費の概況（厚生労働省） (<https://www.mhlw.go.jp/toukei/saikin/hw/k-iryohi/21/index.html>)

なぜ今、「健康経営」が必要なのか？



なぜ今、「健康経営」が必要なのか？

健康経営優良法人（中小規模法人部門）を申請する企業が年々増加しています。

※令和6年3月13日時点

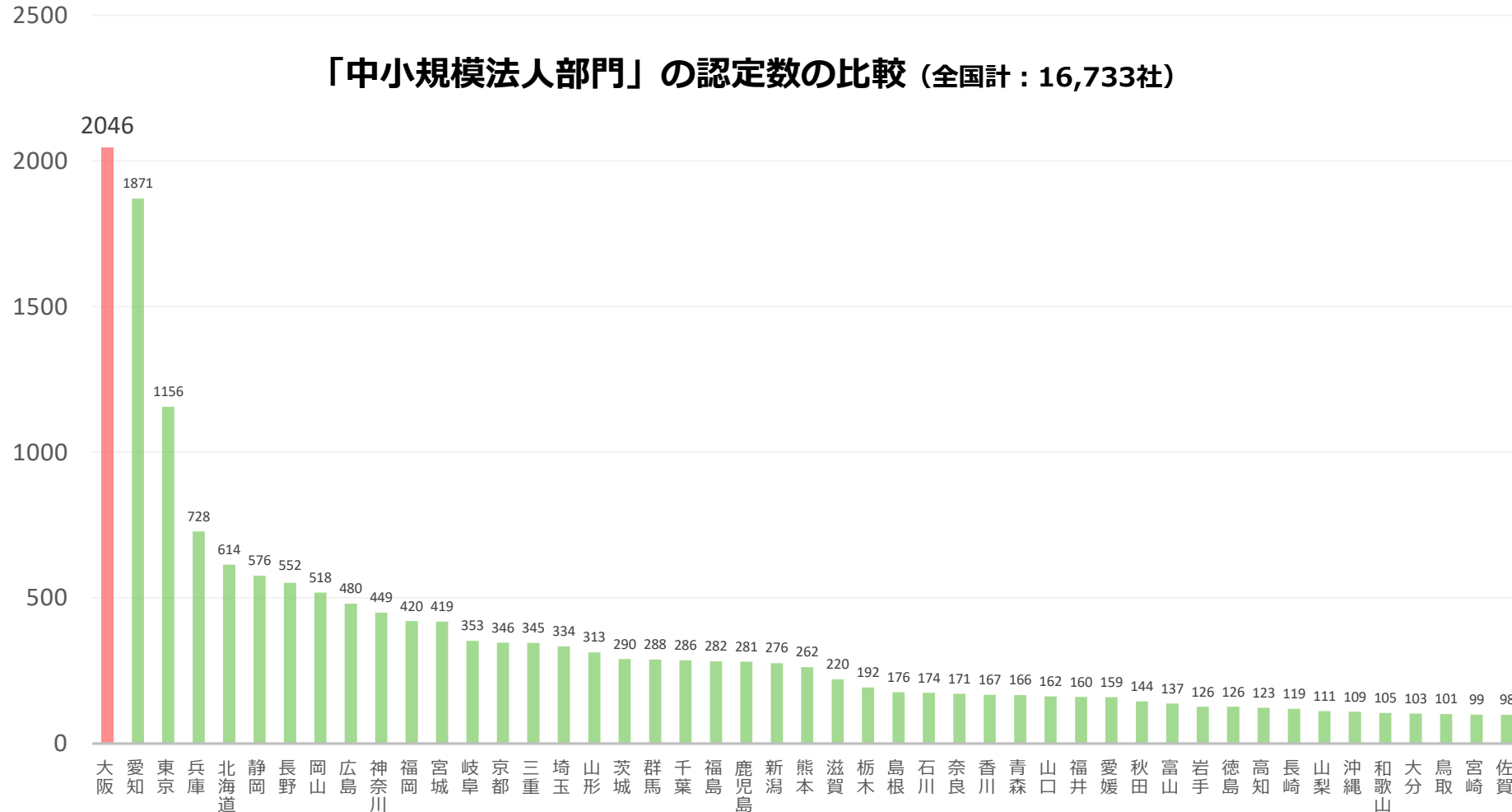


(参考) Action! 健康経営 (日本経済新聞社) より作成

なぜ今、「健康経営」が必要なのか？

大阪府は全国でも5年連続健康経営優良法人 (中小規模法人部門) 認定数第1位です。

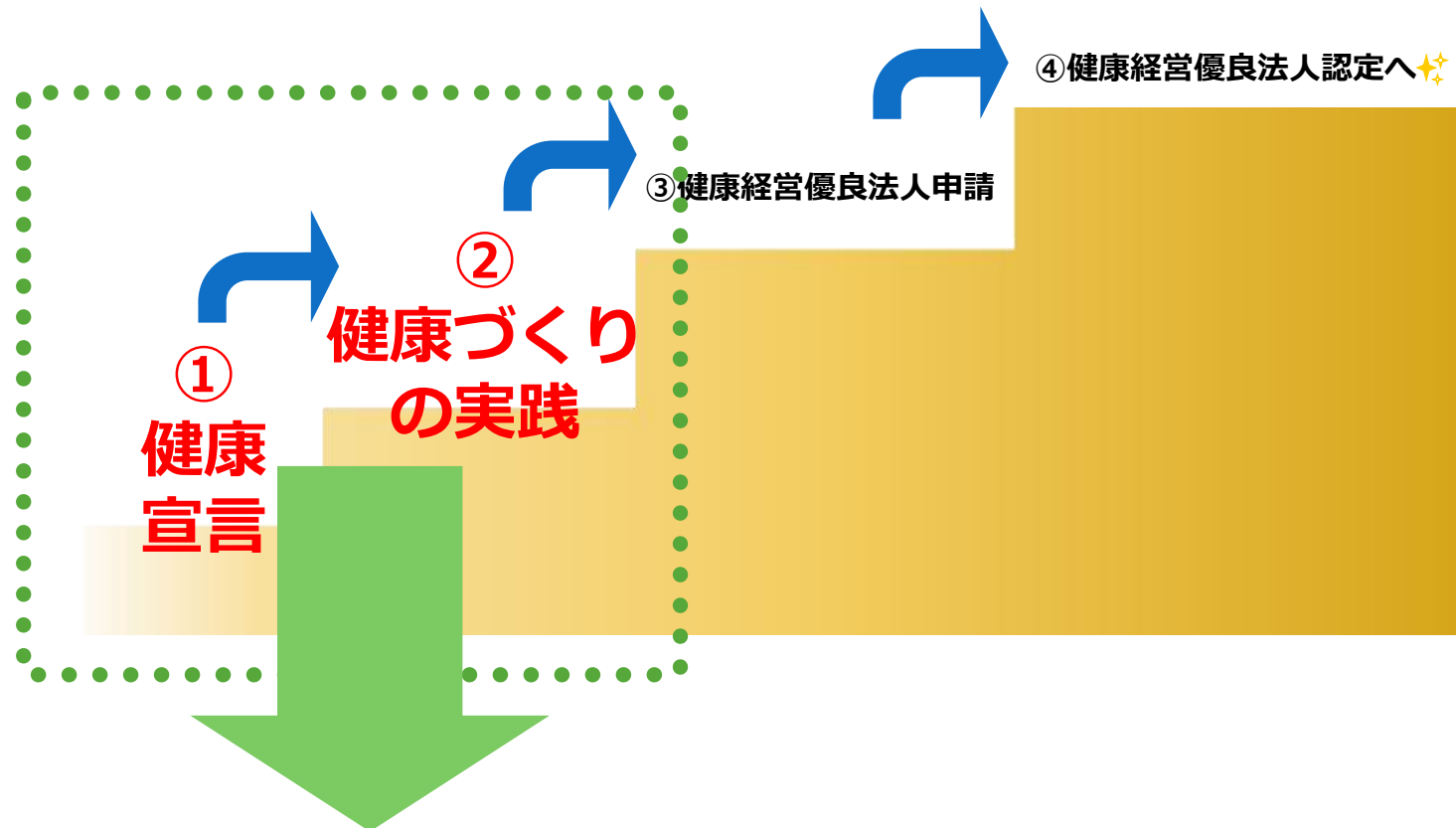
※令和6年3月13日時点



(参考) Action! 健康経営 (日本経済新聞社) より作成

なぜ今、「健康経営」が必要なのか？

あなたの会社も健康経営の取り組みを進めて、健康経営優良法人認定の取得を目指しませんか？



まずは①健康宣言！次に②健康づくりの実践を！
協会けんぽの各種サポートが使えます！



みなさんに健康経営に取り組んでもらうことは、
保険者（協会けんぽ）の視点でも大変有効です。

将来の医療費上昇を
少しでも抑えたい
(過度な保険料上昇の抑制)

加入者の健康増進を
図ることが
保険者(協会けんぽ)の使命



これらの達成のため、協会けんぽは保険者として健康経営
を推進し、加入事業所様に各種サポートを行っています。

なぜ今、「健康経営」が必要なのか？

健康経営優良法人2025（中小規模法人部門）の認定要件の施策にも活用できる各種サポートをご紹介します。

健康経営優良法人2025（中小規模法人部門）認定要件

大項目	中項目	小項目	評価項目	認定要件			
				中小規模法人部門	小規模法人特例		
1. 経営理念・方針			健康宣言の社内外への発信及び経営者自身の健診受診	必須			
2. 組織体制			健康づくり担当者の設置	必須			
			(求めに応じて)40歳以上の従業員の健診データの提供	必須			
3. 制度・施策実行	(1) 従業員の健康課題の把握と必要な対策の検討	健康課題に基づいた具体的な目標の設定	健康経営の具体的な推進計画	フリイト500・ネクストフリイト1000は左記①～⑮のうち13項目以上	必須	健康経営の具体的な推進計画～左記③のうち2項目以上	
		健康課題の把握	①定期健診受診率(実質100%)		左記①～③のうち2項目以上	左記④～⑦のうち1項目以上	左記④～⑦のうち1項目以上
			②受診勧奨の取り組み				
	③50人未満の事業場におけるストレスチェックの実施						
	(2) 健康経営の実践に向けた土台づくり	ヘルスリテラシーの向上	④管理職または従業員に対する教育機会の設定		左記⑧～⑮のうち4項目以上	左記⑧～⑮のうち3項目以上	
		ワークライフバランスの推進	⑤適切な働き方実現に向けた取り組み				
		職場の活性化	⑥コミュニケーションの促進に向けた取り組み				
		仕事と治療の両立支援	⑦私病等に関する復職・両立支援の取り組み(⑬以外)				
	(3) 従業員の心と身体の健康づくりに関する具体的な対策	具体的な健康保持・増進施策	⑧保健指導の実施または特定保健指導実施機会の提供に関する取り組み		必須	必須	
			⑨食生活の改善に向けた取り組み				
			⑩運動機会の増進に向けた取り組み				
			⑪女性の健康保持・増進に向けた取り組み				
		感染症予防対策	⑫長時間労働者への対応に関する取り組み				
⑬メンタルヘルス不調者への対応に関する取り組み							
喫煙対策	⑭感染症予防に関する取り組み						
4. 評価・改善			受動喫煙対策に関する取り組み	必須			
5. 法令遵守・リスクマネジメント（自主申告） ※誓約事項参照			健康経営の取り組みに対する評価・改善	必須			
			定期健診を実施していること、50人以上の事業場においてストレスチェックを実施していること、労働基準法または労働安全衛生法に係る違反により送検されていないこと、等	必須			

健康宣言

健康保険委員

事業所の健康
スコアリングレポート
(事業所(業態別)カルテ)

提供依頼書

健診の費用補助

受診勧奨
素材WEB配布

無料健康講座

特定保健指導

メールマガジン

健康情報誌

健康経営応援サイト

協会けんぽ大阪支部 「健康宣言」



【宣言項目】 1. 社員の健診受診率100%に向けたサポート

【宣言項目】 2. 特定保健指導の実施率35%以上に向けたサポート

【宣言項目】 3. 要治療者への受診勧奨サポート

【宣言項目】 4. 健康づくり担当者の設置（健康保険委員）

【宣言項目】 5. これから取り組みたい自社の健康課題サポート

健康経営を始める第一歩として、まずは「健康宣言」！

まず「健康宣言」をして、社内外に「社員の健康を大切にしている会社」であることを示しましょう！

はじめよう「健康経営」の第一歩！

Health Up OSAKA

大阪支部「健康宣言」

企業をあげて健康づくりに取り組みましょう！社員は会社の財産です

健康宣言とは？

「私の会社は社員の健康のために〇〇に取り組みます！」と、企業（経営者）が社内外に宣言し、協会けんぽのサポート等を利用しながら会社全体の健康づくりに取り組むことです。

「健康宣言」している企業が増えています！

- 大阪府商工会議所連合会
- 大阪府商工会連合会
- 大阪府中小企業団体中央会

各経済団体とも共同で推進しています！

「健康経営」で会社を元気にしませんか？

今日からできる「健康経営」

全国健康保険協会 大阪支部 協会けんぽ

「健康経営」の進め方

まずは経営者が会社の理念に基づき「どうい会社にしたいか」を考え「社内の健康づくりの方針」を決める！

1. 「健康宣言」する

- 1、中面の表を参考に健康度合いを確認し、取り組み目標を決める
- 2、目標を記載した「エントリーシート」を協会けんぽ大阪支部にFAXする
- 3、協会けんぽ大阪支部から送られてくる「健康宣言の証」を社内外に向けて掲示する

「健康宣言のエントリーシート」 「健康宣言の証」

2. 「健康宣言」の項目に取り組む

- 1、健診受診率100%を目指す！
- 2、特定保健指導実施率35%以上を目指す！
- 3、要治療者に病院への受診勧奨をする！
- 4、健康づくり担当者（健康保険委員）を設置する！
- 5、自社の健康課題を選んで取り組む！

3. 「健康宣言」の項目ができたかどうか、振り返る

協会けんぽ大阪支部から送付されるチェックシートや事業所カルテを利用して、昨年度の取り組みを振り返る

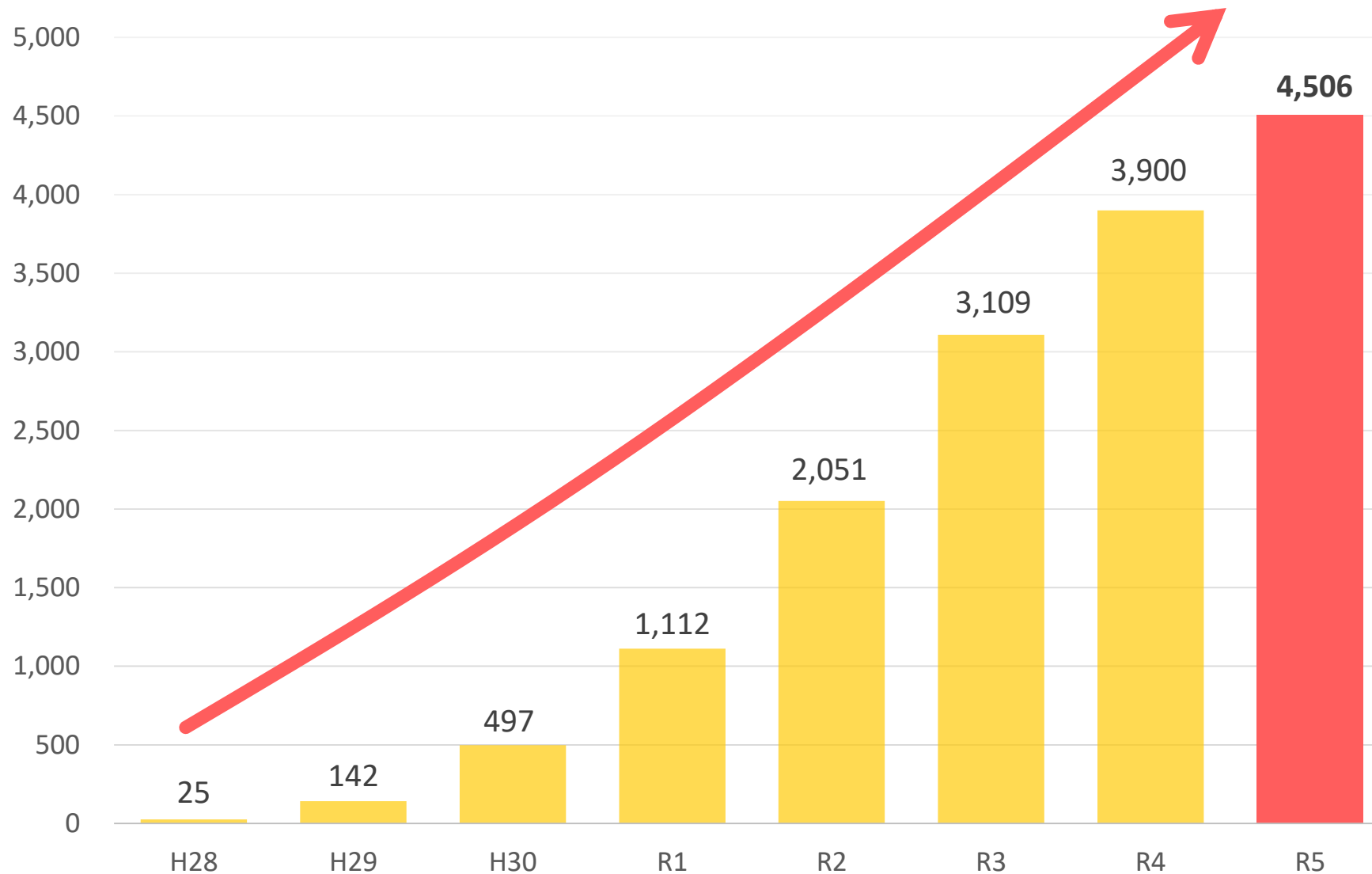
職場の健康チェックリスト

選択項目	はい	いいえ	取り組み内容
運動	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	ストレッチの時間やウォーキングイベント等、職場での運動機会を設けている。
食事	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	エレベーターではなく階段を利用する等、勤務中、通勤中に運動を取り入れることを推奨している。
睡眠・メンタル	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	社内の目につく所に栄養素やカロリー表を掲示する等、食生活に関する情報を社員に提供している。
飲酒・喫煙	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	ヘルシー社食や弁当、会社の自動販売機に無糖やノンカロリー飲料を配置する等、カロリーを社員が選べる環境を提供している。
社内環境	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	ストレスチェックを実施し、社員のメンタル不調の有無を把握している。
	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	社員に心の問題が起きた時に相談できる相談者を、社内または社外に配置している。
	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	ポスターの掲示や社内回覧等、アルコールが体に与える影響に関する情報を社員に提供している。
	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	会社の敷地内や社屋内での禁煙、分煙を徹底している。
	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	社内に健康づくりの担当チームや担当者を設置している。
	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	社内研修等、健康づくりに関する知識を社員が得る機会を設けている。
	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	会社の親睦会やレクリエーション等を取り入れ、社員同士がコミュニケーションを取れる機会を設けている。
	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	ノー残業デーを設定し声掛け等を行い、名実ともに残業しない日を設けている。

まずは「いいえ」にチェックがついた項目から取り組んでみませんか？

健康宣言への参加企業は年々増加しています。

(※令和6年3月31日時点)



健康宣言への参加は「エントリーシート」をFAXするだけ！

エントリー完了後、「健康宣言の証」が交付されます。

「健康宣言の証」を会社の受付やホームページ、掲示板などに掲載することで、簡単に社内外へ“健康づくりに取り組んでいる会社である”とPRできます。

健康宣言
エントリーシート
DL



大阪支部「健康宣言」エントリーシート
FAX 06-7711-4610
FAX有効期限:令和6年12月31日

「わたしの会社は社員等の健康づくりのため、以下の項目の実現に取り組むことを宣言します！」

事業主名

【実現を目指して取り組む項目】

1. 社員の健診受診率100%
2. 保健指導の実施率35%以上
3. 要治療判定者への受診勧奨
4. 健康づくりの担当者(実務担当者(健康保険委員))設置
5. これから取り組みたい自社の健康課題の項目(1つ以上選択)

運動	食事	睡眠 メンタルヘルス	飲酒・喫煙	社内体制
<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>

独自の健康課題への取り組み(任意) ※ラジオ体操を導入する等ご自身が採れるよう食品の自動販売機を設置するなど

健康保険の事業所の記号	記号
事業所名称	
健康づくり担当者 (健康保険委員) の氏名と健康保険の番号	氏名 番号 (資格を提出する方で、協会けんぽ大阪支部の健康保険に被保険者(本人)として加入している方)
毎月の健康情報をお届けするためのメールアドレス	メールアドレス @
「健康宣言の証」等の各種 送付先住所	〒 -
電話番号	☎ - -
健康宣言を始めた保険会社・ 団体等(あれば)	

協会けんぽ大阪支部のホームページに掲載を希望しない場合はチェック

※エントリーシートはお控えとして、FAX後もお手元に保管ください。
※健康宣言は一度宣言したければ翌年度以降の更新手続きはございません。(自動更新)

協会けんぽ
大阪支部
健康宣言は
このマーク
が目印です
OTAKA

【健康宣言エントリーシート】

全国健康保険協会大阪支部

「健康宣言の証」

〇〇〇〇〇〇〇〇 様

貴事業所を全国健康保険協会大阪支部の定める「健康宣言」事業所として証します

令和〇年〇月〇日
全国健康保険協会大阪支部
支部長 粟津 康

全国健康保険協会 大阪支部
協会けんぽ

【健康宣言の証】

当社は健康宣言事業所です！

受付で

ホームページで

掲示板上

「健康宣言」をしたことを社内外に発信しましょう！

健康宣言をした後は、次の5項目の実現を目指して取り組みます。

1. 社員の健診受診率100%

※35歳以上の被保険者様は生活習慣病予防健診を活用する。

2. 特定保健指導の実施率35%以上

※特定保健指導対象者のお知らせがあれば受け入れる。

3. 要治療判定者への受診勧奨

※要再検査や精密検査が必要な方へ、医療機関への受診を促す。

4. 健康づくり担当者の設置（健康保険委員）

※協会けんぽ大阪支部からの情報提供や健診、保健指導に関する連絡窓口となる担当者を設置する。

5. これから取り組みたい自社の健康課題の項目

「運動」「食事」「睡眠・メンタルヘルス」「飲酒・喫煙」「社内体制」

の中から1つ以上を選択する。

大阪支部「健康宣言」エントリーシート FAX 06-7711-4610

FAX有効期限:令和6年12月31日

「わたしの会社は社員等の健康づくりのため、
以下の項目の実現に取り組むことを宣言します!」

事業主名

【実現を目指して取り組む項目】

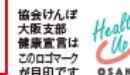
1. 社員の健診受診率100%
2. 保健指導の実施率35%以上
3. 要治療判定者への受診勧奨
4. 健康づくりの担当者(実務担当者(健康保険委員))設置
5. これから取り組みたい自社の健康課題の項目(1つ以上選択)

運動	食事	睡眠 メンタルヘルス	飲酒・喫煙	社内体制
✓	✓	✓	✓	✓
独自の健康課題への取り組み(任意) ※ラジオ体操を導入する/朝ごはんが摂れるよう食品の自動販売機を設置するなど				

健康保険の事業所の記号	記号
事業所名称	
健康づくり担当者 (健康保険委員) の氏名と健康保険の番号	氏名 番号 <small>(実務を担当する方で、協会けんぽ大阪支部の健康保険に被保険者(本人)として加入している方)</small>
毎月の健康情報をお届けするためのメールアドレス	メールアドレス @
「健康宣言の証」等の各種 送付先住所	〒 -
電話番号	☎ - -
健康宣言を助めた保険会社・ 団体等(あれば)	

協会けんぽ大阪支部のホームページに掲載を希望しない場合はチェック

※エントリーシートはお控えとして、FAX後もお手元に保管ください。
※健康宣言は一度宣言いただければ翌年度以降の更新手続きはございません。(自動更新)



メモマガ
利用規約



【宣言項目】 1. 社員の健診受診率100%で使えるサポート

① 協会けんぽの健診を利用する場合

「生活習慣病予防健診」がお得！

約19,000円相当の健診が、
(最高) **5,282円**で受診できます！

POINT

- 対象者：35歳～74歳の被保険者（ご本人）
- 定期健診として利用可能！
- 定期健診よりお得！
「5大がん」検診も補助！
※肺がん・大腸がん・胃がん・乳がん・子宮頸がん
- 協会けんぽが契約している健診機関であれば、
府外の健診機関でもOK！

なんと健診費用の**約72%**を
協会けんぽが補助！

補助の
申請も
不要！

協会けんぽの契約健診機関に
「協会けんぽの健診を受けたい」と
直接申し込めばOKです！

生活習慣病予防健診って何をチェックするの？

血圧
血圧が高いかどうかをチェックし、高血圧による動脈硬化のリスクなどを調べます。
主な検査項目
●収縮期(最大)血圧
●拡張期(最小)血圧

肝機能
肝機能の低下をチェックし、脂肪肝による肝硬変のリスクなどを調べます。
主な検査項目
●ALT(GPT) ●AST(GOT)
●γ-GT(γ-GP) ●ALP

尿・腎機能
腎機能の低下をチェックし、慢性腎臓病のリスクなどを調べます。
主な検査項目
●尿たんぱく
●血尿(ラテックス、eGFR)
●尿糖
●尿潜血

脂質
中性脂肪などをチェックし、脂質異常のリスクなどを調べます。
主な検査項目
●総コレステロール定量
●中密度脂質
●HDLコレステロール
●LDLコレステロール

代謝系
血糖値をチェックし、高血糖による糖尿病のリスクなどを調べます。
主な検査項目
●空腹血糖
●随時血糖
●HbA1c
●尿糖

計測
内臓脂肪の蓄積や肥満のリスクなどを調べます。
主な検査項目
●腹囲 ●BMI

BMI(kg/m²)=体重(kg)÷身長(m)²

BMI判定	18.5未満
	18.5以上25.0未満
	25.0以上

例：身長170cm、体重75kgの人
BMI=75(kg)÷1.7(m)÷1.7(m)

令和6年度(2024年4月～2025年3月) 事業主の皆さまへ

生活習慣病予防健診のご案内

従業員 の健康と事業所の将来を守るために、毎年の健診受診は重要です！

付加健診の対象年齢も拡大しました！

従来より対象年齢を拡大し、元々の健康な状態に保つことが図られています。

気づかぬうちに…「生活習慣病」

私たちの健康に大きく関与する生活習慣病。その多くは、運動不足、不規則な食生活、喫煙、過度な飲酒等の不適切な生活習慣によって、メタボリックシンドロームとなり、これが原因で様々な病気を発症することがあります。

メタボリックシンドロームとは？

メタボリックシンドロームとは、お腹まわり(内臓脂肪)がたまることで糖尿病のリスクが高まると、高血圧・高血糖・脂質異常症が同時に、生活習慣病に分類されることです。

リスク4

- 虚血性心疾患(心筋梗塞、狭心症)
- 脳卒中(脳出血、脳梗塞)
- 糖尿病の合併症(失明、腎臓病)

リスク5

- 身体的健康
- 認知症
- 日常生活における支障

メタボリックシンドロームとは？

メタボリックシンドロームとは、お腹まわり(内臓脂肪)がたまることで糖尿病のリスクが高まると、高血圧・高血糖・脂質異常症が同時に、生活習慣病に分類されることです。

知っておきたい「がん」のこと

便潜血反応検査

罹患数 第1位 **大腸がん**

大腸がんは、大腸(結腸、直腸)に発生するがんで、癌腫という悪性のポリープが元凶として発生するものと、正常な粘膜から癌腫発生するものがあります。

胸部レントゲン検査

罹患数 第2位 **肺がん**

肺がんは、気管支や肺の細胞が何らかの原因でがん化したものです。進行すると、がん細胞は周りの組織を壊しながら増殖し、血液やリンパ液の流れによって転移することもあります。

胃部レントゲン検査

罹患数 第3位 **胃がん**

胃がんは、胃の内側をおおう粘膜の細胞が何らかの原因でがん細胞となり、増殖を繰り返すことにより発生します。胃がんは、早い段階で自覚症状がほとんどなく、かなり進行しても症状がない場合があります。

女性罹患数 第1位 乳がん 第5位 子宮頸がん

乳がんは、乳腺にできるがんで、約90%は乳管にできる乳管がん、約5～10%が小葉にできるがんです。子宮頸がんは、子宮の入り口付近である子宮頸部にできるがんです。



【宣言項目】 1. 社員の健診受診率100%で使えるサポート

②協会けんぽの健診を利用しない場合

人間ドッグなどで協会けんぽの健診を利用しない場合は、受診した健診機関を記入して、必ず「提供依頼書」を協会けんぽにご提出ください。

いただいた提供依頼書を元に、協会けんぽが事業所様の代わりに受診した健診機関から健診結果データの提供を受けます。



提供依頼書DL

機密性 2

生活習慣病予防健診を利用されない事業所様は、下記をご記入いただき協会けんぽ大阪支部へご提出ください。

提供依頼書

年 月 日

労働安全衛生法（昭和47年法律第57号）第66条の規定に基づき実施した健康診断結果に關し、高齢者の医療に關する法律（昭和57年法律第80号）第27条第3項、第4項及び健康保険法（大正11年法律第70号）第150条第2項、第3項の規定（以下「高確法等の規定」という。）に基づき全国健康保険協会大阪支部（以下「大阪支部」という。）への提供について、下記のとおり委託します。

- 健診実施機関は大阪支部に対して、労働安全衛生法第66条の規定に基づき実施した健康診断結果のうち、受診年度において大阪支部の被保険者資格を有する者の特定健康診査項目及び被保険者等の健康の保持増進のために必要な事業を行うに当たって大阪支部が必要と認める情報（以下「事業主健診情報」という。）を提出すること。その際、大阪支部が指定する形式で事業主健診情報を提供すること。
- 1の提出を行う際に、健診実施機関は大阪支部に対して、高確法等の規定に基づき、当事業所の委託を受けて事業主健診情報を提供することを伝えること。
- 本書については、次年度以降も効力を有すること。本書に基づく依頼を解除する際は別途連絡をすること。

健康保険記号	
事業所名	
事業主名	
所在地	〒
電話番号	
担当者名	

*ご利用の健診実施機関を裏面に記入ください。

機密性 2

健診機関名			
所在地	〒		
電話番号			
健診受診月	月	受診人数	人

健診機関名			
所在地	〒		
電話番号			
健診受診月	月	受診人数	人

健診機関名			
所在地	〒		
電話番号			
健診受診月	月	受診人数	人

健診機関名			
所在地	〒		
電話番号			
健診受診月	月	受診人数	人

加入している**保険者（協会けんぽ）に対する、データ提供（同意書）**に該当するものです。



【定期健診結果データに関する提供依頼書】

【宣言項目】 2. 特定保健指導の実施率35%以上で使えるサポート

健診結果で生活習慣病の発症リスクがある方に、
協会けんぽが**無料**で「**特定保健指導**」を実施します！



POINT

- ・ 対象者：健診結果で「メタボリックシンドローム」のリスクがある40歳～74歳の方
- ・ 健康づくりの専門家である保健師または管理栄養士が貴社に訪問のうえ、対象者とカウンセリングを行い、**オーダーメイドの生活改善を提案&サポート**します。
- ・ **オンラインでの遠隔実施や、土日祝の実施も可能です！**

生活習慣の改善を実施



個別カウンセリングで
改善プランの設定

その後調子
はいかが
ですか？



脱落しそうな時も
継続的にサポート



健康づくりのプロだからこそ
できる、オーダーメイドの
『**生活習慣改善プラン**』を
ご提案します！



【宣言項目】 2. 特定保健指導の実施率35%以上で使えるサポート

特定保健指導の始め方は **2** つ

【始め方①】

一部の健診機関では、生活習慣病予防健診を受けた
当日に特定保健指導を始められます。



【始め方②】

後日、事業所あてに特定保健指導のご案内をお送りします
ので、日程調整後、特定保健指導を始められます。



事業所ご担当者様は、届いたご案内(個別の通知)を対象者様にお渡し
いただき、特定保健指導を受けていただくよう、お声かけをお願いします。

事業所内/オンライン/協会けんぽにお越しいただく方法で実施。
2回目以降は事業所を挟まず、対象者様と直接実施します。



【宣言項目】 3. 要治療者への受診勧奨で使えるサポート

受診勧奨用素材を活用できます

要再検査、精密検査が必要な社員へ医療機関への受診を促すための素材をご用意しております。協会けんぽ大阪支部ホームページより印刷いただけますので、社員の方へのお声かけの際にぜひご活用ください。



素材DL

年 月 日

所属・部署: _____
氏名: _____ 種 _____

事業所名 _____
上表名 _____

健診結果で「要精密」・「要治療」の判定があった方へ

健康診断の結果、以下の項目に精密検査または治療が必要と判定されました。つきましては、早急に医師の診察を受け、____月____日までに、下記担当者までに、結果を報告してください。

精密検査(再検査含む)・治療が必要と判定された検査項目		
血圧	尿酸	心電図
脂質	血液一般	耳・咽
肝機能	尿検査	胃腸
糖代謝(血糖)	胸部レントゲン検査	便潜血
その他の項目()		

・受診結果の報告は、ご自分で記入してください。
・医師の診断書等の添付は不要です。

担当者 _____

【受診結果の報告】

氏 名 _____
受 診 日 _____
受診医療機関 _____
受 診 費 用 (該当の番号に○をし、必要な箇所に記入をしてください。)

- 異常なし
- 経過観察 ①次回健診まで様子を見てよい
②()か月後に再検査予定
- 更に精密検査が必要
- 治療が必要 または 治療を開始した
- その他 ()



【宣言項目】 4. 健康づくり担当者の設置で使えるサポート

「健康保険委員」を活用できます

健康づくり担当者様を「健康保険委員」に登録するとメリットたくさん！
「健康保険委員」だけの特典を活用して、職場の健康づくりを促進できます。

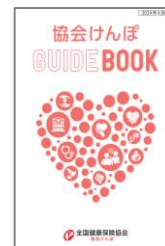
▶ 健康保険委員とは

協会けんぽの健康保険事業について、事業主及び加入者の協力による事業の推進を図るため、広報や保健事業の推進・モニター等にご協力いただいております。

※費用負担や強制的な定例会等は一切ございませんので、日常業務に支障のない範囲でご活動ください。

▶ ご登録後の特典

- ・協会けんぽGUIDEBOOKのお届け
- ・広報誌「健康保険委員だより」のお届け（年4回）
- ・健康保険委員研修会の開催（年2回・オンライン開催・自由参加）
- ・協会けんぽの各種申請書FAXお取り寄せサービス 等



登録届等
DL

会社の健康課題の把握に、事業所(業態別)カルテを活用できます

貴社における健診の実施率、生活習慣病に関する状況等を同業種や大阪支部全体と比較したデータで表示し、事業所様の健康課題を明確にしたものです。

※原則作成は被保険者50人以上の事業所で35歳10人以上の健診データを受付している必要があります。これに満たない場合は同業態と比較した業態別カルテをお出しします。

**協会けんぽ大阪支部
事業所カルテ
2024年度版**


#N/A
#N/A


1 ページ

～会社の健康は従業員の健康から1億づくりを一緒に取り組みましょう～

日頃より協会けんぽの事業運営にご協力いただきありがとうございます。
この度、貴社の健診結果や医療費のデータを元に、「事業所カルテ」を作成しましたのでご提供いたします。
貴カルテを活用し、健康づくりを推進していただければ幸いです。

※「事業所カルテ」は、健診において積極的に健康づくりに取り組んでいただくための現状把握や課題抽出、また、そのための対策や目標を設定するための支援ツールですので、既出したデータ等の正確な数値の提供が前提となります。


全国健康保険協会 大阪支部
 協会けんぽ
<http://www.kyouseikenpo.or.jp/>



事業所カルテ
令和6年3月現在の情報をもとに作成しています。

事業所名称: 事業所名
業 態: 印刷・関連産業

1. 医療費等の状況

生活習慣病は、国民医療費にも大きな影響を与えており、その多くは、メタボリックシンドロームが原因であるといわれています。メタボリックシンドロームは、日常生活の中で適度な運動、バランスの取れた食生活、禁煙等を実践することによって予防することができるものです。日常の運動習慣や食習慣に普段から気を付けることの積み重ねが、健康づくりや健康寿命の延伸、医療費の適正化につながります。

1人当たり医療費

対象：全被保険者

年度	貴社	大阪支部 平均	同業態 全国平均
2021	123,666円	192,892円	179,648円
2022	188,763円	199,128円	187,347円
2023	189,198円	208,061円	196,791円

メタボリックシンドロームの該当状況

年度	貴社	大阪支部 平均	同業態 全国平均
2021	12.9%	15.9%	14.9%
2022	18.9%	15.9%	14.9%
2023	14.0%	16.1%	15.0%

年度	貴社	大阪支部 平均	同業態 全国平均
2021	11.3%	14.4%	14.0%
2022	9.5%	14.9%	13.7%
2023	18.9%	14.2%	13.6%

特定保健指導の該当状況

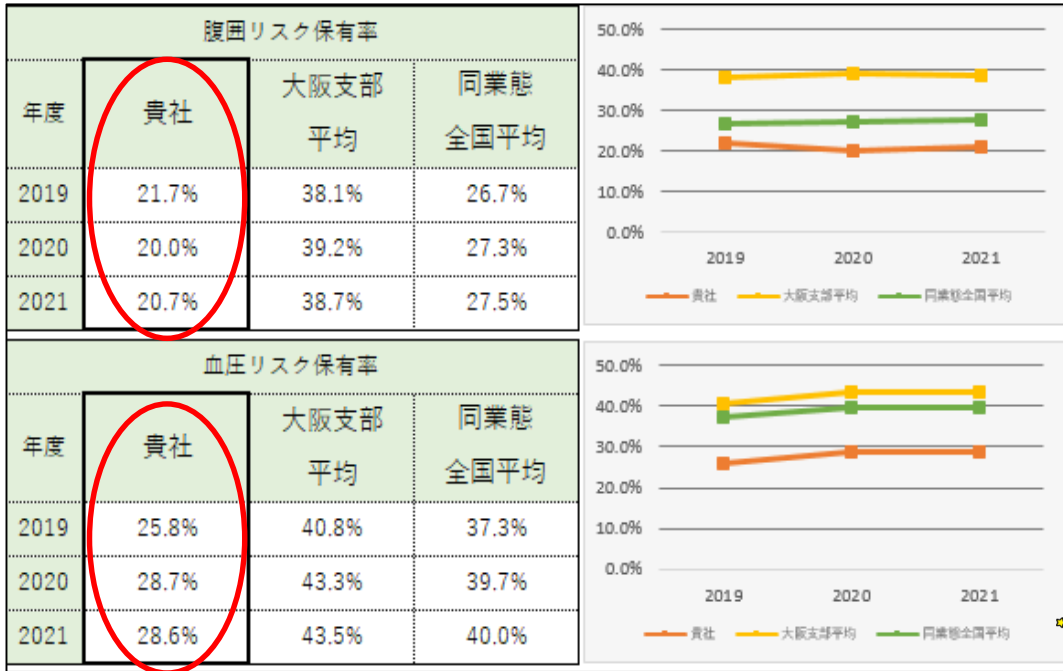
年度	貴社	大阪支部 平均	同業態 全国平均
2021	22.6%	21.7%	21.6%
2022	22.6%	21.2%	20.7%
2023	20.4%	20.9%	20.2%

保険者(協会けんぽ)が
提供する
ヘルスケア通信簿です。

まずは
健康課題を
知ることから
スタート！



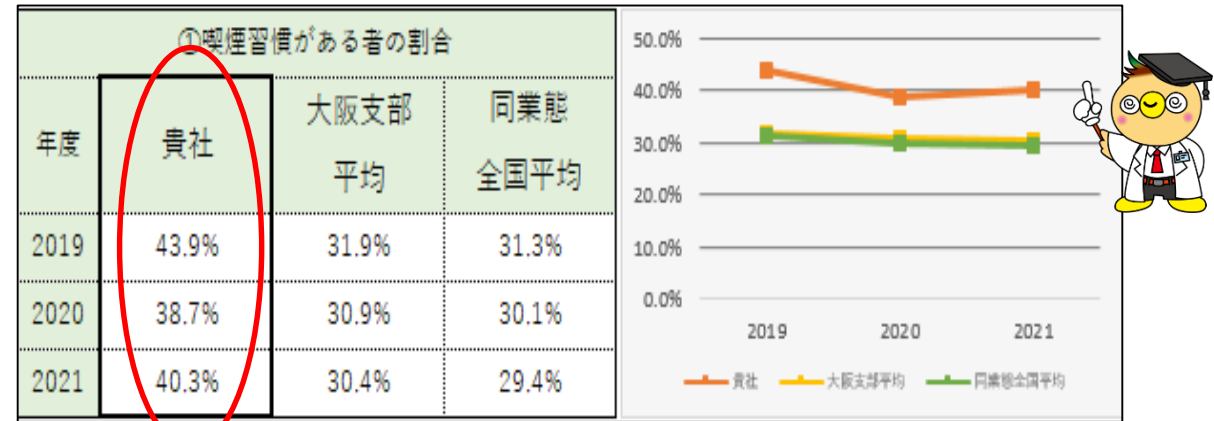
事業所（業態別）カルテの活用例



- ◎ 腹囲リスク保有率：
大阪支部平均や同業態平均より低い傾向😊
- ◎ 血圧リスク保有率：
大阪支部平均や同業種平均より低い傾向😊

➡ 他社と比べて腹囲や血圧に関するリスクは低い

橙色：貴社
黄色：大阪支部平均
緑色：同業態全国平均



▲ 喫煙習慣：
大阪支部平均や同業態平均より高い傾向😞

➡ 他社と比べて喫煙率が高いことが課題

(健康課題に応じた取り組みの例)

- ・ たばこの健康被害の研修導入
- ・ 禁煙達成者に対する表彰の導入 など

「健康講座」を活用できます ※先着順 ※健康宣言必須

ご希望のテーマの講師を、貴社に**無料**で派遣します。
(訪問とオンラインが選べます)

社内研修にも
大好評！

全国健康保険協会大阪支部 健康宣言事業所向け
令和6年度 **健康講座のご案内** 先着150社無料！

健康宣言の取り組みや健康経営の実践として
社内の健康づくりにお役立てください

★受講特典★
「タバコ対策」「アルコール対策」「女性の健康課題」に関する動画(3本)を
ビデオオンデマンドにて1ヶ月間無料で視聴いただけます。
※事業所所属の全従業員様が利用可能です。 ※視聴の際は簡単な登録が必要となります。

対象者 全国健康保険協会大阪支部の**健康宣言事業所 限定**
講座形式 「事業所訪問」または「**zoom**によるオンライン開催」

オンラインなら集まらなくても職場の仲間といっしょに受講できますよ

項目	NO.	テーマ(各60分)
身体活動・運動	1	運動経験ゼロでも座ってできる運動不足対策
	2	元気に働くためのゆっくりストレッチ
	3	姿勢バランスを整える 肩こり・腰痛対策
	4	運動講座おまかせ2種類ミックス(運動実技メイン)
食事・栄養	5	コンビニや外食の上手な活用法
	6	ゼロカロリー食材で体重管理・健康管理
	7	時間栄養学で体内時計を整えよう
	8	選んで食べて脂肪燃焼サポート
メンタルヘルス	9	今こそ知りたい！組織で取り組むメンタルヘルス対策(ラインケア)
	10	自分の機嫌は自分でとる！見つけようストレス解消法(セルフケア)
	11	アンガーマネジメントで怒りの連鎖を断ち切ろう
	12	コミュニケーションで組織を活性！心理的安全性を考える
	13	睡眠を見直して明日をもっと元気に！
その他	14	健診結果の見直しで持続可能な健康づくり
	15	労災対策！脳活性&転倒予防につなげよう

健康講座サンプル動画を限定公開中

◆お申込み方法
FAXまたはメールにてお申込みください。FAXの場合は協会けんぽ大阪支部ホームページ(健康づくり)「健康宣言」事業所限定「健康講座【無料】」から申込用紙がダウンロードできます。メールの場合は右の二次元コードからお申込みください。

◆問合せ・申込先
協会けんぽ大阪支部「令和6年度健康講座」委託会社
TEL:06-6262-6926(平日9時~17時30分)
FAX:06-6262-6949
メール:kenko@cospa-wellness.co.jp

COSPA ウェルネス

今年度の人気講座ランキングトップ3

- 1、コンビニや外食の上手な活用法
- 2、姿勢バランスを整える肩こり腰痛対策
- 3、自分の機嫌は自分でとる！
見つけようストレス解消法(セルフケア)

健康をテーマとした情報提供ツールを活用できます



健康経営応援 マガジン 「Shutto!」

年4回
発送

専門家監修の健康情報が会社に
定期的に届きます。

全従業員に雑誌を回覧する、メール
マガジンを全員に転送する等、ぜひ
ご利用ください。

協会けんぽ大阪支部メールマガジン

毎月15日
配信

- ・健康保険制度について
- ・健康経営®セミナー開催案内
- ・健康サポートコーナー（専門家コラム）
- ・季節の健康レシピ
- ・マイナ保険証について

等

健康宣言事業所専用サイト「おおさかヘルスアップ」 を活用できます

全国健康保険協会 大阪支部 Health Up 健康宣言事業所専用サイト おおさかヘルスアップ
ログアウト お問い合わせ
お知らせ お役立ち情報 事例紹介 更新をメールでお知らせ 素材ダウンロード

種類 [v] カテゴリー [v] キーワード [] 検索

10件中 1~10 件目を表示しています

健康経営実践のポイント
#経営者向け

健康宣言事業所様事例紹介
事例紹介一覧へ >

お役立ち情報
健康宣言で企業の健康づくりのアクションを社内の企業員に定着させたい！健康宣言セミナーを開催します。

これからの自分をつくるお弁当！
#社員向け #健康情報 #お弁当

コンビニごはんではバランスランチ
#社員向け #健康情報 #コンビニごはん

「私は」1日、何キロカロリー摂れば良い？
#社員向け #健康情報 #計算シート配布



あげよう、 健康モチベーション

お申し込みフォーム
お名前(ご所属名) []
お名前 []
お電話番号 []
おメールアドレス []
お住所 []
お電話番号 []
おメールアドレス []
お申し込み内容 []

素材ダウンロード

HOME > 素材ダウンロード

健康宣言事業所専用サイト「おおさかヘルスアップ」のロゴマークがダウンロードいただけます。名刺や社内広報物にロゴマークを載せていただき、協会けんぽ大阪支部に「健康宣言」をして社員等の健康づくりに取り組んでいる企業であると社内外に周知できます。

ロゴ素材

- JPG (99キロバイト)
- PNG (25キロバイト)
- GIF (14キロバイト)
- EPS (1,723キロバイト)
- AI (1,200キロバイト)

健康づくりの訪問 サポート依頼



協会けんぽのサポート内容でご不明な点が
ございましたら、下記までご連絡ください。

- **健康宣言**に関すること
企画総務グループ **06-7711-4310**
 - **健康診断、特定保健指導**に関すること
保健グループ **06-7711-4302**
-



ご清聴
ありがとうございました



全国健康保険協会 大阪支部
協会けんぽ