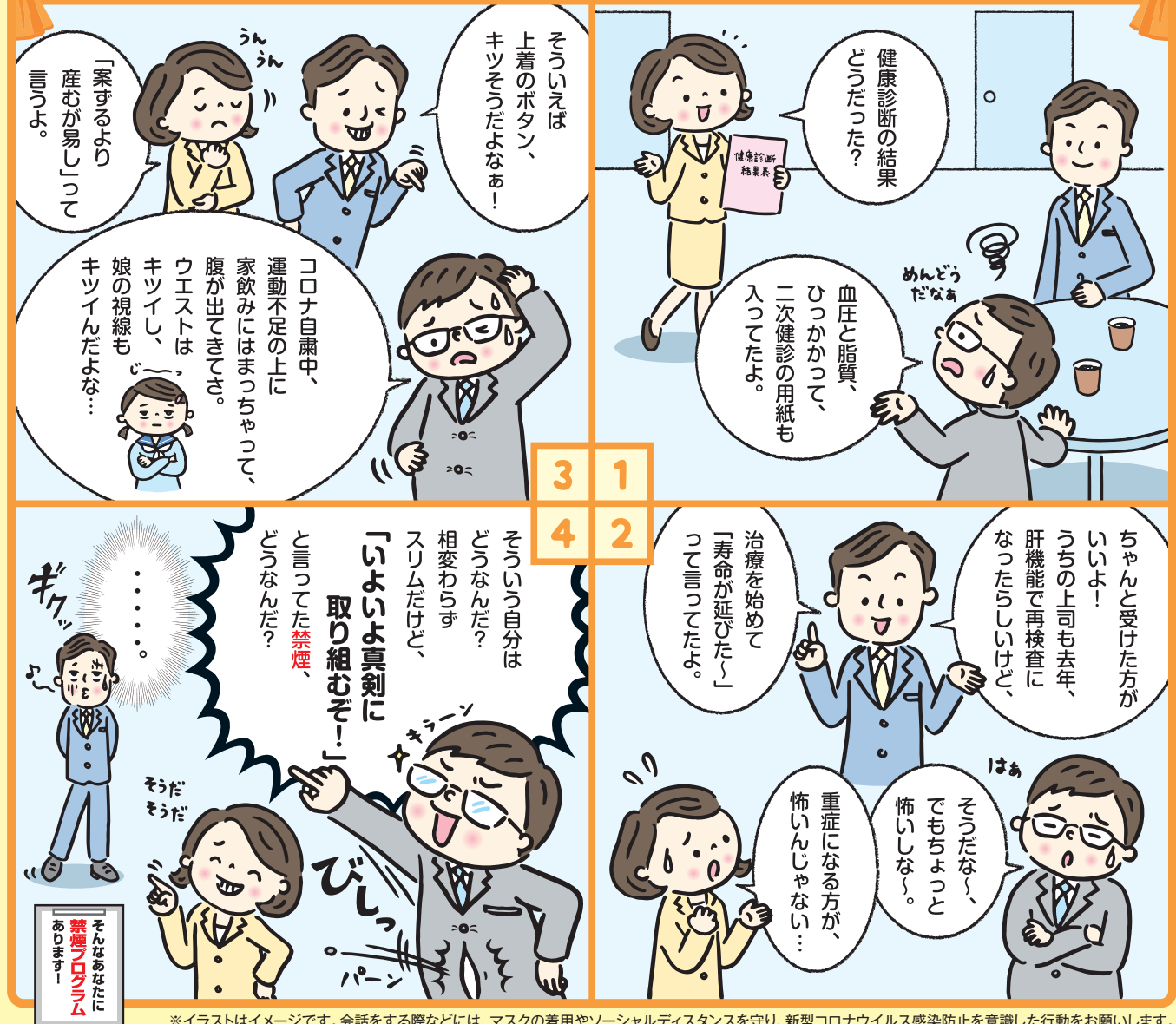


santé

ダスキン健康保険組合・健保だより

生涯現役社会を実現するために ～支えられる側から支える側に～

ダスキン健保健康劇場「重症化予防は、定期健康診断から」編



※イラストはイメージです。会話をする際には、マスクの着用やソーシャルディスタンスを守り、新型コロナウイルス感染防止を意識した行動をお願いします。

No.170の主な内容

- 2021年度健康診断について P6
- 2021年度対象別保健事業一覧について P11
- 2020秋「みんなで歩活」開催報告 P14
- 特集 ICTの活用 P16
- 健康経営優良法人2021 P19
- データヘルス分析 P22

創業者の想い～働きさんの幸福を願って～	2	2020秋「みんなで歩活」開催報告	14
2021年度健康づくりカレンダー	3	特集 健康づくりにおけるICTの活用	16
ダスキン健康保険組合 2021年度の方針	4	企業を成長に導く、 新しい経営スタイル「健康経営®」の取り組み	19
ダスキン健康保険組合<2021年度> 主な保健事業の内容	6	健康あすなろ活動	21
定期健診結果に基づく重症化予防	7	2020年度 健康診断に基づくデータヘルス分析	22
がん検診の受診促進	9	INFORMATION	28
2021年度 定期健康診断の受診の流れ	10	健康サポート情報 歯の健康（口腔ケア）	29
2021年度 対象別保健事業一覧	11	2021年度予算と事業計画	30
医療職による受診勧奨	12	2021年度ダスキン健康保険組合が取り組む保健事業	31
kencom登録状況	13		

※「健康経営®」は、NPO法人健康経営研究会の登録商標です。

創業者の想い～働きさんの幸福を願って～

ダスキン健康保険組合の設立は昭和49年。

当時は働きさんが約500人で、売上が約146億円、営業利益が7.7億円という時代でした。

当時、そのような規模で健康保険組合を作るというのは稀なケースであったと言えます。

創業者はどのような想いで健康保険組合を設立したのか、健保ニュース創刊号にて語られています。

ダスキン健康保険組合設立にあたって 創業者 鈴木 清一



ダスキン健康保険組合が、昭和49年4月1日付けをもって正式に厚生大臣より認可されました。ここにダスキン健康保険組合が陽の目を見ましたのも、ひとえに大阪府の保険課長、課長代理、組合係長、主任を始め、連合会の専務理事、事務局長、健保連・鳥山委員長（サンヨー連合厚生年金基金理事長）健保連の大隈会長代理（三洋電機連合健康保険組合理事長）更に厚生省の保険局保険課のみなさん、そして推進委員としてお世話になった大阪変圧器健保の河野常務理事ら、その他多くの人のみなさま方のお力ぞえのたまものだと思います。そもそも“祈りの経営”ダスキンとしての健康保険組合設立のきっかけを申し上げますと、ちょうど一年前“クローバ会”からの希望や“喜びの提案”からの働きさんのご希望もありましたが、なによりも働きさん一人一人が本当に幸福になってほしい。しかも働きさんご自身だけでなく、ご家族の方も含めて…。それにはどうすればよいだろうか？働きさん一人一人の幸福を願って設立へのスタートをきったのが健保

組合であり、厚生年金基金でもあります。家族ぐるみでの働きさんの健康と管理。また、ダスキンのように北海道から九州までチリヂリバラバラになっている働きさんのためにもどうすればよいのか？それにはやっぱり健康保険組合を設立することだと思います。ひいてはそれが働きさん一人一人の福利厚生につながるとともに、疾病予防によって疾病による企業損失の防止にもつながるものだと考えます。健康で心も豊かな生活—、どうか働きさん一人一人がこれを機会に健康管理に注意され、生きがいのある人生、喜びのタネをまく素晴らしいダスキンライフをたのしんでいただきたいと思います。

健保ニュース創刊号(昭和49年6月発行)より抜粋



ダスキン健康保険組合
2021年度健康づくりカレンダー

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	
〈健康増進〉 kencom	2021春「みんなで歩活」 4月27日～5月31日 					2021秋「みんなで歩活」 10月～11月 							
〈健康診断〉	健康診断 4月28日～8月31日 被保険者（本人） (予約期間:4月28日～5月28日) ●定期健康診断（H1・H2） ●節目健診（新40歳、40歳以上3歳ごと73歳まで）（H3） 												
	ファミリー健診 5月12日～12月31日 40歳以上の被扶養者（家族） 被扶養配偶者 任意継続者 (予約期間:5月12日～10月12日) ●ファミリー健診（F1・F2） ●節目健診（新40歳、40歳以上3歳ごと73歳まで）（F3） 												
〈保健事業〉						●かかりつけ医紹介を含む受診サポート 被扶養者（家族） 被扶養配偶者 任意継続者 							
						保健事業 10月1日～2月28日 被保険者（本人） 被扶養配偶者 ●がん検診（乳房・子宮） ●がん検診（大腸） ●ドック検診（人間ドック・胃・大腸・肺・脳） 							
〈保健指導〉	保健指導 被保険者（本人） 被扶養者（家族） 被扶養配偶者 任意継続者 ●生活習慣改善プログラム ●糖尿病重症化予防プログラム ●心・脳血管疾患発症予防プログラム ●オンライン禁煙プログラムなど ●ロコモフレイル予防プログラム												
	●医療職による重症化予防受診勧奨 												
	●ジェネリック（後発）医薬品利用 促進通知（該当者のみ）					●扶養調査 		●ジェネリック（後発）医薬品 利用促進通知（該当者のみ）					

※上記スケジュールは予定です。予告なく変更する場合があります。

医療費通知について

郵送(封書)での医療費通知は、2021年2月の送付をもって休止いたしました。

2022年3月期の確定申告から、医療費などのWeb照会(KOSMO Communication Web)にて、必要なデータをダウンロードしていただきます。

※通信環境がないなど、KOSMO Webを利用できない理由がある方は、申請をいただければ個別に医療費通知を発行いたします。
(2021年12月頃案内予定)

ダスキン健康保険組合 2021年度の方針

**2021年度(令和3年度)、保険料収入を上回る支出に対応するため、
積立金2億5,400万円を取り崩し対応します。**

保険料率は9.8%、介護保険料は1.85%で、ともに据え置きます。

2020年度(令和2年度)は、2017年度(平成29年)から下降傾向であった保険給付費が予想を超える上昇となりました。

● 被保険者数

短時間労働者の適用拡大に伴い、2016年度(平成28年度)の6,003人から増加傾向、2021年度(令和3年度)は6,460人の見込み。扶養率(一人の被保険者が扶養する人数)は0.54です。

● 保険給付費(医療費にかかった費用)

2017年度(平成29年度)から下降傾向にありましたが、2020年度(令和2年度)は上昇傾向に転じました。本人の医療費および高額療養費が増加しています。予算での保険料収入に占める割合は57.3%です。

● 決定納付金(国に納める費用)

国から求められる高齢者医療制度への納付金は、11億400万円を見込んでいます。保険料収入に占める割合は、43.3%です。

● 経常収支

2020年度に引き続き赤字を見込んでいます。実質保険料率は10.71%となる見込みです。

本人にかかる療養費・薬剤給付費、高額療養費に大きく影響したのは、循環器系疾患といわれる(心内膜炎、大動脈瘤及び解離、急性心筋梗塞など)、生活習慣病を起因にするものが目立っています。

対策として、当組合では、生活習慣病の発見と改善のため、国から健保に実施が義務付けられている「特定健診(健康診断時に同時に実施)」と「特定保健指導」の参加を毎年の対象者にご案内していますが、国の目標値55%には届かず、42%という結果でした。

※特定検診および特定保健指導の実施状況については、国から示された「健康スコアリングレポート」を当組合のホームページに掲載

健康スコアリングレポートURL▶

https://www.duskin-kenpo.or.jp/system/data/news/295/295_1.pdf



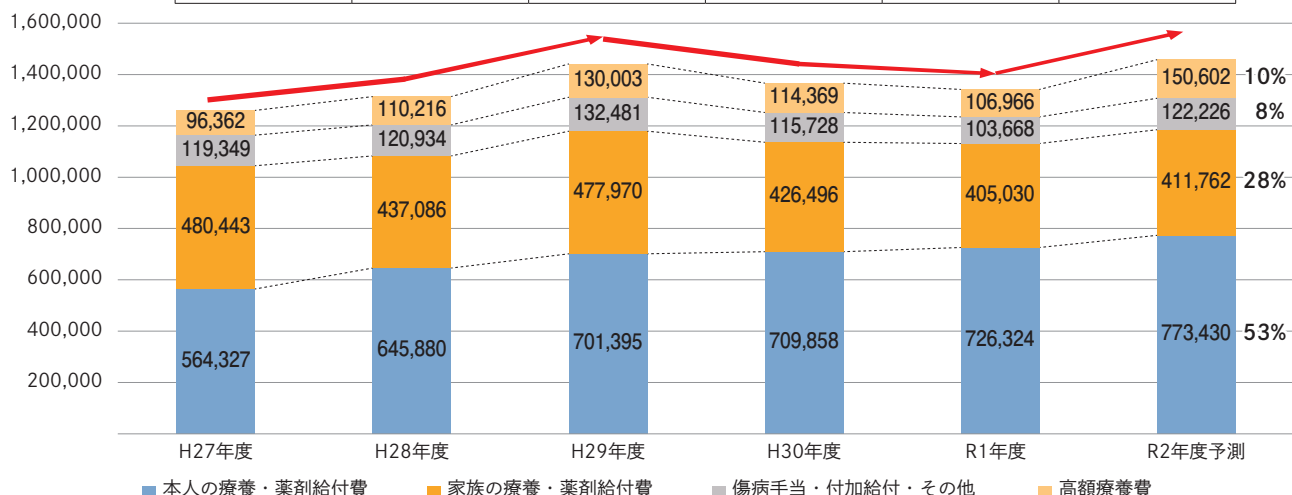
また、これに準じた生活習慣改善プログラム、糖尿病予防や心・脳血管疾患再発防止の重症化予防プログラムもご案内していますが、参加者は未だ少ない状況です。

がん検診は、提携医療機関での定期健康診断項目に大腸がん、婦人科がん検診項目を加えたことで、早期発見・早期治療につながるしくみができ、特に被扶養者の受診が伸びており、今後も積極的な受診をお願いいたします。

保険給付費の推移

単位：千円

H27年度	H28年度	H29年度	H30年度	R1年度	R2年度予測
1,260,481	1,314,116	1,441,849	1,366,451	1,341,988	1,458,019



保健事業の継続実施

今後も被保険者の平均年齢の上昇傾向は止められず、先進医療など医療費の高額化もあり、どの健保組合も厳しい環境に置かれています。しかし、ここで対策の手を止める、緩めることで、組合員の健康が将来さらに悪化する可能性を考えると、即効性はなくとも保健事業の継続は不可避であり、継続します。

保険料について

すぐにでも上げたい状況ですが、コロナ禍での被保険者への影響を考慮し、据え置きで運営します。この点も含め、積立金の取り崩しで対応します。

※今後、2022年10月からの短時間労働者のさらなる適用拡大（従業員101人以上の事業所）や政府が掲げる70歳までの就業機会の確保（努力義務）などにより、一人当たり保険料収入の減少と保険給付の増加が予想されます。また、2022年度（令和4年）には団塊の世代が75歳を迎え、国からは後期高齢者支援金の納付金の大幅な負担増要請も予想されます。

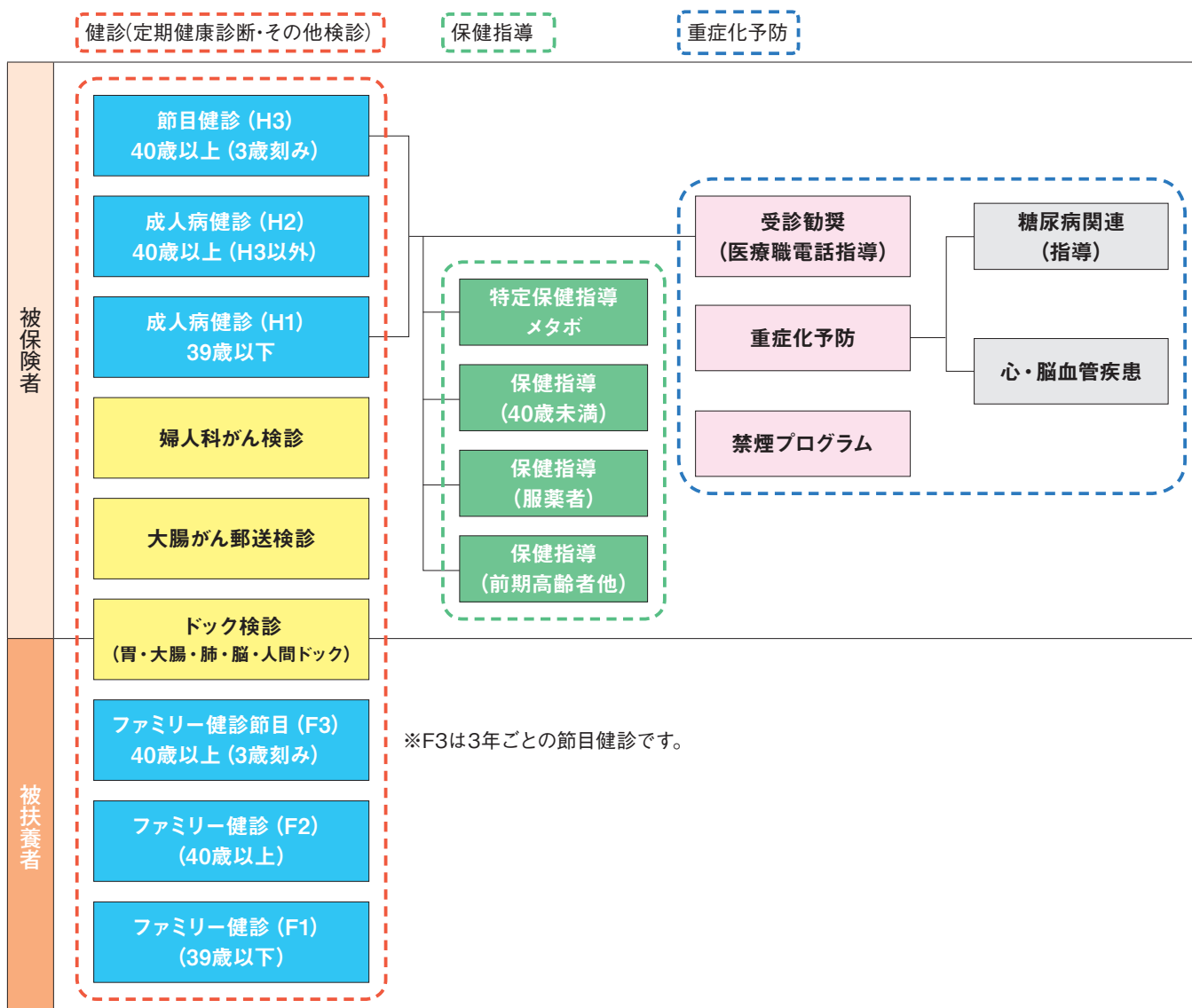
ダスキン創業者 鈴木清一が、健康保険組合設立にかけた「**家族ぐるみでの働きさんの健康と管理**」という想いに応えることができるよう、引き続き、生活習慣病およびがんを中心に早期発見・早期治療のための保健事業を進めて参りますので、積極的なご参加をお願いいたします。

また、現在国が推進する「医療・介護・健康分野におけるICTの利活用」について、ヘルスケアエンターテインメントアプリ「kencom」やオンライン禁煙プログラムの導入など、当組合としての取り組みを進めております。

本誌P16～18に詳細を掲載しておりますので、ご一読の上、健康づくりにお役立てください。

2021年保健事業のプログラム

※被保険者の定期健康診断は事業主の義務



健康であるかどうかを確認することが健診の目的です!

だから年に一度の健診受診!!

2021年度定期健康診断 受診対象者および健診種別

ご自身の年齢から健康診断の種別と健診会場を確認いただけます。法定外のがん検診もこの機会にぜひご受診ください。
早期発見! 早期治療を!

定期健康診断(事業所経由)、ファミリー健康診断(ご自宅へ郵送)のご案内は4月末から順次発送いたします。

対象	年齢 (2022年3月31日 時点の満年齢)	健診種別・コース		性別	年齢・健診種別・健診項目などをご確認いただき、 巡回健診・提携医療機関のいずれかで受診してください。		
					巡回健診	提携医療機関	
被保険者(本人)	39歳以下	定期健診	H1	男性・女性	○	○	STEP 1 提携医療機関を予約 提携医療機関一覧で 「受診コース」と 「がん検診検査可能項目」を 確認して病院へ予約。
	41歳以上で 節目健診非該当	定期健診	H2	男性・女性	○	○	
	新40歳/ 40歳以上3歳ごと 73歳まで*	節目健診 兼: 定期健診	H3	男性・女性	×	○	
任意継続者(本人・配偶者・家族) 被扶養者(配偶者・家族)	39歳以下	ファミリー健診	F1	男性	×	○	STEP 2 総医研ダスキン 健診係へ予約の登録 今年度よりWebでの 登録も可能になりました。 詳細はP10へ ➡
				女性	○ (巡回レディース健診)	○	
	41歳以上で 節目健診非該当	ファミリー健診	F2	男性	×	○	
				女性	○ (巡回レディース健診)	○	
	新40歳/ 40歳以上3歳ごと 73歳まで*	節目健診 兼: ファミリー健診	F3	男性・女性	×	○	

※＜対象年齢＞2022年3月31日時点での年齢です。

年齢	40歳	43歳	46歳	49歳	52歳	55歳	58歳	61歳	64歳	67歳	70歳	73歳
生年月日	1981年 4月1日	1978年 4月1日	1975年 4月1日	1972年 4月1日	1969年 4月1日	1966年 4月1日	1963年 4月1日	1960年 4月1日	1957年 4月1日	1954年 4月1日	1951年 4月1日	1948年 4月1日
	1982年 3月31日	1979年 3月31日	1976年 3月31日	1973年 3月31日	1970年 3月31日	1967年 3月31日	1964年 3月31日	1961年 3月31日	1958年 3月31日	1955年 3月31日	1952年 3月31日	1949年 3月31日

定期健診結果に基づく重症化予防

2021年度 受診勧奨の対象となる健康診断項目一覧

			定期健康診断(事業所と健保の共同事業)			ファミリー健診		
対象者			被保険者(本人)			配偶者・家族(任意継続者)		
年齢(2022年3月31日時点の満年齢)			39歳以下	41歳以上	新40歳/ 40歳以上3歳ごと 73歳まで	39歳以下 『配偶者』	41歳以上 『配偶者・家族』	新40歳/ 40歳以上3歳 ごと73歳まで 『配偶者・家族』
健診種別・コース			定期健康診断		節目健診 (兼:定期健康診断)	ファミリー健診		節目健診
			H1コース	H2コース	H3コース	F1コース	F2コース	F3コース
健診会場			巡回健診/施設健診※2		施設健診※3	巡回健診/施設健診※4		施設健診※3
実施期間			4月～8月			5月～12月		
重症化リスク健診項目	循環器	血圧	●	●	●	●	●	●
		心電図	●	●	●	●	●	●
		心拍数			●			●
	腹部	腹部エコー			●			●
	肺機能	呼吸機能(スパイロメーター)			●			●
	糖代謝	空腹時血糖(食後10時間以上) または随時血糖(食後3.5～10時間未満)	●	●	●	●	●	●
		HbA1c	●	●	●	●	●	●
	脂質代謝	LDLコレステロール(悪玉) (中性脂肪が400mg/dl以上または食後採血の場合、Non-HDLコレステロールの測定でも可)	●	●	●	●	●	●
		HDLコレステロール	●	●	●	●	●	●
		中性脂肪 TG	●	●	●	●	●	●
		総コレステロール T-cho	●	●	●	●	●	●
	腎機能	クレアチニン	●	●	●	●	●	●
		eGFR	●	●	●	●	●	●
	目	眼底		●	●		●	●
がん検診項目	胸	胸部X線撮影(直接)	●	●	●	●	●	●
	胃	胃部X線撮影(直接/間接)			●			●
		胃部内視鏡検査(胃カメラ)			●			●
	大腸※5	便潜血反応2回法	●※6	●※6	●	●	●	●
	婦人科	マンモグラフィー		●※6	●		●	●
		乳腺エコー	●※6			●		
	※5 子宮	子宮細胞診	●※6	●※6	●	●	●	●

● 法定内項目 ● 法定外項目※1

- ※1 労働安全衛生法に基づく、法定外項目の健診を希望されない場合は、健診時に申し出てください。
事業所独自で、上記以外の法定外項目(ピロリ菌・腹部エコーなど)が付加されている場合があります。
- ※2 施設健診を受診した場合は、検査機器の関係上、事業所独自の法定外項目は含まれません。
- ※3 巡回健診を受診した場合は、検査機器の関係上、『41歳以上』の健診項目となります(節目健診は受診できません)。
- ※4 加入者(配偶者・家族)は、居住地近隣の健診会場(巡回健診/施設健診)を選択できます。
- ※5 定期健康診断(施設健診)、ファミリー健診で、大腸および婦人科のがん検診を受診できなかった場合は、2021年10月～2022年2月のがん検診を受診できます。(受診料健保負担)
- ※6 巡回健診では受診できません。

ダスキン健康保険組合〈2021年〉主な保健事業の内容

■ 節目健診の検査項目

節目健診の施設健診（H3コース・F3コース）は、『がん検診（胸・胃・大腸・婦人科）』項目の他に、呼吸機能の検査など、より詳細な検査を追加した人間ドック学会の基本検査項目に準拠したコースです。

			2021年度	
※赤字の項目は、H3コース・F3コースのみの検査項目			新40歳から3歳刻み H3コース・F3コース	
身 体		身長	●	
		体重	●	
		体脂肪率 ※測定不可施設有り	●	←
		腹囲	●	
		BMI	●	
		FFMI ※測定不可施設有り	●	←
肥満度		●		
眼 科		視力	●	
		眼底検査	●	
		眼圧	●	←
聴 力		オーディオメータ(1000/4000)	●	
循環器		血圧	●	
		心電図	●	
		心拍数	●	←
消化器(いずれかを選択)		胃部X線撮影	●(※どちらか選択or施設 で実施可能な項目のみ)	
		胃部内視鏡検査		
腹 部		超音波エコー	●	←
呼吸器	胸 部	胸部X線撮影(直接)※前・横	●	
		1秒率	●	
	肺機能	%肺活量	●	
		%1秒量(対標準1秒量)	●	
血液学	生化学	総蛋白	●	
		アルブミン	●	
		総ビリルビン	●	
		GOT(AST)	●	
		GPT(ALT)	●	
		γ-GTP	●	
		ALP	●	
		脂 質	総コレステロール	●
	HDLコレステロール		●	
	LDLコレステロール		●	
	中性脂肪		●	
	non-HDLコレステロール		●	
	糖代謝	空腹時血糖	●	
		HbA1c	●	
	腎機能	クレアチニン	●	
		eGFR	●	
	尿 酸	尿酸	●	
		一 般	赤血球数(RBC)	●
	血色素量(ヘモグロビン)		●	
	ヘマトクリット(Ht)		●	
	血小板		●	
	白血球数(WBC)		●	
	赤血球容積(MCV)		●	
	赤血球色素量(MCH)		●	
	赤血球色素濃度(MCHC)		●	
	血液型(ABO型・Rh式)※省力可		●	←
血清学	炎 症	CRP	●	
	肝 炎	HBs抗原 ※省略可	●	
乳 房	乳 房	マンモグラフィ	●(女性のみ)	
子 宮	子 宮	子宮頸部細胞診	●(女性のみ)	
尿		尿糖	●	
		尿蛋白	●	
		尿潜血	●	
		尿沈渣 ※蛋白、潜血陰性時省略可	●	←
便		便潜血反応2日法	●	
問 診		特定健診問診	●	

筋肉量の指標となる除脂肪量指数「FFMI (Fat Free Mass Index)」を算出するために調べます。除脂肪量指数は、筋肉量を知るための指標となります。筋肉量が減れば、足腰の弱体化につながります。男性16以上、女性14以上が健康な生活の目安です。

動脈硬化、高血圧、糖尿病による眼の合併症や緑内障・白内障の有無などの状態を調べます。

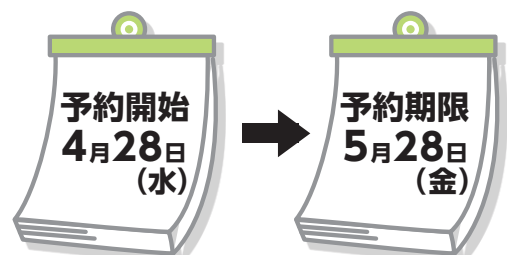
心電図と心拍数は、心臓の状態を知る重要な検査で、ほぼ8割程度の確率で心臓病の症状を見つけだします。

肝臓・すい臓・胆のう・腎臓・脾臓を観察し、これらの臓器の大きさ、形態、性状がどうなっているのか、また、がんなどの悪性腫瘍がないかを調べます。

呼吸のときの呼気量と吸気量を測定し、呼吸の能力を調べます。肺の換気機能を調べる基本の検査です。慢性閉塞性肺疾患(COPD)などがあるかを調べます。

尿中の赤血球、白血球などの細胞や結晶、細菌などを調べます。腎炎、腎臓や尿路の感染、腫瘍、結石などの疑いがある場合、精密検査が必要です。

● 節目健診申し込みは予約期限内に
受診したいのに予約がとれないという状況を防ぐために、早期に医療機関の予約がとれるよう、今年度も予約期限を設けています。



P10をご覧ください。

がん検診の受診促進

がんは早期発見・早期治療が有効ですが、早期がんのうちに発見できる時間はたった1～2年です。早期のがんには症状がほとんどありません。がん検診で、症状がないうちにみつかることが重要です。**健康な人こそ、がん検診を。ぜひ、定期的に受診してください。**

- 定期健康診断の施設健診（H1コース・H2コース）で、「がん検診（大腸・婦人科）」が受診できます。
- 条件や日程、費用負担が異なりますので、ご自身で合う方法を選んでください。

ダスキン健康保険組合

- 事業所の委託を受け、法定外のがん検診の有所見者に対しても受診勧奨します。
- 定期健康診断、ファミリー健診の受診時に、『がん検診（大腸・婦人科）』を受診できなかった方は、2021年10月～2022年2月の「がん検診」「ドック検診（胃・大腸・肺・脳・人間ドック）※40歳以上」をご利用ください。

※詳しくは、次号sante No.171にてお知らせします。

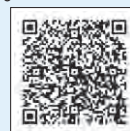
がん検診（大腸・婦人科）

ドック検診※40歳以上

自治体（市区町村）

各自治体では、住民の方を対象に各種がん検診を実施しています。各自治体によって、検査の種類・受診料補助や無料クーポン券の配布など、内容が異なりますので、各自治体のホームページなどを参照してください。

（参考）
吹田市ホームページ
各種がん検診



健診コースごとに受診できる「がん検診」「ドック検診」

2021年10月～2022年2月に実施する『償還払い保健事業（がん検診・ドック検診）』の受診を希望される場合には、近隣の巡回健診会場もしくは提携医療機関で定期健康診断（H2コース）を受診してください。

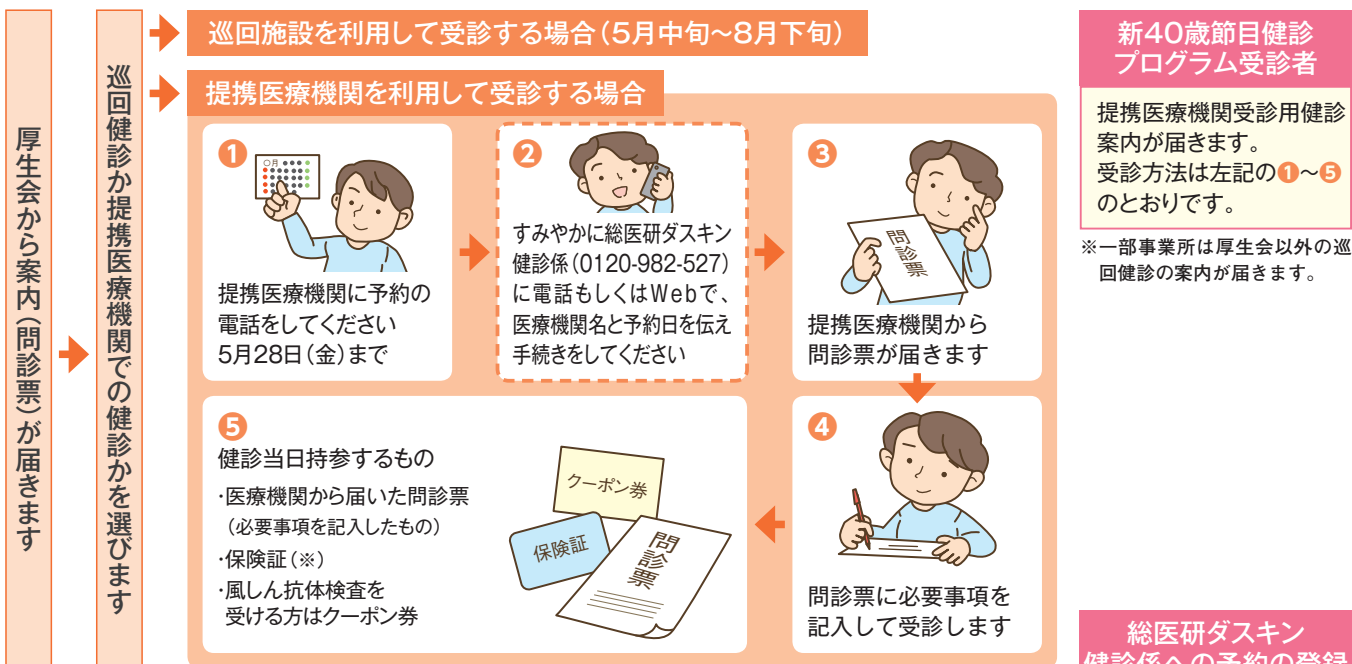
【4月～8月】 定期健康診断(被保険者)				【10月～2月】定期健診を受診した場合のがん検診・ドック検診の受診可否							
【5月～12月】ファミリー健診(被扶養者・任意継続者)				がん検診		ドック検診(※1)					
健診コース		健診施設		健保補助額		健保補助額(負担割合:健保6割)					
		巡回健診	提携医療機関	上限10,000円	全額	上限15,000円(※2)					
				いずれか1コースを選択							
				婦人科 (子宮細胞診 乳房検査)	大腸がん (便潜血郵送)	胃内視鏡	大腸内視鏡	肺ドック	脳ドック	人間ドック	
被 保 険 者 本 人	H1コース (39歳以下)	○	○ (がん検診含む)	△ (※4)	△ (※4)	×	×	×	×	×	
	H2コース (41歳以上)	○	○ (がん検診含む)	△ (※4)	△ (※4)	○	○ (※5)	○	○	○	
	H3コース [節目健診] (新40歳/40歳以上 3歳刻みごと73歳まで)	×	○ (がん検診含む)	△ (※4)	△ (※4)	×	×	×	×	×	
被 扶 養 者 ・ 任 意 継 続 者	F1コース (39歳以下の配偶者・任意継続者の方)	○(※3) (がん検診含む)	○ (がん検診含む)	△ (※4)	△ (※4)	×	×	×	×	×	
	F2コース (41歳以上で節目健診に該当しない 配偶者・家族・任意継続者の方)	○(※3) (がん検診含む)	○ (がん検診含む)	△ (※4)	△ (※4)	×	○ (※5)	×	×	○ (※6)	
	F3コース [節目健診] (配偶者・家族・任意継続者の方で 新40歳/40歳以上3歳刻みごと73歳まで)	×	○ (がん検診含む)	△ (※4)	△ (※4)	×	×	×	×	×	

※1 定期健診より5ヵ月以上あける場合可
 ※2 ドック検診の健保負担上限額は15,000円（消費税を含む）
 ※3 巡回健診は女性のみ（巡回レディース健診）、男性は提携医療機関を受診
 ※4 定期健診時に、がん検診項目が受診できなかった場合のみ可

※5 大腸がん（便潜血郵送）との併用可
 ※6 F2コース（全額健保負担）を受診せずに人間ドックを受ける場合のみ可。
 ただし、ドック検診の健保負担上限額は15,000円（消費税を含む）

ダスキン健康保険組合〈2021年〉主な保健事業の内容

2021年度 定期健康診断の受診の流れ



2021年度ファミリー（配偶者・家族）健診/任意継続者健診の受診の流れ



※今年度から、予約した提携医療機関と総医研とのデータ連携により受診券の発行はなくなりました。

資格喪失されてファミリー健診、任意継続者健診を受診された場合は、実費を被保険者にご請求させていただきます。

※1 資格…ダスキン健康保険組合に認定され組合員としての資格を有することです。被保険者（本人）と被扶養者（家族）

命にかかわる疾病の重症化から、働きさんとその家族を守り健康寿命の延伸を図る

隠れた健康リスクに対応した各種保健事業を 推進します。

健康保険組合ホームページ、Net・IPPOでお知らせするとともに、各プログラムの対象者には、適時、事業所を通じてご案内させていただきます。被扶養者・任意継続者は、ご自宅へご案内を発送いたします。

生活習慣改善プログラム	40歳未満	肥満※1	服薬なし 服薬あり	生活習慣改善プログラムUnder40	ICTあり※2	指導期間 3ヵ月	対象者 約230人	参加費 当組合負担 自己負担なし
	40歳以上		服薬なし※3	特定保健指導プログラム	ICTあり※2		対象者 約750人	
			服薬あり	服薬者保健指導プログラム	ICTあり※2		対象者 約420人	

重症化予防プログラム	全年齢	糖尿病重症化予防プログラム	軽中度リスク保有者 (糖尿病未受療者)	食後高血糖サポート	指導期間 1ヵ月	対象者 約100人	参加費 当組合負担 自己負担なし	
			中高度リスク保有者	糖尿病性腎症重症化予防	指導期間 6ヵ月	対象者 約100人		
		心・脳血管疾患発症予防プログラム		軽中度リスク保有者				アプリ型心・脳血管疾患重症化予防
			中高度リスク保有者	心・脳血管疾患重症化予防				
		重症化予防電話受診勧奨	中高度リスク保有者		指導期間 通 年	対象者 約400人		
		オンライン禁煙プログラム	肺がん、COPDの発生リスクの高い方 (喫煙係数400以上の、肺がん・COPD高リスク者)※4		ICTのみ※2	指導期間 3ヵ月		対象者 約700人

前期高齢者保健指導プログラム	主に61歳以上	ロコモフレイル予防プログラム	ICTのみ※2	指導期間 通 年	対象者 約110人	参加費 当組合負担 自己負担なし
----------------	---------	----------------	---------	-------------	--------------	------------------------

※1 肥満とは、腹囲（男性85cm以上・女性90cm以上）もしくはBMIが25以上に該当

※2 **ICT**とは、Information and Communication Technologyの略で、スマホ・タブレット・ウェアラブルなどを活用したプログラム内容を指します。

※3 服薬なしとは、[脂質][血圧][血糖]に関する薬を服薬していないという、健診時の問診票の自己申告に基づいています。

※4 禁煙係数とは、喫煙と疾病の関連を示す数字として喫煙年数と本数から算出する指数。

喫煙係数（プリンクマン指数）＝1日に吸うたばこの本数×喫煙年数

10年後、20年後の健康のために、今、重症化を防ぐことが大切です！
治療が必要と判断される方へ、健康保険組合の医療職が、
「受診勧奨」を行っています。

ダスキン健康保険組合の医療職がお電話をします！

健康診断の結果、「精密検査」や「要治療」の判定のある方でも
自覚症状のない方が多いので、
お一人おひとりの過去の健康診断のデータなども確認しながらお話をします。



こんなお話をします。

健診項目の数値を診て、
ダスキン健康保険組合で設けた
「重症化リスク健診項目」*に基づき
必要な治療内容や専門医の
ご案内したり…

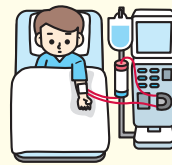
※P7参照



生活習慣の改善について、食事や
運動、ダスキン健康保険組合がご提供
している保健事業の紹介など、お一人
おひとりに応じた方法を
アドバイスしたり…



精密検査をせず、必要な治療もしない
で放置しておく、その結果どのような
ことが起きるか、具体的に
ご説明したり…



こんなご質問にもお答えしています。

専門医へ相談したいが、かかりつけの医師
がいない…職場の異動があり、知らない所
でどの病院へ行けばよいかわからない…

通院しやすい病院や専門医のご案内、
オンライン診療に対応している病院などの
ご相談に応じます。
できる限りお調べしてお伝えするように
しています。

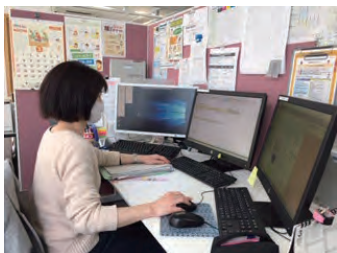
病院へ行く時間がないが、症状などを
改善するために、今できることはないか？

血圧を自宅で測っておくなど、病院で必ず
指導されることを事前に準備しておくこと
で診療の際に役に立ちます。
食事、運動についても相談内容に応じた
生活習慣改善プログラム*のご案内や
アドバイスを行います。 ※P11参照

コロナ感染症に関することで
相談したい…

行政の新型コロナウイルス感染症
に関する相談窓口をご案内
しています。

お仕事中にお電話することになりますが、
ご都合のよいお時間などのご相談にも応じておりますので、よろしくお願いいたします。



また、異動で多忙になったり、育児や介護など、
生活環境が大きく変わる人にはご自身の健康が怠りがちになります。
健診の結果で気になることがあったり、日頃何か気になる自覚症状がある時は、
ぜひとも下記までお電話ください。
受付時間帯には、通常1名の医療職が常勤しております。

医療職直通電話
080-8304-7228

受付時間
10:00～16:00

受付曜日
月～金

健康診断を受けることがゴールではありません！

人生100年時代。

できる限り長く、健康的な生活を送るためにも今からできることを始めましょう！



「kencom」は、「楽しみながら、健康に。」をテーマに、
個人の健康増進をサポートするヘルスケアエンターテインメントアプリです。



導入5年となり、登録率は事業所によってバラつきがあります。

昨年度より伸長したのは14事業所(赤い文字)。健康経営の取り組みをスタートしたプロダクト関係会社が伸長しました。ダスキン健保平均37.9%を超えているのは12事業所(黄色ベタ)。

(株)ダスキン、サーヴ関係会社の登録率が高い中、サーヴ関係会社5事業所(赤線囲み)は、登録率が100%に達しています。また、2020年4月に適用事業所となったダスキン沖縄は、1年目で98.2%と高い登録率でした。プロダクト関係会社は、健康宣言を行ったことで登録率は、多くの事業所で前年より伸長しています。

kencomはウォーキングイベント「歩活」だけではなく、健康情報の入手、医療費確認、健康数値の記録、健保のホームページとリンク等々、便利な機能がたくさんあります(おすすめコンテンツについて、本誌P17にてご紹介)。kencomを使って、楽しく健康になりましょう!



ダスキン健康保険組合
ホームページ
kencomの紹介ページ

kencom登録状況(本人) 登録率がダスキン健保平均37.9%を超えている部署 赤字は登録率が前年より伸長した部署 登録率、入力率100%

事業グループ	有資格者数(本人)	登録者数(本人)	登録率(%)	健診閲覧コード入力率(%)
ダスキン	1,759	789	44.9	44.1
	訪販グループ・法人	746	449	60.2
	地域	249	163	65.5
	直営支店	764	177	23.2
	301	83	27.6	48.2
	生産本部	85	48	56.5
	支部	13	8	61.5
	工場	203	27	13.3
	296	156	52.7	36.5
	フードグループ	148	82	55.4
ヘルスケア	支部	67	49	73.1
	直営店	81	25	30.9
	本社等	322	208	64.6
	合計	2,678	1,236	46.2
	本社	29	25	86.2
	アカウント	1,327	146	11.0
	合計	1,356	171	12.6
	和倉ダスキン	87	31	35.6
	小野ダスキン	128	57	44.5
	プロダクト北海道	45	10	22.2
プロダクト関係会社	道央中央工場	30	9	30.0
	道北工場	15	1	6.7
	プロダクト東北	49	9	18.4
	仙台中央工場	49	9	18.4
	107	30	28.0	0.0
	プロダクト東関東	83	27	32.5
	千葉東工場	24	3	12.5
	100	15	15.0	53.3
	プロダクト西関東	100	15	15.0
	東京多摩中央工場	73	24	32.9
プロダクト関係会社	プロダクト東海	73	24	32.9
	愛知中央工場	80	28	35.0
	29	15	51.7	0.0
	広島中央工場	51	13	25.5
	愛媛工場	79	11	13.9
	79	11	13.9	63.6
	プロダクト中四国	63	9	14.3
	熊本中央工場	16	2	12.5
	沖縄工場	16	2	12.5
	合計	748	215	28.7

事業グループ	有資格者数(本人)	登録者数(本人)	登録率(%)	健診閲覧コード入力率(%)
サーヴ北海道	117	112	95.7	22.3
	本店	5	5	100.0
	支店	112	107	95.5
	116	62	53.4	45.2
	サーヴ東北	4	4	100.0
	支店	112	58	51.8
	131	78	59.5	26.9
	サーヴ北関東	6	6	100.0
	支店	125	72	57.6
	20	15	75.0	13.3
ダスキン伊那	支店	20	15	75.0
	101	74	73.3	66.2
	シャトル東京	5	5	100.0
	支店	96	69	71.9
	288	85	29.5	34.1
	サーヴ東海北陸	11	8	72.7
	支店	277	77	27.8
	110	52	47.3	26.9
	サーヴ近畿	8	8	100.0
	支店	102	44	43.1
サーヴ中国四国	155	56	36.1	41.1
	本店	5	4	80.0
	支店	150	52	34.7
	234	130	55.6	34.6
	サーヴ九州	12	11	91.7
	支店	222	119	53.6
	222	119	53.6	28.6
	ダスキン沖縄	55	54	98.2
	支店	55	54	98.2
	合計	1,327	718	54.1
その他	エバーフレッシュ函館	62	18	29.0
	エムディフード	112	23	20.5
	かつアンドかつ	61	1	1.6
	30	26	86.7	80.8
	ダスキン共益	3	2	66.7
	ダスキン愛の輪基金	2	2	100.0
	ダスキン健康保険組合	2	2	100.0
	合計	270	72	26.7
	任意継続	91	37	40.7
	総合計	6,470	2,449	37.9

・事業グループ(所属)は2020年1月1日時点です。
・2021年1月15日時点の在籍者かつ、2021年1月末時点のkencom有資格者、登録状況をもとに算出しています。
・登録率(昨年度)は、2021年1月末時点のkencom有資格者、登録状況をもとに算出しています。

有資格者 : kencomリスト掲載者および2021年1月末時点の在籍者から自主退会などを除いた方
登録者 : 有資格者のうち、kencomメールアドレス登録のあった方
健診閲覧コード認証者 : 登録者のうち健診閲覧コードステータス「本人認証済み」の方

kencomに登録してない方

まずはkencomに登録!
アプリをダウンロード!

ケンコム

検索



ダスキン健康保険組合〈2021年〉主な保健事業の内容

2020秋 「みんなで歩活」 開催報告

1年ぶりに開催されたウォーキングイベント「みんなで歩活」に、多数ご参加ありがとうございます。
7回目の開催となった今回、さらに多くの皆さまにご参加いただき、参加者は過去最多となりました!



参加人数**713人** (2019秋 652人) 参加チーム**115チーム** (2019秋 113チーム)

チームスコアランキング

1位 ✨チームがんこちゃん✨@DWU(10)
通算スコア **2,480,000**

須賀 一夫様 / 新井 達也様 / 江川 祐司様 / 戸松 恵子様
新福 智彦様 / 佐藤 公俊様 / 杉山 健一様 / 近藤 雅浩様
高野 和明様 / 高橋 裕七朗様

2位 中国・四国地域本部(10)
通算スコア **2,479,863**

末永 昇一様 / 西川 淳様 / 古達 由美子様 / 高島 修様
鬼原 雄史様 / 水原 優子様 / 井口 圭祐様 / 辻 久仁彦様
松前 真由美様 / 少前 忠則様

3位 IRIYA ブラザーズ@DWU(10)
通算スコア **2,457,577**

山岡 広樹様 / 加藤 紀雄様 / 田中 理沙様
新田 理香様 / 富沢 千絵様 / 長谷川 美枝子様 / 碓 理恵様
下津 幸子様 / 羽月 芳恵様 / 加藤 幸子様

4位 🍡やっちゃんえ沖縄🍡@DWU(10)
通算スコア **2,455,979**

5位 東京UKwalkerズ@DWU(10)
通算スコア **2,377,263**

※()内はチーム人数

JCBギフトカード

1位:2万円、2位:1万円、3位:7千円、4位:5千円、5位3千円

撮影にあたっては、感染症対策を行っています。



1位 ✨チームがんこちゃん✨@DWUの皆様



2位 中国・四国地域本部の皆様



3位 IRIYA ブラザーズ@DWUの皆様



4位 🍡やっちゃんえ沖縄🍡@DWUの皆様



ラッキー5賞

🏆 チームの平均歩数が5,000歩以上でチームスコアランキングの順位下1桁が「5」のチーム全員にAmazonギフト券(100円分)

通算スコア

5位	東京UKwalkerズ@DWU(10)	2,377,263
15位	ケア東海北陸ハルキング@DWU(10)	1,908,458
25位	豊里2丁目(9)	1,619,373
35位	merry walker(9)	1,358,643
45位	朝里 B(8)	1,204,268
55位	ダスキン駒生支店(7)	1,030,886
65位	防犯戦隊 歩けんジャー(5)	903,979
75位	令和みちのくウォーカー@DWU(5)	809,830
95位	サーヴ中国四国 本店(3)	525,972
105位	住道支店アタックチャンス!(3)	424,759
115位	畝刈walker(2)	225,123

※85位はチームの平均歩数が5,000歩未満だったため、入賞となりませんでした。
※()内はチーム人数

ハッピースコア賞

🏆 チームスコアランキングの順位下1桁が「7」のチーム全員にkencomポイント1,000ポイント

通算スコア

7位	レインメーカー(10)	2,257,675
17位	MDいいことあるぞ@DWU(9)	1,838,910
27位	カートヒロシでYouTuber(9)	1,572,715
37位	とことことこと(6)	1,335,063
47位	関東連合B@DWU(5)	1,137,362
57位	サカドさん(6)	1,012,762
67位	ダスキンウォッシュ@DWU(4)	897,142
77位	みよし健康組合(6)	798,409
87位	ちち歩隊(5)	640,384
97位	サーターアンダギー(5)	504,986
107位	チームデコポコ@DWU(3)	391,083

※()内はチーム人数

その他の賞とインセンティブ

チーム貢献賞	イベント期間中、毎日8,000スコアを達成した人全員に、Amazonギフト券(200円)
みんなの応援団賞	チーム内のコメントが一番多かった人の10人に1人に、kencomポイント(1,000ポイント)
エントリー賞	5人以上のチームで参加すると、抽選で10チームに1チームのメンバー全員に、kencomポイント(1,000ポイント)

ご入賞おめでとうございます

チームスコアランキングに入賞された方々に、アンケートをお答えいただきました。
ウォーキングの楽しみ方や工夫などをご紹介します。

毎回参加させていただいていますが、
楽しく参加させていただいています。
社内でのコミュニケーションツールにも
なっています。

高野 和明様(※チームがんこちゃん※@DWU)

チームの他のメンバーの歩数が
常に見られて、モチベーションが
上がってよかったです。
が、プレッシャーにもなりました。

鬼原 雄史様(中国・四国地域本部)

チームで 一致団結しました!

1日に歩く歩数をあまり気にしたことは
なかったのですが、8,000歩は
キビシかったです。チームのみんなと
一丸となって入賞できたので、よかったです。

富沢 千絵様(IRIYA ブラザーズ@DWU)

5月からウォーキングを始めて、「みんなで歩活」を
知り、参加を決めました。知り合いで参加する方が
いなかったため、沖縄のチームに参加させていただきました。
遥か遠くの地から毎日いただく励ましの
メッセージで完走でき、とても楽しく参加できました。

佐川 由紀子様(※やっちゃんえ沖縄※)

終業後の夜間に歩くのは、暗くて景色も
見えず、車の通行も危なかったですが、
早朝に近所の川沿いの道を歩くと、
景色は美しく、日々秋の移ろいを感じながら
歩いてとても清々しかったです。

松前 真由美様(中国・四国地域本部)

こんな工夫を しました!

1日8,000歩は常に意識して歩くようになり、
運動不足は改善されたと思います。
今後は1日10,000歩を
目標に歩くようにしていきたいです。

杉山 健一様(※チームがんこちゃん※@DWU)

今回参加することで、1日8,000歩以上を
心掛けるよいチャンスになりました。楽しく
参加できました。在宅の日などは、ほぼ歩くことが
なくなってしまうので、歩数が少ない日は
「家庭用ランボリン」の上で「足踏み」を行いました。

山崎 義雄様(東京UKwalkerズ@DWU)

健康生活に 変化あり!

歩活前後では体重が3kgほど減りました。
出勤前のウォーキングが日課となり、
歩活終了後も続いています。
そのおかげで、体重も維持でき、
生活のリズムが整えられました。

松井 宏明様(※やっちゃんえ沖縄※)

昨年8月から犬を飼い始め、当初は朝に散歩に
行くつもりはなかったのですが、歩活をきっかけに
朝の散歩が日課になりました。面倒に思っ
ていましたが、やってみると1日さわやかに
スタートが切れてよかったです。

長澤 綾子様(東京UKwalkerズ@DWU)

チーム名には こんな由来が!

前回は、女性5人で参加しましたが、今回は
男性2人も参加!!しかも支店長も、
リーダーシップをとって参加して
いただいたので、女を捨てて、
ブラザーズとして挑みました。

新田 理香様(IRIYA ブラザーズ@DWU)

会社モットーは「風は南から」。
チーム名は、なんでも沖縄から風を
起こそうという気持ちから
「やっちゃんえ沖縄」としました。

菅沼昌仁様(※やっちゃんえ沖縄※)

2021春「みんなで歩活」

新緑の気候のなか、2021春「みんなで歩活」に参加して、
健康生活を始めてみませんか。

エントリー期間

4月13日(火)～4月26日(月)

イベント期間

4月27日(火)～5月31日(月)

インセンティブが変わります!

チームスコアランキングのインセンティブが、Amazonギフト券(チームメンバー全員)に変わります。
その他詳細は、ダスキン健康保険組合ホームページをご確認ください。

kencomに登録していない方

「みんなで歩活」の参加には、
まずはkencomに登録を!

ケンコム 検索



ICTを活用した健康維持増進・予防におけるダスキン健保の取り組み

スマホやパソコンを使ってトライ



その 1

「kencom」 & 「KOSMO Web」

健康づくりに役立つ情報の入手には「kencom」、税金の手続きなどには「KOSMO Web」を目的に合わせてご活用ください。

kencom (ケンコム) とは



スマホやパソコンで健康管理ができる総合ヘルスケアWebサービスです。
ダスキン健康保険組合のホームページにもリンクしています。

詳しくはこちら▼
登録はこちら▼
(登録マニュアル)



KOSMO Web (コスモウェブ) とは



「医療費のお知らせ」と「支給決定通知書」がスマホやパソコンを使って照会ができるWebサービスです。

詳しくはこちら▶



kencomでできること / KOSMO Webでできること

機 能		kencom	KOSMO Web
各種データの閲覧	医療費情報	●※	●
	給付金通知情報(高額療養費・傷病手当金など)		●
	医療費控除用通知情報		●
	医療費控除用e-Taxデータダウンロード(確定申告)		●
	薬剤情報・ジェネリック差額通知情報	●※	
	特定健診情報	●※	
生活習慣改善に向けた おすすめサービスの提供	将来の発症リスクを提示「ひさやま元気予報」	●※	
	健康促進イベント/ウォーキングイベント「みんなで歩活」	●	
	オンライン健康相談「first call」	●	
	歩数・体重血圧などの記録	●	
	キャラクター育成機能「kencomミッション エアモの部屋」	●	
	行動目標設定	●	
	あなたの健診リスクにあった健康情報	●	
お楽しみの提供	ポイントの付与(ギフトチャレンジ) Amazonギフト券やnanacoギフト券に交換	●	
ダスキン健康保険組合 ホームページへリンク	健保からのお知らせ(メール配信)	●	
	健保だよりsantéの閲覧	●	
	各種申請書のダウンロード	●	

※利用には、健診閲覧コードが必要です。

健診閲覧コードが記載されたお知らせハガキを紛失したなどで、健診閲覧コードがわからない場合はこちらから▶

https://www.duskin-kenpo.or.jp/health_promotion/pdf/kencom002.pdf



kencom (ケンコム) の主な機能

健康診断結果などの健康データをスマホ、パソコンでいつでも確認ができます。過去のデータや、注意すべき項目の関連疾患。ご自身の健診結果に合わせた最適なお勧めコンテンツが毎日配信されます。日々の歩数や体重、体温などの変化もグラフで判りやすく確認でき、「楽しみながら健康になる」情報が盛りだくさんです。また、健康保険組合からは「お知らせ」および「メール配信」で最新情報をお届けします。

■医療費情報



月毎にどのくらい医療費が掛かっているのが確認可能！
(被保険者のみ閲覧可能)

■薬剤情報

ジェネリック差額通知情報

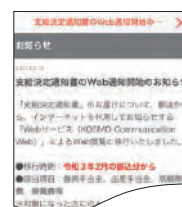


月ごとに処方されたおくり履歴を閲覧可能。

■健診・検診結果



健診結果のABCD表示、経年変化や同年代の数値と比較できる。

■健保からのお知らせ
(メール配信)

ダスキン健保からの最新情報をお知らせおよびメール配信で表示。

■ひさやま元気予報



将来の発症リスクの確認・シミュレーションができる。

■みんなで歩活

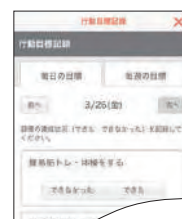


スマホやパソコンで気軽に仲間と楽しめる！

■オンライン健康相談
first call

24時間いつでも、チャットで医師に直接相談できる！
(kencomメニュー画面から登録)

■行動目標



自分で健康行動に関する目標を設定し、「できた」「できなかった」を記録。

■歩数・体重・体温



毎日記録した数値がグラフに。

■kencomミッション



健康ミッションを達成し、ペットの「エアモ」を育てる。

■健康情報



あなたの年齢・性別・健康データや閲覧頻度に応じて、オススメの記事や旬の情報が毎日届く。

■ポイント付与



ログインや記事閲覧、kencomミッション利用などでポイントが貯まる！

KOSMO Web (コスモウェブ) の機能

KOSMO Webは、医療費照会のほかにも、高額療養費や付加金、出産手当金、傷病手当金、給付金などの「支給決定通知書」が照会できるWebサイトです。通知月から最長2年間いつでもデータの確認・印刷が可能です。



なお、郵送(封書)での医療費通知・支給決定通知書は、2021年1月末の送付をもって休止いたしました。※通信環境がないなど、KOSMO Webを利用できない理由がある方は、申請をいただければ個別に医療費通知を発行いたします(2021年12月頃ご案内予定)。

【Webサービス 活用法】

- スマホ、パソコンなどのネット環境があれば、勤務先や自宅などで、いつでも閲覧できる
※通信料がかかります
- 医療費通知および支給決定通知が更新されると案内メールが届く ※メールの可否選択可能
 - ・医療費控除用通知情報(e-Tax)のダウンロードが可能
 - ・過去2年分までの医療費を確認できる ※条件を絞って検索・表示・印刷が可能
 - ・市町村へ提出する「子ども医療費支給申請」などの支給決定通知書を印刷して添付が可能

スマホやパソコンを使ってトライ

その **2**

こんな活用も!

生活習慣改善プログラム&オンライン禁煙プログラム

食習慣や運動習慣の改善にも!

ダスキン健康保険組合では、保健事業の一環として、「生活習慣改善プログラム」(本誌P11参照)をご提供しておりますが、**各プログラムともスマホやタブレット(貸出あり)を活用したWeb面談を導入しております。**

2021年度も、2021年度の健康診断の結果に基づき、ダスキン健康保険組合より、事業所を通じて該当者の皆様に随時ご案内させていただきますので、ぜひともご参加ください。



ダスキン健康保険組合ホームページ/
生活習慣改善プログラム

https://www.duskin-kenpo.or.jp/health_promotion/improvement_program.html



オンライン禁煙プログラムは、参加者を募集中です。
詳しくは、同梱のチラシをご覧ください。

ダスキン健康保険組合ホームページ/
オンライン禁煙プログラム

https://www.duskin-kenpo.or.jp/health_promotion/nosmoking.html



オンライン診療

自宅にしながら診察・お薬の受け取りまで!

新型コロナウイルス感染拡大防止のための特例措置として電話・オンライン診療の条件が緩和され、初診から電話・オンライン診療を利用できるようになりました。

この時期、医療機関の利用に不安をお持ちの方も多いと思います。電話およびスマホやタブレット、パソコンなどのカメラ付き通信機器を利用した電話・オンライン診療および服薬指導をご活用ください。

特に慢性疾患で定期通院中の方は、検査が必要なときは外来受診、必要ではないときはオンライン診療にする、など主治医とご相談のうえ電話・オンライン診療を上手に活用して、中断することなく治療を継続してください。

かかりつけ医がいる方は、まずは かかりつけ医に相談してみましょう。かかりつけ医がいない場合は、下記、厚生労働省ホームページでお近くの医療機関を検索してください。

厚生労働省ホームページ/新型コロナウイルス感染症の感染拡大を踏まえたオンライン診療について/対応医療機関リスト
https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/iryuu/rinsyo/index_00014.html



お薬手帳アプリ

お薬の管理、情報閲覧などをスマホで簡単操作!

お薬手帳アプリは、スマホなどに、お薬の情報を保管し、紙のお薬手帳と同様に活用するために作られた電子版のお薬手帳です。飲み忘れ防止アラーム機能など、紙のお薬手帳には無い機能も提供されています。いつも利用している調剤薬局にご確認ください。

〈参考〉eお薬手帳

公益社団法人 日本薬剤師会ホームページ

<https://www.nichiyaku.or.jp/e-okusuri/index.html>



マイナンバーカードの健康保険証利用

※本格運用は2021年10月から

マイナンバーカードの健康保険証利用が始まりました

詳しくはこちらをご覧ください。▶ [マイナポータルサイト\(内閣府、総務省、厚生省\)](https://myrna.go.jp/html/hokenshoriyou_top.html)

https://myrna.go.jp/html/hokenshoriyou_top.html



まずは、マイナンバーカードの申請をお早めに!



ダスキンの健康経営®とは

ダスキンの健康経営®の基本的な考え方は、創業以来培ってきた「祈りの経営」の理念に基づき、働きさんとその家族の健康維持・増進に取り組み、生きがいのある健康で心も豊かな生活の実現を図るとともに、会社の健全な発展に努め、人に社会に、喜びのタネをまき続けること。

働きさんの健康管理を「経営上のコスト」ではなく、

将来に向けた「投資」ととらえ、長期的なビジョンに基づき実践しています。

■「健康宣言」をしている事業所

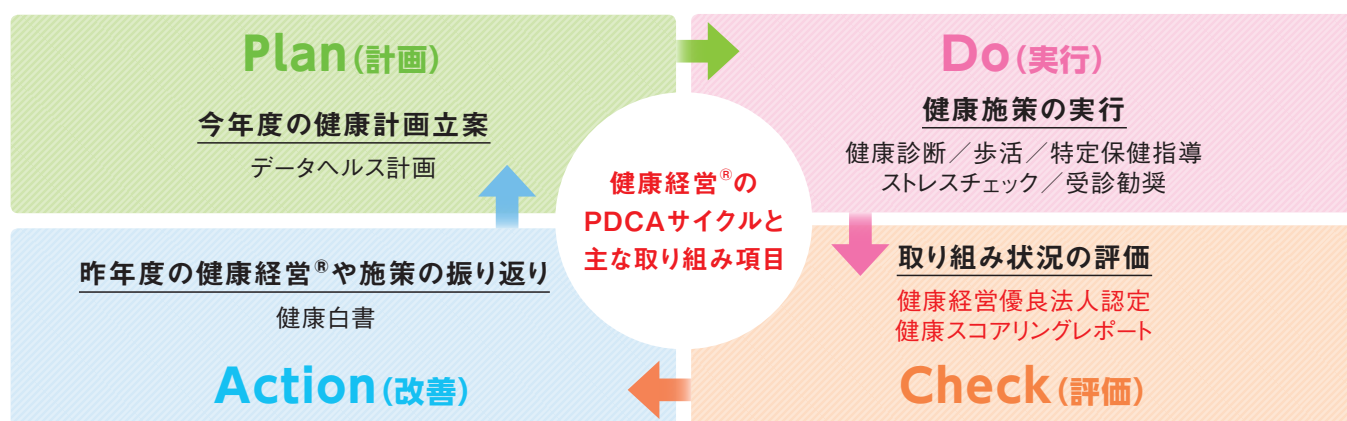
「健康宣言」は、経営者がある意義や重要性を認識し、その考え（理念）を社内外に示すものです。

25(23法人、2公法人)の適用事業所が健康宣言をしています。 ※2021年3月末現在

(株)ダスキン	(株)ダスキン伊那	(株)ダスキンプロダクト九州
(株)ダスキンヘルスケア	(株)ダスキン沖縄	(株)エバーフレッシュ函館
(株)ダスキンサーヴ北海道	(株)和倉ダスキン	公益財団法人ダスキン愛の輪基金
(株)ダスキンサーヴ東北	(株)小野ダスキン	ダスキン共益(株)
(株)ダスキンサーヴ北関東	(株)ダスキンプロダクト北海道	ダスキン健康保険組合
(株)ダスキンサーヴ東海北陸	(株)ダスキンプロダクト東北	※関連会社の株式会社ダスキン八代、株式会社
(株)ダスキンサーヴ近畿	(株)ダスキンプロダクト東関東	ダスキン鹿児島も宣言を公表(2社が加入する
(株)ダスキンサーヴ中国四国	(株)ダスキンプロダクト西関東	保険者は協会けんぽです)
(株)ダスキンサーヴ九州	(株)ダスキンプロダクト東海	
(株)ダスキンシャトル東京	(株)ダスキンプロダクト中四国	

■PDCAで取り組む健康経営®の実践

健康経営®の実践は、PDCAサイクルに基づき、**事業所・会社、健康保険組合、労働組合と働きさんの代表**による三位一体の体制で取り組んでいます。



健康経営優良法人認定制度

健康経営®に取り組む優良な法人を「見える化」し、「従業員の健康管理を経営的な視点で考え、戦略的に取り組んでいる企業」として社会的に評価を受けることができる顕彰制度です。

健康宣言を通じて、PDCAサイクルで健康づくりを推進する「健康経営®」に取り組み、働きさんが心身ともに健康な状態で働ける環境を整えることが重要です。

健康スコアリングレポート

厚生労働省・経済産業省・日本健康会議が連携して作成。当組合員の健康状態や医療費、予防・健康づくりへの取組状況などを、「全健保組合の平均」や「業態の平均」と比較したデータの経年変化を見える化した「成績表」です。

※「健康スコアリングレポート」は前々年度(2018年度)データをもとに作成されています。

※「健康経営®」は、NPO法人健康経営研究会の登録商標です。

健康経営優良法人2021の認定取得事業所

5回目となる今回は、大規模法人部門（上位法人には「ホワイト500」の冠を付加する）に1801法人が、中小規模法人部門に7934法人（上位法人には「ブライツ500」の冠を付加する）が、日本健康会議より認定されています。

ダスキン健康保険組合の適用事業所では、21事業所（20法人、1公法人）が認定されました。

※2021年3月4日現在

大規模法人部門

(株)ダスキン
(株)ダスキンヘルスケア
(株)ダスキンサーヴ北海道
(株)ダスキンサーヴ東北
(株)ダスキンサーヴ北関東
(株)ダスキンサーヴ中国四国
(株)ダスキンサーヴ九州

中小規模法人部門

(株)ダスキンシャトル東京
(株)ダスキンサーヴ近畿
(株)ダスキン伊那
(株)ダスキン沖縄
(株)小野ダスキン
(株)和倉ダスキン
(株)ダスキンプロダクト北海道
(株)ダスキンプロダクト東北
(株)ダスキンプロダクト東関東
(株)ダスキンプロダクト西関東
(株)ダスキンプロダクト東海
(株)ダスキンプロダクト中四国
ダスキン健康保険組合
ダスキン共益株式会社

※関連会社の株式会社ダスキン八代、株式会社ダスキン鹿児島も認定（2社が加入する保険者は協会けんぽです）

※ダスキン健康保険組合は健康経営優良法人ブライツ500に認定されました。



健康スコアリングレポート(抜粋)

2020年12月14日配信の健康保険組合ホームページ

新着ニュース「健康スコアリングレポート2020年度版のご案内」にてご紹介しています。



【生活習慣病リスク保有者の割合】



リスク	良好	中央値と同等程度	不良
肥満リスク	😊	😊	😞
血圧リスク	😊	😊	😞
肝機能リスク	😊	😊	😞
脂質リスク	😊	😊	😞
血糖リスク	😊	😊	😞

※ 2018年度に特定健診を受診した者のみのデータを集計。

2018年度の特健診結果によると、特に血圧のリスクが顕著です。脳梗塞、動脈硬化、心筋梗塞などの循環器系疾患につながる重要な因子です。2020年度の医療費の高騰は循環器系の疾患によるものが大きく影響しました。

なお、被扶養者の一番のリスク項目は脂質が全組合平均100に対し84でした。

【適正な生活習慣を有する方の割合】



リスク	良好	中央値と同等程度	不良	ランクUP率 ^(*)
喫煙習慣リスク	😊	😊	😞	あと47人
運動習慣リスク	😊	😊	😞	最上位です
食事習慣リスク	😊	😊	😞	あと74人
飲酒習慣リスク	😊	😊	😞	最上位です
睡眠習慣リスク	😊	😊	😞	あと37人

※ 2018年度に特定健診を受診した者のみのデータを集計。

※ 生活習慣データについては、一部任意項目であるため、被扶養者が保有しているデータのみで集計。

※ 上位10%は業態ごとの「総合スコア」上位10%の平均値を示す。ただし、業態内の組合数が20以下の場合は、全組合の「総合スコア」上位10%の平均値を示す。

(*)「ランクUP」は、5段階評価のランクを1つ上げたと仮定して、(スコア)差を算出した人数を示す。

当健保の一番の課題は喫煙習慣リスクです。

全組合平均100(中央値)に対し96でした。喫煙は、本人だけでなく受動喫煙にも影響を及ぼす大きな因子です。禁煙プログラムなどを使って改善にチャレンジください。

2017年から開始したkencomのウォーキングイベント「歩活」をきっかけに、運動習慣がある方が増加していますが、2020年度はコロナ禍で運動習慣が減った方も居られます。オンラインの運動プログラムなども利用し、運動習慣を日常に取り入れてください。

健康あすなろ活動

健康あすなろ活動リーダーとして活躍されている、各事業所の健康管理委員さんからご報告いただいた取り組み活動をご案内いたします。

株式会社和倉ダスキン

健康管理委員 松平 慈子さん

テーマ ストレッチ体操で肩凝りを防止しましょう

期間 2020年11月16日～12月18日

活動内容 同じ姿勢の仕事で固くなる身体のリフレッシュと、続けていただくことで、肩凝りや首回りの痛みを解消することを目標に実施しました。

- 毎日午前10時にストレッチ体操（約2分間）の館内放送をかけていますが、「体操カード」を全員に配布し、動作のポイントを知っていただくようにしました。
- 体操をした日はカードに印をし、期間終了後に提出いただきました。

健康管理委員コメント

「縮こまった身体を伸ばしてリフレッシュできた」「体操をすると気持ちが切り替わりスッキリした」「肩凝りがなくなった気がする」などのコメントをいただき、活動の成果があったように感じます。

この期間に限らず、普段から意識してストレッチ体操を続けたいと思います。

体操カードも、チェックするだけでなく、各自が工夫して楽しく参加いただけた、活動してよかったです。

● 体操カード



株式会社小野ダスキン

健康管理委員 西垣 里美さん

テーマ 朝ごはん食べよう活動

期間 2020年10月11日～11月14日

- 活動内容**
- チェックシートに、＜朝ごはんのメリット＞を記載し、全員に配布しました。朝ごはんのメリットを知ったうえで、約1カ月間、朝ごはんをしっかりと食べることができたか、自己振り返りをしていただきました。
 - 体調管理のセルフチェックのために、改めて共有スペースの血圧計の利用も報知しました。
 - 参加賞に、からだすこやか茶、ヨーグルトドリンク、コンニャクゼリーなどを選び、健康を意識した商品の紹介を行いました。

健康管理委員コメント

積極的に、楽しく活動を進めるには、「誰もがちょっと頑張ればできそう」という内容にすることが続けられるポイントだと思っています。

参加賞も、皆さんの意見を伺い選んだことで、楽しみにして参加いただけました。

働きさんの健康が一番ですので、これからも健康によい活動をしていきたいと思っています。

● チェックシート



株式会社プロダクト東海

健康管理委員 佐藤 美奈子さん

テーマ あと2杯、水を飲みましょう！

期間 2020年10月1日～10月14日

活動内容 脳梗塞、心筋梗塞などの健康障害リスク軽減のため、少しの水分不足が健康障害を引き起こす可能性を全員に知っていただき、普段摂取している水分補給に加え、起床後と、入浴後に水を飲むことを、チェックシートを使って説明し、全員で取り組みました。

工場全体で参加することで、コミュニケーションも高めることを目標としました。

健康管理委員コメント

「健康経営優良法人」の認定にチャレンジする活動として、自分の会社で何ができるかを考え実施できたことが良かった。働きさんだけでなく、関わったお世話役の意識も高まったと思うし、「水分補給の重要性を再認識した」「水を飲むだけのイベントで、健康になるなんて!」という声もあり、参加賞も特茶や、サバチップス、健康タオルなど、健康に関連したものを選び、喜んでいただきました。参加者の50%が目標を100%達成できたことも嬉しい結果となりました。

● チェックシート

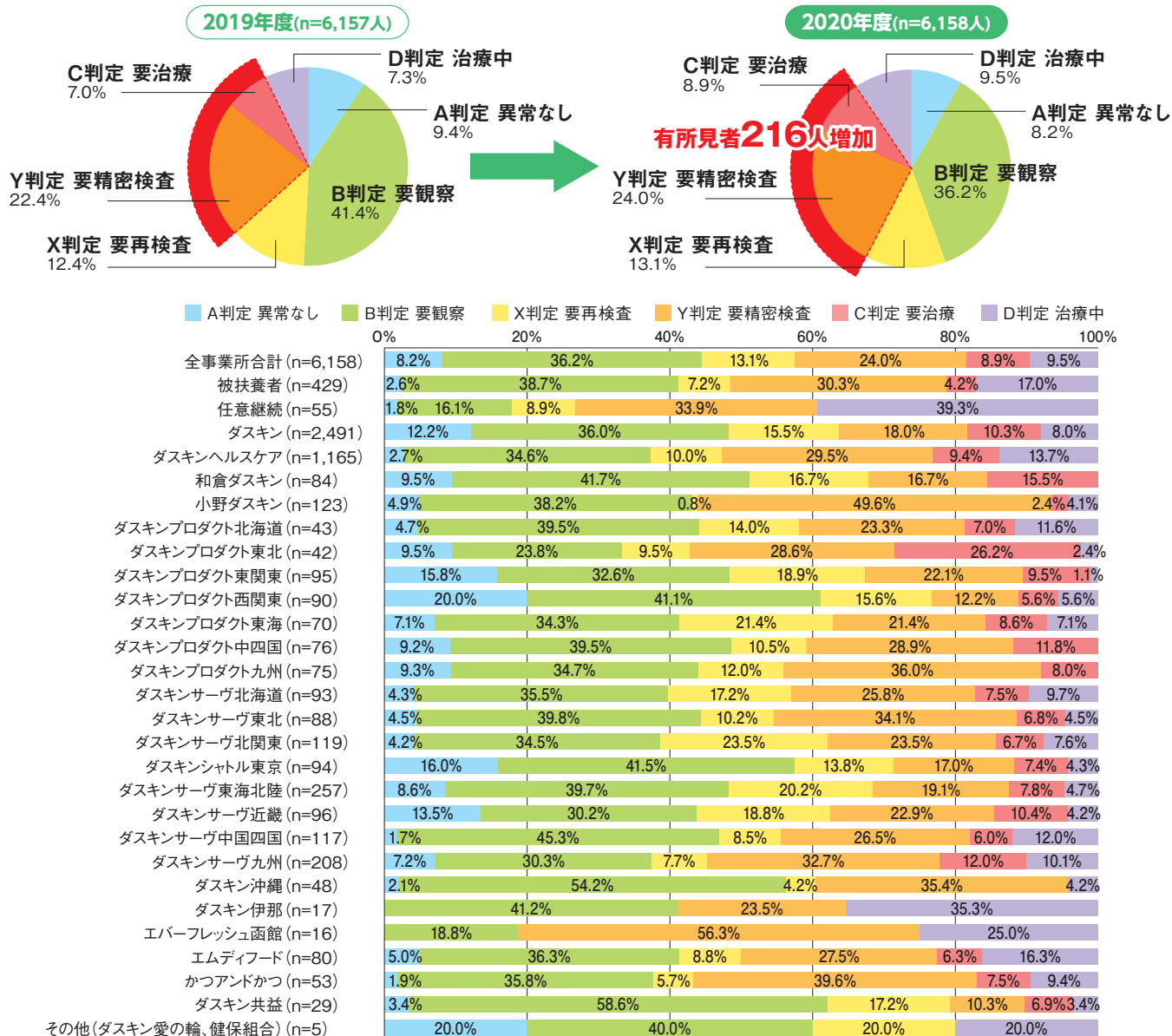


2020年度

健康診断に基づくデータヘルス分析

◆ 健診結果による有所見率

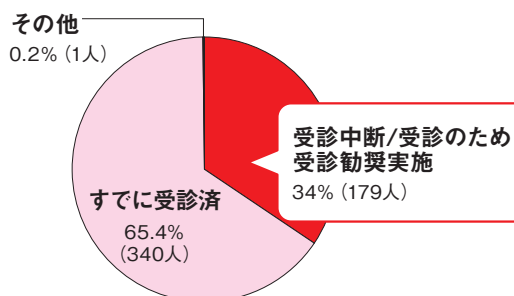
● 全体で約半数が要再検以上となっています。特に有所見(要精検、要治療)は3割以上近くを占め、昨年度より増加しています。



有所見の方は必ず二次健診を受けましょう

※ 各社の状況については「働きさん(被保険者)健康リスク比較表」(P26、27)をご参照ください
対象者数:2020年4月1日時点。資格喪失者。2021年2月末時点健診結果健保到着分を対象に集計

◆ 健診有所見者の再受診状況



保健師・看護師から確認を実施した520人のうち
179人が医療機関を受診していませんでした。

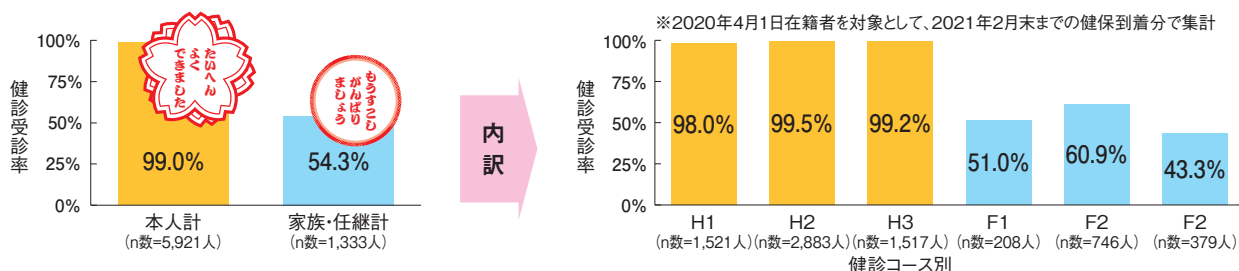
ダスキン健康保険組合では、重症化リスク健診項目をもとに、定期健診後、担当の看護師より未受診者への受診勧奨を実施しています。健診結果などをもとに今年度はすでに340人の方は自発的に受診されています。

医療機関未受診の方は早期の受診をお願いします

n数=520人 受診勧奨対象2,462人のうち、保健師・看護師が確認を実施した方。ただし健保脱退25人を除く(確認期間:2020年10月~2021年2月)
その他:確認中や保留により医療機関受診状況が確認できないもの

◆ 2020年度定期健康診断受診状況(速報)

2020年度の定期健康診断受診状況を健診種別に確認しました。



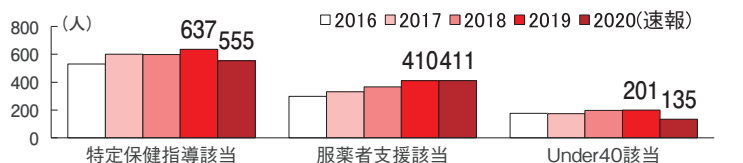
コロナ禍においても本人は99%以上の方が健康診断をしっかりと受診しています。
家族の受診率は50%台と低く、半数近くの方が健康診断を受けていません。

健診受診は生活習慣病や
重症疾患予防の第一歩です

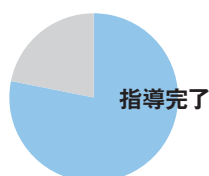
がん検診や婦人科系の健診を一度に受けられるよう
健康診断プログラム を拡充しています。健康診断を受診しましょう。

◆ 生活習慣改善プログラム状況

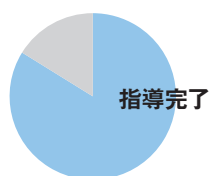
生活習慣改善プログラムの該当状況と完了状況を確認しました。



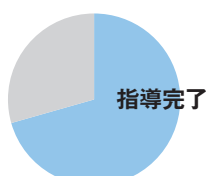
特定保健指導完了率
(2019 申込者数=247)



服薬者支援完了率
(2019 申込者数=136)



Under40完了率
(2019 申込者数=68)



特定保健指導の該当者は前年度から減少しました。生活改善プログラムに取り組んだ7割の方が完了しています。

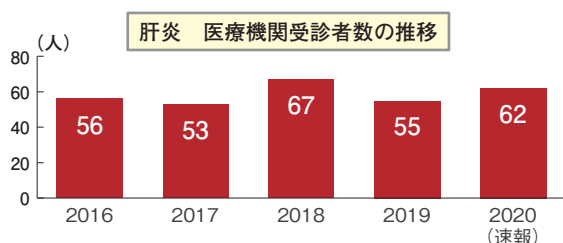
※服薬者支援該当:保健指導レベルが「情報提供」かつ肥満かつ服薬があり、血糖・血圧・脂質のいずれかのリスクがある方
Under40該当:40歳未満の肥満の方で、血糖・血圧・脂質のいずれかのリスクがある方
※2020年度の該当者数は2020年12月末時点の健診結果をもとに集計。
※生活習慣改善プログラム申込者は初回面談まで実施した方。また完了状況は2021年2月末時点の情報

生活習慣の見直しで
防げる病気があります

食事指導や運動指導など多彩な 生活習慣改善プログラム を拡充しています。
お手元に案内が届いたらご参加ください。

◆ 肝機能検査受診状況と肝炎受診状況

肝炎での受診者の推移を確認し、その対策となる2020年度の健康診断において肝機能検査受診状況と肝炎ウイルス検査受診状況を確認しました。



肝機能検査受診者
有所見状況
(n数=5,938)

有所見率
1.6%(93人)

HBウイルス判定受診者
有所見状況
(n数=1,265)

有所見率
0.8%(10人)

肝炎の医療機関受診者は毎年一定数発生しています。2020年度から肝機能での有所見者に対し、受診勧奨を行っています。またウイルス性肝炎の早期発見を目的とし、肝炎ウイルス検査も拡充しています。
肝炎は肝硬変や肝がんのリスクにつながります。また重症化すると治療期間が長期化しご自身の治療費負担が多くなります。
有所見の方は早めに医療機関を受診しましょう。

有所見の方は早めに医療機関を受診しましょう

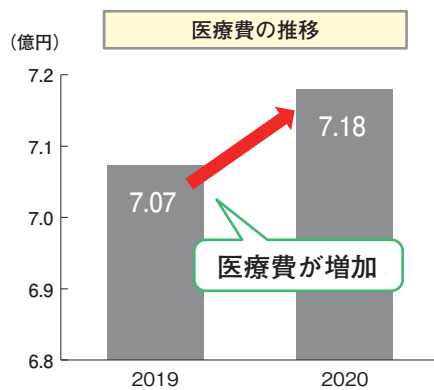
※医療機関受診は対象期間でB15～B19:肝炎ウイルス(ICD10-CD)受診した方のうち疑いの方を除いた人数を掲載。2020年は2020年4月～12月までの受診状況を掲載
健診結果は2020年12月末時点のデータをもとに集計。肝機能検査有所見は優先対応者(レッド)と緊急対応者(ブラック)に該当するものを抽出
HBウイルス判定はB型肝炎ウイルス検査にて要精密検査、要再検査判定となった方を有所見者としています

◆ 医療費の状況(速報)

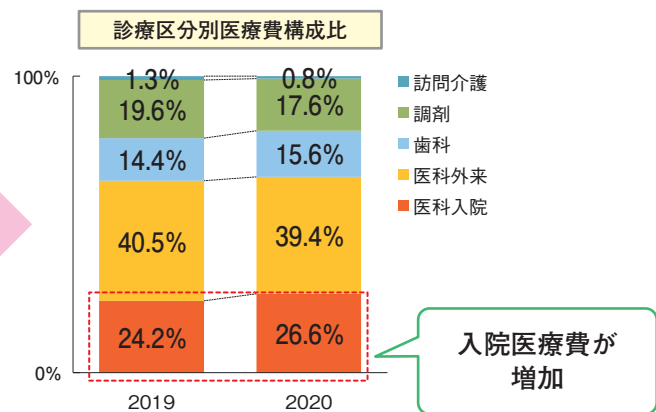
2020年度の医療費(4月～11月)について、昨年度の同じ期間の医療費*と比較しました。

*医療費は2020年4月～11月診療分を集計し、健保負担額、個人負担額の合計を掲載しています。

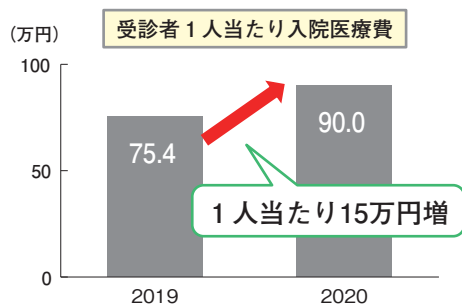
2019:2019年4月～11月診療分、2020:2020年4月～11月診療分を集計しています。



内訳



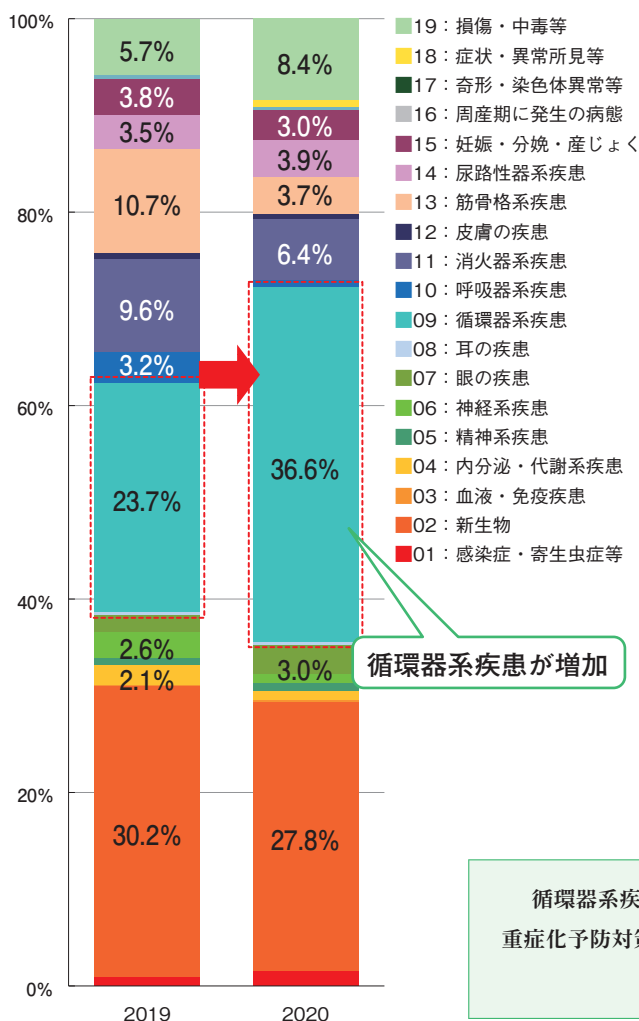
入院医療費が増加



前年と比べ医療費が増加しています。その内容を見ると、入院医療費が増加、受診者1人当たりの入院医療費の増加から高額治療の方が増えたことが医療費増加の要因の一つと分かりました。

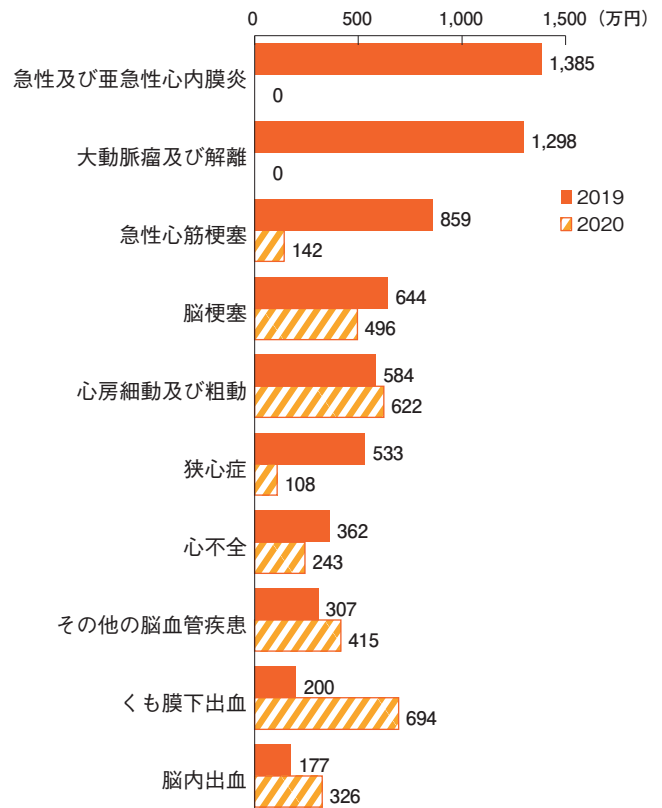
主に循環器系疾患での入院医療費が増え、中でも大動脈解離といった重症疾患の医療費が増加しています。重症化予防への取り組みが重要です。

疾病分類別入院医療費構成比



循環器系疾患が増加

循環器系疾患入院医療費上位



循環器系疾患の要因となる高血圧症と脂質異常症の方は治療を継続してください。
重症化予防対策として **心・脳血管疾患予防プログラム** を実施しています。
案内が届いた方は、ぜひご参加ください。

◆ 心・脳血管疾患受診状況(本人)

心・脳血管疾患は再発率の高い病気です

ダスキン健保でも毎年60～70人以上の方が重症心疾患で受診しています。

再発すると後遺症が重症化することがあります。

心筋梗塞・脳梗塞などの重症心疾患は昨年度より10人増加しています。2020年度の受診状況を確認しました。

重症心疾患発症者 **70人**※1 / 健診受診者 **5,939人**※2

心筋梗塞

13人 (11人)

脳梗塞

42人 (34人)

脳出血

9人 (8人)

くも膜下出血

6人 (4人)

※1：2020年4月～12月の間に該当病名での医療機関受診者数。カッコ内は前年度の医療機関受診者数
※2：2020年12月末時点の健診受診者数

50歳代(Aさん) 心筋梗塞

発症1,2年前から血圧がかなり高い状態だが喫煙と毎日の飲酒は続いていた。高血圧症での医療機関への通院もなく、2020年に心筋梗塞を発症し入院。

40歳代(Bさん) 脳内出血

以前に脳梗塞を発症し、その後も高血圧症での通院と服薬は続いていたため、血圧は安定していたものの、肥満状態は変わらず、毎日の飲酒も続いていた。2020年に脳出血を発症し入院。

生活習慣病は健診や生活改善

重症化予防対策として

心・脳血管疾患予防プログラムや服薬者保健指導プログラム

を拡充しています。案内が届いた方は、ぜひご参加ください。

◆ がん検診受診状況

がん検診の受診状況と有所見状況を確認しました。また健診後の有所見者の医療機関受診状況を確認しました。

大腸がん検査受診者

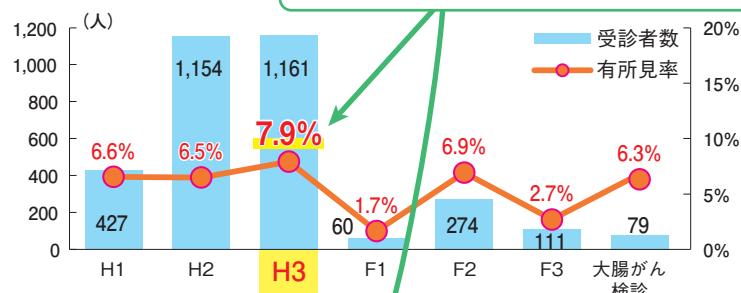
有所見状況

(n数=3,266)

有所見率 **6.8%** (223人)
その後**12人**が医療機関受診

内訳

■ 健診コース別



婦人科がん検査受診者

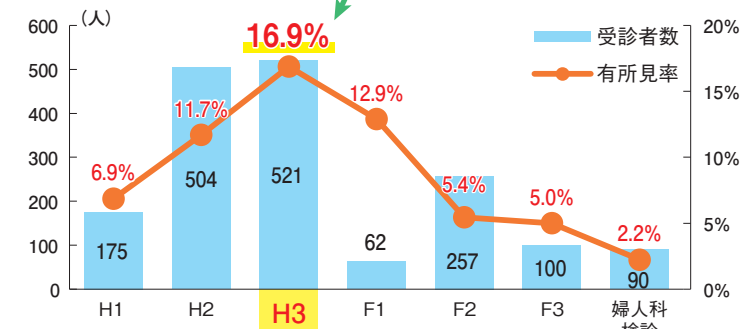
有所見状況

(n数=1,709)

有所見率 **11.0%** (188人)
その後**2人**が医療機関受診

内訳

■ 健診コース別



コロナ禍であっても、大腸がん検査、婦人科がん検査を受診している方は増加しています。がん検診や婦人科系の健診を一度に受けられるよう家族向けの健診プログラムを拡充しています。早期発見のためにもがん検診を受けましょう。

がんの早期発見のため
がん検診を受けましょう

※2020年12月末時点の健診結果をもとに集計

グループ		ダスキン 健保計	訪問グループ・法人			生産本部			フードグループ			本社等	0100	0159	0101	0154	
名 称			本 部	地 域	直 営	本 部	地 域	工 場	本 部	地 域	直 営店	本 部	ダ ス キ ン	ダ ス キ ン ヘル ス ケ ア	ダ ス キ ン サ ー ウ 北 海 道	ダ ス キ ン サ ー ウ 東 北	
平均年齢			47.0	49.4	42.9	46.3	41.6	47.6	47.9	48.6	38.0	49.8	46.2	50.0	45.8	44.4	
人 数	人 数		6,488	747	250	765	85	13	203	148	67	81	322	2,681	1,357	117	116
	40歳以上		73%	72%	80%	59%	71%	46%	78%	76%	87%	42%	79%	70%	81%	74%	73%
	健診受診者		85%	93%	88%	91%	94%	100%	97%	93%	91%	88%	92%	92%	84%	49%	59%
	特定健診受診者(40歳以上)		85%	92%	88%	90%	95%	100%	97%	93%	90%	85%	90%	91%	86%	51%	61%
	特定保健指導実施者		5%	11%	4%	5%	13%	0%	12%	4%	14%	0%	3%	7%	1%	0%	15%
	kencom登録者		38%	60%	65%	23%	56%	62%	13%	55%	73%	31%	65%	46%	13%	96%	53%
肥 満	肥 満		27%	35%	36%	25%	26%	54%	30%	45%	57%	16%	34%	32%	22%	22%	20%
	非肥満	59%	58%	52%	66%	68%	46%	67%	48%	34%	72%	58%	60%	62%	26%	40%	
糖尿病	高血糖(血糖リスクあり)	33%	34%	34%	24%	33%	31%	40%	32%	40%	15%	32%	31%	42%	22%	24%	
	糖尿病	8%	9%	10%	6%	11%	8%	14%	12%	10%	2%	14%	9%	8%	11%	3%	
	インスリン治療	1%	1%	1%	0%	0%	0%	2%	0%	0%	0%	2%	1%	1%	1%	0%	
	糖尿病関連重症化	2%	2%	3%	1%	0%	0%	5%	5%	3%	0%	3%	2%	2%	3%	0%	
高血圧 関連	高血圧(血圧リスクあり)	28%	28%	31%	26%	26%	54%	30%	26%	36%	11%	32%	28%	30%	14%	22%	
	高血圧症	17%	16%	21%	12%	18%	8%	23%	17%	13%	9%	24%	17%	19%	17%	8%	
高血圧 関連 合併症	高血圧関連重症化	3%	3%	3%	2%	0%	0%	2%	3%	4%	4%	6%	3%	3%	1%	0%	
	脳血管疾患	2%	2%	3%	1%	5%	0%	3%	3%	1%	0%	4%	2%	3%	2%	3%	
	虚血性心疾患	2%	1%	2%	1%	5%	0%	3%	4%	3%	0%	2%	2%	2%	2%	1%	
	大動脈疾患	0%	0%	0%	0%	1%	0%	0%	1%	1%	0%	0%	0%	0%	0%	0%	
脂 質 異常症	脂質異常(脂質リスクあり)	46%	53%	54%	46%	56%	62%	48%	59%	67%	33%	51%	51%	44%	28%	37%	
	脂質異常症	14%	14%	16%	11%	16%	8%	23%	22%	10%	5%	20%	15%	14%	15%	3%	
肝機能	肝機能	23%	31%	30%	22%	32%	54%	21%	37%	49%	6%	28%	27%	17%	23%	21%	
	肝機能障害	5%	6%	7%	4%	5%	0%	3%	11%	6%	4%	6%	6%	5%	9%	4%	
慢 性 腎不全	人工透析あり	0.6%	0.7%	0.4%	0.8%	1.2%	0.0%	0.5%	2.0%	1.5%	0.0%	2.2%	0.9%	0.2%	0.0%	0.9%	
	慢性腎不全	0.1%	0.1%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	1.4%	0.0%	0.0%	0.0%	0.1%	0.0%	0.0%	0.0%	
医療費 (千円)	医療費合計(平均)	153	150	135	131	267	102	210	283	155	118	183	163	171	206	87	
	入院医療費(平均)	917	796	502	799	2,445	—	1,203	1,443	1,047	1,846	780	944	1,142	436	538	
	外来医療費(外来+調剤)(平均)	97	95	96	76	81	78	101	171	81	68	114	96	108	90	52	

※その他は5人未満事業所(0244:公益財団法人ダスキン愛の輪基金、0246:ダスキン健康保険組合)です。
 ※医療費は2020年4～12月診療分を集計し、健保負担額、個人負担額の合計を掲載しています。
 ※2021年1月1日時点の在籍者を対象として、事業所、事業グループは2021年1月1日時点の在籍情報で集計しています。
 ※特定保健指導実施者:2019年度の特定保健指導を完了した方の割合

ダスキンの傾向

2020年度の傾向

2020年度のダスキンの健康リスクをみると、多くの指標でダスキン健保平均より高くなっています。ダスキンのグループ別ではフードグループ・本部、フードグループ・地域、本社等・本部はほとんどの指標で(株)ダスキン平均値より高くなっています。

【高血糖、高血圧、脂質異常症、肝機能別のリスク保有率TOP3】

- 高血糖(血糖リスクあり) : 生産本部・工場、フードグループ・地域、訪問グループ・法人・本部
 - 高血圧(血圧リスクあり) : 生産本部・地域、フードグループ・地域、本社等・本部
 - 脂質異常(脂質リスクあり) : フードグループ・地域、生産本部・地域、フードグループ・本部
 - 肝機能(肝機能リスクあり) : 生産本部・地域、フードグループ・地域、フードグループ・本部
- フードグループ・地域は、**4つのリスクともTOP3に入っています。**

経年の傾向

2019年度と比べると、ダスキン全体では肥満リスク、高血圧リスク、高血糖リスク、脂質異常症リスク、肝機能リスクがわずかに減少しています。ダスキンのグループ別では2019年度と比べ、訪問グループ・法人は、血糖、血圧、脂質のリスクはわずかに減少していますが、地域で高血圧症での受診者が増加しています。

生産本部は、高血糖リスクは前年より減少していますが、工場で高血圧リスク、地域で肝機能リスク増加しています。フードグループは、地域で血糖、血圧リスクが増加しています。本部はリスクが高い状態が続いていますが、血圧リスクは減少しています。**高血糖、高血圧、脂質異常、肝機能の4つのリスク保有率がTOP3に入っています。**本社グループは、血糖、血圧リスクは減少していますが脂質リスクは増加しています。医療費合計は増加しています。

グループ内TOP3																	ダスキン平均より高い						
0156	0162	0167	0178	0185	0193	0251	0211	0221	0226	0227	0237	0238	0239	0240	0241	0242	0247	0248	250	0249		2000	
ダスキンサーウ北関東	ダスキンシャトル東京	ダスキンサーウ東海北陸	ダスキンサーウ近畿	ダスキンサーウ中国四国	ダスキンサーウ九州	ダスキン沖縄	ダスキン伊那	和倉ダスキン	小野ダスキン	ダスキンプロダクト北海道	ダスキンプロダクト東北	ダスキンプロダクト東関東	ダスキンプロダクト西関東	ダスキンプロダクト東海	ダスキンプロダクト中四国	ダスキンプロダクト九州	エバーレッシュ函館	エムティフド	かつアンドかつ	ダスキン共益	(愛の輪、健保組合)※	その他事業所	任意継続
44.6	41.1	44.1	44.5	46.1	45.8	41.3	48.5	49.7	43.1	50.6	48.0	43.9	44.8	48.5	46.8	46.2	49.6	39.3	44.6	45.3	55.4	58.3	
132	101	291	110	156	235	55	20	87	128	45	49	107	100	74	80	79	62	113	61	30	5	97	
70%	62%	65%	65%	78%	75%	58%	80%	85%	66%	91%	84%	71%	67%	85%	78%	80%	85%	49%	70%	77%	100%	91%	
98%	93%	45%	88%	81%	86%	96%	85%	97%	98%	91%	92%	93%	93%	92%	94%	89%	26%	71%	82%	93%	100%	47%	
98%	90%	52%	86%	84%	89%	100%	81%	96%	99%	90%	93%	92%	96%	92%	94%	94%	30%	69%	86%	96%	100%	45%	
0%	0%	0%	0%	0%	6%	0%	0%	0%	9%	0%	0%	10%	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%	—	0%	
60%	73%	30%	47%	36%	56%	98%	75%	36%	45%	22%	18%	28%	15%	33%	35%	14%	29%	21%	2%	87%	80%	41%	
27%	18%	13%	33%	31%	28%	45%	30%	30%	28%	20%	22%	30%	22%	24%	28%	16%	5%	20%	28%	23%	20%	23%	
71%	75%	32%	55%	51%	58%	51%	55%	74%	70%	71%	69%	78%	76%	68%	66%	76%	21%	50%	54%	70%	80%	25%	
33%	25%	19%	31%	38%	38%	25%	45%	17%	42%	27%	39%	34%	29%	41%	38%	24%	15%	20%	34%	30%	40%	29%	
4%	6%	5%	10%	7%	7%	2%	15%	9%	9%	13%	4%	3%	5%	4%	9%	4%	8%	4%	3%	10%	0%	23%	
0%	2%	0%	1%	1%	0%	2%	0%	0%	2%	0%	0%	0%	1%	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%	3%	
1%	4%	1%	2%	2%	2%	2%	0%	0%	2%	0%	0%	0%	1%	1%	1%	0%	2%	0%	0%	0%	0%	7%	
31%	28%	11%	35%	32%	27%	20%	20%	32%	39%	44%	47%	38%	27%	41%	25%	23%	8%	12%	18%	20%	20%	18%	
12%	8%	12%	15%	15%	19%	5%	35%	20%	16%	24%	12%	9%	21%	14%	16%	10%	23%	8%	16%	17%	0%	37%	
1%	1%	1%	2%	2%	2%	2%	10%	0%	5%	9%	4%	0%	1%	1%	3%	3%	5%	0%	2%	7%	0%	10%	
2%	0%	1%	1%	1%	0%	0%	0%	0%	1%	2%	0%	0%	1%	1%	1%	1%	2%	1%	2%	3%	0%	2%	
2%	1%	0%	4%	2%	0%	2%	5%	2%	1%	2%	0%	0%	1%	1%	4%	1%	5%	1%	3%	7%	0%	10%	
0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%	2%	0%	0%	1%	
52%	41%	26%	52%	51%	50%	42%	50%	52%	49%	47%	53%	44%	42%	45%	48%	39%	10%	35%	38%	40%	40%	31%	
11%	4%	14%	11%	12%	13%	4%	30%	23%	11%	16%	8%	11%	15%	12%	13%	9%	19%	8%	10%	13%	20%	23%	
36%	22%	12%	29%	28%	28%	25%	25%	13%	17%	11%	18%	14%	14%	26%	16%	15%	6%	14%	30%	23%	40%	16%	
2%	5%	2%	4%	4%	7%	11%	5%	8%	5%	13%	2%	4%	4%	5%	9%	9%	16%	4%	7%	3%	0%	11%	
0.8%	0.0%	0.7%	0.0%	0.0%	0.4%	0.0%	0.0%	1.1%	0.8%	2.2%	0.0%	0.9%	1.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	2.1%	
0.0%	0.0%	0.3%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	
96	135	154	176	119	145	88	74	120	97	100	97	97	88	136	111	128	192	62	171	133	67	248	
208	149	1,169	786	1,143	385	272	—	286	804	188	682	439	631	318	602	385	817	407	1,558	—	—	1,225	
85	139	100	124	93	122	64	71	99	63	80	49	64	72	126	68	90	123	46	53	128	76	147	

ダスキン関係会社の傾向

2020年度の傾向

2020年度ダスキン関係会社の健康リスクをみるとダスキンの次に人数の多いダスキンヘルスケアでは高血糖、高血圧リスクが平均より高くなっています。

【高血糖、高血圧、脂質異常症別のリスク保有率TOP3】

●高血糖(血糖リスクあり) :ダスキン伊那、小野ダスキン、ダスキンヘルスケア

●高血圧(血圧リスクあり) :ダスキンプロダクト東北、ダスキンプロダクト北海道、ダスキンプロダクト東海

●脂質異常(脂質リスクあり) :ダスキンプロダクト東北、ダスキンサーヴ近畿、和倉ダスキン

●肝機能(肝機能リスクあり) :ダスキンサーヴ東北、かつアンドかつ、その他

ダスキンプロダクト東北は

2つのリスク指標で

TOP3に入っています。

経年の傾向

これまでリスクが低かったダスキンヘルスケアですが、2019年度と比べ肥満、高血糖、高血圧、脂質リスクが増加に転じました。前年と比べ特にリスクが増加した事業所をみると、ダスキンプロダクト東北では血圧と脂質異常リスク、小野ダスキンでは血糖と脂質異常リスク、ダスキン伊那では肥満と血糖リスクが増加しています。また、ダスキン沖縄とダスキン共益で肥満リスクが大きく増加しています。

任意継続加入者の傾向

2020年度の任意継続加入者は平均年齢も高く、健康リスクをみると多くの指標で平均より高くなっています。2019年度と比べると、高血糖リスク、高血圧リスク、脂質異常リスク、医療費合計とも減少しています。

No.170 **santé** 27

INFORMATION



● 新型コロナワクチンの接種について

新型コロナワクチンの最新情報については、厚生労働省ホームページや各地方自治体のホームページに、接種についてのお知らせや新型コロナワクチンの有効性・安全性などの最新情報が掲載されているのでご確認ください。お住まいの地域の状況については、地方自治体のホームページに自治体ごとのワクチン接種に関するコールセンターや相談窓口の連絡先が記載されています（地方自治体によって掲載内容は異なります）。

新型コロナワクチンについて (厚生労働省ホームページ)

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/vaccine_00184.html



新型コロナウイルスのワクチン接種について (地方自治体の事例:吹田市役所ホームページ)

https://www.city.suita.osaka.jp/home/soshiki/div-kenkoiryo/hokencjigyo/_107101.html



● 風しんワクチンの抗体検査と予防接種（無料）

最終年度

2022年3月まで、対象世代の男性は風しんワクチン接種が無料になります。

2021年度定期健康診断受診時に「風しん抗体検査クーポン券」を持参した方は、抗体検査を受けていただけます。

2019年4月から2022年3月までの3年間に限り、1962年4月2日~1979年4月1日生まれの男性（※）は、風しんの「抗体検査」と、抗体値が基準以下の方は「ワクチン接種」を無料で受けられます。対象世代の男性で風しんに罹患した記憶のない人は、抗体検査を受けるようにしてください。

お住まいの市町村より、対象の方に『風しん抗体検査クーポン券』が送られてきますので、医療機関にクーポン券を持参のうえ、抗体検査を受けてください。

※予防接種法に基づく定期接種を受ける機会がなかったため、他の世代と比べて低い抗体保有率（約80%）です。

健康診断の結果表とともに、検査結果がご本人宛に送られてきます。

■巡回健診での受診

健診受付時に、受診票（問診票）とともに、
『風しん抗体検査クーポン券』を提出してください。

■提携医療機関での受診

提携医療機関一覧より、風しん抗体検査ができる医療機関を選び、健診とともに『風しん抗体検査クーポン券』での検査をする旨、予約の電話をいれてください。

検査可能な医療機関などのお問い合わせは、
お住まいの市区町村にお問い合わせください。

対象世代の男性

2021年4月1日時点で、42歳から59歳の男性

1979年
4月1日
生まれ



1962年
4月2日
生まれ



風しんの追加的対策について(厚生労働省ホームページ)

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/kenkou/kekaku-kansenshou/rubella/index_00001.html



● 異業種チェーン健保 共同制作「女性の健康応援BOOK」配付のお知らせ

異業種チェーン健保※が集結し、勉強会を行うなど、定期的に情報交換を行っています。このたび、各健保の保健師の皆さんが、女性の活躍が期待される中、「女性の皆さんの幸せな人生を応援できる保健指導」という想いで“チームレディーズ”を結成し、共同で冊子を制作。「食事」「運動」「睡眠」「飲酒」「喫煙」「健診」の6つのテーマで、役に立つアドバイスがまとめられています！女性だけでなく、男性の方にも参考にしていただける内容となっています。santéとともに送りますので、ぜひご一読ください。

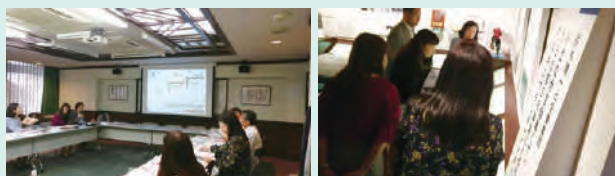
▼女性の健康応援BOOK



第8回 異業種チェーン健保情報交換会

2019年10月3日、ダスキン健康保険組合が幹事組合となり、ダスキン誠心館にて「第8回異業種チェーン健保情報交換会」を開催。交換会の中では、お互いの企業理念に触れることで、健康保険組合の使命や役割を学ぶ時間と設けています。

今回配付している「女性の健康応援BOOK」の企画は、この日の話し合いの中から生まれたものです。



※異業種チェーン健保

- 五十音順()内は母体企業名
- ・すかいらくグループ健康保険組合 (株式会社すかいらくホールディングス)
 - ・スターバックスコーヒージャパン健康保険組合 (スターバックスコーヒージャパン株式会社)
 - ・ダスキン健康保険組合 (株式会社ダスキン)
 - ・ニトリ健康保険組合 (ニトリホールディングス)
 - ・日本マクドナルド健康保険組合 (日本マクドナルド株式会社)
 - ・FR 健康保険組合 (株式会社ファーストリテイリング)
 - ・ロイヤル健康保険組合 (ロイヤルホールディングス株式会社)

健康寿命を延ばすために、欠くことのできない「歯」。

■8020 (ハチマルニイマル) 運動

厚生労働省と日本歯科医師会の呼びかけで、1989年から進められている**8020運動**。
「80歳になっても自分の歯を20本以上保とう」という運動です。

■歯は重要な消化器官で、健康寿命を延ばすカギは歯の健康

歯を失う主な原因は「むし歯」と「歯周病」。

とくに「歯周病」は、痛みなどの自覚症状がほとんどないだけに、

気づいたときには、すでに歯を保てない状態ということも少なくありません。

歯みがきの回数とがんの関係に関する研究報告などもあり、口腔の健康状態をよくすることが、病気のリスクを下げたり生活の質 (QOL) を向上させるなど、多くのメリットが明らかになってきています。



正しい歯みがき習慣を身につけましょう！

口腔内の歯垢 (プラーク) を放置すると、むし歯や歯周病の原因に。

歯垢 (プラーク) はむし歯菌が作るネバネバの物質によって歯に付着しています。

口腔内の環境改善には、**毎日の正しい歯みがき**が効果的！

さらに、正しい歯みがきに合わせて**舌みがきやうがい**をしっかり行うことも大切です。

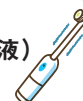


正しい歯みがきできていますか？
あなたにぴったりの歯のみがき方を
探してみよう！

日本歯科医師会ホームページ



歯みがきを助けるもの
(電動歯ブラシ・歯磨剤・洗口液)
e-ヘルスネット (厚生労働省)



歯間部清掃
(デンタルフロス・歯間ブラシ)
e-ヘルスネット (厚生労働省)



プラークとは
e-ヘルスネット (厚生労働省)



ダスキン健康保険組合発行の「サントインフォーメーション Vol.9」のテーマは
「口腔ケア＜歯周病について＞」です。「歯周病セルフチェック」などを掲載していますので、一度ご確認ください。



「家庭用常備薬等斡旋のご案内」で、「歯の健康キャンペーン」を実施中！

ご好評いただいている「家庭用常備薬等斡旋のご案内」で、今回「歯の健康キャンペーン」を実施しています。
詳しくは同梱しておりますチラシ「家庭用常備薬等斡旋のご案内」をご覧ください。この機会にぜひご利用ください。



歯の健康キャンペーン											
1 アセス	1 アセスL	11 歯肉はけ	12 歯肉はけ	13 歯肉はけ	14 歯肉はけ	15 歯肉はけ	16 歯肉はけ	17 歯肉はけ	18 歯肉はけ	19 歯肉はけ	20 歯肉はけ
100円	100円	100円	100円	100円	100円	100円	100円	100円	100円	100円	100円
900円	900円	730円	500円	450円	440円	470円	900円	840円	360円	470円	510円
10 グリーンデンタルフロス	10 グリーンデンタルフロス	11 歯肉はけ	12 歯肉はけ	13 歯肉はけ	14 歯肉はけ	15 歯肉はけ	16 歯肉はけ	17 歯肉はけ	18 歯肉はけ	19 歯肉はけ	20 歯肉はけ
100円	100円	100円	100円	100円	100円	100円	100円	100円	100円	100円	100円
470円	900円	840円	360円	470円	510円	1,490円	170円	160円	320円	280円	2,480円

ダスキン健康保険組合ホームページの「健保薬局」からも
お申し込みいただけます。

<https://www.duskin-kenpo.or.jp/subscriber/subscriber2.html>



ダスキン健康保険組合
第130回組合会報告

2021年度予算と事業計画

医療費などの保険給付費の増加で赤字予算。積立金を取り崩して保険料を維持し、疾病予防・健康づくりを推進します

2021年2月22日に開催されましたダスキン健康保険組合第130回組合会において、2021年度予算および事業計画が議決・承認されましたので、その概要をお知らせします。

健康保険

保険料率は据え置き

当健康保険組合の2021年度予算は、収入面で保険料収入は25億4,700万円(対前年度予算比1億1,900万円の減)を見込んでいます。一方、支出面では、これまで下降傾向であった医療費などの保険給付費が、2020年度は予測を上回る増加となり、2021年度についてもほぼ横ばいの14億6,000万円(同5,500万円増)を計上。高齢者医療制度への法定納付金は11億400万円(同5,100万円減)を見込みました。保険料収入に占める保険給付費の割合は57.3%、法定納付金が43.3%、合計100.6%と収入を超える状態となっています。このような中ではありますが、将来にわたる医療費の抑制につなげるため、疾病予防と健康づくりのために保健事業費は2億1,900万円(同3,400万円増)を計上させていただきました。

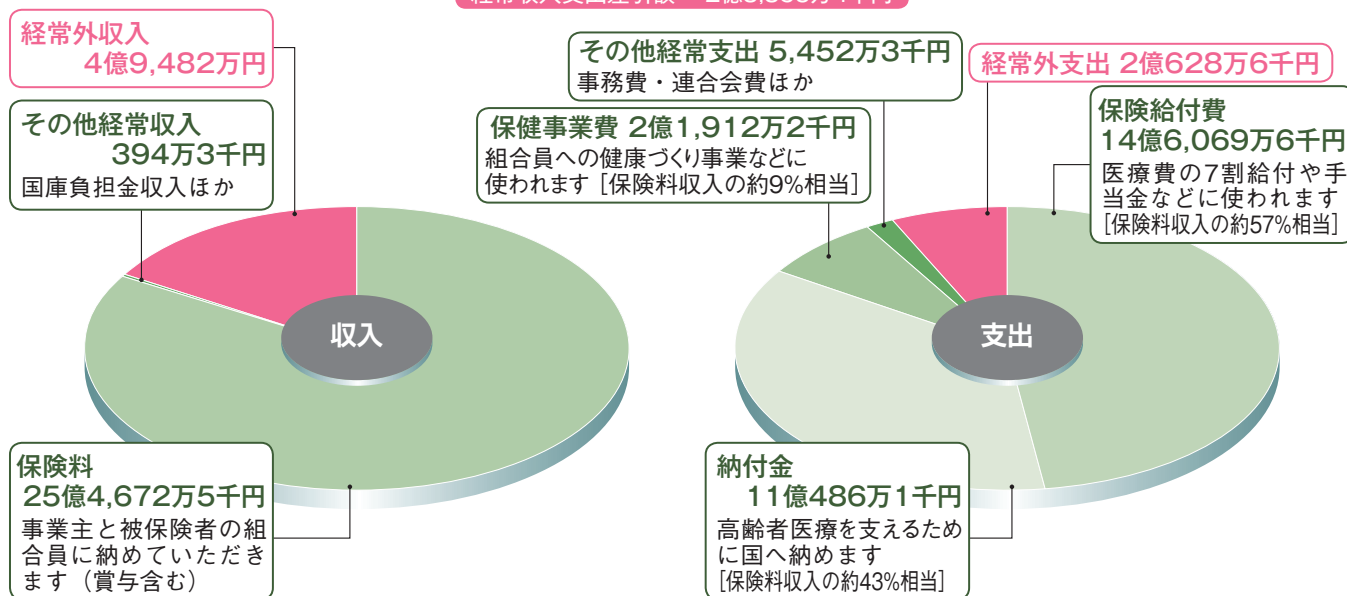
これらの結果、単年度で収支を示す経常収支では、約2億8,900万円の赤字を見込みました。

積立金2億5,400万円を取り崩して、保険料率を据え置きました。2022年以降は団塊の世代が後期高齢者へ移行し、少子高齢化が進むなか、国から要請される後期高齢者支援金などの法定納付金の増加は健保財政に大きな影響を及ぼし、当健康保険組合においても保険料負担の上昇が危惧されます。このような厳しい状況ではありますが、今年度も健康診断受診による生活習慣病およびがんを中心に早期発見・早期治療に重点を置き、組合員の皆さまの健康づくりの推進に取り組み、医療費の適正化に努めて参ります。組合員の皆さまも、特定保健指導や生活習慣改善プログラムへの参加、ジェネリック医薬品の使用など、医療費の抑制にご協力くださいますようお願いいたします。

予算の基礎数値 (年間平均)

被 保 険 者 数	6,460人
平均標準報酬月額	282,000円
保 険 料 率	9.8%
事 業 主	4.9%
被保険者	4.9%

経常収入支出差引額 ▲2億8,853万4千円



介護保険

介護保険料率は据え置き

2021年度の介護保険料は、保険料率は据え置き1.85%。介護納付金は3億7,100万円(対前年度予算比500万円減)を見込んで予算編成しました。

科 目	収入予算額
介護保険収入	3億8,230万9千円
繰越金	3,650万4千円
雑収入等	1千円
収入合計	4億1,881万4千円
科 目	支出予算額
介護納付金	3億7,180万1千円
介護保険料還付金	1万5千円
積立金	1千円
予備費	4,699万7千円
支出合計	4億1,881万4千円

予算の基礎数値 (年間平均)

第2号被保険者数たる被保険者数	4,500人
平均標準報酬月額	300,002円
保 険 料 率	1.85%
事 業 主	0.925%
被保険者	0.925%

※介護保険料は40歳以上65歳未満の被保険者から徴収されます。

2021年度 ダスキン健康保険組合が取り組む保健事業

2021年度、ダスキン健康保険組合では下記の保健事業に取り組み、組合員の皆様一人ひとりの健康維持・増進を応援いたします。

▶ 組合員の皆様に、ご自身の健康状態を知っていただくための事業

特定健康診査	節目健診	ファミリー健診（特定健診を含む）	受診勧奨
<対象> 40～74歳の被保険者 生活習慣病（高血圧・高血糖・脂質異常症など）の早期発見・治療・予防のため、事業主とのコラボヘルスにより定期健康診断時に実施。提携医療機関ではがん検診（大腸・乳房・子宮）も実施。糖尿病などの発見のため眼底検査も付加しています。また、全年齢の方にHbA1c（糖代謝）、腎機能項目（クレアチニン・eGFR）検査を付加しています。	<対象> 40歳以上3歳刻み（74歳まで）の被保険者 定期健康診断の項目に、腹部エコー・肺機能検査など、人間ドックの検査項目と同等の詳細な項目を提携医療機関で受診いただきます。 ※がん検査項目は（胸部・胃部・大腸・婦人科）	<対象> 被扶養配偶者、40歳以上の被扶養者と任意継続加入者 病気の早期発見・治療につなげるための定期健康診断。提携医療機関での受診には大腸がん検診項目も付加。40歳以上3歳刻み（74歳まで）の方には被保険者同様に、節目健診も実施します。かかりつけ医紹介を含む受診サポートと、パート先などでの受診結果送付依頼も行います。	<対象> 健診結果で重症化リスクのある方 重症化リスク項目への治療や再検査を勧めるため、電話で看護師・保健師が行います。他にも生活習慣改善プログラムや二次健診の受診促進勧奨も行います。
ドック検診受診費用補助	婦人科検診補助	大腸がん郵送自己検診補助	医療費通知/ジェネリック差額通知
<対象> 40歳以上の加入者のうち希望者 40歳以上の加入者のうち定期健康診断受診5カ月後の希望者を対象に実施。 ●健保負担上限金額15,000円 ●受診対象期間（10月～翌2月） ※人間ドック・肺ドック・脳ドック・胃内視鏡・大腸内視鏡のいずれか1コース ※任意継続者と被扶養者はファミリー健診（F2コース）を受診していない方が対象。	<対象> 女性被保険者・被扶養配偶者・40歳以上の被扶養者 医療機関および、事業所での集団婦人科検診で実施。 ●受診対象期間（10月～翌2月） ※定期健診・ファミリー健診時に受診できなかった場合のみ可（年1回）	<対象> 被保険者・被扶養者の希望者 被保険者・被扶養者の希望者を対象に実施。 ●受診対象期間（10月～翌2月） ※定期健診・ファミリー健診時に受診できなかった場合のみ可（年1回）	<医療費通知対象> Webサービス [KOSMO Web] で毎月情報更新し、通知。 ※紙通知希望者には2021年1月～10月分を年1回発送。 <ジェネリック差額通知対象> ジェネリック医薬品利用促進に関する情報提供として通知します。（該当者のみ）

▶ 組合員の皆様に、ご自身の健康状態の改善に取り組んでいただくための事業

特定保健指導	Under40/服薬者生活習慣改善プログラム	重症化予防プログラム	前期高齢者保健指導プログラム
<対象> 特定健診の結果、健康リスクが高まる可能性がある方 健康の保持に努め、重症化を防ぐために動機づけ支援、または積極的支援を行います。国から健保に実施を義務付けられている事業です。 ※期間は3カ月。複数コースからプログラムを選択できます。	<対象> 健康診断の結果、40歳未満、服薬者の健康リスクのある方。 将来の重症化予防のため、特定保健指導に準じ医療職から、専門家による生活習慣改善プログラムを紹介し専門家が支援を行います。 ※期間は3カ月。複数コースからプログラムを選択できます。	<対象> 健康診断の結果、糖尿病や心・脳血管疾患などの健康リスクの高まる可能性がある方 重症化予防のため、専門看護師による保健指導を実施。直接面談、タブレット貸与、スマホ、電話を介して参加しやすい環境を用意します。 ●糖尿病重症化予防 ●心・脳血管疾患発症予防 ●オンライン禁煙プログラム	<対象> 前期高齢者の健康リスク対象者 前期高齢者の健康リスクを感じている方を対象者（主に61歳以上に、オンラインで国家資格を持つセラピストによるセルフケアプログラムを実施します。 ※60歳以下の希望者も参加できます。

▶ 組合員の皆様の健康増進にお役立ていただくための事業

kencom	家庭用常備薬の割引回転	みんなで「歩活」ウォーキングイベント	スポーツ施設 法人会員
健診結果、医療費情報チェックができる、一人ひとりに合わせたICT活用「個人向けポータルサイト」です。楽しく健康習慣を身に付けるための情報提供も行っています。医師による健康相談サービス「first call」に連携し、無料で利用できます。健保からの「お知らせ」を登録アドレスにメールなどで配信します。	家庭用常備薬を組合員価格で斡旋します。同封の申込書だけでなく、ホームページからはいつでも申し込みができます。	組合員の健康増進のため、春と夏に実施するウォーキングイベントです。毎回新たなランキング賞を設け、チームで楽しく競っていただきます。参加は、kencomのサイトで希望のチームを選び登録します。	スポーツクラブ「ルネサンス」を法人会員金額で利用いただけます。施設利用の他、オンラインレッスンがあります。24時間営業店舗もあります。

▶ 組合員の皆様に、健康に関する各種情報を提供するための事業

広報誌 [sante]	ホームページ Net-IPPO	健康相談	コラボヘルスによる健康経営サポート事業
制度の変更や、予算・決算、健康推移や保健事業の取り組み、健康白書の全体版などを掲載。被保険者には事業所へ、被扶養者用にはご自宅に年2回送付します。	当健康保険組合の活動を公開しています。広報誌 (sante) を補完する情報をタイムリーに更新（スマホやタブレットでも閲覧可能）。 http://www.duskin-kenpo.or.jp/	24時間・年中無休の電話健康相談を設置。 TEL 0120-860-647 医師と気軽にチャット相談ができる「first call」も、kencomのサイトを通じて気軽に利用できます。	事業主・労働組合と三位一体のコラボヘルスにより、健康経営推進のサポートを行います。 ●健康白書の公表 事業所の働きさんの健康推移と各種取り組みの成果を分析し、目標値の進捗状況やデータヘルス計画に基づく結果を公表。 ●健康管理システム「すこやかサポート21」の活用 事業主が健康診断の結果をクラウドシステムで一元管理し、事業主と健保が共有した情報をもとに双方で受診確認、受診勧奨を実施します。 ●健康経営優良法人認定 健康経営優良法人を事業主が認定できるようサポートします。 <認定区分> 大規模法人部門 中小規模法人部門

※保健事業の内容は、組合会にて毎年度決定いたします。「インフルエンザ予防接種補助」事業は2018年度をもって終了いたしました。

※「ドック検診受診費用の健保負担上限額」は15,000円です。

健康相談窓口

医師によるオンライン健康相談サービス

チャットで
TV電話で

first call



登録は
こちらから↓



登録方法は
こちらから↓(PDF)



first callは、kencom内で利用できる医師によるオンライン健康サービスです。ご自身やご家族の体調についてのご相談を、医師に直接相談することができます。相談は、チャット形式またはTV電話(Web)でご利用いただけます。※診断・診察・処方はいりません。

〈利用料〉 月額550円 **kencomユーザーは無料**

〈診療科目(全12科目)〉

小児科、内科、精神科、眼科、産婦人科、精神内科、皮膚科、耳鼻科、外科、がん診療科、整形外科、泌尿器科

利用方法などについて不明な点は、

first call事務局まで → co-info@mediplat.jp

ダスキンこころとからだの健康相談

電話で

0120-860-647

携帯電話からも
通話無料!

●からだの健康相談

- 病気や症状について
- 治療について
- 医療機関のご案内
- 育児の悩み
- 介護、福祉のご相談

受付時間
24時間
365日

●こころの相談(メンタル相談)

受付時間

平日：9時～20時45分
土日祝日・年末年始：10時～16時45分

ダスキン健康保険組合
ホームページ



・・・ 病院へ行ったほうがいいか判断に迷ったときに ・・・

医療でんわ相談

#7119

実施有無は、地域によって異なります
医師・看護師などが相談や病院紹介を行います。

こども医療電話相談

#8000

小児科医の支援の下、看護師や保健師が
相談に応じます。
365日※受付時間は都道府県ごとに異なります。

併せて、かかりつけ病院のGW／お盆などの夏季休暇／年末年始の診療時間や、
最寄りの休日急病診療所の電話番号などを控えておくことをおすすめいたします。