

命に関わる疾病の重症化から守り 健康寿命の延伸を図ります。

● 対象別保健指導一覧

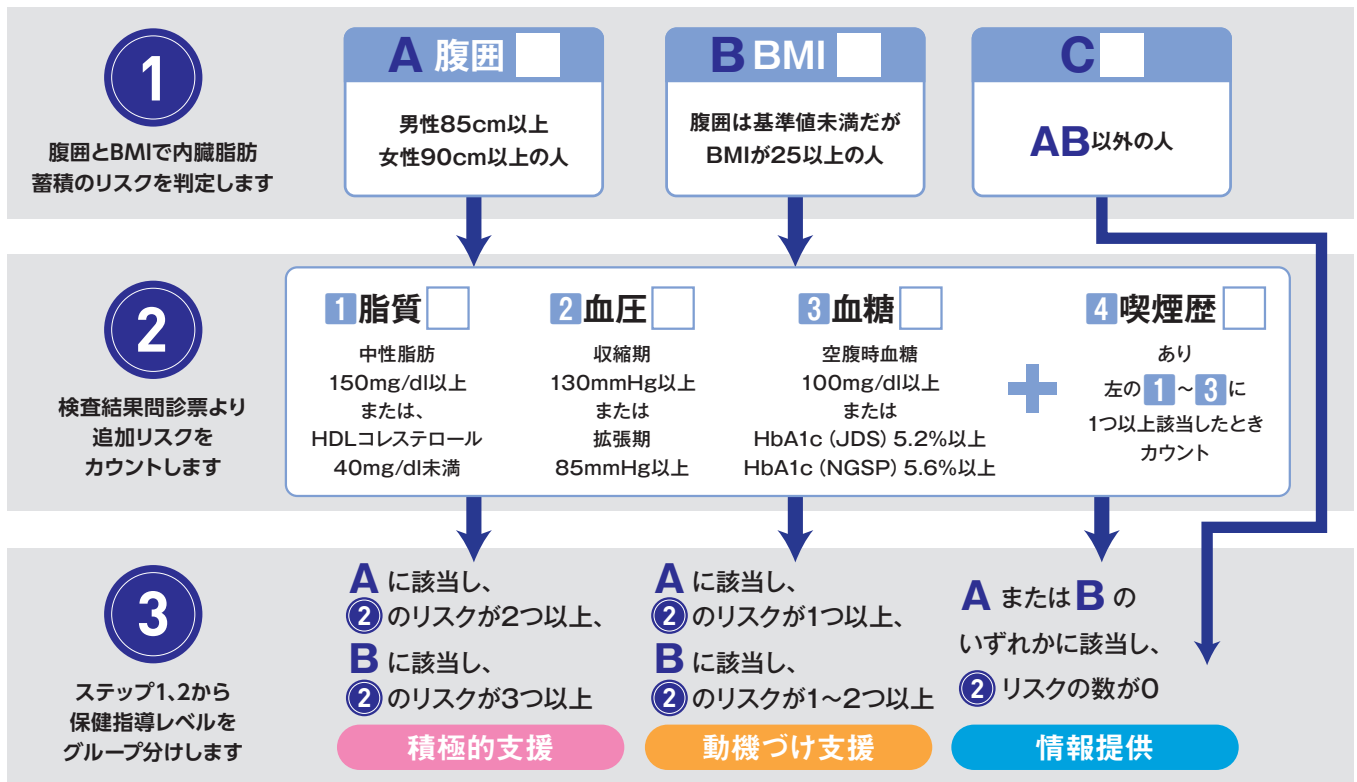
※赤字は2019年度の新規保健事業です。

プログラム	生活習慣改善プログラム	年齢	肥満		非肥満	
			服薬なし	服薬あり	服薬なし	服薬あり
生活習慣改善プログラム	生活習慣改善プログラム	40歳未満	Under40 <input type="checkbox"/> ICT		—	—
		40歳以上	特定保健指導プログラム <input type="checkbox"/> ICT	服薬者保健指導プログラム <input type="checkbox"/> ICT	—	—
重症化予防プログラム	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 (①軽中度(宿泊型) ②軽中度(タブレット貸与型) <input type="checkbox"/> ICT ③軽中度(アプリ型) <input type="checkbox"/> ICT ・中高度)			
			心血管疾患発症予防プログラム (・軽中度 <input type="checkbox"/> ICT ・中高度)			
			重症化予防電話受診勧奨			
			オンライン禁煙プログラム <input type="checkbox"/> ICT			
前期高齢者保健指導プログラム	前期高齢者保健指導プログラム	61歳以上	ロコモフレイル予防プログラム <input type="checkbox"/> ICT			
			薬局服薬者指導プログラム			

※肥満とは、腹囲(男性85cm以上・女性90cm以上)もしくはBMI(腹囲は基準値未満だが、BMIが25以上)に該当
 ※ 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。
 ※服薬なしとは、[脂質][血压][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。

■ 参考 生活習慣改善プログラム対象者の選定方法

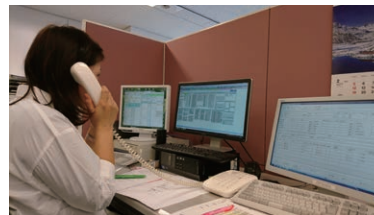
(※健康診断の問診で 1 2 3 の服薬なしの方)



BMIとは…Body Mass Index (ボディマス指数) の略で、体重と身長の関係から算出される、ヒトの肥満度を表す体格指数です。

● 高リスク保有者に対する医療機関への受診勧奨の実施

定期健康診断の重症化リスク健診項目の結果をもとに、治療が必要と判断される「高リスク保有者」に対して、事業主または健保組合より受診勧奨を実施します。



<高リスク保有者の例>

- 重症化リスク健診項目（がん、血圧、糖代謝、脂質代謝、腎機能）のリスク対象の方で医療機関を受診していない
- 血圧が高く、高リスク保有判定値を上回る方で医療機関を受診していない
- 節目健診がん検診項目の有所見者（精密検査、要治療）で医療機関を受診していない 等

受診勧奨の対象者は、『受診勧奨緊急対応者（ブラックゾーン）』と『受診勧奨優先対応者（レッドゾーン）』です。

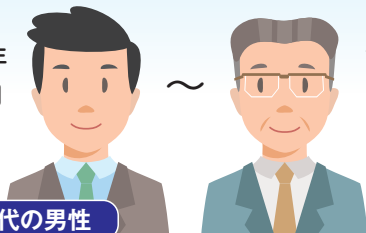
重症化リスク健診項目		受診勧奨 緊急対応者 (ブラックゾーン)	受診勧奨 優先対応者 (レッドゾーン)	受診勧奨者 (イエローゾーン)	保健指導	異常なし
血圧	収縮期 (mmHg)	≥180	180>~≥160	160>~≥140	140>~≥130	130>
	拡張期 (mmHg)	≥110	110>~≥100	100>~≥90	90>~≥85	85>
糖代謝	空腹時血糖 (mg/dl)	≥160	160>~≥130	130>~≥126	126>~≥100	100>
	HbA1c (%)	≥8.0	8.0>~≥7.0	7.0>~≥6.5	6.5>~≥5.6	5.6>
脂質代謝	中性脂肪 (mg/dl)	≥1000	1000>~≥500	500>~≥300	300>~≥150	150>
	HDLコレステロール (mg/dl)			0≤~<35	35≤~<40	40≤
	LDLコレステロール (mg/dl)	≥180	180>~≥160	160>~≥140	140>~≥120	120>
腎機能	eGFR (ml/min./1.73m ²)	<45	45≤~<60 かつ 尿蛋白が1+以上		60≤~<90 または (45≤~<60かつ 尿蛋白が±以下)	90≤
	尿蛋白	3+	2+/1+		±	-

※慢性腎臓病と心・血管疾患の方を対象に、重症化予防プログラムへの参加勧奨を実施いたします。

話題の健康情報

**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!**

1979年
4月1日
生まれ



1962年
4月2日
生まれ

対象世代の男性

2019年4月1日時点で、40歳から57歳の男性

妊婦はワクチン接種を受けることができません。

風しんは、妊娠初期の女性が罹患すると、お腹の中の赤ちゃんが難聴や心疾患、白内障になったり、心身の発達の遅れなどが出たりするおそれがあります。

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。

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「ワクチン接種」を無料で受けられるようになります。

お住まいの市区町村より、対象の方に抗体検査の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。

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。

※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。

主な保健指導の内容

生活習慣改善プログラム **参加費は当組合負担、自己負担なし** ※指導期間は3ヵ月間です。

特定保健指導

特定保健指導とは、心筋梗塞・脳卒中の防止のため、健診結果で「生活習慣病リスク」を有する組合員を対象に、医療制度改革の一環として、国から健康保険組合に義務付けられた制度です。
 体のために今できることを、医師やメディカルスタッフとの面談の上、支援プログラム（積極的支援、動機づけ支援）の実践や継続をサポートします。内蔵脂肪の低減をサポートするラクトフェリンを用いたコースも新設しました。
 ※面談は、医療機関に行く／訪問を受ける／Web面談が選べます。

対象者約700人

Under40

「Under40」は、40歳未満の生活習慣病リスクがある方へ専門家のサポートにより、減量を達成するプログラムです（参加費は当組合負担、自己負担なし）。内蔵脂肪の低減をサポートするラクトフェリンを用いたコースも新設しました。

対象者約200人

服薬者保健指導プログラム

主治医の依頼または了解のもと、特定保健指導と同様の保健指導を行います。服薬者保健指導プログラムの対象者に実施します。内蔵脂肪の低減をサポートするラクトフェリンを用いたコースも新設しました。

対象者約300人

プログラム内容例

運動や食事の改善、体重変化といったデータをもとに専門の相談員が支援を行います。効率的な運動の実施や、データの振り返りなどを通じて行動変容をサポートします。



▲活動量計ウェアラブル
 ※活動量計やスマホアプリを活用するコースもあります。

重症化予防プログラム **参加費は当組合負担、自己負担なし**

糖尿病重症化予防プログラム

症状が悪化し、動脈硬化が進み、合併症を引き起こし、最悪の場合、失明や人工透析、足壊疽、心筋梗塞などの発症のリスクがある方に実施します。

対象者約100人

心血管疾患発症予防プログラム

脳梗塞や、心筋梗塞、脳出血や大動脈解離などの発症のリスクがある方に実施します。

対象者約200人

オンライン禁煙プログラム

禁煙を希望される方に実施します。

対象者約1,800人

前期高齢者保健指導プログラム **参加費は当組合負担、自己負担なし**

61歳以上の、前期高齢者指導プログラムの対象者に実施します。


ロコモフレイル予防プログラム

対象者約400人

薬局服薬者指導プログラム

対象者約400人

各プログラムの対象の方には
 適時ご案内します



被保険者へは事業所を通じて発送します。
 任意継続被保険者・被扶養者は、
 ご自宅へ発送します。

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。
がんの早期発見には症状がほとんどありません。がん検診で、症状がないうちに見つけることが重要です。
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	定期健康診断を受診した場合のがん検診・人間ドックの受診可否		
		がん検診		人間ドック
		婦人科(※3) (子宮細胞診) (乳房検査)	大腸	
被保険者本人	H1コース (39歳以下)	○	○	×
	H2コース (41歳以上で節目健診に該当しない方)	○	○	△ (※1)
	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)	×
被扶養者・任意継続者	F1コース (40歳未満の配偶者・任意継続の方)	○ (女性のみ)	○	×
	F2コース (40歳以上の配偶者・家族・任意継続の方)	○ (女性のみ)	○	×

※1 定期健診より5ヵ月以上あける場合可。
 ※2 定期健診時に体調不良などで受診できなかった場合のみ可。
 ※3 がん検査項目は、国立がん研究センターの有効性評価に基づくがん検診のガイドラインに沿っています。

●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。
- 定期健康診断のH1コース(39歳以下)、H2コース(41歳以上)を受診された方は、2019年10月～2020年2月のがん検診をご利用ください。

大腸がん検診

婦人科がん検診

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。

かかりつけ医の紹介を含む受診サポートおよび健康診断受診状況のご確認について

被扶養者の方にかかりつけ医の紹介を含む受診サポートを実施しています。

対象者の方には
12月頃ご案内します。

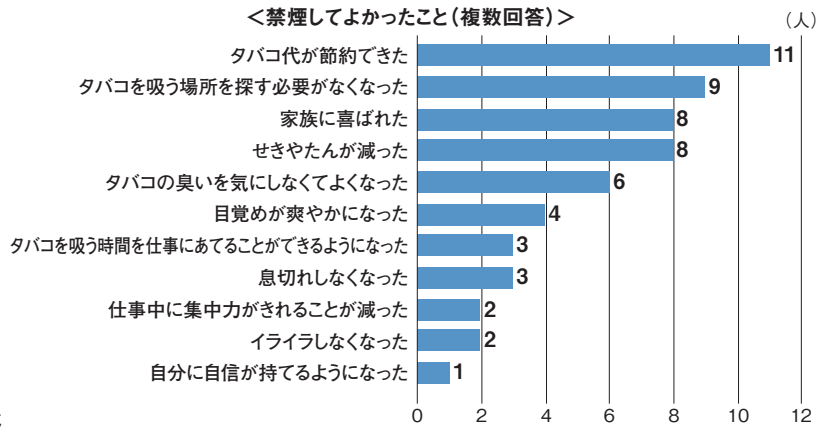
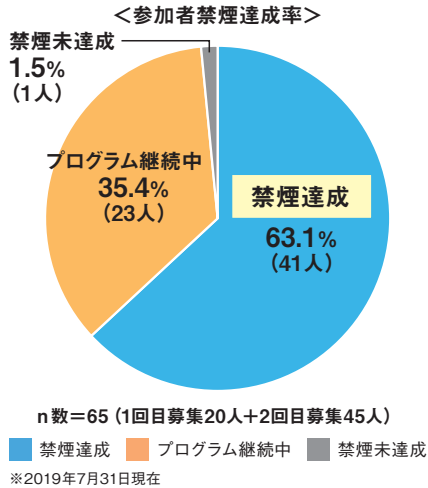


その他の保健事業の内容

■ オンライン禁煙プログラムの実施

仕事の合間やご自宅で禁煙診療が受けられる「オンライン禁煙プログラム」の参加者を募集いたします。

参加費用負担は0円です(全額57,000円ダスキン健康保険組合負担)



特長 1 診察毎に希望日時を選択できます。

※予約日当日の予約変更やキャンセルはキャンセル料(本人負担3,000円)が発生します。

特長 2 スマホやPCを使って医師と面談(通院不要)

特長 3 診察後に、自宅または職場に禁煙補助薬が届きます。

2019年度下期実施予定

9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
募集期間① 9/9~10/18 オンライン診療後、禁煙補助薬発送(3回)します。				本プログラムが終了後も、メールにてフォローアップいたします。		
			募集期間② 12/9~12/27 オンライン診療後、禁煙補助薬発送(3回)します。		本プログラムが終了後も、メールにてフォローアップいたします。	

※全4回のオンライン診療はすべてWeb上で実施し、ご自身のスマホ、タブレット、パソコン(カメラ/マイク付)を使用していただきます。お持ちでない方は、貸し出しいたします。
 ※上記スケジュールは予定です。予告なく変更になる場合があります。

申し込み・プログラムの内容等に関する問合せ

株式会社リンクージ サポートデスク
 LinkAge
 TEL: 03-6452-8916
 メール: sd@linkage-inc.co.jp



詳しい募集内容や申し込み方法などについては、ホームページまたはNet-IPPOにてご案内いたします。

働きさん一人ひとりの健康意識の向上と健康生活促進

気軽に継続的に検診結果が閲覧できる、健康ポータルサイト「kencom」を利用して、一人ひとりに合わせた健康情報の提供や、健康生活を楽しむウォーキングイベント「みんなで歩活」などを企画実施いたします。

また、チャット形式またはTV電話形式で健康相談できるアプリ(ファーストコール)やゲーム感覚でウォーキングを楽しめるアプリ(さんぼジスタ)など、ICTを活用して働きさんのヘルスリテラシー(健康意識)を高めていきます。

こんなに便利! 使うほど楽しい♪



さんぼジスタ

※2019年8月よりkencomのロゴがリニューアルされました。

● kencom登録状況(本人)

〈平均登録率が3割超え〉事業所の健康への取り組み度合いが登録率に顕著にあらわれています。

事業グループ		有資格者数 (被保険者)	登録者数 (被保険者)	登録率	入力率
ダスキン	訪問グループ 法人	本部	696	40.8%	46.8%
		地域	186	52.7%	46.2%
		直営支店	139	20.5%	56.8%
		合計	309	77	24.9%
	生産本部	本部	48	56.5%	58.3%
		支店	7	43.8%	42.9%
		工場	22	10.6%	40.9%
	フード グループ	本部	77	50.0%	44.2%
		支店	49	71.0%	22.4%
		直営店	30	35.7%	36.7%
	本社等	本部	193	58.7%	55.4%
	合計	2,650	1,122	42.3%	47.1%
ヘルスケア	本社	24	88.9%	58.3%	
	アカウント	149	11.6%	59.7%	
	合計	1,312	173	13.2%	59.5%
プロダクト 関係会社	和倉ダスキン	30	33.3%	70.0%	
	小野ダスキン	56	42.4%	62.5%	
	プロダクト 北海道	道央中央工場	9	27.3%	33.3%
		道北工場	1	6.7%	0.0%
	プロダクト 東北	仙台中央工場	6	12.2%	33.3%
		合計	20	18.9%	35.0%
	プロダクト 東関東	埼玉中央工場	18	23.1%	38.9%
		千葉東工場	2	7.1%	0.0%
	プロダクト 西関東	東京多摩中央工場	13	13.7%	53.8%
		合計	20	28.2%	20.0%
	プロダクト 東海	愛知中央工場	20	28.2%	20.0%
		合計	26	31.0%	23.1%
	プロダクト 中四国	広島中央工場	15	45.5%	0.0%
		愛媛工場	11	21.6%	54.5%
	プロダクト 九州	熊本中央工場	8	12.7%	50.0%
		沖縄工場	3	23.1%	66.7%
	合計	751	192	25.6%	47.4%

事業グループ		有資格者数 (被保険者)	登録者数 (被保険者)	登録率	入力率
サーヴ 北海道	本店	5	5	100%	60.0%
	支店	117	93	79.5%	21.5%
サーヴ 東北	本店	3	3	100%	100%
	支店	118	61	51.7%	41.0%
サーヴ 北関東	本店	9	9	100%	55.6%
	支店	119	55	46.2%	21.8%
シャトル 東京	本店	5	5	100%	100%
	支店	101	73	72.3%	64.4%
サーヴ 東海北陸	本店	13	9	69.2%	88.9%
	支店	269	57	21.2%	26.3%
サーヴ 近畿	本店	6	4	66.7%	75.0%
	支店	107	29	27.1%	37.9%
サーヴ 中国四国	本店	5	5	100%	80.0%
	支店	134	52	38.8%	36.5%
サーヴ 九州	本店	14	14	100%	78.6%
	支店	263	134	51.0%	37.3%
ダスキン伊那	16	15	93.8%	13.3%	
合計	1,304	623	47.8%	39.0%	
その他	エバーフレッシュ函館	16	28.6%	56.3%	
	エムディフード	18	20.7%	33.3%	
	かつアンドかつ	2	3.3%	50.0%	
	ダスキン共益	26	86.7%	69.2%	
	ダスキン愛の輪基金	1	25.0%	0.0%	
	ダスキン健康保険組合	1	100%	100%	
	合計	239	64	26.8%	54.7%
任意継続	21	27.6%	66.7%		
総合計	6,332	2,195	34.7%	46.2%	

・事業グループ(所属)は2019年8月1日時点です。

・2019年7月15日時点のkencom有資格者および登録状況をもとに算出しています。

・kencom有資格者および登録状況は2019年7月15日時点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2019年7月15日時点の在籍者から健診閲覧コード「使用不可」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

母数: 登録者のうち健診閲覧コードステータス「使用不可」の方を除いた方