



創業者の想い～働きさんの幸福を願って～ …………… 2	2021秋「みんなで歩活」開催報告 …………… 17
2022年度健康づくりカレンダー …………… 3	ダスキンの健康経営®とは …………… 19
ダスキン健康保険組合2022年（令和4年）度の方針 …… 4	健康あすなろ活動 …………… 21
ダスキン健康保険組合<2022年度> 主な保健事業の内容 …………… 8	2021年度 健康診断に基づくデータヘルス分析 …………… 22
定期健康診断・ファミリー健診 …………… 9	INFORMATION …………… 28
がん検診・部位検診（補助金制度） …………… 14	2022年度予算と事業計画 …………… 30
	2022年度ダスキン健康保険組合が取り組む保健事業 …… 31

※「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チ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一、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  
2022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	2022春「みんなで歩活」 4月28日～5月31日		エントリー期間 4月4日～4月27日				2022秋「みんなで歩活」 10月～11月					
〈健康診断〉	健康診断 4月27日～8月31日 <b>被保険者(本人)</b> (予約期間:4月27日～6月11日) ●定期健康診断(H1コース・H2コース) ●節目健診(新40歳、40歳以上3歳ごと73歳まで)(H3コース)					ファミリー健診 5月13日～12月31日 <b>被扶養配偶者</b> <b>40歳以上の被扶養者(家族)</b> <b>任意継続者</b> (予約期間:5月13日～10月12日) ●ファミリー健診(F1コース・F2コース) ●節目健診(新40歳、40歳以上3歳ごと73歳まで)(F3コース)						
〈保健事業〉	保健事業 5月13日～2月28日 <b>被保険者(本人)</b> <b>被扶養配偶者</b> <b>被扶養者(家族)</b> <b>任意継続者</b> ●がん検診(乳房・子宮) ●がん検診(大腸) ●部位検診(胃・大腸・肺・脳)											
〈保健指導〉	保健指導 <b>被保険者(本人)</b> <b>被扶養配偶者</b> <b>被扶養者(家族)</b> <b>任意継続者</b> ●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 ●肩こり・腰痛予防プログラム など											
	●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)		●扶養実態調査 被扶養者の現況確認(被扶養者を有する被保険者のみ)		●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。

償還払い保健事業は人間ドックコースを休止し、部位検診(補助金制度)と名称を改めます

がん・循環器疾患などの早期発見・早期治療ができるよう、40歳以上の被保険者(H2コース)・40歳以上の被扶養者(F2コース)の方は、定期健康診断受診時もしくは健診結果受領後に、4つの部位検診(補助金制度)から一つのみが受診できるようになりました(節目健診(H3コース)受診の方は対象外です)。定期健康診断時のがん検診を受診できなかった方はがん検診(補助金制度)をご利用いただけます。

▶ 詳しくは、14ページをご覧ください。

ダスキン健康保険組合の危機 !!

<ダスキン健康保険組合 2022年(令和4年)度の方針>

積立金で補てんしても保険料収入を上回る支出に対応するため、

保険料率を**9.8%から10.1%に引き上げ**ます。介護保険料は1.85%で据え置きます。

2022年2月2日の第133回組合会で承認

保険料率改定の要因

予測を超える保険給付費(医療にかかった費用)の伸長

令和3年度の保険給付費は16億円を超え、**前年度比113%と健保創立以来の最高額**です。加入者数は前年度とほぼ変わりませんが、**1人当たり医療費の伸長が大きな要因**です。がんと循環器系疾患で上位を占めています。

資料 1-1、1-2、1-3、1-4参照 ▶P5

国に納付する「前期高齢者納付金および後期高齢者支援金」の増加

前期高齢者納付金および後期高齢者支援金は、当組合の前期高齢者の医療費増加で負担額が増え、令和3年度は積立金を補てんし16億円超を納付しました。令和2年度と比較すると42%増加しています。その結果、**支出において保険給付と納付金の占める割合が90%を超え、経常赤字となり**、従来の保険料収入では賄えない状況です。

資料 2-1、2-2参照 ▶P6

別途積立金(財産)の残高減少による、収支赤字への補填額減少

経常赤字を補填するため、**別途積立金をおよそ8億円取り崩し対応**しましたが、令和4年度の予算では別途積立金の残りすべてを投入しても足りず、保険料率引き上げが必要となりました。

資料 3-1、3-2参照 ▶P7

ダスキン健康保険組合の財政は楽観を許さない状況です。

保険給付費(医療費)に改善の兆しがなければ、財政緊迫により保険料率の更なる引き上げなども余儀なくされます。限られた財源の中、制度見直しの検討もしてまいります。保険給付費(医療費)の適正化についてはご家族を含めた組合員の皆様のご協力なくしてはなしえません。

… 組合員の皆様をお願いしたいこと …

年1回の定期健康診断は病気を早期に発見できるきっかけになります。

「要精密検査」「要治療」の判定が出た方は、二次健診の受診を早めに行ってください。

生活習慣改善プログラムや重症化予防プログラムを利用し、疾病の重症化予防を行いましょう。

健診の結果、生活習慣の改善が必要な方には該当プログラムの参加案内をお送りしますのでご参加ください。

医療職から医療機関の受診を勧められた場合には、早期に受診しましょう。

電話やメール、手紙で受診を勧め、その後の状況を伺うなど、早期発見・早期治療のきっかけをつくっています。

2022年度におきましては、お一人お一人の健康寿命を延伸し、重症化予防、医療費適正化を図るため、がん検診と生活習慣病の予防・改善プログラムを強化します。

がん検診の受診機会向上のため、制度を一部変更します。

- 「人間ドックコース」を休止し、40歳以上対象の部位検診4種類とがん検診は**補助金制度**として継続します。
- 4つの部位検診(胃内視鏡・大腸内視鏡・肺ヘリカルCT・脳MRI/MRA)から1種類受診可。
- がん検診(大腸・婦人科)  
※がん検診(補助金制度)は定期健康診断での未受診者を対象に継続。
- **補助の上限を10,000円に統一し**、年1回受診可。
- **予約は、定期健康診断の結果到着後から可能**です。
- 提携医療病院での定期健康診断時に同時予約が取れた場合は、**同日の受診を可**とします。▶詳しくは、P14・P15

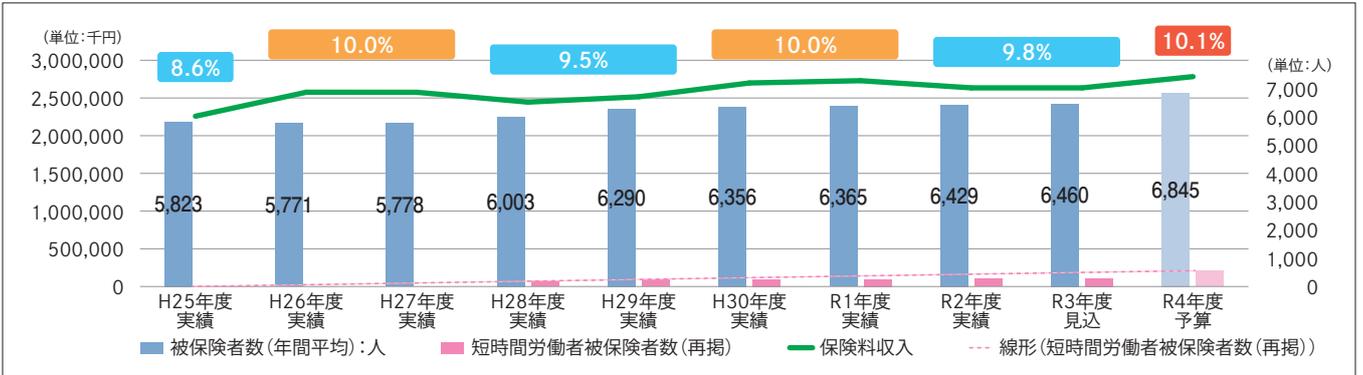
生活習慣病(脂質異常症・高血圧・糖尿病)の予防と改善のため、プログラムを継続します。

- 特定保健指導(40歳以上の未治療者)だけでなく、服薬者、under40(40歳未満)のリスク保有者も対象に、参加案内を行います。
- 生活習慣病リスク対象外の方でも、心・脳血管疾患の再発防止や、オンライン禁煙外来、腰痛肩こり等、心身の不調によって思うように自分の力を発揮できない(プレゼンティーズム)の改善プログラムの参加案内を行います。

組合員の皆様のご理解とご協力の程、何卒よろしくお願いたします。

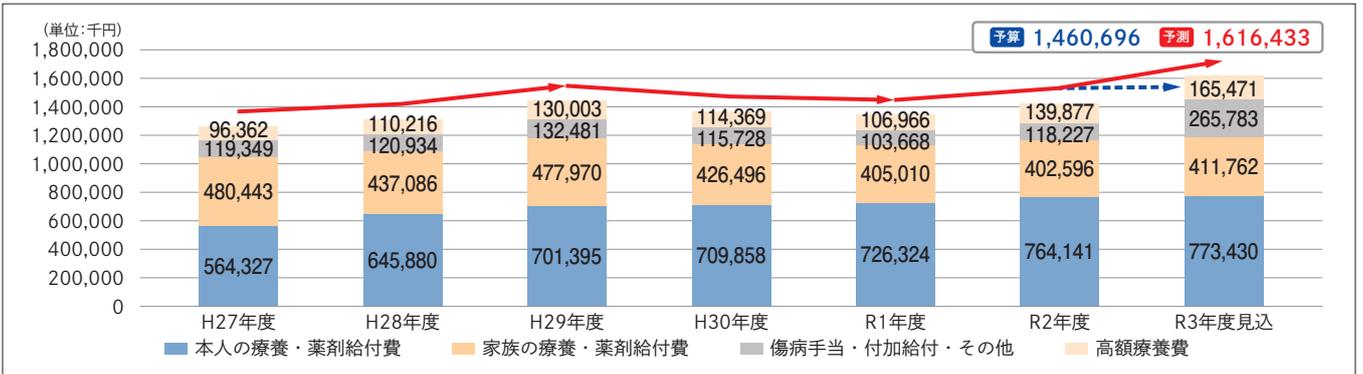
## 予測を超える保険給付費（医療にかかった費用）の伸長

### 資料 1-1 収入（保険料と被保険者数の推移）



令和3年度は被保険者数、保険料収入ともにほぼ横ばいでしたが、令和4年度は10月に短時間労働者の適用拡大のため被保険者数106%。保険料収入105.7%の見込みです（令和3年度の見込みは令和4年2月2日の組合会で承認）。

### 資料 1-2 保険給付費の内訳推移



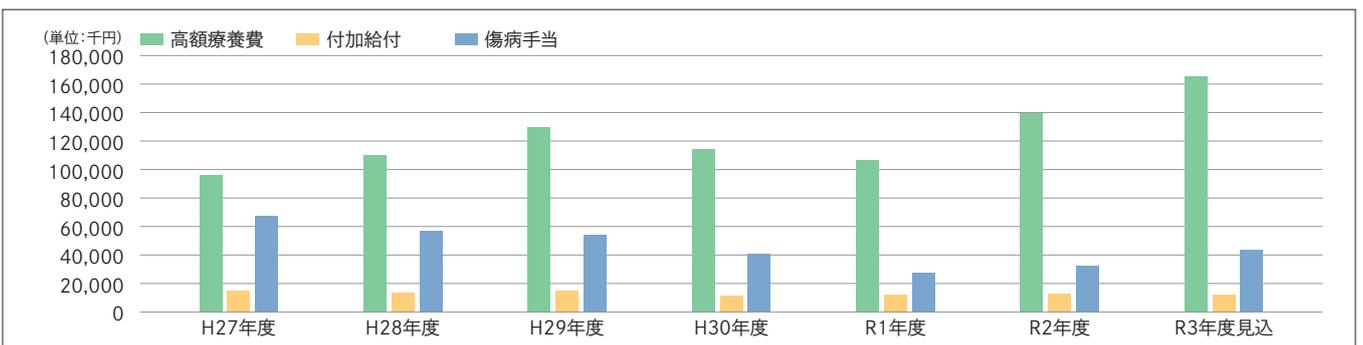
本人にかかる保険給付費（医療費）は増加傾向が続いています。特に、がん、循環器系疾患で高額療養費が発生し、これに伴う付加給付・傷病手当が増加していることが保険給付費全体の増加原因となりました。

### 資料 1-3 令和3年度疾病別医科医療費上位ランキング

	組合員全体	前期高齢者組合員(65歳以上)
1位	良性新生物(腫瘍)	その他の悪性新生物
2位	その他の消化器系疾患	気管・肺の悪性新生物
3位	高血圧性疾患	結腸の悪性新生物
4位	貧血	乳房の悪性新生物
5位	乳房の悪性新生物	胃・十二指腸炎

前期高齢者(65歳以上)組合員の医療費上位の疾病が、がん(悪性新生物)で占められています。

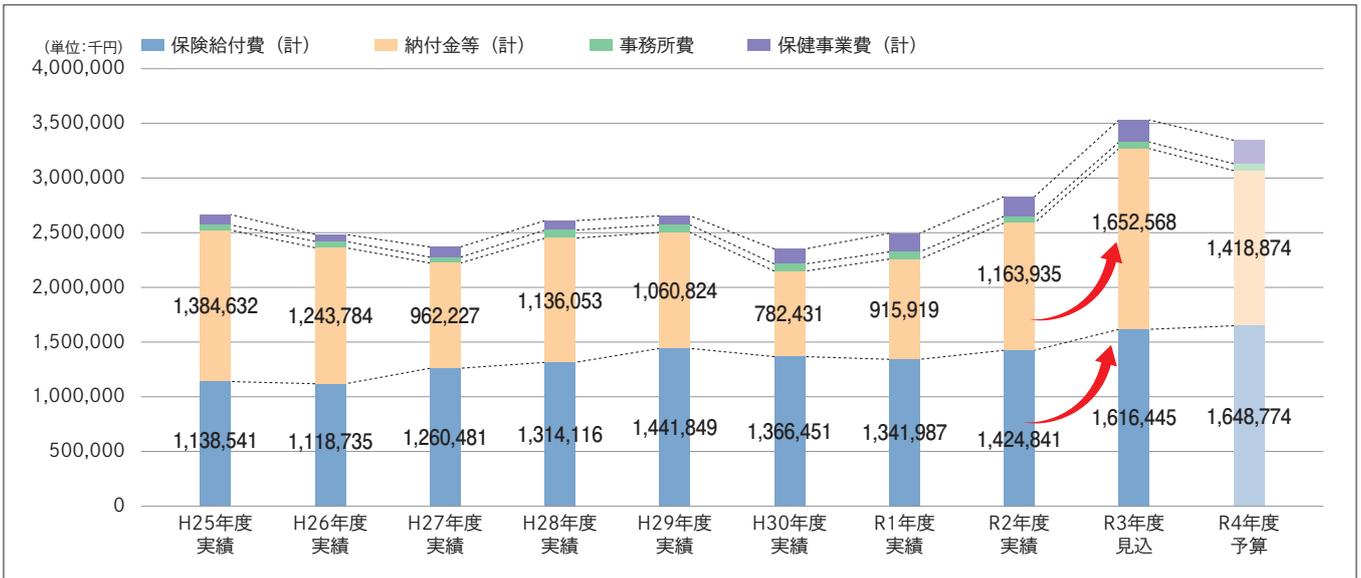
### 資料 1-4 高額療養費と付加給付・傷病手当の推移



傷病手当では、メンタル系、コロナ関連、がんの疾病によるものが増加しています。

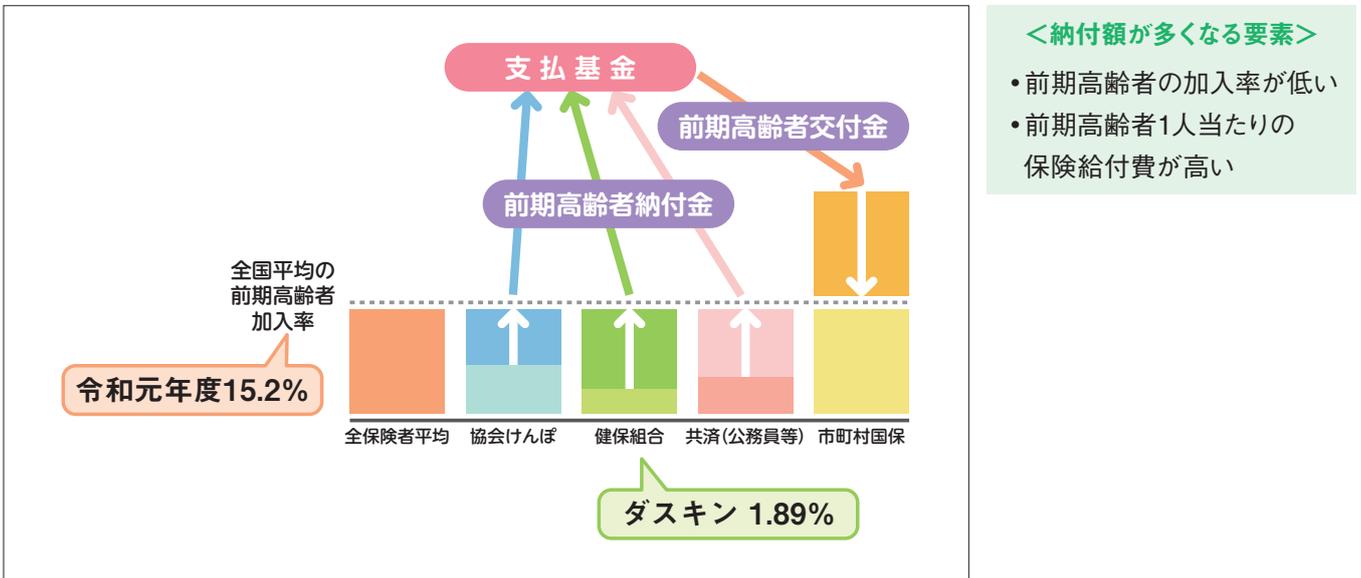
国に納付する「前期高齢者納付金および後期高齢者支援金」の増加

資料 2-1 支出の推移



支出全体に占める保険給付費と国への納付金などの合計は9割を切ることはなく、令和3年度は前年度比126%増加と財政を大きく圧迫しています。2022年（令和4年）10月からの短時間労働者の適用拡大により組合員の増加、定年延長等による前期高齢者の増加が予測され、1人当たりの医療費が現状より増加すれば、支出に大きな影響を与えることが懸念されます。

資料 2-2 納付金における前期高齢者納付金のしくみ



- 前期高齢者（65～74歳）の人数×前期高齢者1人当たりの保険給付費と、前期高齢者加入率との係数で納付金額が確定され、精算が発生します（概算納付の2年後）。
- 係数は、全国の健保組合の加入率が揃うよう、低い健保組合には引き上げ分の掛け率が適用されます。

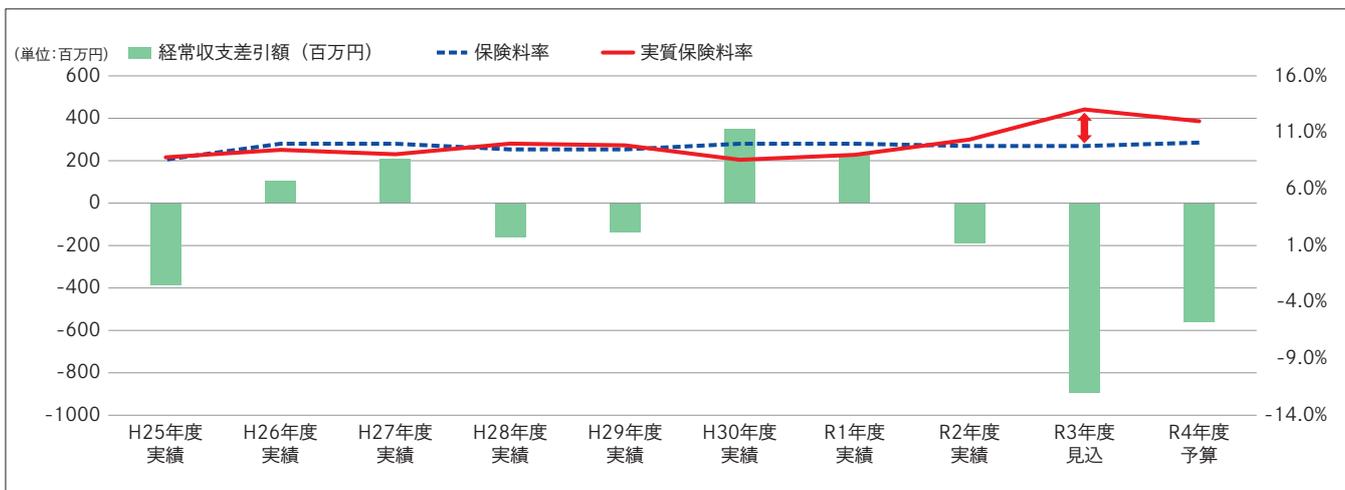
資料 2-3 前期高齢者1人当たりの保険給付費（医療費） (単位:万円)

平成29年度 実績	平成30年度 実績	令和元年度 実績	令和2年度 実績	令和3年度 見込	令和4年度 予算
22.3	25.7	40.2	38.8	43.0	46.6

前期高齢者1人当たりの保険給付費（医療費）は、ここ数年高止まりしています。

## 別途積立金（財産）の残高減少による、収支赤字への補填額減少

### 資料 3-1 経常収支と実質（必要な）保険料率の推移



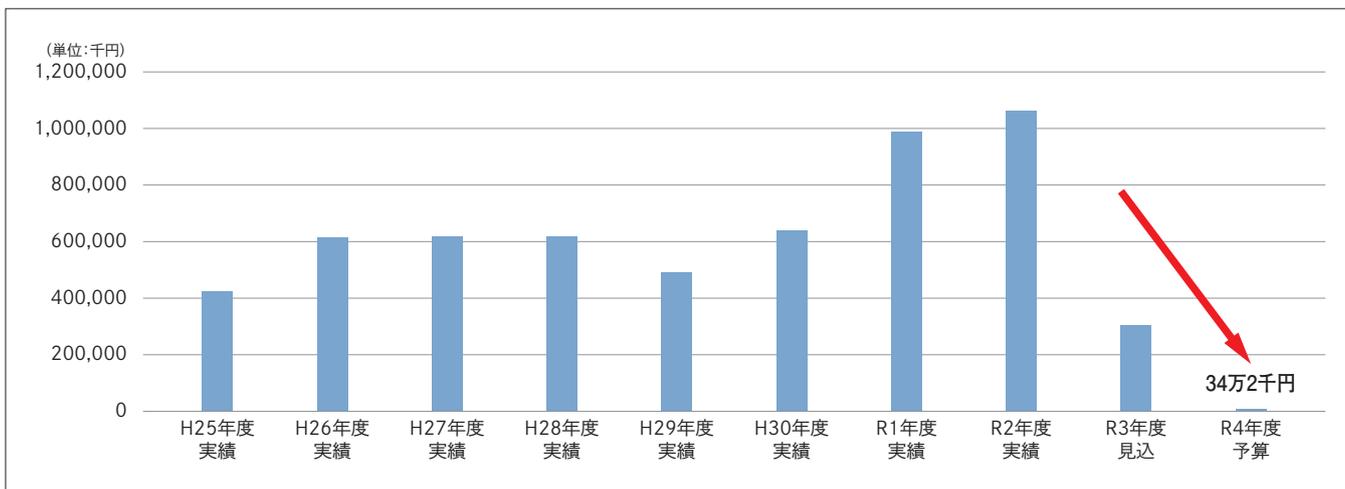
支出の増加により、令和2年度から実質保険料率<sup>\*</sup>が保険料率を上回り、令和3年度の実質保険料率が13.03%と大きく乖離しました。収入を上回る支出のため、別途積立金を取り崩してきましたが、令和4年度の別途積立金残高は34万円と、残り少ない状態となっています。

※実質保険料率とは

支出を補うために必要な保険料の料率です。実質保険料率が保険料率を上回る場合には、

- ①別途積立金を取り崩して収入に繰り入れる、②保険料率を引き上げるなどを行い収支を合わせます。

### 資料 3-2 別途積立金残（年度末）の推移



資料の各グラフにおける「令和3年度見込」は、令和4年度予算承認時（令和4年2月）に算出した数値です。

法律改正に伴い、短時間労働者の健康保険・厚生年金保険の適用がさらに拡大されます。

令和4年10月からは、従業員101人以上の事業所が適用となり、令和6年10月からは従業員51人以上の事業所が適用となり、1人当たりの保険料収入の減少と保険給付費の増加が想定されます。

また、令和4年度からは団塊の世代が75歳を迎え、後期高齢者支援金の割当額が増加されます。

このような社会保険の環境下ではありますが、お一人お一人が、健康の維持・増進を心がけ、疾病の早期発見・早期治療により、重症化予防を図っていただきたいのです。

本年度も、組合員の皆様の生活の質（QOL=Quality of Life）向上に寄与できる健康保険組合の運営をめざしてまいりますので、事業主・組合員の皆様のご協力をよろしくお願いいたします。

# 年に一度、みんなで健康診断を受けましょう!

健康診断の目的は「**自覚のない病気の早期発見**」です。

早期発見ができれば、将来その病気に費やしたかもしれない時間・費用・体への負担を軽減することもできます。

「**健康診断は健康の通信簿**」。今回の結果で異常がなかった場合も、前年と比較することで健康状態の変化を知ることが大切です。(2022年度すべての保健事業はP31参照)



## あなたの年齢や性別に応じた健康診断を受診してください。

▶ 詳しくは、P9の「2022年度定期健康診断 受診対象者および健診種別」

### 健康診断で調べる項目は?

▶ 詳しくは、P10・P11

### 「巡回健診」または「提携医療機関での健診」の受診の流れは?

▶ 詳しくは、P12・P13



### 「要精密検査」「要治療」の判定が出た方

必ず二次健診を受診してください。



二次健診の結果、治療が必要な場合は、すみやかに医療機関で治療を!



健保が提供する各種のプログラムに参加しましょう。

▶ 詳しくは、P12・13「生活習慣改善プログラム・重症化予防プログラムの概要」



組合員の皆様一人一人が10年後、20年後を意識した行動を! kencom<sup>※</sup>などを活用して、健康づくりにチャレンジしましょう。

▶ 詳しくは、P16「kencomを活用しよう!」

▶ 詳しくは、P17「2021秋「みんなで歩活」開催報告」

※kencom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。



### 今回の結果では異常がなかった方

## さらに!

がんや循環器疾患の早期発見・早期治療のために「がん検診」「部位検診」の受診を!

がん検診、部位検診には費用補助の制度があります。

▶ 詳しくは、P14「がん検診・部位検診(補助金制度)について」  
P15「がん検診の受診促進」



がんなどの早期発見・早期治療のために——

提携医療機関で受診いただくと、  
大腸および婦人科のがん検診を受診できます(受診料健保負担)。

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!

定期健康診断(事業所経由)、ファミリー健診(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 (2023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	定期健康診断	H1	男性・女性	○	○	<b>STEP ①</b> <b>提携医療機関を予約</b> 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	定期健康診断	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:定期健康診断	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 (家族含まず)	ファミリー健診*	F1	男性	×	○	<b>STEP ②</b> <b>総医研ダスキン 健診係へ予約の登録</b> Webでの登録も可能です ▶詳しくは、P12・P13 今年度より、 H2・F2コースの方は、 一部医療機関で 「部位検診(補助金制度)」 を同時受診できます。 ▶詳しくは、P14
	41歳以上で 節目健診非該当	ファミリー健診*		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	×	○	

※今年度から、ファミリー健診を受診できなかった方を対象にした郵送健診は休止します。健康診断はファミリー健診(F1・F2・F3コース)で受診してください。

※<節目健診対象年齢>2023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	1982年 4月1日	1979年 4月1日	1976年 4月1日	1973年 4月1日	1970年 4月1日	1967年 4月1日	1964年 4月1日	1961年 4月1日	1958年 4月1日	1955年 4月1日	1952年 4月1日	1949年 4月1日
	1983年 3月31日	1980年 3月31日	1977年 3月31日	1974年 3月31日	1971年 3月31日	1968年 3月31日	1965年 3月31日	1962年 3月31日	1959年 3月31日	1956年 3月31日	1953年 3月31日	1950年 3月31日

受診勧奨の対象となる健康診断項目一覧

対象者			定期健康診断(事業所と当健保の共同事業)			ファミリー健診		
			被保険者(本人)			配偶者・家族(任意継続者)		
年齢(2023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 <sup>**2</sup>		施設健診 <sup>**3</sup>	巡回健診/施設健診 <sup>**4</sup>		施設健診 <sup>**3</sup>
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	便潜血反応2日法	● <sup>**5</sup>	● <sup>**5</sup>	●	●	●	●
	婦人科	マンモグラフィ		● <sup>**5</sup>	●		●	●
		乳房	乳腺エコー	● <sup>**5</sup>			●	
子宮		子宮細胞診	● <sup>**5</sup>	● <sup>**5</sup>	●	●	●	

● 法定内項目    ● 法定外項目<sup>\*\*1</sup>

- <sup>\*\*1</sup> 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。
- <sup>\*\*2</sup> 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。
- <sup>\*\*3</sup> 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)。
- <sup>\*\*4</sup> 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。
- <sup>\*\*5</sup> 巡回健診では受診できません。

医療職による受診勧奨

健診結果の検査値の悪い方には、ダスキン健康保険組合の医療職が、医療機関への受診を促すための電話連絡を行っています。受診勧奨の対象者、重症化リスク健診項目については、ダスキン健康保険組合のホームページをご覧ください。

▼ダスキン健康保険組合のホームページ/健康づくり編/受診勧奨  
[https://www.duskin-kenpo.or.jp/health\\_promotion/encouragement.html](https://www.duskin-kenpo.or.jp/health_promotion/encouragement.html)



節目健診 (H3コース・F3コース) の検査項目

節目健診 (H3コース・F3コース) の方は、案内が届きますのでご確認ください。

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。

※赤字の項目は、H3コース・F3コースのみの検査項目

		2022年度 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	●	
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 胃部内視鏡検査	● (※どちらか選択or施設で実施可能な項目のみ)	
腹 部	超音波エコー	●	
呼吸器	胸部	胸部X線撮影(直接) ※前・横	
	肺機能	1秒率	●
		%肺活量 %1秒量(対標準1秒量)	●
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	●	
	クレアチニン	●	
腎機能	eGFR	●	
	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	●	
	CRP	●	
炎症	HBs抗原 ※省略可	●	
乳房	マンモグラフィー	● (女性のみ)	
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。

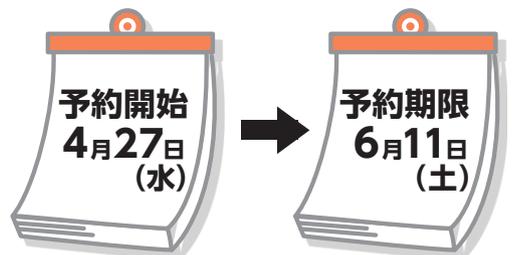
心電図と心拍数は、心臓の状態を知る重要な検査で、ほぼ8割程度の確率で心臓病の症状を見つけだします。

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。

● 節目健診の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。



● 新型コロナウイルス感染症対策として、胃カメラ・肺機能検査を一時中止している医療機関があります。

ダスキン健康保険組合 2022年度 主な保健事業の内容

受診の流れ 被保険者 ▶ H1・H2・H3コース



令和4年度 定期健康診断のご案内があります。

提携医療機関で受診する場合

- 大腸および婦人科のがん検診を受診できます。  
(受診料健保負担)



巡回健診で受診する場合

巡回施設を利用して受診  
2022年5月中旬～8月下旬

- 健診結果受領後、がん検診(補助金制度)で、大腸および婦人科のがん検診を受診できます。
- H2コースの方は部位検診(補助金制度)もご利用できます。

▶詳しくは、P14

「提携医療機関一覧」より希望の医療機関を選び、**予約連絡(電話)**

2022年6月11日(土)まで

- 風しん抗体検査を希望される方はお申し出ください(風しんワクチン無料接種は2025年3月末まで)。

※提携医療機関一覧は「Net-IPPO」「ダスキン健康保険組合ホームページ」からもご覧いただけます



すみやかに**総医研ダスキン健診係**へ**電話もしくはWEB**で予約の登録

- 一部の医療機関ではH2コースの定期健康診断受診時に**部位検診(補助金制度)**を受けることができます。  
希望者は「提携医療機関一覧」で検査できる部位をご確認の上、登録時にお申し出ください。

▶部位検診(補助金制度)について詳しくは、P14



電話

フリーダイヤル ▶ **0120-982-527**

受付時間 ▶ 平日 10:00～17:00  
(土・日・祝日を除く)



WEB

URL ▶ <https://ws.formzu.net/fgen/S80309489/>

受付時間 ▶ 24時間受付



提携医療機関より**問診票**や**検査キット**が届きます。  
問診票に必要事項を記入して受診します。



健診当日に持参するもの 医療機関から届いた問診票、保険証、風しん抗体検査を受ける方はクーポン券

生活習慣改善プログラム・重症化予防プログラムの概要

生活習慣改善・重症化予防プログラムは、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保健事業です。健康診断結果にもとづき各プログラムの対象者にはご自宅へご案内を発送いたします。

(詳細は「santé」秋号でお知らせします)

参加費は当組合負担、自己負担なし

案内プログラム	対象年齢	コース名	対象条件	指導期間
生活習慣改善プログラム※	40歳以上	特定保健指導	特定保健指導の基準に該当する方	3カ月
		服薬者指導	特定保健指導の基準に該当するが、服薬していることでその対象から外れてしまった方	
	40歳未満	under40	特定保健指導の基準に該当するが、年齢が満たないことでその対象から外れてしまった方	

※腹囲(男性85cm以上・女性90cm以上)もしくはBMIが25以上(肥満)の方が対象になります。

受診の流れ

被扶養者・任意継続者

▶ F1・F2・F3コース

すべてのコース (F1・F2・F3コース) で大腸および婦人科のがん検診を受診できます (受診料健保負担)。

※資格喪失されて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。



総医研ダスキン健診係から案内が届きます。

提携医療機関で受診する場合

「提携医療機関一覧」より希望の医療機関を選び、予約連絡 (電話)

2022年10月31日 (月) まで

- 風しん抗体検査を希望される方はお申し出ください。  
(風しんワクチン無料接種は2025年3月末まで)

すみやかに総医研ダスキン健診係へ電話もしくはWEBで予約の登録

- 一部の医療機関ではF2コースの定期健康診断受診時に部位検診 (補助金制度) を受けることができます。

希望者は「提携医療機関一覧」で検査できる部位をご確認の上、登録時にお申し出ください。

▶ 部位検診 (補助金制度) について詳しくは、P14



電話

フリーダイヤル

0120-982-527

受付時間

平日 10:00~17:00 (土・日・祝日を除く)



WEB

URL

<https://ws.formzu.net/fgen/S80309489/>

受付時間

24時間受付



提携医療機関より問診票や検査キットが届きます。問診票に必要事項を記入して受診します。

巡回レディース健診で受診する場合 (女性のみ)



「巡回レディース健診受診会場リスト」より受診希望場所を選びます。

※健診結果受領後、F2コースの方は部位検診 (補助金制度) をご利用できます。

▶ 詳しくは、P14

申込書に記入して同封の返信用封筒で「健康増進協議会」に送ります。

- お申し込みは受診希望月の前々月20日 (必着) まで。



申込確認書 (はがき) が自宅が届きます。申込確認書を持参して受診します。

健診当日に持参するもの 医療機関から届いた問診票、保険証、風しん抗体検査を受ける方はクーポン券

参加費は当組合負担、自己負担なし

案内プログラム	対象年齢	コース名	内容	指導期間
糖尿病重症化予防プログラム	全年齢	糖尿病重症化予防 (軽中度リスク保有者)	健診結果から重症化リスクのある方に対し、メディカルスタッフが保健指導を行い、生活習慣の改善を図るプログラムです。かかりつけ医と連携して食事や運動などの支援を行うことで糖尿病や腎不全の重症化 (人工透析への移行) を予防し、健康な生活を送っていただくことを目的としています。	6カ月
		糖尿病性腎症重症化予防 (中高度リスク保有者)		
		非糖尿病性腎症重症化予防 (中高度リスク保有者)		
心・脳血管疾患発症予防プログラム	全年齢	アプリ型心・脳血管疾患重症化予防 (軽中度リスク保有者)	健診結果から重症化リスクのある方に対し、メディカルスタッフが保健指導を行い、生活習慣の改善を図るプログラムです。かかりつけ医と連携して食事や運動などの支援を行うことで脳梗塞、心筋梗塞、脳出血、大動脈解離などの心・脳血管疾患を予防し、健康な生活を送っていただくことを目的としています。	6カ月
		心・脳血管疾患重症化予防 (中高度リスク保有者)		

償還払い保健事業のうち人間ドックコースを休止し、**部位検診(補助金制度)**と名称を改め続けます。

- 令和4年度は従来の償還払い保健事業のうち人間ドックコースを休止します。
- 4つの部位検診(胃内視鏡・大腸内視鏡・肺ヘリカルCT・脳MRI/MRA)とがん検診は継続します。
- 定期健康診断(H2コース)・ファミリー健診(F2コース)の検査結果受領後、4つの部位検診(補助金制度)から一つ受診ができます。
- 受診者の利便性を考慮し、定期健康診断(H2コース)・ファミリー健診(F2コース)の提携医療機関受診時に、部位検診(補助金制度)を同時に受診できます(一部の提携医療機関のみ)。

**1 健診コースごとに受診できる「がん検診・部位検診(補助金制度)」**

検診費用は受診者の自己負担となります。

がん検診・部位検診(補助金制度)を利用するためには、総医研ダスキン健診係へ手続きの上、受診後に定められた書面(検診結果のコピーなど)を提出いただきます。

検診費用は各検診により自己負担額、上限が異なりますので、下記一覧をご覧ください。

受診申込期間 2022年5月13日(金)～2023年1月31日(火) 受診期間 2022年5月13日(金)～2023年2月28日(火)

受診申込窓口 総医研ダスキン健診係 TEL 0120-982-527

【4月～8月】定期健康診断(被保険者)			【5月～翌2月】定期健康診断の検査結果受領後、 がん検診・部位検診の受診可否						
【5月～12月】ファミリー健診(被扶養者・任意継続者)			がん検診(補助金制度)		部位検診(補助金制度)				
健診コース			健保補助額		健保補助額				
			上限10,000円	全額	上限10,000円(※1)				
			婦人科 (子宮細胞診 (乳房検査))	大腸がん (便潜血郵送)	いずれか1コースを選択				
					胃内視鏡	大腸内視鏡	肺ヘリカルCT	脳MRI/MRA	
被保険者本人	H1コース (39歳以下)	○	○	△(※3)	△(※3)	×	×	×	×
	H2コース (41歳以上で節目健診に該当しない方)	○	○	△(※3)	△(※3)	○	○(※4)	○	○
	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)	×	○	△(※3)	△(※3)	×	×	×	×
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)	○(※2)	○	△(※3)	△(※3)	×	×	×	×
	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)	○(※2)	○	△(※3)	△(※3)	○	○(※4)	○	○
	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)	×	○	△(※3)	△(※3)	×	×	×	×

※1 2022年度から、部位別検診の健保負担上限額は10,000円(消費税を含む)。  
 ※2 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。

※3 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。  
 ※4 大腸がん(便潜血郵送)との併用可。

**2 がん・部位検診(補助金制度) 受診申込の流れ(健診結果はご本人に届きます)**

		検診内容および受診申込の流れ
がん検診	大腸がん	<b>便潜血反応2日法</b> ①総医研ダスキン健診係へ連絡。阪大微生物病研究会より大腸がん検診キットが届く。 ②ご本人より阪大微生物病研究会へ検体を郵送(2023年2月28日(火)までに到着した分を受付)。 未提出の方は、キット代1,000円の自己負担がございます。
	婦人科	①総医研ダスキン健診係へ連絡。資料一式到着後、ご自身で医療機関へ予約、受診。 ②料金は窓口にて立て替え(ご本人名義の領収書をもらう)。 ③結果到着後、結果の全ページのコピーと口座振替依頼書、領収書原本を返信用封筒にて総医研ダスキン健診係まで送付(2023年3月17日(金)必着)。 総医研ダスキン健診係より健保補助額を振込。
部位検診		胃内視鏡・大腸内視鏡・肺ヘリカルCT・脳MRI/MRAいずれか一つ 受診申込の流れは上記婦人科がん検診と同じ。

50歳以上からがん罹患数が増加。患者の約3人に1人は就労可能年齢で罹患しています。

がんは早期発見・早期治療が有効です。特に、進行していない初期の段階で発見し、適切な治療を行うことで、非常に高い確率で治癒します。がんを「初期」の段階で見つける「がん検診」は、がんの死亡率を下げるのに非常に有効だと考えられます。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。

## 1 ダスキン健康保険組合の定期健康診断・ファミリー健診、補助金制度で受診できるがん検診

検診内容		定期健康診断・ファミリー健診								補助金制度						
		節目健診		提携医療機関				巡回健診		がん検診(※)						
		H3	F3	H1	H2	F1	F2	H1	H2	F1	F2	H1	H2	F1	F2	
胃がん	胃管内視鏡もしくは胃部X線	●	●													
肺がん	胸部X線	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●					
大腸がん	便潜血反応2日法	●	●	●	●	●	●			●	●	▲	▲	▲	▲	
子宮がん	子宮細胞診	●	●	●	●	●	●			●	●	▲	▲	▲	▲	
乳がん	40歳以上／マンモグラフィー 40歳未満／乳腺エコー	●	●	●	●	●	●			●	●	▲	▲	▲	▲	

※定期健康診断でがん検診を受診できなかった場合、健診結果受領後、がん検診(補助金制度)をご利用いただけます。▶詳しくは、P14

## 2 自治体(市区町村)が実施するがん検診

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。

定期健康診断でがん検診を受診できなかった場合、健診結果受領後、自治体でがん検診を受診した場合も「補助金制度」をご利用いただけます。「補助金制度」を利用するためには総医研ダスキン健診係へ手続きの上、受診後に定められた書面(検診結果のコピーなど)を提出いただきます。

受診申込期間 ▶ 2022年5月13日(金)～2023年1月31日(火) 受診期間 ▶ 2022年5月13日(金)～2023年2月28日(火)

受診申込窓口 ▶ 総医研ダスキン健診係 TEL 0120-982-527



### ダスキン健康保険組合 医療職からの「大腸内視鏡検査」に関するアドバイス

大腸がん検診の結果、「便潜血」で再検査の方が検査を受けず放置されるケースが多いので心配です。便潜血で陽性の方の3人に1人から大腸がんやポリープが見つかっています。

**原因を、痔や生理だろうなどと軽視したり、自己判断をせず、あなた自身の命を守るためにも受診してください。**

※二次健診での受診は保険適用3割自己負担になります。

**Q** 早期発見の生存率は？

**A** 早期発見(I期)の場合、5年相対生存率は98.8%。早期発見できなかった場合(IV期)の5年相対生存率は23.1%です。

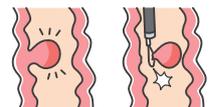
**Q** 大腸カメラに抵抗があり、恥ずかしいという気持ちも…

**A** 鎮静剤を使用してくれる病院を探すこともできます。大腸内視鏡検査専用の検査着を用意されている病院もあります。



**Q** ポリープ切除の際、痛みはありませんか？

**A** 電気メスで切る部分は「粘膜層」と「粘膜下層」です。この部分には痛みを感じる神経は存在しません。そのため痛みを感じることはありません。



**Q** 検査時間は？

**A** 個人差はありますが、15～30分程度です。

上記以外にも、何か疑問などございましたら、医療職にご相談ください。

医療職直通電話 ▶ 080-8304-7228

受付時間 ▶ 10:00～16:00(月～金)

※受付時間帯には、通常1名の医療職が常動しております。



「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。

ダスキン健康保険組合では、kencomの登録を推進しています。

ご自身の健康管理につながる機能だけでなく、健康保険組合からの「お知らせ」や「メール配信」で最新情報もお届けしています。

詳しくは、ダスキン健保ホームページをご確認ください。



青文字は「健康宣言」している事業所 26事業所 (24法人、2公法人) ※2021年12月1日現在  
★印は2022健康経営優良法人認定事業所 22事業所 (21法人、1公法人) ※2022年3月9日現在  
■登録率がダスキン健保平均より悪い状態 ■登録率・入力率100% 赤字：前回(santé No.171掲載値)より悪い

kencom登録状況(本人)

事業グループ		有資格者数 (本人) (人)	登録者数 (本人) (人)	登録率 (%)	健診閲覧 コード入力率 (%)	
ダスキン★	訪問グループ・法人	本部	1,709	808	47.3	41.2
		地域	540	343	63.5	44.6
		直営支店	418	295	70.6	33.6
			751	170	22.6	47.6
	生産本部		300	91	30.3	41.8
		本部	95	54	56.8	44.4
		支店	12	8	66.7	62.5
	工場		193	29	15.0	31.0
			297	168	56.6	38.1
			152	92	60.5	41.3
フードグループ	本部	58	43	74.1	30.2	
	支店	87	33	37.9	39.4	
	直営店	301	196	65.1	54.6	
本社等	本部	79	49	62.0	42.9	
事業横断グループ	本部	79	49	62.0	42.9	
合計		2,686	1,312	48.8	42.9	
ヘルスケア	ダスキンヘルスケア★	1,344	174	12.9	63.2	
	本社 アカウント	59	27	45.8	66.7	
プロダクト関係会社	和倉ダスキン★	85	31	36.5	64.5	
	小野ダスキン	128	55	43.0	61.8	
	プロダクト北海道★	道央中央工場	43	11	25.6	54.5
		道北工場	29	10	34.5	50.0
	プロダクト東北★	仙台中央工場	14	1	7.1	100.0
			52	13	25.0	46.2
	プロダクト関東★	千葉東工場	52	13	25.0	46.2
		埼玉中央工場	103	31	30.1	16.1
	プロダクト西関東★	東京多摩中央工場	25	3	12.0	0.0
			78	28	35.9	17.9
	プロダクト東海★	愛知中央工場	97	14	14.4	57.1
			73	43	58.9	32.6
	プロダクト中四国★	広島中央工場	73	43	58.9	32.6
		愛媛工場	81	28	34.6	25.0
	プロダクト九州★	熊本中央工場	32	16	50.0	0.0
		沖縄工場	49	12	24.5	58.3
	合計		740	241	32.6	44.4

事業グループ		有資格者数 (本人) (人)	登録者数 (本人) (人)	登録率 (%)	健診閲覧 コード入力率 (%)	
サーヴ関係会社	サーヴ北海道★	本店	114	111	97.4	24.3
		支店	5	5	100.0	80.0
	サーヴ東北★	本店	109	106	97.2	21.7
		支店	120	61	50.8	47.5
	サーヴ北関東★	本店	4	4	100.0	100.0
		支店	116	57	49.1	43.9
	ダスキン伊那★	本店	146	87	59.6	27.6
		支店	7	7	100.0	28.6
	シャトル東京★	本店	139	80	57.6	27.5
		支店	23	18	78.3	22.2
サーヴ東海北陸★	本店	23	18	78.3	22.2	
	支店	100	69	69.0	68.1	
サーヴ近畿★	本店	5	5	100.0	80.0	
	支店	95	64	67.4	67.2	
サーヴ中国四国★	本店	292	86	29.5	34.9	
	支店	11	8	72.7	87.5	
その他	本店	105	83	79.0	18.1	
	支店	7	7	100.0	57.1	
合計	本店	98	76	77.6	14.5	
	支店	153	57	37.3	36.8	
エバーフレッシュ函館	本店	5	4	80.0	50.0	
	支店	148	53	35.8	35.8	
エムティフード	本店	246	136	55.3	33.1	
	支店	13	13	100.0	84.6	
かつアンドかつ	本店	233	123	52.8	27.6	
	支店	56	55	98.2	30.9	
ダスキン共益★	本店	56	55	98.2	30.9	
	支店	56	55	98.2	30.9	
ダスキン愛の輪基金	本店	56	55	98.2	30.9	
	支店	56	55	98.2	30.9	
ダスキン健康保険組合★	本店	271	68	25.1	57.4	
	支店	2	2	100.0	100.0	
合計		1,355	763	56.3	33.9	
任意継続		68	17	25.0	52.9	
ダスキン健保平均		110	22	20.0	31.8	
合計		59	0	0.0	—	
ダスキン共益★		29	25	86.2	80.0	
ダスキン愛の輪基金		3	2	66.7	50.0	
ダスキン健康保険組合★		2	2	100.0	100.0	
合計		271	68	25.1	57.4	
任意継続		100	49	49.0	59.2	
ダスキン健保平均		6,496	2,607	40.1	42.5	

事業グループ(所属)は2022年1月1日時点です。  
2022年1月15日時点の在籍者かつ、2022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2022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「本人認証済み」の方

kencomで「ひさやま元気予報」を使って、将来の生活習慣病の発症リスクを知りましょう。

「ひさやま元気予報」とは？

健康診断結果や生活習慣から将来病気を発症するリスクを予測できるツールです。

「現在」の健診結果をもとに、「将来」の生活習慣病の発症リスクとシミュレーションを確認できます。

どんなことができるの？

- 健診データを入力すると、同性同年代と比べた生活習慣病の発症リスクが天気予報に例えて表示されます。
- 15年後までの発症確率をグラフで確認できます。
- 改善シミュレーションを体験できます。
- 生活習慣改善のためのおすすめ記事が表示されます。

「ひさやま元気予報」をご自身の健康管理にお役立てください。



kencomでは、医療費情報や健診結果など、ご自身の健康情報をスマホやパソコンでいつでも確認できます。kencomを登録して、健康生活を始めませんか。

kencomに登録していない方

まずはkencomを登録！  
アプリをダウンロード！

ケンコム 検索



# みんなで歩活開催報告



ウォーキングイベント「みんなで歩活」に、今回もたくさんのご参加ありがとうございました。毎回楽しんで参加しているとお声もいただいております。

## 2021秋 「みんなで歩活」開催報告

参加人数	参加率(本人)	参加チーム	お一人参加
<b>738人</b> (670人)	<b>28.2%</b> (26.5%)	<b>103チーム</b> ※1 (106チーム)	<b>69人</b> ※2

( )内は2021春の数値 ※1:1チーム2人以上 ※2:今回から、お一人参加ができるようになりました。

### チーム通算スコアランキング

🏆 チーム全員にAmazonギフト券  
1位 2,000円 2位 1,000円 3位 500円 4位 400円 5位 200円

2位

#### 「40秒で支度しな!」@DHC

通算スコア **2,400,000**  
平均歩数 **14,765**

小本 曾 信行様 / 内山 俊吾様  
岡本 和幸様 / 島崎 憲一様  
森川 雅裕様 / 松崎 素直様  
小村 哲郎様 / 西脇 涼加様  
大谷 一様 / 井上 健太様  
(チーム人数10人)



メールで開会式を開催!(次ページ)

毎日8,000歩を必達にてメンバーを集め、上位入賞を目標に「@DHC」の名前をアピールするために頑張りました。  
(井上 健太様)

1位

#### 🌟チームがんちゃん🌟@DWU

通算スコア **2,400,000** 🏆 **4連覇達成**  
平均歩数 **16,104**

須賀 一夫様 / 新井 達也様 / 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 / 中川 一輝様  
高橋 裕七朗様 (チーム人数10人)



仕事中でも違う話題になったりして楽しめます。  
(佐藤 公俊様)  
連覇のために平均歩数を引き上げようとなったときのチームの一致団結ぶりは凄まじいものがありました。  
(高橋 裕七朗様)

3位

#### 東京すきっぷ@DWU

通算スコア **2,400,000**  
平均歩数 **13,325**

東 眞章様 / 越川 洋子様 /  
平野 英司様 / 齋藤 尚幸様  
朝倉 章夫様 / 宗重 光紀様  
川越 孝之様 / 渡辺 倫子様  
山本 佳享様 / 岩崎 大吾様  
(チーム人数10人)



チーム内競争が生まれました。  
(山本 佳享様)  
健康のために参加しておりますが、チームのみんなの足を引っ張らないよう、毎日最低8,000歩を必達でがんばりました。  
(川越 孝之様)

4位 3代目チャーハン (チーム人数10人)

通算スコア **2,399,044** / 平均歩数 **13,731**

チームメンバーと励まし合うことで、「今日あともう少しがんばろうかな」という気持ちになり、毎日8,000歩以上達成することができました。  
(古田 啓子様)

日々会話が増えてコミュニケーションに役立ちました。  
(榎本 仁一様)

5位 やっちゃんえ沖縄#沖縄@DWU (チーム人数10人)

通算スコア **2,398,018** / 平均歩数 **13,436**

「1日8,000歩!!」を目標に、チームのメンバーからはげましのコメントが届きました。  
(神谷 香緒里様)

チームで参加することでコミュニケーションが深まり、この期間みんな健康への意識が高まったと思います。  
(谷合 齊様)

※撮影にあたっては、感染症対策を行っています。

### 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

順位	チーム名	人数	通算スコア
5位	やっちゃんえ沖縄#沖縄@DWU	(10)	2,398,018
15位	衛生クリーニング絶賛実施中	(10)	1,732,884
25位	D.オオムターズ	(10)	1,431,332
35位	MD出店開発@DWU	(7)	1,283,832
45位	ちょっと歩いてみるか~@DWU	(6)	1,146,625
55位	ドイストーリー	(7)	1,036,949
65位	ダスキンウォッシュ@DWU	(4)	878,163
75位	ダンディグリーン	(5)	689,725
85位	ずっきーと歩かないなかまたち	(3)	558,004
95位	東開支店ぶー	(2)	410,857

※( )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スコアを達成した方全員にAmazonギフト券300円

#### みんなで歩活賞

「みんなで歩活」に参加された方全員にkencomポイント1,000ポイント

#### エアモと一緒に歩きま賞

エントリー締切日までにkencomミッションを利用し、「みんなで歩活」に参加した方全員にkencomミッション特別アイテム



受賞した皆様に聞きました!

「よく使ったスタンプは？」  
「どんな時にスタンプを使いましたか？」

こんな感じ!



昨日  
すごかったですね!

「当日に目標を急かすのではなく、翌日に褒めるスタンプを心がけました」  
井上 健太様 (「40秒で支度しな!」@DHC)

(・\_・)PP  
ファイト

「開いていない時に」  
川越 孝之様  
(東京すきっぷ@DWU)

アカ  
へん

「歩数が少ない人に」 清水 梨沙様 (3代目チャーハン)  
「8,000歩に届いていないメンバーに」  
東 寿幸様 (3代目チャーハン)

あっぱれ

「日々、お互いの歩数を見て、全員にスタンプをしていました」  
菅沼 昌仁様 (やっちゃん沖縄#沖縄@DWU)  
「8,000歩以上歩いている時、スタンプを送りました」  
松井 宏明様 (やっちゃん沖縄#沖縄@DWU)

すごいw

「ものすごい歩数を歩いている人がいた時に」 戸松 恵子様 (チームがんこちゃん@DWU)  
「40,000歩超えなどあった時は思わずスタンプを押していました」  
高野 和明様 (チームがんこちゃん@DWU)

スタンプは他にもいろいろそろっているので、チームのモチベーションアップにうまく活用してください。

負け  
ません

半端  
ないw

最高  
です!

私も  
頑張ります!

目指せ  
8,000  
歩!

頑張  
ろよ

歩ま  
すぎ

頑張  
ろよ

まだ  
歩ける

チーム通算スコアランキング 第2位  
「40秒で支度しな!」@DHC

メールで開会式開催!

「みんなで歩活」スタートにあたり、リーダー井上さん(裏リーダーがいるとの情報もあり!?)がメンバーの写真とプロフィールをメールで配信。「全員毎日8,000歩」と「1日1回アプリ立ち上げ!」を掲げてチャレンジ、見事2位を勝ち取られました。

全員入場!!



前回、夜の愛娘ベビーカー押しウォーキングにて、安定した歩数を積み上げた方、大阪マラソンにエントリーされていた方、ウォーキングダイエットに成功された方など、個性豊かなメンバーがそろって、歩活を楽しんでいただけたようです。2022春も期待しています!

2022 春

「みんなで歩活」

エントリー期間 2022年4月4日(日)~2022年4月27日(水)

イベント期間 2022年4月28日(木)~2022年5月31日(日)

■新たなインセンティブが始まります!

- 応援賞  
チーム平均歩数5,000歩以上で、送ったスタンプ数の平均が多い2チーム
- 新人賞  
前回の歩活終了後にkencomを初めて登録した方の中で、スコア上位の10人

■今回もお一人で参加可能です。

詳しくはダスキン健保組合ホームページをご覧ください。



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

kencomに登録していない方

「みんなで歩活」への参加には、まずはkencomに登録! アプリをダウンロード!



ケンコム 検索

## 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

### 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きます。

#### ■「健康宣言」をしている事業所

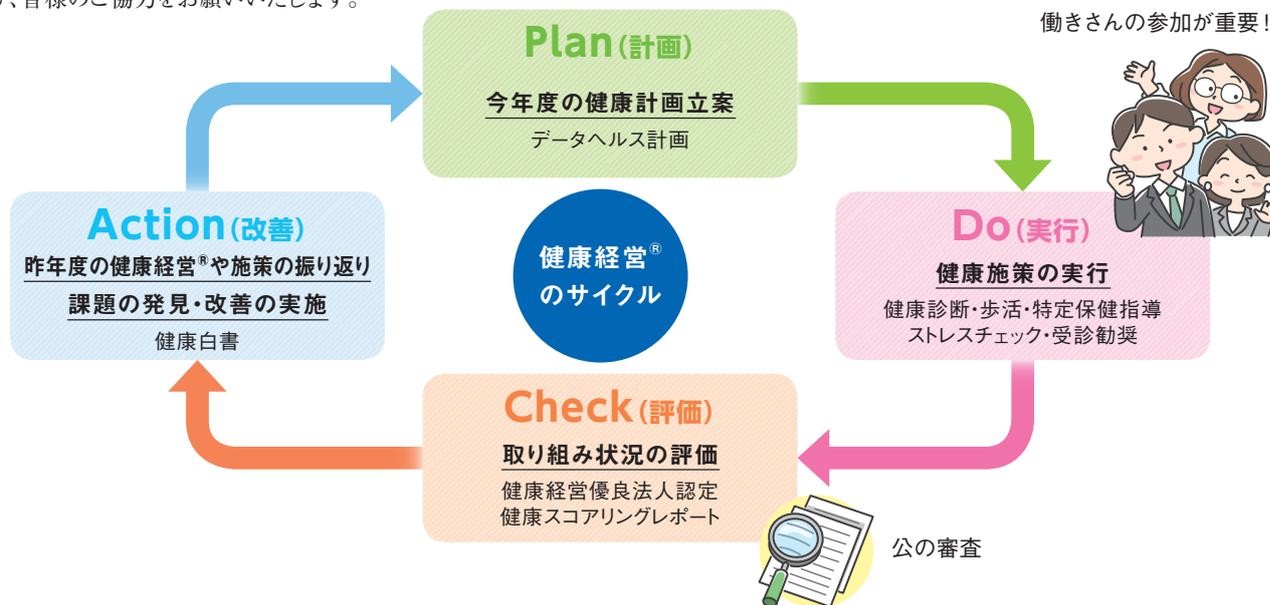
「健康宣言」は経営者がその意義や重要性を認識し、その考え（理念）を社内外に示すものです。  
現在、26（24法人、2公法人）の適用事業所が健康宣言をしています。 ※2022年3月末現在

(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	(株)かつアンドかつ
(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	公益財団法人ダスキン愛の輪基金
(株)ダスキンサーヴ東海北陸	(株)ダスキンプロダクト東北	ダスキン健康保険組合
(株)ダスキンサーヴ近畿	(株)ダスキンプロダクト東関東	※関連会社の(株)ダスキン八代、(株)ダスキン
(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	鹿児島も宣言を公表(2社が加入する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サイクル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、労働組合・働きさん、健康保険組合の代表による三位一体の体制で取り組んでいます。審査は会社全員の取り組み状況が基本となります。

ぜひ、皆様のご協力をお願いします。



#### 健康経営優良法人認定制度とは

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、毎年審査が行われます。

会社は、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。

働きさんは、会社の取り組みに参加し、健康状態が良好になることで精神的な健康にもよい影響を及ぼします。職場環境がよくなることで、仕事におけるパフォーマンスが高まり、健康に関する知識が深まることで生活習慣の改善につながります。

健康な働きさんが増えることは、業績向上に貢献できる働きさんが増えることとなります。

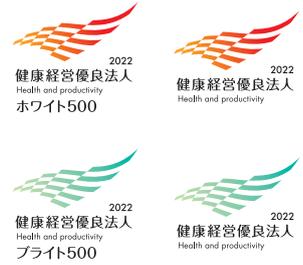
※「健康経営®」は、NPO法人健康経営研究会の登録商標です。

## 「健康経営優良法人2022」の認定取得事業所

6回目となる今回は、日本健康会議から大規模法人部門の8法人が(全体で2,299法人)認定され、(株)ダスキンは上位500位法人に冠を付加する「ホワイト500」の認定されました。

中小規模法人部門には13法人1公法人が(全体で12,255法人)が認定され、ダスキン健康保険組合が「ブライツ500」に認定されました。

※2022年3月9日現在



### 大規模法人部門

- (株)ダスキン(ホワイト500)
- (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)ダスキンサーヴ東海北陸
- (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)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
- (株)ダスキンプロダクト九州
- ダスキン共益株式会社
- ダスキン健康保険組合(ブライツ500)

※関連会社の(株)ダスキン八代、(株)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)。

## 健康スコアリングレポート2020年度実績分(抜粋)

※前々年度(2020年度)の特定健診受診者のデータから作成されます。

健康スコアリングレポートは、厚生労働省・経済産業省・日本健康会議が連携して作成し、企業と健保組合が従業員の健康に関する問題意識を共有することで、コラボヘルス(両者の連携)が促進され、予防・健康づくりの取り組みを活性化させる目的があります。**健康状態や医療費、予防・健康づくりへの取り組み状態などを全健保組合や業態平均とで比較した経年変化を見える化した「成績表」とも言えます。**

毎年度、事業所別の詳細な健康課題をまとめ公表している「健康白書」と合わせ、お一人お一人の健康づくりや疾病などの予防への積極的な取り組みにつなげてください。

※ダスキン健保の事業所は複数の業態で構成されているため「その他のサービス業」で業態の登録をしています。

概ね50人以上の事業所分は、各社宛に送付しています(それぞれサービス業・製造業・食品製造業で登録しています)。

※健康白書は、前年度のデータをダスキン健保内で比較をし、毎年送付しています。

### ▼健康スコアリングレポート(抜粋)

※2020年度と2019年度実績

#### ダスキン健康保険組合のレポート結果概要

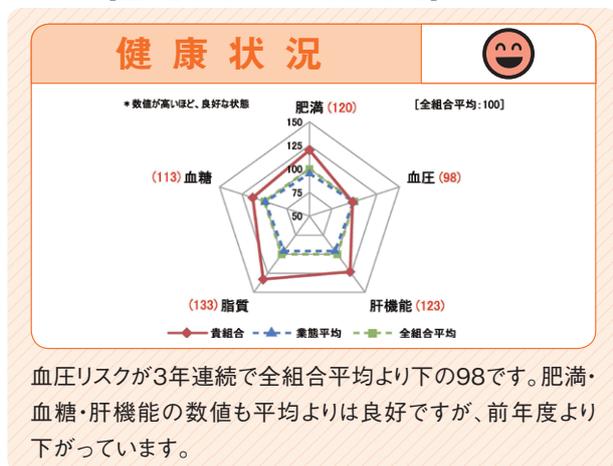
2020年度	特定健診・特定保健指導			健康状況	生活習慣	2019年度	特定健診・特定保健指導			健康状況	生活習慣
	603位/1,126組合	🟢	😊	😊	385位/1,113組合		😊	😊	😊		

2020年度特定健診・特定保健指導の順位が、前年度実績385位に対し、603位と後退しました。コロナ禍の影響で、遅れながらも健康診断は年度内に完了し、特定健診は97位/1,126組合と最上位でしたが、その後実施する特定保健指導の開始遅れや、参加申込者の減少が影響しました(特定保健指導は703位/1,126組合)。

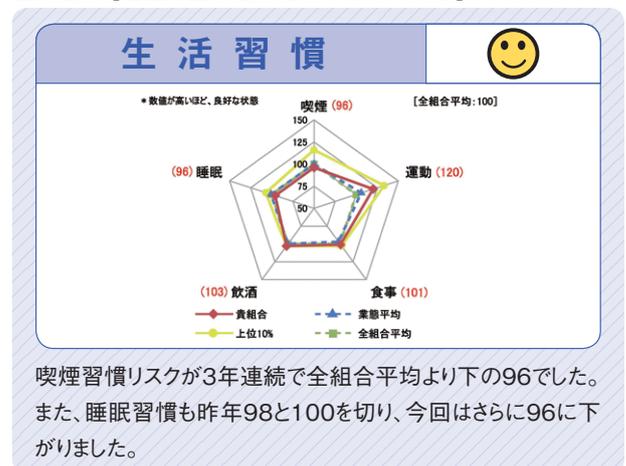
### 2020年度実績

※全組合平均は100。数値が高いほど良好な状態です。

#### 健康状況【生活習慣病リスク保有者の割合】



#### 生活習慣【適正な生活習慣を有する方の割合】



テレワークや営業活動の変化などで、生活習慣が変化しています。日々の運動、食事を整えるほか、特定保健指導などの「生活習慣改善プログラム」に該当の方は積極的に参加いただき、健康の維持に取り組んでください。

# 健康あすなる活動

健康あすなる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)和倉ダスキンは、石川県が推進する「いしかわ健康経営宣言企業」です。<sup>\*1</sup>  
(2018年10月認定)

## 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** 「もう少し野菜を摂ってみよう」運動

**取組期間** 2021年11月3日～12月1日

### 活動内容

石川県民は野菜の摂取不足というデータがあり、重症化予防のためにも改善のチャレンジをすることにした。普段より野菜を1品プラスして食べることに挑戦する。難しい人は普段より多く食べることを心掛ける。全員に記録用紙を配布し、日々の記録をしてもらい、最後、結果とコメントを記入後に提出してもらった。「暮らしのラブレター」に掲載の「しあわせ超合わせみそ汁」を参加賞としてお渡ししました。



野菜の必要量  
目安に！



### 健康管理委員コメント

コメント欄には、「難しかった」「これからも継続したい」「よい機会になった」「工夫して料理した」「体の調子がよい」「鍋に野菜をたくさん入れた」「みそ汁に多く入れた」「不足していたものが判った」とたくさんの感想が集まり、楽しくチャレンジしてもらえた、と感じた。この期間だけに限らず、普段から意識することを続けてもらいたい。健診結果で要注意の人がいても、すぐに結果は出なくても、健診の結果数値が違ってくるのではないかと思います。

野菜の必要量は、日頃意識をしていないと想像がつかないと思われるので、記録用紙の裏に目安の一覧を載せた。1日に野菜350g必要だということ覚えてもらえ、感想も多くいただいたこともよかった。参加賞も、野菜にこだわった社内商品が用意でき好評でした。

※1.石川県では働く世代の健康づくりを推進するため健康経営に取り組む企業を「いしかわ健康経営宣言企業」に認定し、支援しています。



## 株式会社ダスキン沖縄

健康管理委員 比嘉 明さん

ダスキン沖縄は、「スポーツエールカンパニー2022」に認定されました。<sup>\*2</sup>(2022年1月26日認定)

**テーマ** 運動習慣を定着させるため、1日5,000歩を目安にウォーキングを行おう！

**期間** 2021年4月27日～8月4日

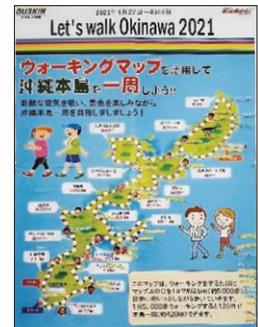
### 活動内容

運動習慣を定着させるため、1日5,000歩を目安にウォーキングを行う。楽しく続けるため、沖縄本島ウォーキングマップを使って、1周約420kmをめざす。期間中、「みんなで歩活」とは別に、家族も参加できる運動公園での「ウォーキングイベント」を実施し、参加賞を進呈。沖縄本島1周達成者に健康食品を記念品として進呈する。

### ▼ 活動写真



### ▼ ウォーキングマップ



### 健康管理委員コメント

ダスキン沖縄として、初めて取り組んだ運動イベントでした。

①「みんなで歩活」は、参加率75%。事前にkencom登録の推進を行い、全員が登録するなど、健康意識の向上を図った結果、多くの方に参加していただくことができました。沖縄本島1周の目標達成者は48人にもなりました。

②5月15日には、県内2カ所でウォーキングイベントを開催しました。

天気もよく、多くのご家族にも参加していただき、全員で80人参加と大いに盛り上がりました。何よりも子供たちの明るい表情、笑い声が印象的でした。多くの参加者から「次回も開催してほしい」と要望をいただいたことも実施の成果だったと思います。

※2.スポーツ庁では、従業員の健康増進のためにスポーツ活動の支援や促進に向けた積極的な取り組みを実施している企業を「スポーツエールカンパニー」として認定しています。

※健康あすなる活動とは、各事業所の特性に合わせて働きさんの健康づくりを推進する保健事業の一つです。

# 2021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

- 全体で約半数の方が要再検以上となっています。特に有所見(要精密検査、要治療)は4割近くを占め、昨年度より増加しています。
- 事業所によってばらつきはありますが多くの有所見者がいることがわかります。

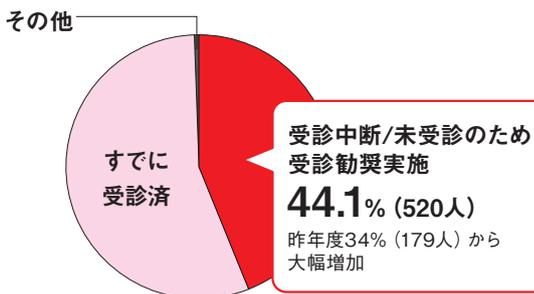


	A判定 異常なし	B判定 要観察	X判定 要再検査	Y判定 要精密検査	C判定 要治療	D判定 治療中
全事業所合計 (n=6,479)	7.7%	33.3%	10.2%	26.2%	8.1%	14.5%
被扶養者 (n=490)	1.6%	38.2%	7.6%	30.2%	4.9%	17.6%
任意継続 (n=85)	12.9%	3.5%	28.2%	12.9%	42.4%	
ダスキン (n=2,578)	11.1%	31.2%	13.0%	25.6%	8.6%	10.6%
ダスキンヘルスケア (n=1,164)	2.4%	34.8%	8.7%	22.3%	8.5%	23.3%
和倉ダスキン (n=80)	10.0%	30.0%	11.3%	36.3%	11.3%	1.3%
小野ダスキン (n=124)	4.8%	37.9%		37.1%	4.0%	16.1%
ダスキンプロダクト北海道 (n=41)	4.9%	46.3%		12.2%	26.8%	4.9%
ダスキンプロダクト東北 (n=45)	24.4%	13.3%		33.3%	20.0%	8.9%
ダスキンプロダクト東関東 (n=95)	15.8%	33.7%		13.7%	22.1%	11.6%
ダスキンプロダクト西関東 (n=92)	19.6%	31.5%		8.7%	28.3%	4.3%
ダスキンプロダクト東海 (n=70)	12.9%	30.0%		12.9%	32.9%	4.3%
ダスキンプロダクト中四国 (n=77)	9.1%	28.6%		3.9%	28.6%	15.6%
ダスキンプロダクト九州 (n=73)	5.5%	31.5%		9.6%	41.1%	6.8%
ダスキンサーヴ北海道 (n=105)	4.8%	30.5%		10.5%	32.4%	1.0%
ダスキンサーヴ東北 (n=106)	1.9%	41.5%		6.6%	39.6%	3.8%
ダスキンサーヴ北関東 (n=132)	2.3%	28.8%		22.0%	28.0%	4.5%
ダスキン伊那 (n=20)		45.0%		25.0%		30.0%
ダスキンシャトル東京 (n=94)	14.9%	39.4%		10.6%	19.1%	10.6%
ダスキンサーヴ東海北陸 (n=261)	11.1%	36.8%		8.4%	17.6%	9.6%
ダスキンサーヴ近畿 (n=96)	13.5%	24.0%		14.6%	30.2%	10.4%
ダスキンサーヴ中国四国 (n=138)	2.2%	42.0%		8.0%	22.5%	10.9%
ダスキンサーヴ九州 (n=229)	7.4%	32.8%		6.1%	32.8%	5.2%
ダスキン沖縄 (n=48)		43.8%			43.8%	12.5%
エバーフレッシュ函館 (n=58)	15.5%	31.0%		8.6%	32.8%	1.7%
エムディフード (n=100)	7.0%	42.0%		1.0%	9.0%	16.0%
かつアンドかつ (n=44)	2.3%	43.2%		18.2%	13.6%	22.7%
ダスキン共益 (n=29)	13.8%	34.5%		6.9%	20.7%	6.9%
その他 (ダスキン愛の輪、健保組合) (n=5)	20.0%	20.0%			60.0%	

### 有所見者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:2022年1月1日時点。資格喪失者を除く。2022年1月31日時点で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



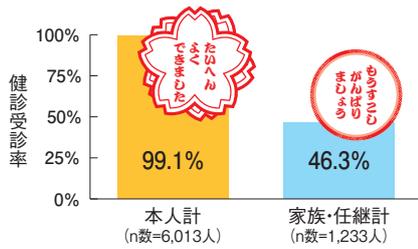
保健師・看護師から確認を実施した1,178人のうち  
**520人が医療機関を受診していませんでした。**

ダスキン健康保険組合では、重症化リスクの健診項目をもとに、定期健診後、担当の保健師・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656人の方が自発的に受診されています。

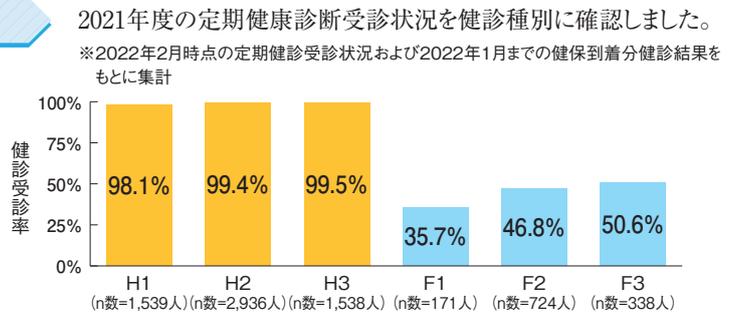
医療機関未受診の方は早期の受診をお願いします

受診勧奨確認実施者1,178人 確認期間:2021年8月~2022年1月 n数=1,178人、受診勧奨対象者2,222人のうち、保健師・看護師が確認をした方。  
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方。

## 2021年度定期健康診断受診状況(速報)



内訳



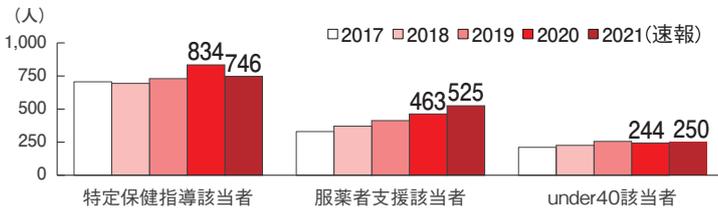
コロナ禍においても本人は99%以上の方が健康診断を受診しています。家族の受診率は50%未満と低く、半数近くの方が健康診断を受けていません。

健診受診は生活改善の第一歩です

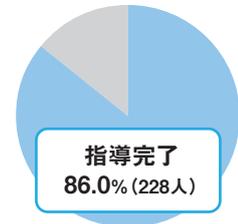
がん検診や婦人科系の検診を一度に受けられるよう健康診断のプログラムを拡充しています。健康診断を受診しましょう。

## 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 (申込者数=265人)



服薬者支援該当者、under40該当者とも増加傾向です。特定保健指導に取り組んだ9割近く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。  
※2021年度の該当者数は2022年1月までの健保到着分の健診結果をもとに集計。  
※特定保健指導申込者は初回面談まで実施した方。  
また完了状況は2022年2月時点の情報。

生活習慣の見直して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。

## 2021年度心・脳疾患受診状況(本人)

心筋梗塞・脳梗塞などの重症疾患は毎年発生しています。2021年度の受診状況を確認しました。

心・脳疾患は再発率の高い病気です

ダスキン健保でも毎年50人以上の方が重症な心疾患、脳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。

重症心疾患発症者 56人<sup>※1</sup> / 健診受診者6,096人<sup>※2</sup>



※1: 2021年4月~11月における該当病名での医療機関受診者数。  
※2: 2022年1月までに健保到着分の健診結果で集計した健診受診者数。  
カッコ内は前年度の医療機関受診者数。

### 40歳代(Aさん) 脳内出血

血圧の薬を服用していたが、2年前から通院が途絶えていた。しかしながら、血圧がかなり高い状態が続いていた。喫煙や飲酒の習慣はないものの、運動習慣もなかった。2021年に脳内出血を発症し入院。

### 50歳代(Bさん) くも膜下出血

血圧が高く、発症直前まで高脂血症で通院していた。肥満ではないが、毎日の飲酒量がかなり多かった。2021年にくも膜下出血を発症し入院。

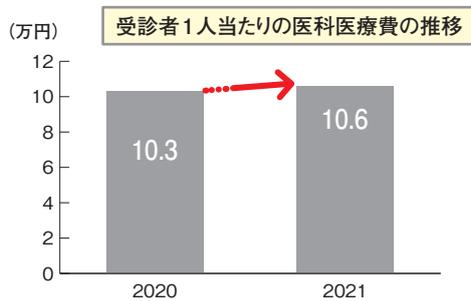
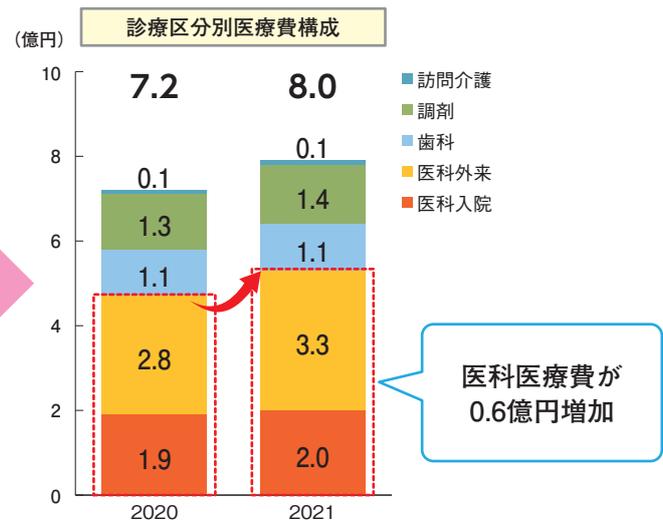
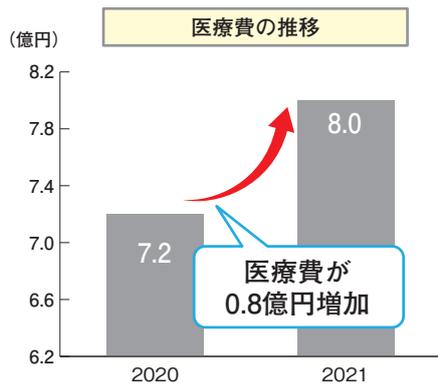
生活習慣病は健診や生活改善で予防できます

重症化予防対策として心・脳血管疾患発症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。

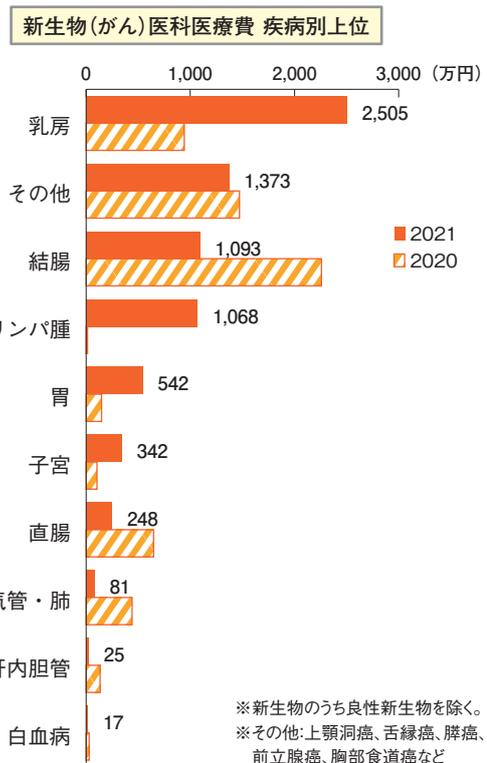
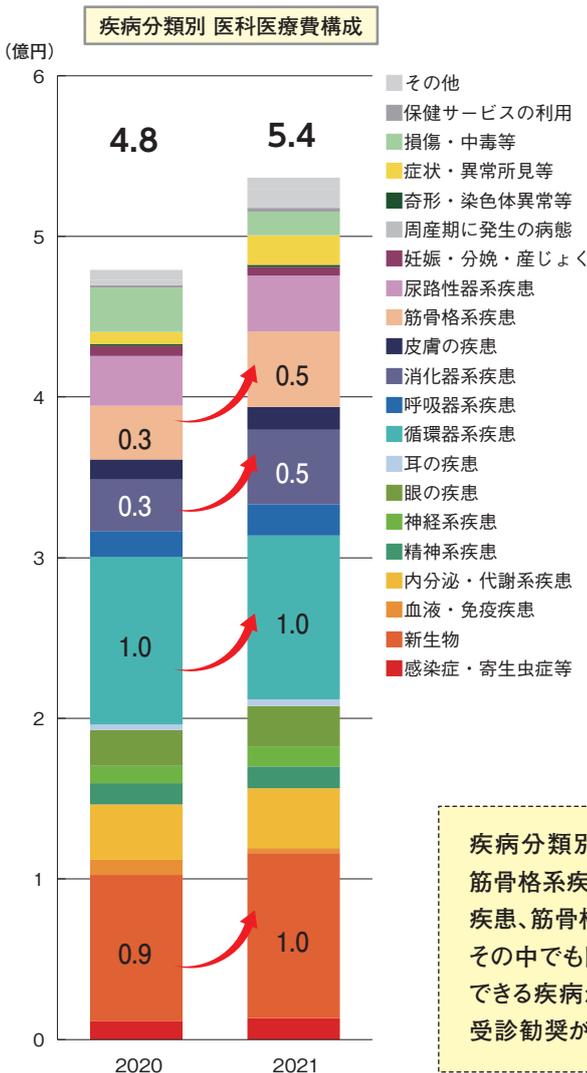
医療費の状況(速報・本人)

2021年度の医療費(4月～11月)について、2020年度の同じ期間の医療費と比較しました。

※医療費は2021年4～11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。  
2020:2020年4月～11月診療分、2021:2021年4月～11月診療分を集計しています。



前年度と比べ医療費が増加しています。  
受診者1人当たりの医療費も増加しています。  
その内容を見ると、内科医療費が増加していることがわかります。

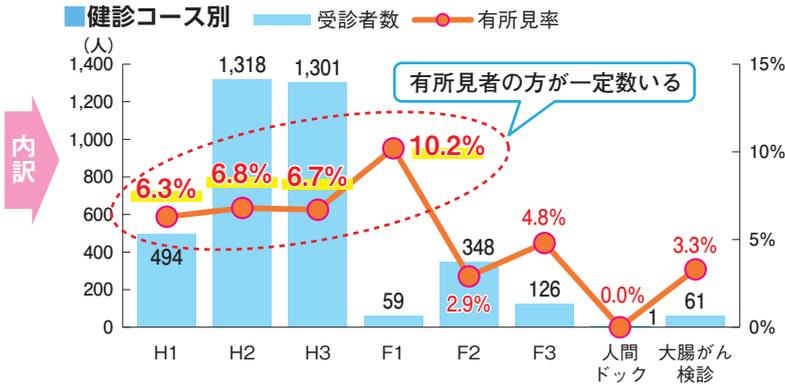
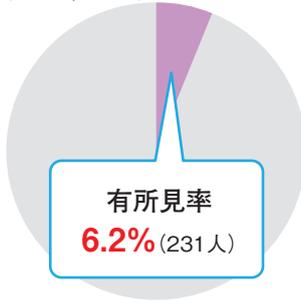


疾病分類別の医療費をみると、新生物(がん)、循環器系疾患、消化器系疾患、筋骨格系疾患が高く、循環器系はほぼ横ばいであるものの、新生物(がん)、消化器系疾患、筋骨格系疾患の医療費は増加しています。  
その中でも医療費の高い新生物(がん)をみると、乳房や結腸など検診で早期発見できる疾病が上位にあることから、がん検診の受診促進と有所見者への医療機関受診勧奨が急がれます。

## がん検診受診状況

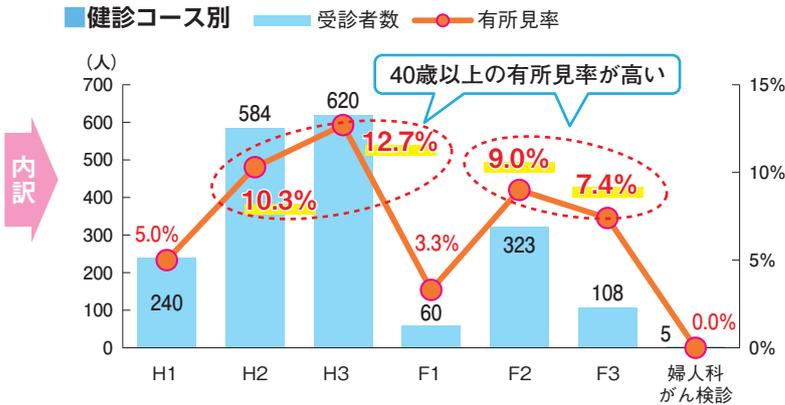
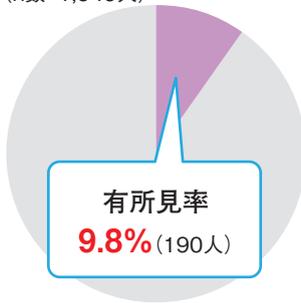
2021年度のがん検診の受診状況と有所見者状況を確認しました。  
また、検診後の有所見者の医療機関受診状況を確認しました。  
※2022年1月時点の健保到着分の健診結果をもとに集計。

### 大腸がん検査受診者 有所見者状況 (n数=3,708人)



有所見者  
231人中  
医療機関受診  
**1人**

### 婦人科がん検査受診者 有所見者状況 (n数=1,940人)



有所見者  
190人中  
医療機関受診  
**13人**

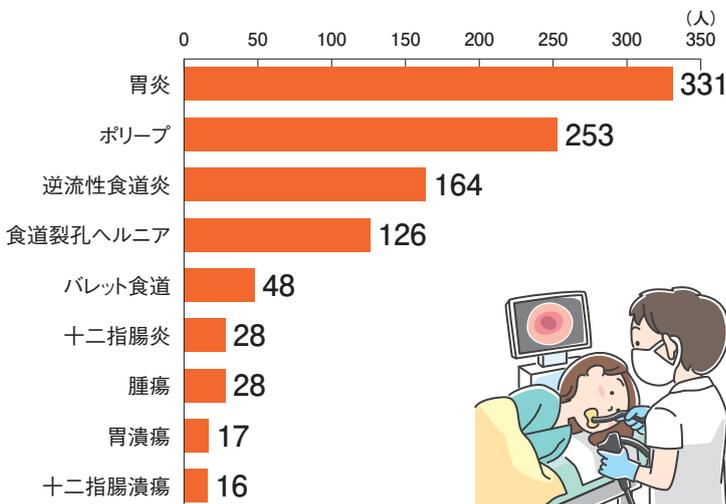
コロナ禍であっても、大腸がん検査、婦人科がん検査を受診している方は増加しています。がん検診(大腸・婦人科)を一度に受けられるよう、健診プログラムを拡充しています。早期発見のためにも、がん検診を受けましょう。

早期発見のためにも、  
がん検診を受けましょう

## 胃内視鏡検査状況

2021年度の健診において胃内視鏡検査を受診した方の有所見者状況を確認しました。  
※2022年1月時点の健保到着分の健診結果をもとに集計。

### 胃内視鏡検査受診者 n数=659人のうち有所見者(582人)の 具体的な所見について



※胃内視鏡所見が複数ある方は、所見内容欄に複数記載されています。

胃内視鏡検査で有所見者の方は半数以上が「胃炎」の所見でしたが、「ポリープ」や「腫瘍」といった重症化につながる所見もありました。また、食道や十二指腸の所見もみられました。胃内視鏡検査は、重症疾患の早期発見、早期治療につながります。今年度から健診プログラム(H2およびF2コース)受診時に、胃内視鏡検査などの部位検診(補助金制度)を同時に受診できるようになりました。

▶詳しくは、部位検診P14

グループ		ダスキンの健康計画	訪販グループ・法人			生産本部			フードグループ			本社等	事業横断グループ	0100	0159	0211	0240
名称	本部		地域	直営	本部	地域	工場	本部	地域	直営	本部	本部	ダスキン	ダスキンヘルスケア	ダスキンサウ北海	ダスキンサウ東北	
平均年齢		47.0	48.2	47.2	43.7	47.6	43.8	47.6	48.2	50.8	36.5	49.5	48.1	46.5	50.4	46.8	44.9
人数	人数	6,512	541	419	752	95	12	193	152	58	87	301	79	2,691	1,345	114	120
	40歳以上	74%	77%	72%	60%	69%	58%	77%	76%	91%	38%	77%	80%	70%	82%	77%	74%
	健診受診者	94%	99%	99%	96%	99%	100%	99%	96%	100%	93%	97%	86%	97%	90%	94%	88%
	特定健診受診者(40歳以上)	95%	100%	99%	95%	98%	100%	99%	97%	100%	94%	98%	86%	97%	92%	94%	94%
	特定保健指導実施者	29%	35%	47%	24%	64%	67%	10%	56%	46%	0%	45%	44%	40%	25%	50%	25%
肥満	kencom登録者	40%	64%	71%	23%	57%	67%	15%	61%	74%	38%	65%	62%	49%	13%	97%	51%
	肥満	30%	37%	40%	24%	37%	58%	33%	49%	67%	16%	31%	30%	33%	25%	40%	31%
糖尿病	非肥満	64%	62%	59%	72%	62%	42%	67%	47%	33%	77%	66%	56%	64%	66%	54%	58%
	高血糖(血糖リスクあり)	37%	35%	40%	29%	34%	42%	39%	45%	55%	18%	34%	37%	35%	44%	36%	40%
	糖尿病	9%	11%	12%	7%	12%	17%	12%	13%	14%	5%	14%	13%	11%	8%	14%	8%
	インスリン治療	1%	1%	2%	1%	0%	17%	2%	0%	0%	0%	2%	1%	1%	1%	1%	3%
高血圧関連	糖尿病関連重症化	2%	3%	3%	2%	3%	17%	5%	5%	3%	1%	3%	1%	3%	2%	3%	3%
	高血圧(血圧リスクあり)	27%	26%	30%	25%	40%	42%	25%	30%	41%	10%	32%	23%	27%	28%	32%	23%
高血圧関連合併症	高血圧症	18%	18%	21%	15%	24%	17%	23%	16%	19%	7%	24%	18%	18%	20%	17%	8%
	高血圧関連重症化	3%	3%	2%	3%	2%	0%	2%	3%	10%	1%	4%	6%	3%	4%	1%	0%
	脳血管疾患	2%	2%	3%	1%	5%	0%	5%	2%	0%	0%	4%	4%	2%	3%	0%	2%
	虚血性心疾患	2%	2%	3%	1%	4%	0%	4%	3%	3%	2%	2%	0%	2%	2%	2%	1%
脂質異常症	大動脈疾患	0%	0%	0%	0%	2%	0%	0%	1%	2%	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%
	脂質異常(脂質リスクあり)	50%	55%	55%	47%	57%	58%	49%	59%	67%	36%	55%	37%	52%	48%	55%	50%
肝機能	脂質異常症	16%	18%	18%	13%	19%	25%	24%	16%	12%	5%	18%	15%	16%	15%	27%	8%
	肝機能	23%	29%	37%	19%	33%	67%	19%	39%	45%	5%	27%	24%	27%	18%	32%	22%
慢性腎不全	肝機能障害	6%	7%	8%	4%	6%	0%	4%	9%	9%	1%	7%	5%	6%	5%	12%	3%
	慢性腎不全	0.9%	1.1%	1.0%	0.7%	2.1%	0.0%	1.0%	2.6%	0.0%	1.1%	1.0%	5.1%	1.2%	0.7%	0.0%	0.0%
医療費(千円)	人工透析あり	0.1%	0.2%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	1.3%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.1%	0.1%	0.0%	0.0%
	医療費合計(平均)	144	140	164	133	110	123	153	229	105	152	148	98	146	163	126	63
	入院医療費(平均)	891	544	1,363	1,229	509	-	572	1,008	220	1,432	991	1	959	1,168	-	127
外来医療費(外来+調剤)(平均)		94	104	91	80	75	108	88	140	99	74	97	83	93	111	86	48

※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2021年4~11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。  
 ※2022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2022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:2020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**

**2021年度の傾向**

2021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**生産本部・地域、フードグループ・地域、フードグループ・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・地域、フードグループ・地域、フードグループ・本部
- 高血圧(血圧リスクあり) : 生産本部・本部、生産本部・地域、フードグループ・地域
- 脂質異常(脂質リスクあり) : 生産本部・地域、フードグループ・地域、フードグループ・本部
- 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

生産本部・地域と  
 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。

**経年の傾向のリスク**

2020年度と比べると、ダスキン全体では肥満リスク、高血糖リスク、脂質異常症リスクが増加しています。

ダスキンのグループ別をみると、

訪販グループ・法人は、本部では血糖、脂質のリスクが増加し、地域では肝機能リスクが増加しています。

生産本部は、本部では血糖、血圧、脂質、肝機能ともリスクが増加し、地域では肝機能リスクが増加し、グループ内で最も高くなっています。

フードグループは、本部では血糖、血圧、肝機能でリスクが増加し、地域では血糖、血圧のリスクが増加しています。

本社グループは、血糖、脂質リスクが増加しています。

# 者)健康リスク比較表(速報)

グループ内TOP3      ダスキン平均より高い

0241	0249	0185	0167	0247	0242	0193	0251	0101	0154	0227	0221	0237	0156	0239	0162	0238	0178	0248	250	0226		2000
ダスキンサーヴ北関東	ダスキン伊那	ダスキンシャトル東京	ダスキンサーヴ東海北陸	ダスキンサーヴ近畿	ダスキンサーヴ中国四国	ダスキンサーヴ九州	ダスキン沖縄	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	エバーフレッシュ函館	エムティフード	かつアンドかつ	ダスキン共益	(愛の輪、健保組合)※	任意継続
45.1	47.1	41.8	43.9	44.4	47.0	45.8	40.9	49.3	44.0	50.2	45.7	44.3	45.1	48.7	46.9	45.4	48.5	40.4	44.0	45.7	56.4	59.7
146	23	100	293	105	153	246	56	85	128	43	52	103	97	74	81	78	68	111	61	29	5	105
71%	74%	65%	65%	62%	80%	73%	54%	82%	68%	88%	73%	71%	69%	85%	77%	78%	76%	53%	69%	76%	100%	94%
93%	87%	94%	89%	93%	92%	95%	93%	95%	97%	98%	87%	95%	98%	97%	95%	96%	87%	94%	74%	100%	100%	65%
95%	88%	98%	93%	94%	93%	97%	100%	94%	99%	97%	92%	97%	99%	98%	97%	98%	92%	97%	76%	100%	100%	65%
18%	0%	25%	6%	0%	12%	17%	56%	0%	40%	20%	25%	0%	11%	17%	0%	0%	0%	14%	0%	50%	-	15%
60%	78%	69%	29%	79%	37%	55%	98%	36%	43%	26%	25%	30%	14%	59%	35%	19%	25%	20%	0%	86%	80%	49%
28%	30%	23%	27%	36%	37%	32%	36%	31%	27%	21%	25%	30%	25%	20%	30%	23%	26%	31%	26%	28%	20%	28%
65%	57%	71%	63%	57%	56%	63%	57%	73%	70%	77%	62%	65%	73%	77%	65%	77%	60%	63%	48%	72%	80%	37%
34%	39%	23%	35%	30%	44%	41%	27%	25%	41%	28%	33%	31%	33%	36%	36%	33%	31%	38%	34%	31%	40%	35%
6%	13%	6%	6%	12%	7%	7%	2%	12%	10%	9%	8%	3%	9%	5%	10%	4%	13%	4%	7%	10%	0%	23%
0%	0%	2%	0%	1%	1%	0%	2%	1%	1%	0%	0%	0%	1%	0%	0%	0%	1%	1%	2%	0%	0%	1%
0%	0%	3%	1%	3%	1%	1%	2%	2%	2%	0%	0%	0%	3%	3%	1%	1%	3%	2%	2%	0%	0%	5%
22%	22%	29%	22%	27%	34%	28%	11%	31%	34%	42%	37%	36%	25%	28%	30%	26%	28%	14%	15%	14%	0%	28%
13%	30%	10%	13%	16%	18%	18%	5%	20%	22%	23%	17%	14%	18%	19%	19%	12%	19%	11%	13%	10%	0%	41%
2%	13%	2%	1%	2%	2%	2%	0%	0%	6%	5%	2%	2%	3%	1%	2%	3%	9%	1%	0%	0%	0%	9%
0%	0%	1%	0%	1%	1%	0%	0%	0%	2%	2%	0%	1%	0%	0%	1%	0%	1%	1%	2%	3%	0%	6%
4%	4%	2%	0%	5%	1%	1%	2%	4%	2%	5%	2%	1%	1%	1%	4%	4%	4%	1%	2%	3%	0%	6%
0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%	2%	0%	0%	0%
53%	35%	47%	47%	51%	61%	55%	34%	51%	49%	51%	50%	46%	48%	46%	51%	46%	49%	45%	33%	55%	80%	36%
14%	13%	4%	14%	15%	11%	15%	9%	21%	20%	19%	23%	12%	16%	12%	14%	6%	16%	10%	21%	24%	20%	30%
28%	26%	11%	22%	28%	31%	29%	23%	11%	17%	19%	25%	20%	11%	18%	21%	13%	22%	16%	30%	31%	40%	24%
8%	9%	2%	3%	3%	6%	7%	7%	7%	8%	19%	12%	4%	6%	4%	9%	8%	13%	6%	11%	3%	0%	11%
0.7%	0.0%	1.0%	1.0%	0.0%	0.7%	1.2%	0.0%	0.0%	0.8%	2.3%	0.0%	1.9%	1.0%	1.4%	0.0%	1.3%	0.0%	0.0%	1.6%	0.0%	0.0%	1.9%
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%	0.0%	0.0%	0.0%
153	64	144	137	220	160	92	136	115	162	116	96	126	102	139	105	117	241	78	82	124	156	192
3,594	-	741	431	1,258	920	424	432	417	1,122	637	472	908	567	819	423	407	645	721	488	696	194	689
79	59	139	107	158	109	60	62	86	78	75	51	67	72	128	75	81	112	46	61	84	101	118

## ダスキン関係会社の傾向

### 2021年度の傾向

2021年度の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) :ダスキンヘルスケア、ダスキンサーヴ中国四国、小野ダスキン
  - 高血圧(血圧リスクあり) :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
  - 脂質異常(脂質リスクあり) :ダスキンサーヴ中国四国、ダスキンサーヴ九州、その他事業所
  - 肝機能(肝機能リスクあり) :ダスキンサーヴ北海道、ダスキン共益、その他事業所
- ダスキンサーヴ中国四国は2つのリスク指標でTOP3に入っています。

### 経年の傾向

ダスキンヘルスケアは2020年度と比べ、高血糖、脂質異常ともリスクがさらに増加しています。リスク保有率の高いダスキンサーヴ中国四国をみると、高血糖、高血圧、脂質異常、肝機能障害のリスクが増加しています。また、2020年度のリスク保有率TOP3に入った、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は、2021年度も引き続きTOP3に留まっています。

## 任意継続加入者の傾向

2021年度の任意継続加入者は平均年齢も高く、健康リスクは多くの指標で平均より高くなっています。2020年度と比べると、高血糖、高血圧、脂質異常、肝機能障害リスクは増加し、医療費合計は減少しています。

# INFORMATION

## ● 健康保険法の改正

全世代対応型の社会保障制度を構築するための健康保険法等の改正が施行されます。

改正内容		施行スケジュール
傷病手当金の支給期間の通算化	<b>治療と仕事の両立支援</b> 支給期間を通算しての日数管理へ（1年6カ月間）。 ※給付の可否は、毎回審査が行われます。	2022年1月
任意継続被保険者制度の見直し	<b>脱退理由と保険料の見直し</b> 退職後の被保険者の生活実態に応じた加入期間の短縮を支援するため、任意脱退を認める。 （退職前に標準報酬月額より高額の給与が支払われていた方の月額は2022年度の組合会検討事項）	
保健事業における健康情報等の活用促進	<b>生涯を通じた保健事業の推進</b> 40歳以上の特定健診結果の保険者間引き継ぎは、オンライン資格確認経由は本人同意不要。40歳未満の引き継ぎは同意必要。	
不妊治療の保険適用	<b>不妊治療の経済的負担の軽減</b> 治療開始時点で女性が43歳未満。子供一人につき40歳未満は最大6回。40～43歳は、最大3回。標準的な治療法のガイドにより保険適用となる。事実婚も対象。	2022年4月
育児休業中の社会保険料免除要件の見直し	<b>育児休業中の経済支援</b> 月末時点で育休を取得している場合に当月の保険料が免除。その月中に2週間以上育休を取得した場合は月末を含まなくても対象となる。賞与の保険料は、ひと月を超える育児休業を取得が対象。	2022年10月
出生時育児休業の創設	<b>仕事と育児の両立、男性の育児休業促進</b> 子の出生直後8週間のうち4週間が取得可能。申し出期限は原則休業開始の2週間前まで。対象期間に限り、2回まで分割取得可能（初めにまとめて申し出）。	
後期高齢者医療における窓口負担の見直し	<b>若い世代の保険料負担の見直し</b> 後期高齢者（75歳以上）の課税所得により保険料2割負担。	

## ● 風疹ワクチン無料接種 2024年度末まで延長へ

2021年度で終了予定だった風疹ワクチン無料接種が**2024年度末まで**延長されます。厚生労働省は、2021年度中に190万人の男性にワクチン接種を終える計画でしたが、コロナ禍や健康診断の延期などで接種率が39%に留まっている現状を踏まえ、2024年度末まで延長することになりました。

また、抗体検査を受けていない対象者には検査を無料で受けられるクーポンが、お住まいの市町村から郵送されます。対象年齢で未接種の方は、改めて風疹ワクチンを接種しましょう。

対象世代の男性

2022年4月1日時点で、43歳から60歳の男性

1979年  
4月1日  
生まれ



1962年  
4月2日  
生まれ

## ● 健保薬局 (ダスキン健康保険組合ホームページ) をご利用ください

ダスキン健康保険組合では、被保険者ならびにご家族の皆様に特別価格にて家庭用常備薬等の斡旋をしております。

本誌 (santé No.172) に同梱しております「家庭用常備薬等斡旋のご案内」チラシの申込書をご利用いただくか、ダスキン健康保険組合のホームページの「健保薬局」ページにアクセスいただき、下記のいずれかの方法でご利用ください。

- 常備薬通販サイト「健やかショップ」からお申し込み
- 申込書をダウンロードの上、FAXでお申し込みください

ダスキン健康保険組合のホームページの「健保薬局」ページ  
<https://www.duskin-kenpo.or.jp/subscriber/subscriber2.html>



## ● 「健保連」のホームページにも、健康情報

健保連 (健康保険組合連合会) は、一定規模以上の社員 (被保険者) のいる企業が設立する健康保険組合の連合組織として、各健保組合の活動を支え、保険者機能の充実・強化に向けた活動を行っています。

健保連のホームページには、医療保険制度の基礎知識をはじめ、健康コラムには健康管理に役立つ情報が掲載されています。ぜひ一度アクセスしてみてください。

「健保連 (健康保険組合連合会)」ホームページ



## ● 令和4年度 医療費が変わります 令和4年4月からの変更点

- 一定期間内、繰り返し使えるリフィル処方せんが導入され、症状が安定している慢性疾患の患者は一定期間内であれば医療機関を再診しなくても薬の処方せんを繰り返し利用できるようになります。

患者の通院の負担軽減につながり、受診回数が減ることで医療費抑制も期待されます。なお、投薬量に限度がある新薬や向精神薬、湿布薬は対象外となります。

- 処方せん様式を変更して「リフィル可」チェック欄を新設し、医師がリフィルによる処方が可能と判断した場合に、処方せんの「リフィル可」欄に✓点、使用回数が記入される。
- リフィル処方せんの総使用回数の上限は3回まで。
- 2回目以降は、前回調剤日を起点に投薬期間を経過する日を次回調剤予定日とし、その前後7日以内に調剤してもらう。



- 新型コロナウイルス感染拡大への対応で特例的に認められている、初診からのオンライン診療が恒久化されます。かかりつけ医による診療が原則です。オンライン診療は対面診療と組み合わせて行います。

「オンライン診療の適切な実施に関する指針」に基づき、初診料、再診料が新設され、医療機関と患者との間の時間・距離要件や実施割合の上限は撤廃されます。オンラインでの初診料は対面より37点低く設定されています。

- 初診料 (情報通信機器を用いた場合) …… 251点
- 再診料 (情報通信機器を用いた場合) …… 73点
- 外来診療料\* (情報通信機器を用いた場合) …… 73点

※一般病床 200 床以上の病院の再診

2022年2月2日に開催されましたダスキン健康保険組合第133回組合会において、2022年(令和4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

前期高齢者納付金や医療費の増加に対応するため積立金を取り崩し、不足分を保険料率の引き上げで補います

### 保険料率を9.8%から10.1%に引き上げ

2022年度予算は経常収支▲5億6,221万円で、不足に対し積立金を充当しますが、それだけでは足りず、保険料率を引き上げざるを得ない状況となりました。経常赤字の主な要因は、納付金の増加と保険給付費(医療費)の増加です。皆様にはご負担が増すこととなりますが、以下の内容をご理解いただき、ご協力をお願いいたします。

#### ◆納付金の増加

納付金(前期高齢者納付金+後期高齢者支援金)は2021年度より減る見込み(14%減)ではありますが、2020年度以前に比べると大幅に増えています(2020年度実績比122%)。全国的には前期高齢者(65歳以上75歳未満)は国民健康保険(市町村国保)への加入が多く、医療費の負担は国民健康保険に偏るため、この不均衡の解消を目的に、各保険者の前期高齢者の加入率に応じて負担を調整するしくみがとられています(加入率が平均より少ない保険者は差分を負担する)。この計算の際、その保険者に属する前期高齢者の1人当たりの医療費が積算されます。当組合の最近の加入率に大きな変動はありませんが、1人当たりの医療費が大きく増加しており、これに伴い納付金の額が大幅に増加しています。そのため、前期高齢者の医療費適正化が急務です。ご本人のみならず、職場ぐるみでの積極的な健康管理をお願いします。

#### ◆保険給付費(医療費)の増加

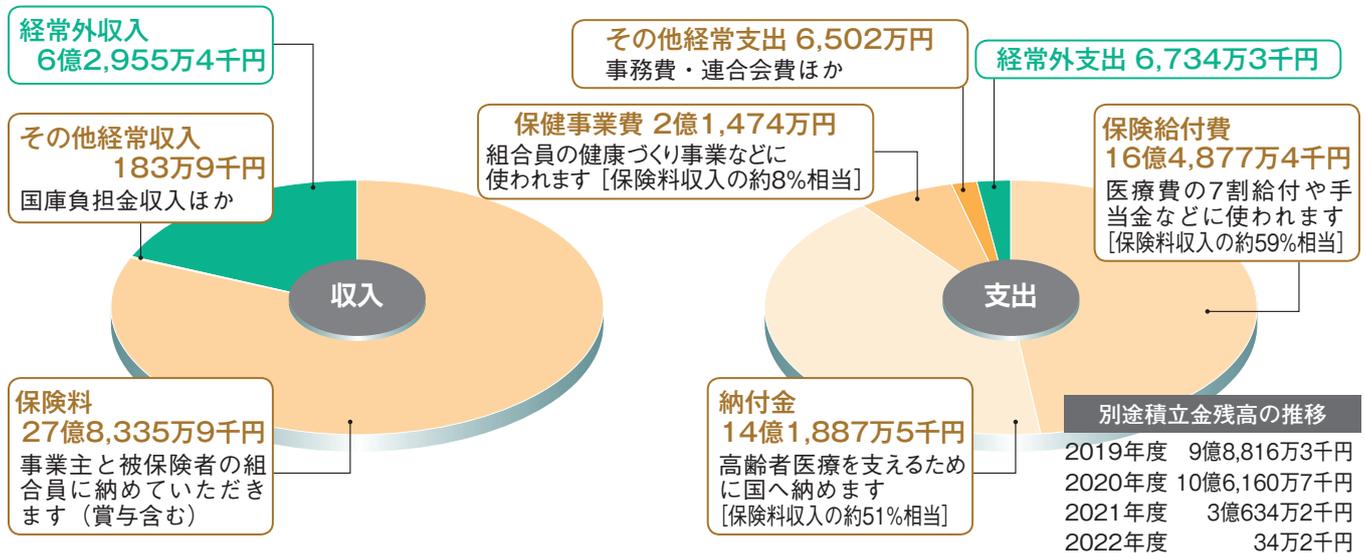
2021年度の保険給付費の前年度比は113%、給付費に占める上位2疾病は、がんと循環器系疾患(血液を全身に循環させる臓器や血管の病気)です。前期高齢者ではこの2疾病の割合がさらに増加しています。これらを含む生活習慣病対策が肝要です。

#### ◆重症化する前に対策を

再雇用の増加や定年延長などにより、前期高齢者の方、またこれから前期高齢者となる方の健康管理がますます重要となる時代がすでに到来しています。若い世代のうちから将来を見据えた健康意識を持つことも必要となります。ご自身の健康に十分留意いただき、特定保健指導や生活習慣改善プログラムの対象となった場合は、重症化予防のため必ずご参加いただき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	6,845人
平均標準報酬月額	269,674円
保険料率	10.1%
事業主	5.05%
被保険者	5.05%

経常収入支出差引額 ▲5億6,221万1千円



## 介護保険

### 保険料率は1.85%に据え置き

2022年度の介護保険料率は据え置き1.85%。介護納付金は3億4,626万4千円(前年度予算比2,550万円減)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	3億8,700万5千円
繰越金	4,741万6千円
雑収入等	2千円
<b>収入合計</b>	<b>4億3,442万3千円</b>

科目	支出予算額
介護納付金	3億4,626万4千円
介護保険料還付金	1万5千円
積立金	1千円
一般勘定繰入	1千円
予備費	8,814万2千円
<b>支出合計</b>	<b>4億3,442万3千円</b>

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	4,575人
平均標準報酬月額	300,000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。

# 2022年度 ダスキン健康保険組合が取り組む保健事業

2022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む、組合員一人一人の健康維持・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

ダスキン健保ホームページ健康づくり編 ▶

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
<p><b>&lt;対象&gt;</b> 40～74歳の被保険者・被保険者配偶者・被扶養者</p> <p>定期健康診断と同時に行います。生活習慣病（高血圧・高血糖・脂質異常症等）の早期発見・治療・予防のために実施しています。被保険者には事業主とのコラボヘルスにより実施しています。糖尿病等の発見のため眼底検査も付加しています。HbA1c（糖代謝）、腎機能項目（クレアチニン・eGFR）検査は全年齢の方に付加しています。</p>	<p><b>&lt;対象&gt;</b> 40歳以上3歳刻み（73歳まで）の被保険者</p> <p>定期健康診断のH3コースです。項目に、腹部エコー・肺機能検査等、人間ドックの検査項目を提携医療機関で受診いただきます。 ※がん検査項目（胸部・肺・胃部・大腸・婦人科）が含まれています。 ※特定健診の項目が含まれています。</p>	<p><b>&lt;対象&gt;</b> 被扶養配偶者、40歳以上の被扶養者と任意継続加入者</p> <p>病気の早期発見・治療につながるための定期健康診断。40歳以上は眼底検査を含んでいます。がん検査として、大腸がんと婦人科検診項目も付加しています。40歳以上3歳刻み（73歳まで）の方には被保険者同様に、節目健診（F3コース）も実施します。</p>	<p><b>&lt;対象&gt;</b> 健診結果で重症化リスクのある方</p> <p>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。</p>
部位検診（補助金制度）	がん（婦人科）検診（補助金制度）	がん（大腸）郵送検診（補助金制度）	医療費通知/ジェネリック差額通知
<p><b>&lt;対象&gt;</b> 40歳以上（H2・F2コース）受診者のうち希望者</p> <p>40歳以上の加入者（H2・F2コース）のうち、一部提携医療機関受診時または定期健診結果を受領された希望者に実施。 ●<b>健保負担上限金額10,000円</b> ●<b>受診対象期間（2月末まで）</b> ※肺ヘリカルCT・脳MRI / MRA・胃内視鏡・大腸内視鏡のいずれか1コース</p>	<p><b>&lt;対象&gt;</b> 女性被保険者・被扶養配偶者・40歳以上の被扶養者のうち希望者</p> <p>医療機関および、事業所での集団婦人科検診で実施。 ●<b>健保負担上限金額10,000円</b> ●<b>受診対象期間（2月末まで）</b> 提携医療機関では定期健康診断の受診項目に含まれています。 ※検診は年1回のため、定期健康診断、節目健診等での受診者は対象外</p>	<p><b>&lt;対象&gt;</b> 被保険者・被扶養者のうち希望者</p> <p>被保険者・被扶養者の希望者を対象に実施。健保が費用負担。 ●<b>受診対象期間（2月末まで）</b> 提携医療機関では定期健康診断の受診項目に含まれています。 ※検診は年1回のため、定期健康診断、節目健診での受診者は対象外</p>	<p><b>&lt;医療費通知対象&gt;</b> Webサービス [KOSMO Web] で毎月情報更新にて通知。 <b>&lt;ジェネリック差額通知対象&gt;</b> 差額通知（3カ月分で500円以上の差額がある方）。年2回通知。</p>

## ■ 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	肩こり・腰痛予防プログラム
<p><b>&lt;対象&gt;</b> 特定健診の結果、健康リスクが高まる可能性がある方</p> <p>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。事業主とのコラボヘルスで、対象者への参加勧奨を行っています。 ※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。</p>	<p><b>&lt;対象&gt;</b> 健康診断の結果、40歳未満、服薬者の健康リスクのある方</p> <p>将来の重症化予防のため、特定保健指導に準じ、専門家による生活習慣改善プログラムを実施します。事業主とのコラボヘルスで、対象者への参加勧奨を行っています。 ※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。</p>	<p><b>&lt;対象&gt;</b> 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のある方</p> <p>重症化予防のため、専門家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。 ●<b>糖尿病重症化予防</b> ●<b>心・脳血管疾患発症予防</b> ●<b>オンライン禁煙プログラム</b></p>	<p><b>&lt;対象&gt;</b> 主に前期高齢者（65歳以上）の健康リスク対象者</p> <p>前期高齢者の健康リスクを感じている方を対象者に、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。 ※65歳未満の希望者も参加できます。</p>

## ■ 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斡旋	「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
<p>健診結果、医療費情報チェックができる、一人一人に合わせたICT活用の「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情報提供、健保からの「お知らせ」を登録アドレスにメール配信もしています。医師による健康相談サービス「first call」を無料で利用できます。</p>	<p>家庭用常備薬を組合員価格で斡旋します。本誌に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。</p>	<p>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。希望のチームを選び、登録して参加します。2021年秋からは一人参加も可能となりました。参加は、kencomのサイトから登録します。</p>	<p>スポーツクラブ「ルネサンス」を法人会員で利用いただけます。マシントレーニング、スイミング、スタジオメニュー等があります。24時間営業店舗もあります。オンライン会員のプログラムもあります。</p>

## ■ 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 [santé]	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
<p>制度の変更や、予算・決算、健康推移や保健事業の取り組み、健康白書の全体版等を掲載。被保険者には事業者へ、被扶養者用はご自宅に、年2回送付します。</p>	<p>当健保からのお知らせをホームページやダスキンNot-IPPOを通じて公開しています。毎月1回、事業所および組合員を対象に、健康維持・増進の啓発、疾病の早期発見・早期治療を促す情報を「santé INFORMATION」として掲載しています（スマホやタブレットでも閲覧可能）。</p>	<p>24時間・年中無休の電話健康相談を設置。 <b>TEL 0120-860-647</b> 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。</p>	<p>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。 ●<b>健康白書の公表</b> 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。 ●<b>健康管理システム「すこやかサポート21」の活用</b> 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。 ●<b>健康経営優良法人認定</b> 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。</p>

※保健事業の内容は、データヘルス分析をもとに、重点施策を組合会にて毎年度決定いたします。

※補助金制度のうち、「人間ドック」のコースは2022年度で終了いたしました。部位検診とがん検診の補助金制度は継続いたします。

※医療費通知の書面発行は2020年度で終了しています。KOSMO Webをご利用ください（通信環境がないなど、本サービスが利用できない場合は、「医療費通知明細発行申請書」をご提出ください。個別に「医療費通知明細」を発行いたします）。医療費は、kencomでも確認ができます。

## 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



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

登録はこちらから▼



登録方法は  
こちらから▼(PDF)



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](mailto: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の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。