

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～

財産の
減少

なぜ？
その背景は？

みんなで考えよう！
令和5年度
保険料率改定 10.10%
↓
11.03%に

納付金、
支援金の
増加

医療費の
増大



No.174の主な内容

- | | |
|---------------------------|---------------------------|
| ● 令和5年度健康保険料率の改定について … P4 | ● 令和5年度健康診断 …… P17 |
| ● 令和5年度予算と事業計画 …… P8 | ● 補助金制度（がん検診・部位検診） …… P22 |
| ● 令和5年度保健事業 …… P9 | ● 2022秋「みんなで歩活」報告 …… P23 |
| ● データヘルス分析 …… P10 | ● ダスキンの健康経営® …… P26 |

創業者の想い～働きさんの幸福を願って～	2	定期健康診断・ファミリー健診	17
令和5年度健康づくりカレンダー	3	補助金制度（がん検診・部位検診）	22
令和5年度より、健康保険料率を改定いたします	4	2022秋「みんなで歩活」開催報告	23
新理事長から皆さまへ	7	「kencom」登録状況	25
令和5年度予算と事業計画	8	ダスキンの健康経営 [®] とは	26
令和5年度ダスキン健康保険組合が取り組む保健事業	9	健康あすなろ活動	27
令和4年度 健康診断に基づくデータヘルス分析	10	健康スコアリングレポート	28
ダスキン健康保険組合＜2023年＞主な保健事業の内容	16	INFORMATION	29

※「健康経営[®]」は、NPO法人健康経営研究会の登録商標です。

2023年3月31日現在の当健保の状況は下記のとおりです。

事業所数	27事業所
被保険者数※	6,945人（男性3,356人 女性3,589人）
被扶養者数	3,400人（男性1,162人 女性2,238人）
扶養率	0.49人／1人
平均標準報酬月額	273,058円（21等級）
健康保険料率	1000分の110.3（令和5年度料率）
介護保険料率	1000分の18.5（令和5年度料率）

※被保険者は、当健保に加入している働きさん本人のことです。

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
令和5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	2023春「みんなで歩活」 4月28日～5月31日			エントリー期間 4月3日～4月27日			2023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 被保険者（本人） (予約期間:4月27日～6月10日) ●定期健康診断（H1・H2コース） ●人間ドック健診（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31日) ●ファミリー健診（F1・F2） ●人間ドック健診（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12日～2月29日 被保険者（本人） 被扶養配偶者 被扶養者（家族） 任意継続者 補助金制度 ●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 被保険者（本人） 被扶養配偶者 被扶養者（家族） 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 ●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 被保険者の現況確認（被扶養者を有する被保険者のみ）											

※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。

節目健診は **人間ドック健診** と名を改めます

40歳から3年に1度の人間ドック健診(H3コース・F3コース)では、胃部内視鏡・腹部エコー・がん検診(大腸・婦人科)など、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。

▶ 詳しくはP17～21をご覧ください。

令和5年度より、 健康保険料率を改定いたします。

令和5年度からの健康保険料率の改定が、2023年2月1日開催の第136回組合会で承認されました。

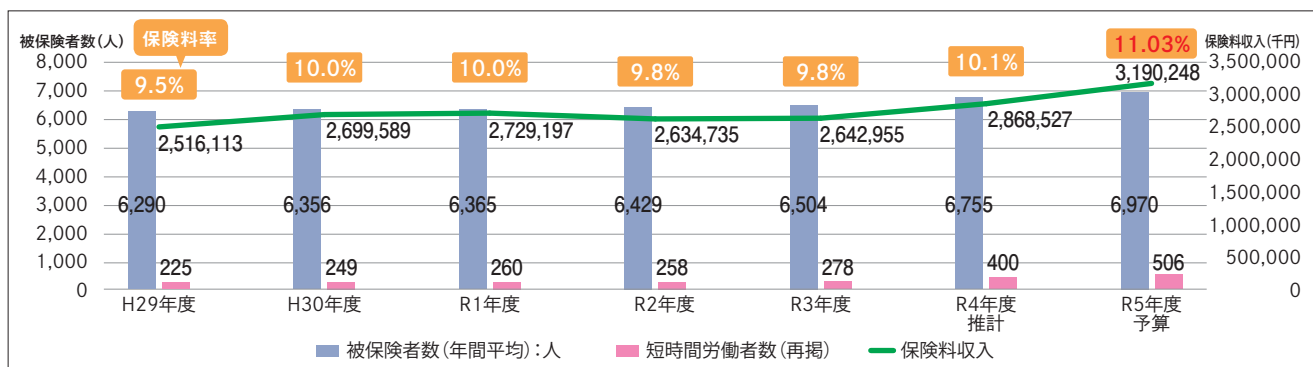
	令和4年度	令和5年度
健康保険料率	10.10%	<u>11.03%</u>
介護保険料率	1.85%	1.85% (変更なし)

令和5年3月分
(4月納付分) から
適用されます

保険料率改定の 要因

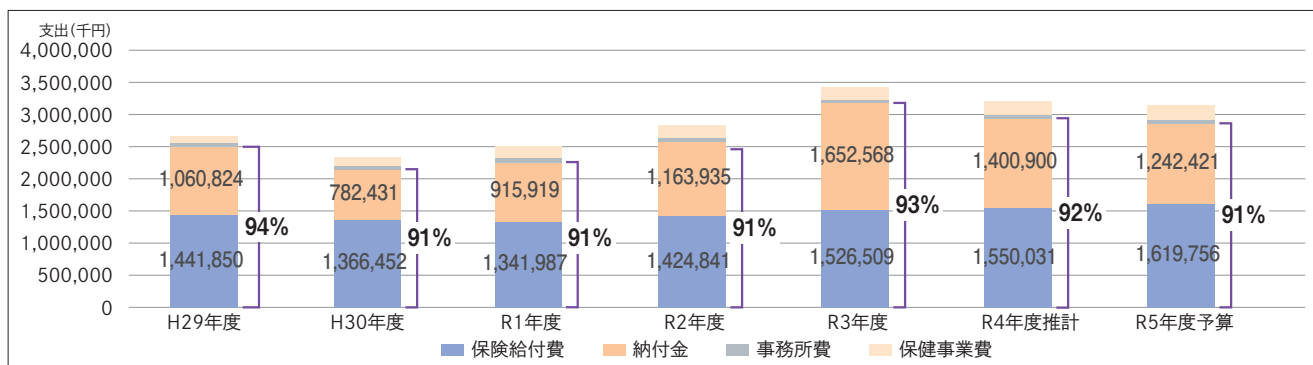
- 要因その1 保険給付費（医療費）の増大
- 要因その2 国に納付する前期高齢者納付金の増大
- 要因その3 経常収支の赤字化による別途積立金残高の減少

■ 保険料率と被保険者の推移



- 令和3年度までは短時間労働者数は横ばいでしたが、令和4年度は10月からの短時間労働者の適用拡大により、短時間労働者数は増加。令和6年度はさらに短時間労働者の適用拡大が広がるため、短時間労働者が増加することを見込んでいます。
- 令和4年度から被保険者数の増加と保険料率の改定により保険料収入が増加するものの、被保険者数が増えるにつれ保険給付費（医療費）など支出も増えるリスクを抱えています。

■ 支出の推移

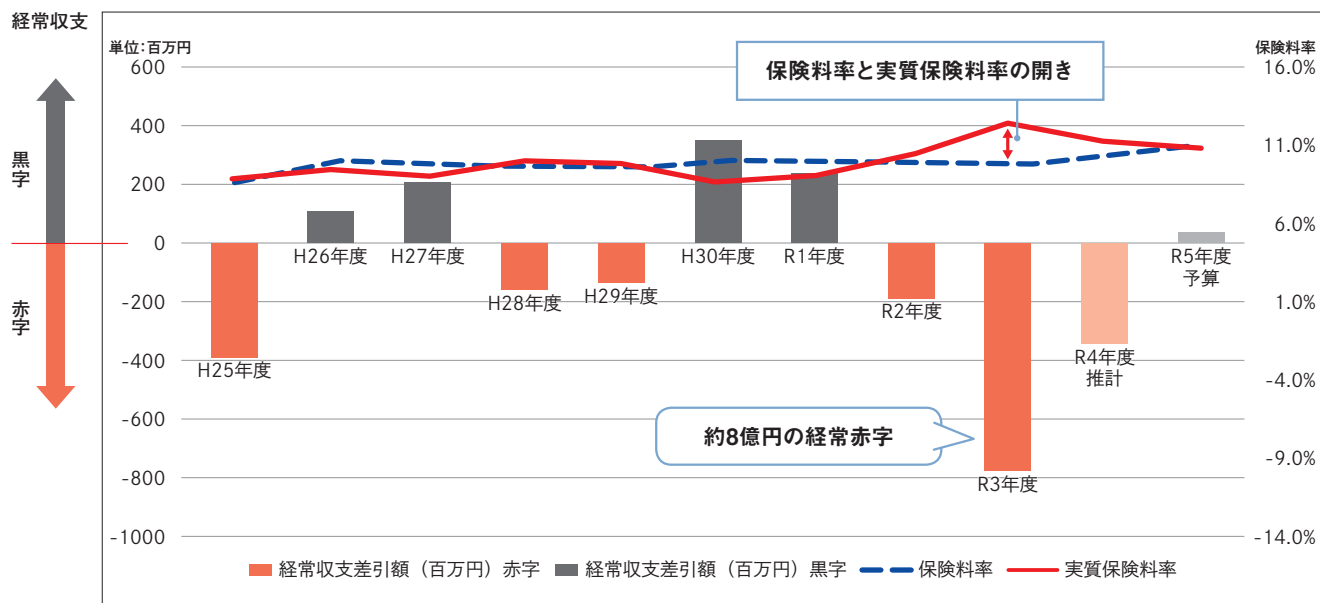


保険給付費（医療費）と国への納付金などが支出全体に占める割合は90%以上を推移し、令和4年度の保険給付費（医療費）は過去最高の15億5,000万円（推計）と財政を大きく圧迫しています。今後、さらなる短時間労働者の適用拡大（2024年10月）や定年延長などによる前期高齢者の増加により、保険給付費（医療費）ならびに高齢者医療を支える納付金の増大が懸念されます。

要因その3 経常収支の赤字化による別途積立金残の減少

経常収支の状況は以下のとおりです。

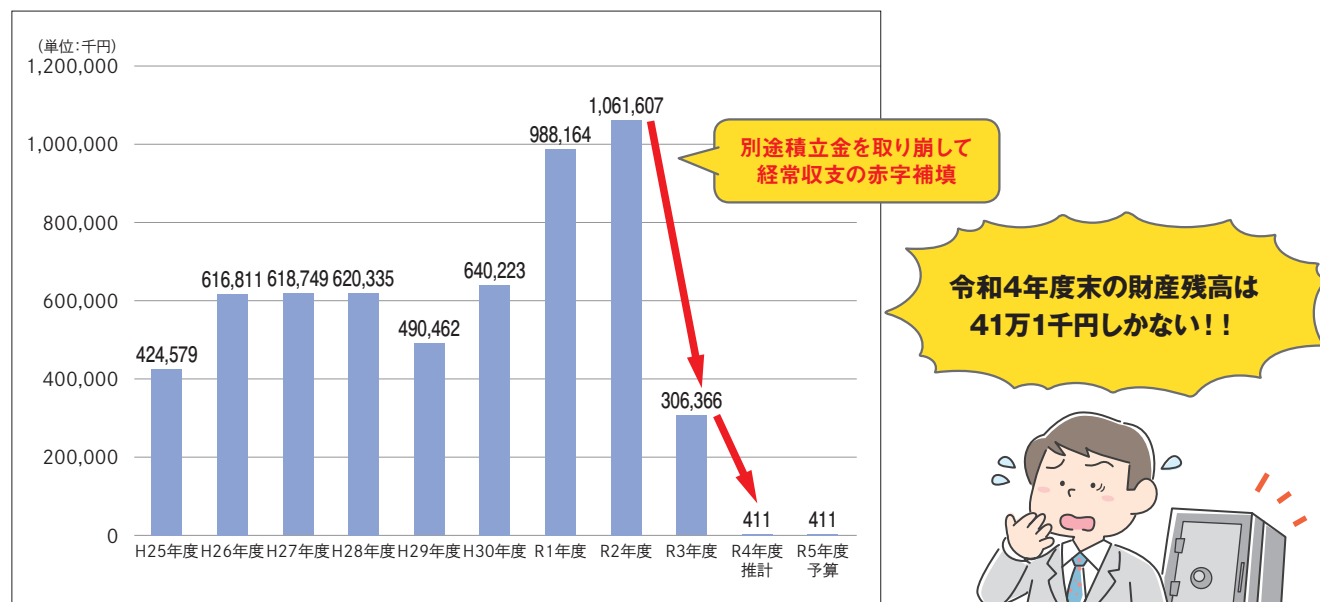
▼資料3-1 経常収支と実質（必要な）保険料率※の推移 ※実質保険料率とは、経常収支が均衡するために必要な保険料率のこと。



令和4年10月から短時間労働者の適用拡大により、従業員101人以上の事業所においてパート・アルバイトの一部（短時間労働者）も社会保険加入対象となりました（当健保では新たに10事業所で約200人の短時間労働者が新たに健保加入）。令和6年10月からは51人以上の会社にも短時間労働者の適用拡大となり、短時間労働者はさらに増える予定です。

今後の見通しとして、短時間労働者が増えることで、1人当たりの保険料収入は減りますが、保険給付費は増えることが予想されます。

▼資料3-2 別途積立金残高（年度末）の推移



令和4年度末の財産残高は41万1千円。

令和5年度予算では、令和4年度予測において支出を抑えることができたため約5億円弱を予備費として繰り越しますが、これは一時的なもの…。この先、保険給付費（医療費）や納付金が想定外に多くなることがありますと、たちまち予備費や別途積立金を使い果たして立ち行かなくなります。

働きさんとご家族の健康維持・増進を願って誕生したダスキン健康保険組合は、組合員皆さまの健康への取り組みによって、保健事業を充実したり、保険料率を下げたりすることができるのです。

用語解説

用語	解説
介護保険料	介護保険を支払う義務があるのは、65歳以上の全員と、40歳以上65歳未満で健康保険組合・協会けんぽ・国民健康保険(市町村国保)などに加入している人です。 要介護状態もしくは要支援状態になったときに介護保険を利用して介護サービスを受けることができます。 40歳以上65歳未満の人は特定疾病により要介護状態もしくは要支援状態になったときのみサービスを受けることができます。 (特定疾病とは、末期がんや関節リウマチ、初老期における認知症など、厚生労働省が規定する疾病です) 介護保険制度の被保険者は、第1号被保険者・第2号被保険者のいずれかに分類されます。
介護保険第1号被保険者	65歳以上の人を(介護保険の)第1号被保険者といいます。介護保険料は公的年金より天引きで徴収されます。
介護保険第2号被保険者	40歳以上65歳未満で健康保険組合・協会けんぽ・国民健康保険(市町村国保)などに加入している人を(介護保険の)第2号被保険者といいます。介護保険料は毎月の給与や賞与から健康保険料とともに天引きで徴収されます。
団塊の世代	日本において第1次ベビーブームが起きた1947～1949年に生まれた世代をいいます。 2022年から団塊の世代が75歳以上の後期高齢者に順次突入することで高齢者医療費が急増し、それを負担している健康保険組合の財政を圧迫することが予想されています。
国への納付金	全国の高齢者の医療費を支えるために健康保険組合などが納めるお金として「前期高齢者納付金」と「後期高齢者支援金」があります。
前期高齢者	65歳から74歳までの高齢者を「前期高齢者」といいます。
前期高齢者納付金	前期高齢者は、定年退職などで会社を退職した後に国民健康保険(市町村国保)へ加入することが多いため、国民健康保険における高齢者医療費の負担は他の保険者より大きくなります。 この医療費負担の不均衡を解消するため、各保険者(健康保険組合・協会けんぽ・市町村国保)の前期高齢者の加入率と、全保険者の前期高齢者の平均加入率を比較して、前期高齢者加入率の低い健康保険組合などは「前期高齢者納付金」を負担することになります。
後期高齢者	75歳以上の高齢者を「後期高齢者」といいます。
後期高齢者支援金	後期高齢者支援金とは、後期高齢者の医療費の一部分を74歳以下の人で支援するものです。 その負担は、患者本人の負担分を除いた費用のうち、4割となります。 特定健診や特定保健指導の実施率が基準を満たしていない健康保険組合には、後期高齢者支援金に加算があります。 加算されると、組合員の皆さまが納めている保険料から多く支払われることになり、負担が増えます。
標準報酬月額	毎月の給与月額を区切りのよい幅で区分したものを標準報酬月額といいます。 毎月給与から徴収される保険料は標準報酬月額に保険料率を乗じて計算しています。
別途積立金	黒字だったときに積み立てておいた剰余金です。健康保険組合にとっての貯金のようなものです。
保険給付費	病気やケガをして医療にかかった費用について健康保険組合が負担する医療費の他、病気やケガで会社を休んで報酬がないときの給付(傷病手当金)、出産のときの給付(出産育児一時金や出産手当金)、被保険者(本人)や被扶養者(扶養されている家族)が死亡の際の埋葬金などがあります。
短時間労働者の適用拡大	社会保険加入の要件は、これまで従業員500人超の大企業のみが対象とされてきましたが、2022年10月からは100人超の企業、さらに2024年10月からは50人超の企業に対象範囲が拡大されることが決定しています。

新理事長から皆さまへ

新理事長 飯田健司
株式会社ダスキン 執行役員



合掌 いつも多大なるお力添えをいただきありがとうございます。

この度、2023年4月1日付でダスキン健康保険組合の理事長に就任いたしました。

組合員・事業主の皆さまにおかれましては、当健保の事業運営にご理解、ご協力をいただきありがとうございます。

健保の財政を取り巻く環境は厳しい状況にありますが、がん検診をはじめ保健事業を強化し、組合員お一人お一人の健康寿命を延伸し、重症化予防を図ってまいります。

組合員の皆さまの健康増進を図ることが、ひいては財政状況の改善につながるのです。

限られた財源の中、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さまのご協力が必要です。そのために、組合員の皆さまにお願いしたいことがございます。

- ① 健康診断で、「要精密検査」「要治療」の判定が出た方は、早めの二次健診の受診を!
- ② 健康診断の結果、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を!
- ③ 医療職から医療機関の受診を勧められた場合には、早期に受診を!

「ダスキン健康保険組合の加入者でよかった」と喜んでいただけるよう、スタッフ一一致団結して取り組んでまいります。

働きさんとご家族の健康維持・増進を願って誕生したダスキン健康保険組合はこれからも皆さまとともにあります。どうか、一層のご理解とご協力を賜りますよう、よろしくお願い申し上げます。

なお、当健保の取り組みやお知らせ等をよりスピーディーにお届けするために、2023年4月1日HLINE公式アカウント「ダスキン健保de健康エール」を開設いたしました。ホームページとともに連携しているので、健診予約や各種申請書のダウンロードなどでもできます。

ぜひ「友だち登録」をお願いいたします(詳しくはP30および裏表紙をご参照ください)。

ありがとうございました。 合掌

ダスキン健康保険組合
第136回組合会報告

令和5年度予算と事業計画

2023年2月1日に開催されたダスキン健康保険組合第136回組合会において、令和5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

増加を続ける医療費や高齢者医療への納付金支払いなどに対処するため保険料率を引き上げます

保険料率を10.10%から11.03%に

令和5年度予算は、保険給付費（医療費）の増加や、高齢者医療への納付金増加に対処し、また、これまで赤字補填のため取り崩してきた別途積立金を回復する必要から、令和4年度に引き続き、保険料率を引き上げねばならない状況となりました。組合員の皆さまには、以下の内容をご理解いただき、ご協力の程よろしくお願いたします。

▶ 保険給付費（医療費など）の増加

令和3年度の保険給付費は前年度比7.1%増、令和4年度は前年度比1.5%増の見込みです。令和5年度は前年度比4.5%増で予算組みしています。令和3年度までの直近5年間の合計数値と、それ以前の5年間を比較すると、被保険者1人当たり保険給付費は7.8%増加、逆に報酬月額（保険料を決めるための、お下りを基準とした働きさん1人当たりの収入額）は、再雇用や短時間労働者の増加などにより4.4%減少しています。平均年齢は2.2歳上がっています。今後とも保険給付費の増加傾向は継続すると思われ、将来も見据えた対応が必要となります。特定健診による早期発見や、特定保健指導による重症化予防などにより保険給付費を適正化していくために、皆さまにおかれましても、事業所や当健保から案内が届いた場合は、積極的にご参加いただきますようお願いいたします。

▶ 納付金の増加

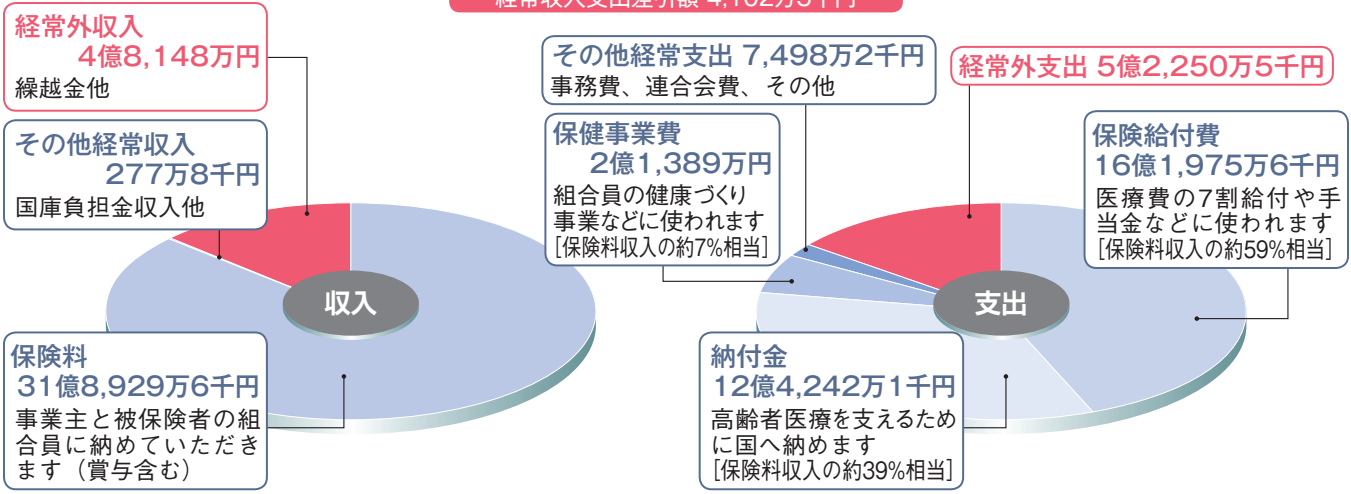
団塊の世代が2022年から後期高齢者（75歳以上）に移行し始めており、2025年には団塊の世代全員が後期高齢者になります。健康保険組合などの保険者は、後期高齢者の医療費の一部を支援金として負担していますが、超高齢化社会の訪れに伴い、今後この支援金のさらなる増加が見込まれ、次に説明する前期高齢者納付金対策とあわせ、これに対する備えが必要となります。

▶ 別途積立金の補填

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）への加入が多いため、前期高齢者の医療費負担は国民健康保険に偏ります。この不均衡解消のため、各保険者の前期高齢者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1人当たり医療費が積算されます。1人当たり医療費が大きく増加すると、納付金の額が大幅に増加します。当健保では令和3年度には前年度比4億9,000万円増加しました。前期高齢者の方々には病気の早期発見、早期治療に努めていただきたいと思います。制度のしくみ上、わずかな人数の医療費増加で億単位の支出増となるため、ある程度の積立金を確保しておく必要があります。現在、別途積立金は底をついており、令和5年度は、急な出費に備えるため予備費に5億円弱の予算を計上しているものの、今後の保険給付費や後期高齢者支援金の増加も含め、別途積立金を補填しておく必要があります。

予算の基礎数値（年間平均）	
被保険者数	6,970人
平均標準報酬月額	275,000円
保険料率	11.030%
事業主	5.515%
被保険者	5.515%

経常収入支出差引額 4,102万5千円



介護保険

保険料率は1.85%に据え置き

令和5年度の介護保険料率は据え置き1.85%。介護納付金は3億7,833万円（前年度予算比3,207万円増）を見込んで予算編成しました。

一定の繰越金は見込めるものの、超高齢化社会を背景とした将来の納付金増加を見据え、保険料率は据え置きとしました。

科目	収入予算額
介護保険収入	4億385万1千円
繰越金	1億68万7千円
雑収入等	4千円
収入合計	5億454万2千円
科目	支出予算額
介護納付金	3億7,833万円
介護保険料還付金	19万円
積立金	2千円
一般勘定繰入	1千円
雑支出	1千円
予備費	1億2,601万8千円
支出合計	5億454万2千円

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	4,810人
平均標準報酬月額	293,000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。

令和5年度 ダスキン健康保険組合が取り組む保健事業

令和5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、組合員一人一人の健康維持・増進を応援いたします。



◆ 組合員の皆さまに、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	人間ドック健診（節目健診名称改め）	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・被保険者配偶者・被扶養者 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・脂質異常症など）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。 糖尿病など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。	対象 40歳以上3歳刻み（73歳まで）の被保険者・被扶養者 定期健診のH3コース・ファミリー健診のF3コースです。 3年毎の節目に特定健診・胃部内視鏡・腹部エコー・がん検診（大腸・婦人科）など、人間ドック学会の検査項目を提携医療機関で受診いただきます。	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。40歳以上は眼底検査を含んでいます。がん検査として、大腸がん検診項目も付加しています。	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。
補助金制度（部位検診）	補助金制度（婦人科がん検診）	補助金制度（大腸がん郵送検診）	医療費通知／ジェネリック差額通知
対象 40歳以上（H2・F2コース）受診者のうち希望者 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。 ●健保負担上限金額10,000円 ●受診対象期間（2月末まで） ※肺ヘリカルCT・脳MRI／MRA・胃部内視鏡・大腸内視鏡のいずれか1コース	対象 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 医療機関および、事業所での集団婦人科検診で実施。 ●健保負担上限金額10,000円 ●受診対象期間（2月末まで） 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、人間ドック健診などでの受診者は対象外	対象 被保険者・被扶養配偶者と40歳以上の被扶養者のうち希望者 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。 ●受診対象期間（2月末まで） 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、人間ドック健診での受診者は対象外	<医療費通知対象> Webサービス [KOSMO Web] で毎月情報更新にて通知。 <ジェネリック差額通知対象> 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。 <適正服薬の推進> 多剤服用のリスクを防ぐための取り組みをします。

◆ 組合員の皆さまに、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
対象 特定健診の結果、健康リスク（血糖・血圧・脂質）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。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。	対象 健康診断の結果、40歳未満もしくは、服薬者の健康リスク（血糖・血圧・脂質）のある方 将来の重症化予防のため、特定保健指導の基準に該当するが、年齢もしくは服薬していることでその対象から外れてしまった方を対象に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。	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のある方 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。 ●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

◆ 組合員の皆さま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
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。	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、ホームページからも申し込みができます。 今年度から委託事業者を変更しております。	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。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。	スポーツクラブ「ルネサンス」・「ライザップ」が作ったコンビニジム「chocoZAP（チョコザップ）」を法人会員で利用いただけます。

◆ 組合員の皆さまに、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
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、被扶養者用はご自宅に、年2回送付します。	健康診断など当健保からのお知らせをホームページやNet-IPPOにて公開しています。 2023年4月よりLINE（ダスキン健保de健康エール）※を導入。 ※LINEの導入に伴い、社内イントラ「ノーツの健康保険組合情報」は令和4年度末で終了しました。	24時間・年中無休の電話健康相談を設置。 TEL 0120-860-647	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。

※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。

※医療費通知の書面発行は令和2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。

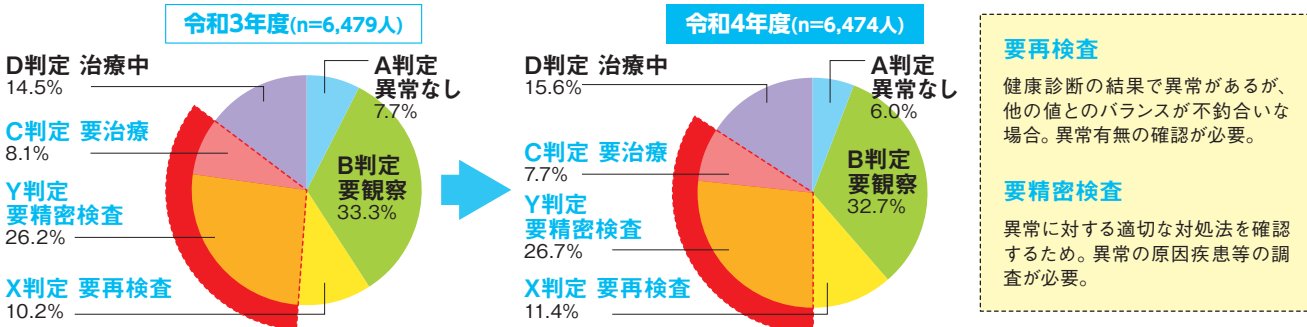
令和4年度

健康診断に基づくデータヘルス分析

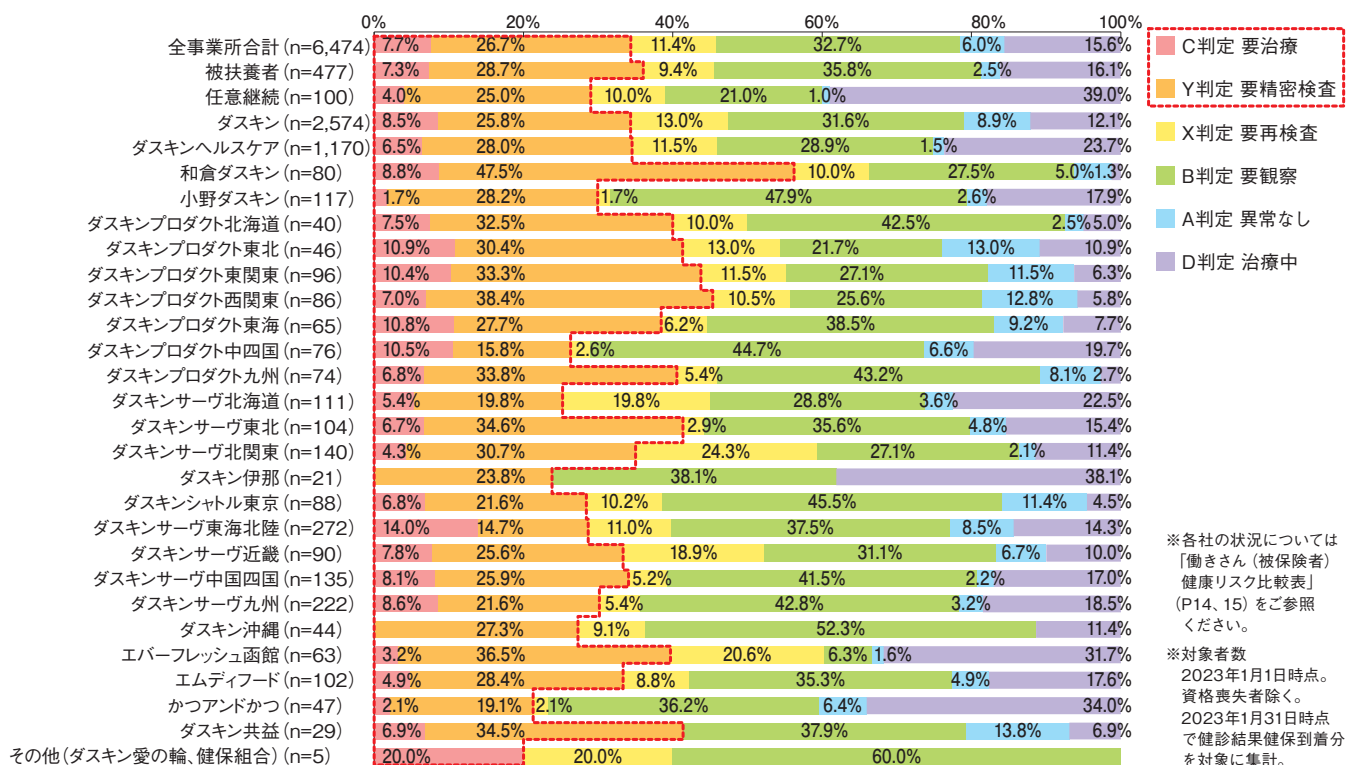
組合員の健康診断データと医療診療報酬データ(レセプトデータ)を突合させたデータヘルス分析は、データヘルス計画のベースとなるものです。データヘルス計画は、データヘルス分析から、個人および職場の課題を抽出し、的確な保健事業をPDCA(Plan-Do-Check-Action)で行うことにより組合員の健康維持・増進を目的としています。

▶ 健診結果による有所見率

- 全体で約半数が要再検査以上となっています。有所見(要精密検査、要治療)は3割以上を占め、令和3年度より微増しています。
- 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。



事業所別有所見率



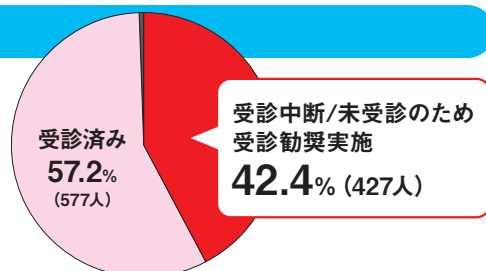
有所見者の方は必ず二次健診を受けましょう

▶ 健診有所見者の再受診状況

定期健康診断後、健診項目(血圧・血糖・脂質・肝機能・腎機能・画像など)をもとに重症化リスクの高い方について、ダスキン健康保険組合の医療職より医療機関への受診を確認させていただいています。

- 受診勧奨確認実施者: 1,008人*
- 確認期間: 2022年8月~2023年2月

※2022年11月からダスキンヘルスケアでは社内に医療職を置いて自社で受診勧奨を実施。そのためダスキンヘルスケアにて受診勧奨を実施された分は、上記人数に含まれていません。

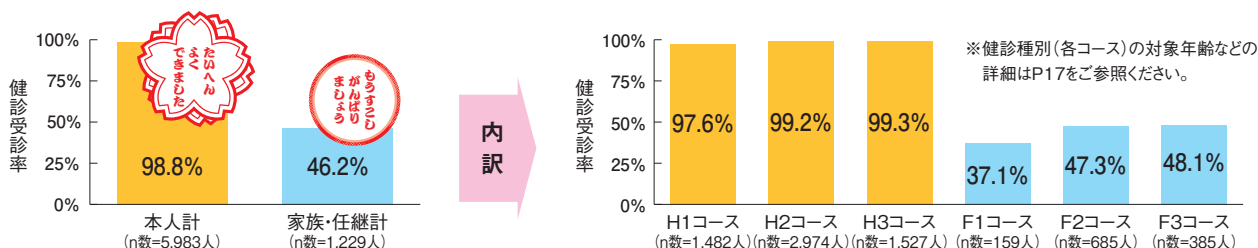


半数近くの方が、未受診という結果!! 医療機関未受診の方は早期の受診をお願いします。

▶令和4年度 定期健康診断 健診種別の受診状況(速報)

令和4年度も本人は99%の方が定期健康診断をしっかり受診しています。
 家族の受診率は50%未満と低く、半数近くの方が定期健康診断を受けていません。

※2023年2月時点の定期健康診断受診状況および
 2023年1月までの健保到着分健診結果をもとに集計



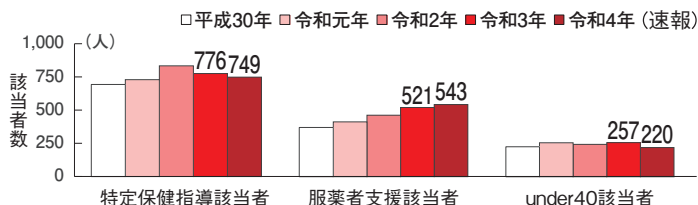
健診受診は健康に過ごすための第一歩です。

大切なご家族の皆さまにも年1回の定期健康診断の受診をお願いいたします。

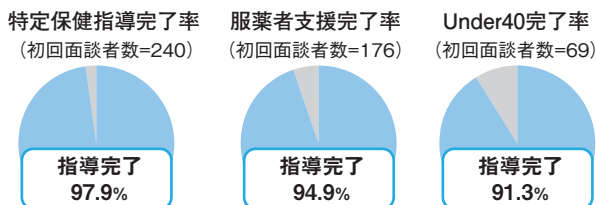
▶生活習慣改善プログラム 該当状況・完了状況

服薬者支援該当者は増加傾向ですが、特定保健指導該当者は減少傾向です。特定保健指導に取り組んだ9割以上の方が完了しています。

該当状況



完了状況



- 服薬者支援該当者：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。

※令和4年度の該当者数は2023年1月までの当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2023年2月時点の情報。

生活習慣の見直しで
防げる病氣があります。

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。

▶令和4年度 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氣です

当健保でも毎年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。

重症心疾患発症者 **62人** ※1 / 健診受診者 **6,142人** ※2

心筋梗塞

13人 (13人) ※3

脳梗塞

39人 (41人) ※3

脳内出血

7人 (11人) ※3

くも膜下出血

6人 (6人) ※3

※1：2022年4月~11月の間に該当病名での医療機関受診者数

※2：2023年1月までに健保着分の健診結果で集計した健診受診者数

※3：複数疾患の方も存在。カッコ内は前年度(2020年4月~2021年3月)の医療機関受診者数

50歳代(Aさん) 脳内出血

糖尿病と高血圧性心疾患で受診しており、投薬による治療、運動習慣の改善を行ってきたが、飲酒量が減らず、近年は運動習慣も逆戻りし血糖値が再び悪化していた。2022年に脳内出血を発生し入院。

50歳代(Bさん) くも膜下出血

飲酒頻度、量ともに非常に多く、肝疾患を患い、通院していたが途切れていた。肥満ではないが運動習慣はなく、血圧も高めの状態が続いていた。2022年に急性心筋梗塞を発生し入院。

生活習慣の見直しで
防げる病氣があります。

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。

▶ 令和4年度 医療費の状況 (速報・本人)

令和4年度と令和3年度の医療費の比較

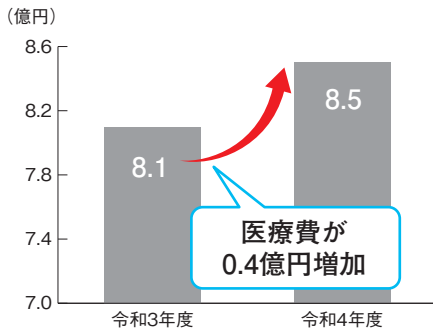
※医療費は健保負担額と個人負担額の合計

令和3年度：2021年4月～11月診療分、令和4年度：2022年4月～11月診療分を集計

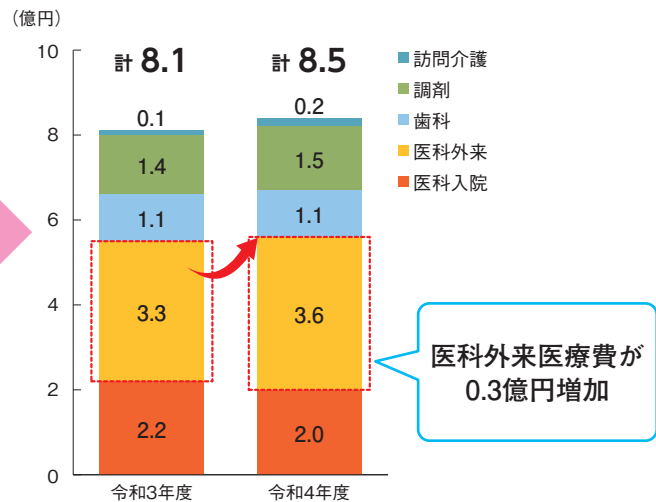
令和3年度と比べ医療費が増加しています。医療費の中でも「医科外来」医療費が増加していることがわかります。

受診者が増加しているものの、「医科入院」医療費が減少していることもあり、受診者1人当たりの医療費については減少しています。

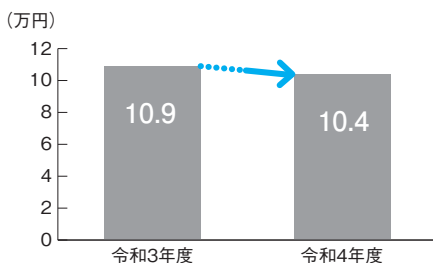
医療費の推移



診療区分別医療費構成



受診者1人当たりの医科医療費の推移



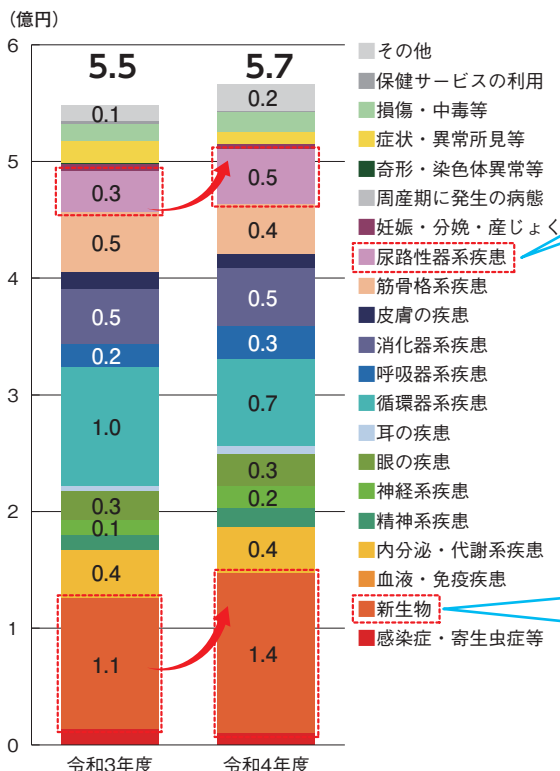
令和4年と令和3年度 疾病分類別の比較

疾病分類別の医療費をみると、新生物(がん)、循環器系疾患、尿路性器系疾患(腎不全など)、消化器系疾患が高く、新生物(がん)、尿路性器系疾患の医療費は増加しています。

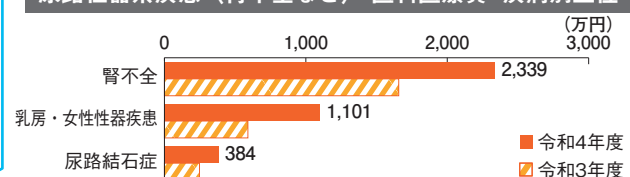
その中でも医療費の高い新生物(がん)をみると、結腸や乳房など検診で早期発見できる疾病が上位となっています。

尿路性器系疾患では、腎不全の医療費が昨年より増加しています。

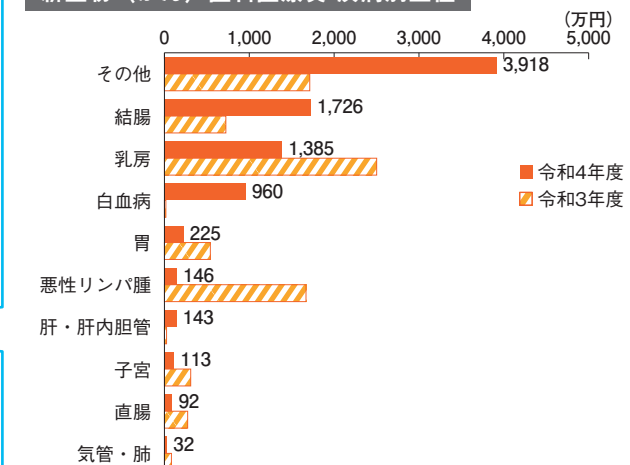
疾病分類別 医科医療費構成



尿路性器系疾患 (腎不全など) 医科医療費 疾病別上位



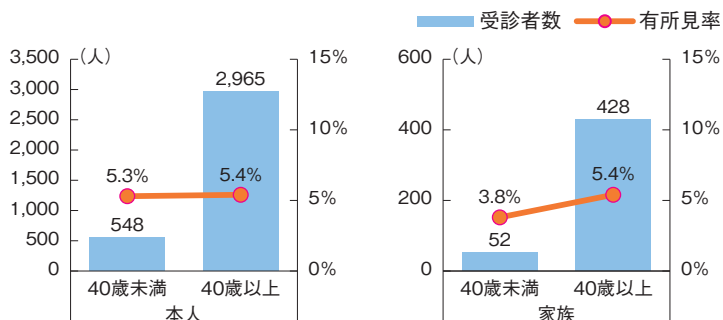
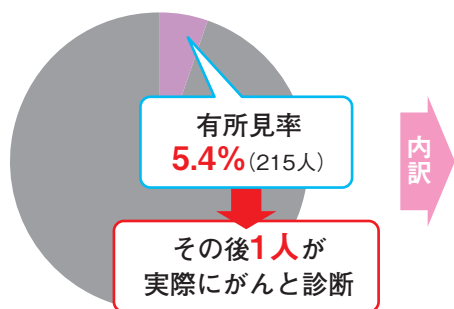
新生物 (がん) 医科医療費 疾病別上位



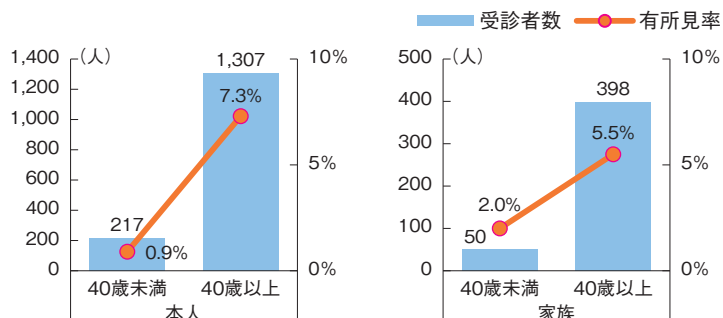
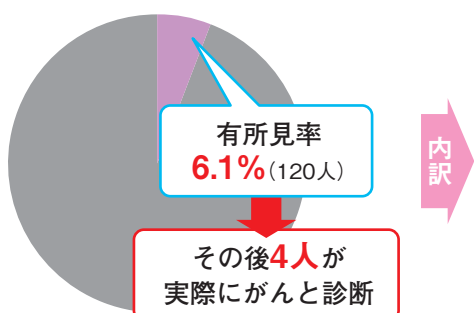
▶令和4年度 がん検診受診状況・有所見者状況および検診後の医療機関受診状況

※2023年1月時点の当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=3,993人)



婦人科がん検査受診者 有所見者状況 (n数=1,972人)



早期発見のためにも、 がん検診を受けましょう

大腸がん、婦人科とも40歳以上になると、有所見率が高くなっています。

要精密検査・要治療の通知を無視することは、一番してはいけないことです！

自覚症状がない時点での発見であれば、治療における身体の負担や経済的な負担は軽く済みます。

提携医療機関での定期健康診断でがん検診(大腸・婦人科)が同時受診できます。

巡回健診で定期健康診断を受診された方は、補助金制度を利用してがん検診を！

▶令和4年度 新規がん治療者の状況

令和4年度のがん治療者(合計264人)のうち、令和4年度新規で治療を開始した方は45人。

※2022年11月診療までの
診療情報をもとに集計

令和4年度のがん新規治療者45人のうち、健診受診がなかったのは15人(うち本人7人)。

発見された部位については、その他を除けば乳房、胃、子宮の順で人数が多くなっています。

早期発見のためにも、がん検診を受けましょう。

◆ 治療者

令和4年度がん治療者：264人

うち新規治療者	45人(本人:35人 家族:10人)
うち前期高齢者 (65歳以上74歳以下)	7人
64歳以下	38人
直近2年の 健診受診の有無	
健診受診あり	30人(本人:28人 家族:2人)
健診受診なし	15人(本人:7人 家族:8人)

国立がん研究センターが運営する公式サイトで、
確かながんの情報をお届けしています。

▶国立がん研究センター
がん情報サービス

がん情報サービス ganjoho.jp
国立がん研究センター



<https://ganjoho.jp/public/>

◆ 主ながんの部位

胃の悪性新生物	5人
結腸の悪性新生物	2人
直腸の悪性新生物	0人
肝・肝内胆管の悪性新生物	2人
気管・肺の悪性新生物	1人
乳房の悪性新生物	13人
子宮の悪性新生物	3人
悪性リンパ腫	1人
白血病	2人
その他の悪性新生物	16人

※主に医療費がかかっている疾病で算出、重複受診あり

◆ 令和4年度がん医療費(年間)

50万円以上	13人
50万円未満	32人

名 称		ダスキン 健保計	グループ										グループTOP3 ダスキン平均より高い							
			訪問グループ・法人			生産本部			フードグループ			本社など	0100	0159	0211	0240				
			本 部	地 域	直 営	本 部	地 域	工 場	本 部	地 域	直 営	※1 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		47.2	48.3	46.8	44.7	46.1	48.6	48.1	48.1	50.9	35.9	49.6	46.8	50.9	47.9	44.5				
人 数	被保険者人数	6,972	565	434	738	88	15	188	148	59	83	393	2,714	1,350	139	149				
	40歳以上	73%	76%	70%	62%	66%	73%	77%	74%	90%	35%	79%	70%	84%	76%	73%				
	健診受診者	88%	98%	96%	95%	98%	100%	96%	100%	100%	90%	97%	96%	91%	80%	70%				
	特定健診受診者(40歳以上)	90%	100%	97%	96%	98%	100%	97%	100%	100%	93%	97%	97%	93%	84%	74%				
	特定保健指導実施者	33%	40%	52%	14%	45%	100%	19%	56%	35%	0%	60%	42%	26%	92%	11%				
	kencom登録者	38%	65%	63%	25%	57%	67%	14%	61%	78%	27%	63%	48%	13%	94%	41%				
肥 満	肥 満	28%	37%	40%	24%	33%	67%	30%	51%	61%	17%	30%	33%	24%	35%	23%				
	非肥満	61%	62%	57%	72%	65%	33%	66%	51%	39%	73%	69%	64%	67%	45%	48%				
糖尿病	高血糖(血糖リスクあり)	37%	41%	41%	35%	36%	33%	49%	39%	53%	20%	43%	39%	47%	31%	34%				
	糖尿病	9%	11%	14%	7%	11%	20%	14%	12%	19%	4%	12%	11%	8%	12%	6%				
	インスリン治療	1%	1%	2%	0%	1%	7%	3%	0%	2%	0%	2%	1%	1%	1%	1%				
	糖尿病関連重症化	2%	3%	4%	1%	3%	7%	6%	7%	3%	1%	3%	3%	2%	1%	1%				
高血圧 関連	高血圧(血圧リスクあり)	26%	28%	26%	24%	39%	40%	31%	30%	37%	14%	30%	27%	30%	24%	21%				
	高血圧症	17%	19%	19%	15%	24%	33%	22%	18%	22%	6%	20%	18%	19%	17%	10%				
高血圧 関連 合併症	高血圧関連重症化	3%	4%	2%	3%	3%	7%	5%	3%	8%	1%	4%	3%	4%	2%	3%				
	脳血管疾患	2%	2%	3%	1%	6%	7%	4%	3%	0%	1%	2%	2%	2%	0%	1%				
	虚血性心疾患	2%	2%	2%	1%	5%	0%	3%	2%	5%	2%	2%	2%	2%	0%	1%				
	大動脈疾患	0%	0%	0%	0%	1%	7%	0%	1%	2%	0%	0%	0%	0%	0%	0%				
脂 質 異常症	脂質異常(脂質リスクあり)	46%	53%	56%	47%	55%	80%	49%	59%	61%	41%	56%	52%	45%	45%	38%				
	脂質異常症	15%	16%	19%	13%	22%	27%	22%	17%	19%	4%	20%	17%	15%	21%	6%				
肝機能	肝機能(肝機能リスクあり)	21%	26%	32%	18%	34%	67%	17%	37%	44%	12%	25%	25%	18%	23%	17%				
	肝機能障害	6%	8%	7%	4%	10%	7%	4%	7%	10%	4%	6%	6%	5%	12%	5%				
慢 性 腎不全	慢性腎不全	0.9%	0.9%	1.8%	0.8%	2.3%	0.0%	1.1%	2.7%	1.7%	0.0%	1.0%	1.2%	0.6%	0.0%	0.7%				
	人工透析あり	0.1%	0.2%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	2.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.1%	0.1%	0.0%	0.0%				
医療費 (千円)	医療費合計(平均) ^{※2}	139	125	120	115	87	94	169	184	171	95	184	136	160	98	270				
	入院医療費(平均)	864	373	545	768	129	-	1,474	386	983	988	1,378	730	965	234	2,694				
	外来医療費(外来+調剤)(平均)	94	97	82	79	70	88	90	153	97	49	111	93	118	81	54				

※1 事業横断グループは令和4年度の組織変更により「本社など」のグループに組み入れています。 ※2 医科・歯科・調剤の合計
※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。 ※ハイフン「-」については対象者がいない(分母が0)ことを指します。

ダスキンの傾向

◆ 令和4年度の傾向

令和4年度のダスキンの健康リスクをみると、多くの指標で当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、本社など・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) : **フードグループ・地域**、生産本部・工場、本社など・本部
- 高血圧(血圧リスクあり) : 生産本部・地域、生産本部・本部、**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

**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

令和3年度と比べると、ダスキン全体では血糖リスクが微増し、血圧リスク、脂質リスク、肝機能リスク割合が減少しています。ダスキンのグループ別をみると、

訪問グループ・法人 : 血糖リスクは本部・地域・直営店で増加、血圧リスクは本部・直営店で増加、脂質リスクは地域で増加、肝機能リスクは本部・地域・直営店で増加

生産本部 : 血糖リスクは本部で増加、血圧リスクは工場で増加

フードグループ : 直営店は、平均年齢が35.9歳とフードグループの中で一番低いにも関わらず、血糖リスク、血圧リスク、脂質リスク、肝機能リスクの4つのリスクがすべて増加

本社など : 血糖リスク、脂質リスクともに増加

者)健康リスク比較表(速報)

記 号 (事業所No.)																					記号内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	0250	0226		2000
ダスキンサーウ北関東	ダスキン伊那	ダスキンシヤトル東京	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	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)当健保※ その他事業所	任意継続
44.6	45.7	42.3	43.8	46.4	46.8	45.7	40.3	49.9	44.4	50.4	45.1	44.8	46.0	49.7	47.4	45.2	49.8	41.8	43.6	46.7	57.4	58.0
212	27	99	396	156	197	280	58	81	127	44	50	112	113	75	79	75	67	159	61	29	5	118
70%	67%	67%	63%	70%	76%	71%	52%	83%	67%	89%	70%	71%	73%	91%	77%	76%	82%	58%	64%	76%	100%	92%
70%	78%	91%	70%	62%	69%	85%	79%	99%	92%	93%	92%	88%	88%	91%	96%	99%	94%	65%	82%	100%	100%	66%
72%	89%	91%	73%	62%	77%	89%	83%	100%	92%	97%	97%	90%	88%	90%	98%	100%	96%	68%	92%	100%	100%	69%
17%	0%	8%	12%	13%	18%	46%	60%	9%	17%	0%	50%	6%	20%	100%	13%	0%	0%	13%	0%	67%	-	30%
45%	74%	67%	26%	49%	28%	50%	78%	35%	40%	25%	28%	29%	11%	72%	33%	21%	25%	16%	2%	86%	80%	49%
22%	26%	20%	20%	21%	28%	24%	34%	32%	25%	20%	30%	29%	18%	25%	24%	27%	34%	19%	30%	17%	20%	30%
48%	52%	71%	50%	40%	41%	60%	45%	73%	67%	73%	62%	59%	74%	65%	72%	76%	60%	47%	52%	83%	80%	38%
28%	37%	34%	27%	22%	38%	39%	31%	26%	17%	32%	32%	25%	24%	32%	38%	33%	42%	30%	38%	28%	60%	41%
4%	11%	5%	5%	8%	7%	6%	3%	10%	10%	11%	6%	4%	8%	9%	11%	4%	13%	6%	5%	10%	0%	25%
0%	0%	2%	0%	1%	2%	0%	2%	0%	2%	2%	0%	0%	1%	0%	0%	0%	1%	1%	2%	0%	0%	2%
0%	0%	3%	1%	1%	2%	0%	2%	1%	2%	2%	0%	0%	2%	3%	1%	0%	3%	2%	3%	0%	0%	7%
21%	33%	25%	20%	21%	25%	22%	14%	35%	32%	39%	36%	28%	20%	28%	29%	27%	25%	9%	15%	17%	40%	26%
11%	22%	10%	10%	15%	16%	18%	7%	23%	20%	23%	20%	13%	12%	19%	15%	13%	33%	11%	16%	14%	0%	39%
2%	7%	4%	1%	2%	2%	3%	0%	0%	4%	7%	0%	3%	0%	3%	4%	1%	18%	1%	2%	0%	0%	9%
0%	0%	2%	1%	1%	2%	0%	0%	0%	2%	0%	0%	0%	0%	0%	1%	0%	1%	2%	2%	3%	0%	6%
2%	4%	1%	0%	2%	2%	1%	2%	2%	2%	2%	0%	1%	3%	1%	4%	3%	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%
36%	41%	40%	33%	36%	43%	40%	36%	52%	46%	45%	40%	42%	35%	41%	52%	52%	55%	31%	30%	45%	60%	39%
10%	15%	4%	12%	12%	11%	15%	5%	25%	20%	20%	12%	14%	13%	11%	15%	4%	21%	11%	18%	21%	60%	34%
18%	30%	18%	15%	19%	19%	25%	21%	14%	14%	20%	16%	15%	11%	13%	19%	21%	21%	11%	28%	28%	20%	23%
1%	15%	1%	3%	6%	5%	7%	5%	6%	9%	23%	8%	4%	4%	3%	11%	8%	13%	3%	3%	3%	0%	14%
0.0%	0.0%	0.0%	0.8%	0.0%	0.5%	1.4%	0.0%	0.0%	0.8%	0.0%	0.0%	0.9%	0.9%	1.3%	1.3%	0.0%	0.0%	0.6%	3.3%	0.0%	0.0%	2.5%
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%	1.3%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%
232	108	139	84	229	137	122	71	76	91	193	77	69	80	149	87	131	157	109	74	116	117	198
1,145	205	709	609	515	970	914	-	-	827	2,865	-	-	549	682	143	2,659	440	639	-	-	0	792
77	86	97	64	206	88	63	61	66	74	114	63	61	60	139	75	74	107	70	61	96	66	149

※医療費は2022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。 ※2023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2023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:令和3年度の特定保健指導を完了した方の割合

ダスキン関係会社の傾向

◆ 令和4年度の傾向

令和4年度の健康リスク(高血糖・高血圧・脂質異常症・肝機能)のうち血圧リスクが一番多くなっています。
高血圧症は循環器系疾患発症のリスクがありますので、医療機関への受診および継続治療をお願いします。

【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) :ダスキンヘルスケア、エバーフレッシュ函館、その他の事業所
- 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、その他の事業所
- 脂質異常(脂質リスクあり) :ダスキン、エバーフレッシュ函館、その他の事業所
- 肝機能(肝機能リスクあり) :ダスキン伊那、かつアンドかつ、ダスキン共益

エバーフレッシュ函館は
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令和3年度と比べ、高血糖、高血圧においてリスクがさらに増加しています。
リスク保有率の高いエバーフレッシュ函館をみると、高血糖、高血圧、脂質異常のリスクが増加しています。

任意継続加入者の傾向

令和4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。
令和3年度と比べると、高血糖、脂質異常のリスクが増加し、医療費合計も増加しています。

ダスキン健康保険組合の保健事業は、 組合員お一人お一人にとって身近な事業です。

案内時期

2023年
4月末～

疾病の早期発見①

■ 定期健康診断

H1コース
H2コース

詳しくは、
こちら▶



■ ファミリー健診

F1コース
F2コース

詳しくは、
こちら▶



■ 人間ドック健診

H3コース

詳しくは、
こちら▶



F3コース

詳しくは、
こちら▶



健診結果に
基づいて

「要治療」「要精密検査」「要再検査」の判定
が出たら、二次検診を受診する。

→「再検査・精密検査依頼書兼受診報告書」
を会社に提出

詳しくは、こちら▼



※年齢は、2024年3月31日時点の満年齢

各保健事業の
詳細について、
本誌およびホームページで
ご確認ください！

疾病の早期発見②

■ 補助金制度（がん検診）

詳しくは、こちら▼

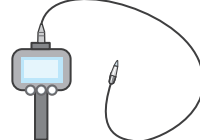
- 大腸
- 婦人科
（乳房・子宮）



■ 補助金制度（部位検診）

詳しくは、こちら▼

- 胃部内視鏡
- 大腸内視鏡
- 肺ヘリカルCT
- 脳MRI/MRA

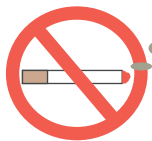


2023年
11月末～

生活習慣の改善

■ 生活習慣改善プログラム

- 特定保健指導
- 服薬者保健指導
- under40
- オンライン禁煙プログラム



詳しくは、こちら▼

自分に合ったコースを選んで、
生活習慣の見直しをする。



2024年
1月末～

医療管理下での生活習慣改善

■ 重症化プログラム

詳しくは、こちら▼

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



詳しくは、こちら▼

かかりつけ医・主治医と連携して
生活習慣の見直しに取り組む



健康リテラシーを高めるための情報提供と施設などの利用促進

■ 広報誌 santé

■ ホームページ

■ LINE「ダスキン健保de健康エール」

■ ヘルスケアエンターテインメントアプリ

■ スポーツ施設の法人会員

kencom

■ 健康づくりに役立つ施設

（割引特典）

■ 電話による健康相談

詳しくは、
こちら▶



定期的に
発行・更新

定期健康診断でがん検診も同時に受診できます。
提携医療機関での受診や、補助金制度をご利用ください。

● 受診対象者および健診種別

定期健康診断・人間ドック健診（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。

年齢／性別 (2024年3月31日時点の満年齢)			受診する健診種別 (コース)	受診する健診施設 ※下記、いずれかで受診	利用できる 補助金制度	
被保険者（本人）の皆さま	39歳以下	男性	定期健康診断 (H1コース)	巡回健診 または 提携医療機関 (がん検診含む)	がん検診 ^{※6}	
		女性				
	41歳以上	男性	定期健康診断 (H2コース)	巡回健診 または 提携医療機関 (がん検診含む)	がん検診 ^{※6}	部位検診
		女性				
	・新40歳 ・40歳以上3歳ごと (73歳まで) ^{※2}	男性	人間ドック健診 (H3コース)	提携医療機関 (がん検診含む)	がん検診 ^{※6}	
		女性				
被扶養者・任意継続者 ^{※1}	39歳以下	男性	ファミリー健診 (F1コース) ^{※3}	巡回レディース健診 (がん検診含む) または 提携医療機関 (がん検診含む)	がん検診 ^{※6}	
		女性				
	41歳以上	男性	ファミリー健診 (F2コース) ^{※4}	巡回レディース健診 (がん検診含む) または 提携医療機関 (がん検診含む)	がん検診 ^{※6}	部位検診
		女性				
	・新40歳 ・40歳以上3歳ごと (73歳まで) ^{※2}	男性	人間ドック健診 (F3コース) ^{※5}	提携医療機関 (がん検診含む)	がん検診 ^{※6}	
		女性				

※1 被扶養者（配偶者・家族）、任意継続者（本人・配偶者・家族）

※2 対象年齢（2024年3月31日時点の年齢）

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	1983年 4月1日 ？	1980年 4月1日 ？	1977年 4月1日 ？	1974年 4月1日 ？	1971年 4月1日 ？	1968年 4月1日 ？	1965年 4月1日 ？	1962年 4月1日 ？	1959年 4月1日 ？	1956年 4月1日 ？	1953年 4月1日 ？	1950年 4月1日 ？
	1984年 3月31日	1981年 3月31日	1978年 3月31日	1975年 3月31日	1972年 3月31日	1969年 3月31日	1966年 3月31日	1963年 3月31日	1960年 3月31日	1957年 3月31日	1954年 3月31日	1951年 3月31日

※3 39歳以下の配偶者・任意継続者の方

※4 41歳以上で「人間ドック」に該当しない配偶者・家族・任意継続者の方

※5 配偶者・家族・任意継続者の方で、新40歳/40歳以上3歳ごと73歳まで

※6 巡回健診・巡回レディース健診、または提携医療機関で受診した場合に、体調などの理由によりがん検診項目を受診できなかった場合のみ利用可能

提携医療機関での受診や、補助金制度をご利用ください。

- ▶ 提携医療機関での受診については、健診コースごとのがん検診項目（P20）をご確認ください。
- ▶ 補助金制度（がん検診・部位健診）についてはP22をご覧ください。

※提携医療機関により、検査可能ながん検診、部位検診が異なります。予約する提携医療機関の検査可能区分をご確認の上、お申し込みください。

ダスキン健康保険組合〈2023年〉主な保健事業の内容

被保険者 ▶ H1・H2・H3コース

令和5年度 定期健康診断・人間ドック健診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同時受診できます。
(受診料健保負担)



巡回健診で受診する場合
(人間ドック健診は受診できません)

巡回施設を利用して受診
2023年5月中旬～8月下旬

- 風しん抗体検査を希望される方は受診当日の受付時に提出してください。

▶補助金制度(がん検診・部位検診)について詳しくはP22

「提携医療機関一覧」より希望の医療機関を選び、電話で予約する
2023年6月10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。

※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

▶補助金制度(部位検診)について詳しくは、P22



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

すべてのコースで大腸および婦人科のがん検診を同時受診できます（受診料健保負担）。

令和5年度 ファミリー健診・人間ドック健診のご案内があります。
（総医研ダスキン健診係よりご自宅へ発送します）



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、**電話で予約する**
2023年10月31日（火）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。

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

▶補助金制度（部位検診）について詳しくは、P22



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。

女性のみ

巡回レディース健診で受診する場合
（人間ドック健診は受診できません）



「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コースの方は補助金制度（部位検診）をご利用できます。
▶詳しくは、P22

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）が自宅に届きます。
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

※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。

ダスキン健康保険組合〈2023年〉主な保健事業の内容

● 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(2024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		人間ドック健診 (旧・節目健診)	ファミリー健診		人間ドック健診 (旧・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／提携医療機関 ^{※2}		提携医療機関 ^{※3}	巡回健診／提携医療機関 ^{※4}		提携医療機関 ^{※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) ^{※6}			●			●
	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) ^{※6}			●			●
	大腸	便潜血反応2日法	● ^{※5}	● ^{※5}	●	●	●	●
	婦人科	マンモグラフィー		● ^{※5}	●		●	●
		乳腺エコー	● ^{※5}			●		
	子宮	子宮細胞診	● ^{※5}	● ^{※5}	●	●	●	●

● 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 提携医療機関を受診した場合は、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(人間ドック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／提携医療機関)を選択できます。
※5 巡回健診では受診できません。
※6 新型コロナウイルス感染症の感染症対策として、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ので、予約時にご確認ください。

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



●人間ドック健診 (H3コース・F3コース) の検査項目

人間ドック健診 (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。

人間ドック健診 (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

※赤字の項目は、H3コース・F3コースのみの検査項目			令和5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	●	←	
		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	●		
	肺機能	1秒率	●		
		%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)※省略可		●		
	CRP		●		
	血清学	炎 症	●		
		肝 炎	HBs抗原 ※省略可	●	
乳 房	乳 房	マンモグラフィー	●(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。

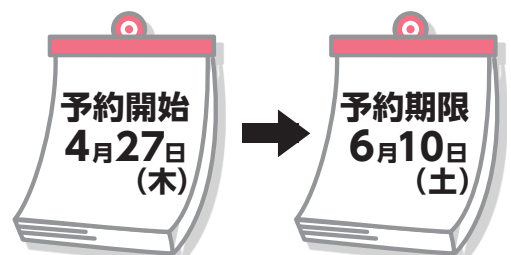
心電図と心拍数は、心臓の状態を知る重要な検査で、ほぼ8割程度の確率で心臓病の症状を見つけだします。

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。

● 人間ドック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。

補助金制度（がん検診・部位検診）受診申込の流れ

ダスキン健康保険組合では、がん検診・部位検診の自己負担に対して、上限1万円の補助金制度があります。

●補助金制度の対象となる方

定期健康診断で検査結果を受領している方

利便性を考慮し、12月末までに健康診断を受診できる方は、定期健康診断（H2コース）・ファミリー健診（F2コース）の提携医療機関での受診時に補助金制度（部位検診）を同時に受診できます。（一部提携医療機関のみ）

受診申込期間 2024年1月31日（水）まで

受診期間 2024年2月29日（木）まで

受診申込窓口 総医研ダスキン健診係 TEL 0120-982-527

		検査方法	検診内容および受診申込の流れ	健保補助金
がん検診	大腸	便潜血反応2日法	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。 2024年2月29日（木）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）	全額 （自己負担なし）
	婦人科 （乳房・子宮）	乳房 マンモグラフィ（40歳以上） 乳腺エコー（40歳未満） 子宮細胞診	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 2024年3月15日（金）必着 ↓ ④総医研ダスキン健診係より当健保補助額を振り込み。	上限 10,000円
部位検診	いずれか一つ	胃部内視鏡 大腸内視鏡 肺ヘリカルCT 脳MRI/MRA		

ダスキン健康保険組合で受診できる補助金制度（がん検診・部位検診）のQ&A

Q1 自治体のがん検診（大腸・婦人科）で受診したいが補助金制度を利用できますか。

A1 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の手続きの上、受診後に定められた書面（検診結果のコピー、検査費用を自己負担した領収書など）を提出いただきます。

受診申込期間 2024年1月31日（水）まで

受診期間 2024年2月29日（木）まで

受診申込窓口 総医研ダスキン健診係 TEL 0120-982-527

Q2 補助金制度を利用して、がん検診・部位検診を受診したいのですが、どの医療機関で受診できますか？

A2 医療機関の指定はございません。定期健康診断の健診結果受領後、総医研ダスキン健診係で手続きの上、ご自身で最寄りの医療機関へお申し込みください。
医療機関により受診できない検査もありますのでご確認の上、お申し込みください。

Q3 補助金制度を利用して、がん検診・部位検診を受診した場合の自己負担はいくらですか？

A3 検診費用は各検診により自己負担額が異なりますが、受診後精算時は全額自己負担いただきます。
当健保補助金の上限は1万円までです。また、各検診費用は医療機関により異なりますので、予約された医療機関へお問い合わせください。

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」に多数のご参加ありがとうございました。
「楽しみながら健康生活を続けていただきたい」という思いで、
これからもたくさんの方に参加いただけるイベントを目指してまいります。

()内は2022春の数値

2022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
606人 (691人)	22.7% (26.3%)	83チーム (99チーム)	72人 (66人)

賞が増えて入賞しやすくなっています!
今回は、参加者の3人に1人(203人)が入賞しました。



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

順位	チーム名	チームメンバーの所属	通算スコア	平均歩数
1位	秋山清原デストラーデ@DHC(10)	(株)ダスキンヘルスケア	2,400,000	15,408
2位	✧シュタタタ✧マロちゃん✧(10)	(株)ダスキンシャトル東京	2,399,927	15,254
3位	5代目チャーハン(10)	(株)ダスキン 国際部	2,392,504	10,668
4位	東京連合walkerズ(10)	(株)ダスキン 東京地域本部 (株)ダスキンシャトル東京	2,311,241	11,774
5位	中国・四国地域本部(10)	(株)ダスキン 中国・四国地域本部 (株)ダスキン 南関東地域本部	2,194,123	10,013

※()内はチーム人数

入賞者の方にアンケートをお願いしました。
お答えいただいた中から一部ご紹介いたします。
アンケートにご協力いただいた皆さまありがとうございました。



Q 継続してウォーキングする工夫は?

「目標を作る」という
回答が多数!

A

Q ウォーキングで健診結果や身体的な変化は?

「変化なし」が
半数ですが、
「体重が減った!」
という方も4割!

A

Q 「みんなで歩活」終了後も続けている生活習慣は?

「仕事前後のウォーキング」
「階段を使う」
「特になし」が同率でした。
中には、「毎日ジムでの有酸素運動」
「登山」「エアロバイク」をしている
という方も!

A

Q 主に歩数が増える時間は?

半数以上の方が、
「散歩(ウォーキング)」とのこと。
「登山」「ジョギング」「ジム」で
歩数が増えている方もいらっしゃいました。

A

Q ウォーキング以外で身体に気をつけていることは?

「スポーツクラブに通う」
「食生活を整える」
「睡眠を整える」が
同率でした。

A

参加者の声

「みんなで歩活」で職場の
皆さんとコミュニケーション
がとれ、歩くことで気持ちも
前向きになれる気がします!

各賞発表

NEW 個人ラッキー7賞

個人平均歩数ランキングの下1桁が「7」の個人に
Amazonギフトカード100円

※歩数が「0」の方は除きます。

58人が
入賞しました

ラッキー5賞

チームの平均歩数が5,000歩以上でランキングの順位下1桁が
「5」のチーム全員にAmazonギフトカード(100円)

⑤位 中国・四国地域本部 (10)

⑮位 ドイの大冒険 (10)

⑳位 ちーむ親方 (9)

㉔位 ジャ〜坊 (8)

㉙位 MD東日本 (5)

㉖㉗位 猫になりたい (4)

㉘㉙位 札幌ラーメン部⑤ (2)

※()内はチーム人数

55位は、チーム平均歩数が
5,000歩未満だったため、
入賞となりませんでした。

新人賞

前回歩活エントリー期間後に初めてkencomに登録した人(※)の中で、
個人通算スコアの上位10人にAmazonギフトカード200円

●チーム通算スコアランキング賞・チーム貢献賞の受賞者を除きます。

●ラッキー5賞・応援賞と重複した場合は、新人賞のみ受賞。

※過去2回の歩活開催時の履歴で登録が確認された場合は対象から除外。

応援賞

チームの平均歩数が5,000歩以上で投稿スタンプ数の平均が上位の
チームメンバー全員にAmazonギフトカード(1位:200円、2位:100円)

※チーム通算スコアランキング賞・チーム貢献賞・ラッキー5賞の受賞者を除く。

①位 チームN.M (2)

②位 とことこ2022秋@DWU (6)

※()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ギフトカード300円

みんなで歩活 参加賞

「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

2023春の「みんなで歩活」はさらに賞が増えるので、ぜひ入賞を目指してください。

楽しみながら健康習慣を始められる「みんなで歩活」
あなたもそろそろ始めてみませんか？

「みんなで歩活」の参加方法は？歩数はどうやってカウントするの？など
「みんなで歩活」について詳しく知りたい方はこちらから



▶ 2023春の「みんなで歩活」開催中!

エントリー期間

4月3日(月)～4月27日(木)

イベント期間

4月28日(金)～5月31日(水)

▶ 新たなインセンティブが始まります!

●ダスキン健保賞

個人平均歩数がダスキン健保被保険者数に近い20人

●少人数チーム賞

チームメンバーが5人以内のチームの中で上位6チーム

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」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。
kencomに登録してヘルスリテラシー（健康意識）を高めましょう。
詳しくは、ダスキン健康保険組合ホームページをご確認ください。



ダスキン
健康保険組合
ホームページ
kencom紹介ページ

kencom登録状況(本人)

■ 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% 赤字文字：前回(santé No.173掲載値)より悪い

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	1,735人	821人	47.3%	40.8%
	565人	366人	64.8%	42.6%
	433人	273人	63.0%	39.6%
	737人	182人	24.7%	39.0%
	291人	87人	29.9%	42.5%
	88人	50人	56.8%	44.0%
	15人	10人	66.7%	50.0%
	188人	27人	14.4%	37.0%
	290人	159人	54.8%	40.3%
	148人	91人	61.5%	47.3%
ヘルスケア	59人	46人	78.0%	26.1%
	83人	22人	26.5%	40.9%
	393人	246人	62.6%	52.8%
	2,709人	1,313人	48.5%	43.1%
	1,348人	170人	12.6%	59.4%
	40人	25人	62.5%	48.0%
	1,308人	145人	11.1%	61.4%
	81人	28人	34.6%	64.3%
	127人	51人	40.2%	58.8%
	44人	11人	25.0%	63.6%
プロダクト関係会社	29人	10人	34.5%	60.0%
	15人	1人	6.7%	100.0%
	50人	14人	28.0%	57.1%
	50人	14人	28.0%	57.1%
	112人	32人	28.6%	15.6%
	29人	3人	10.3%	0.0%
	83人	29人	34.9%	17.2%
	113人	12人	10.6%	50.0%
	113人	12人	10.6%	50.0%
	74人	53人	71.6%	32.1%
プロダクト関係会社	74人	53人	71.6%	32.1%
	78人	26人	33.3%	23.1%
	31人	15人	48.4%	0.0%
	47人	11人	23.4%	54.5%
	75人	16人	21.3%	43.8%
	57人	14人	24.6%	35.7%
	18人	2人	11.1%	100.0%
	754人	243人	32.2%	42.8%

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
サーヴ関係会社	139人	131人	94.2%	22.9%
	4人	4人	100.0%	100.0%
	135人	127人	94.1%	20.5%
	149人	61人	40.9%	44.3%
	5人	5人	100.0%	80.0%
	144人	56人	38.9%	41.1%
	212人	96人	45.3%	29.2%
	8人	8人	100.0%	50.0%
	204人	88人	43.1%	27.3%
	27人	20人	74.1%	20.0%
その他	27人	20人	74.1%	20.0%
	99人	66人	66.7%	65.2%
	5人	5人	100.0%	80.0%
	94人	61人	64.9%	63.9%
	393人	101人	25.7%	32.7%
	11人	9人	81.8%	88.9%
	382人	92人	24.1%	27.2%
	156人	77人	49.4%	20.8%
	5人	4人	80.0%	25.0%
	151人	73人	48.3%	20.5%
その他	197人	55人	27.9%	38.2%
	6人	5人	83.3%	40.0%
	191人	50人	26.2%	38.0%
	280人	141人	50.4%	31.9%
	11人	11人	100.0%	90.9%
	269人	130人	48.3%	26.9%
	58人	45人	77.6%	37.8%
	58人	45人	77.6%	37.8%
	1,710人	793人	46.4%	33.3%
	67人	17人	25.4%	52.9%
その他	159人	25人	15.7%	40.0%
	61人	1人	1.6%	0.0%
	29人	25人	86.2%	80.0%
	3人	2人	66.7%	50.0%
	2人	2人	100.0%	100.0%
	321人	72人	22.4%	58.3%
	114人	56人	49.1%	51.8%
	6,956人	2,647人	38.1%	41.8%

事業グループ(所属)は2023年1月1日時点です。
2023年1月15日時点の在籍者かつ、2023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2023年1月1日時点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に登録すると、「生活習慣」や「病気」など様々なジャンルから、
あなたにおすすめの記事が届きます。当健保の登録者の皆さまに人気のあるのは、
「食事」「生活習慣」「運動」に関する記事です。

CHECK!

人気の記事・おすすめの記事です。ぜひ一度ご覧ください！

- 肩こり解消&猫背の改善に加え、五十肩の予防にも!

宅トレ 肩まわり編#1

<https://kencom.jp/articles/120152>



- 20分以上運動しないと、脂肪は燃焼されないの?

医師が解説! 健康Q&A

<https://kencom.jp/articles/119528>



- 骨を強くする最強食材コンビは、牛乳×鮭

栄養士が解説! 最強食べ合わせ

<https://kencom.jp/articles/120263>



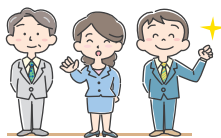
kencomに登録していない方

まずはkencomに登録!
アプリをダウンロード



「健康経営®」
とは

企業を成長に導く、
新しい経営スタイル

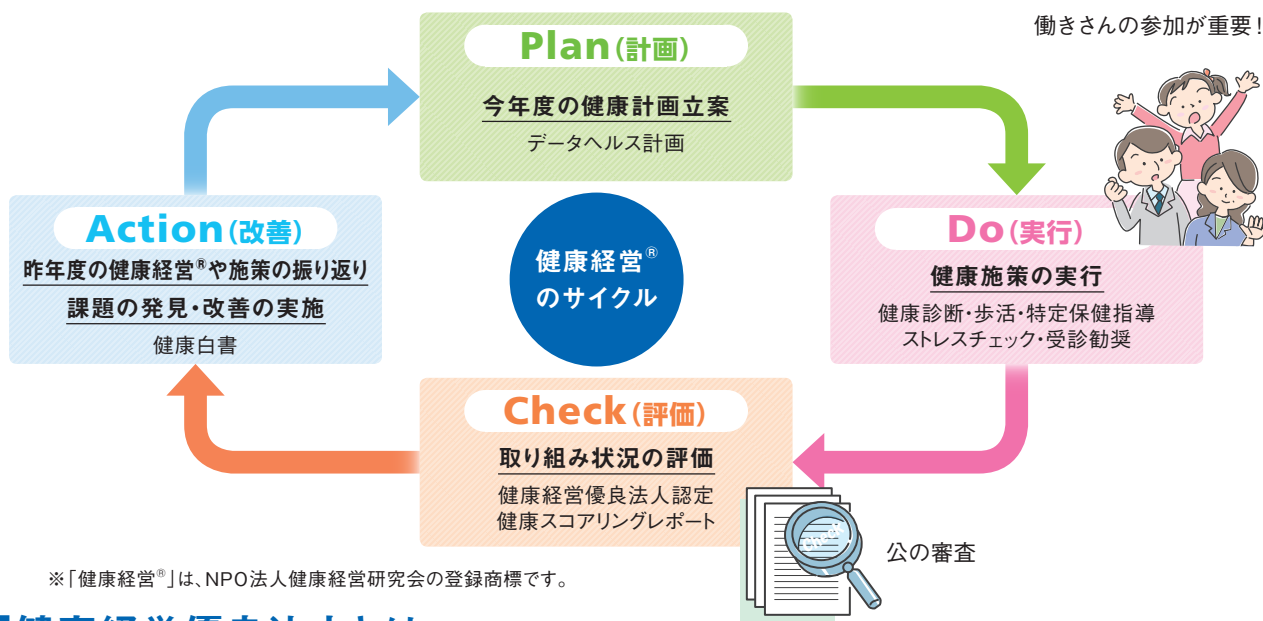


働きさんの健康が将来的に生産性の向上や、社会の成長に繋がるという認識のもと、健康づくりの取り組みを投資として戦略的に実践していく経営スタイルのこと

■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（本誌P2「創業者の想い」参照）。

▼健康経営®の実践は、P・D・C・Aサイクルで行います。



※「健康経営®」は、NPO法人健康経営研究会の登録商標です。

■健康経営優良法人とは

「健康経営優良法人」とは健康経営®に取り組む優良な法人を「見える化」し、認定された企業は「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法人」として社会的な評価を受けられます。

1. 経済産業省のホームページに社名が掲載されます。
2. 認定の証として付与されるロゴマークにより、健康経営®に積極的に取り組んでいる証が“見える化”し、顧客や取引先、求職者などに対し自社のイメージアップを図れます。
3. 企業イメージ向上により人事採用活動でも有利になります。

「健康経営優良法人」に認定されるためには、「健康宣言」が必須です。

■健康宣言とは

健康宣言とは・・・

経営者がその意義や重要性を認識して「働きさんの健康維持・増進に取り組むこと」を社内外に発信することです。

社内外への発信（宣言）方法の例

- 自社サイトにCSRやサステナビリティについての独立したページをつくって記載する
- コーポレート・ガバナンス報告などに記載する
- 職場の皆が見えるところに掲示する

当健保に所属する事業所27社すべてが「健康宣言」をしています！

令和4年度、新たにエムディフードが「健康宣言」をされました！

- 就業環境が整備され、働きさんの健康状態がよくなる
- 働きさんのパフォーマンスが向上したり、病気による休職・離職が減り、生産性が上がる
- 働きさんの医療費の軽減が望め、健康保険の保険料率が下がること折半している会社側の負担も軽くなる
- 企業イメージの向上による人材の確保、定着率の向上が見込める

健康経営®に取り組むことは、働きさんと会社の双方においてプラスに！

▼(株)ダスキンの健康宣言



「健康経営優良法人 2023」 認定状況

第7回となる今回、「健康経営優良法人2023」として、「大規模法人部門」に2,676法人(上位法人には「ホワイト500」の冠を付加)、「中小規模法人部門」に14,012法人(上位法人には「ブライツ500」の冠を付加)が認定されました。昨年度の健康経営優良法人2022認定数(大規模法人部門:2,299法人、中小規模法人部門:12,255法人)に対し、両部門ともに大幅な増加が見られました。

ダスキン健康保険組合の27適用事業所では、**大規模法人部門の5法人が認定**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。



健康経営優良法人 2023【大規模法人部門】認定

- 株式会社ダスキン:7年連続/「ホワイト500」5回目
- 株式会社ダスキンサーヴ北海道:6年連続
- 株式会社ダスキンサーヴ北関東:6年連続
- 株式会社ダスキンサーヴ九州:6年連続
- 株式会社ダスキンヘルスケア:6年連続

中小規模法人部門には13法人が認定されました。

なお、協会けんぽ加入の株式会社ダスキン八代・株式会社ダスキン鹿児島も中小規模法人部門で認定されました。



健康経営優良法人 2023【中小規模法人部門】認定

- 株式会社ダスキンサーヴ近畿:5年連続
- 株式会社ダスキン伊那:5年連続
- 株式会社ダスキン沖縄:3年連続
- 株式会社ダスキンシャトル東京:5年連続
- 株式会社和倉ダスキン:3年連続
- 株式会社ダスキンプロダクト北海道:4年連続
- 株式会社ダスキンプロダクト東北:4年連続
- 株式会社ダスキンプロダクト東関東:5年連続
- 株式会社ダスキンプロダクト西関東:3年連続
- 株式会社ダスキンプロダクト東海:4年連続
- 株式会社ダスキンプロダクト九州:3回目
- ダスキン共益株式会社:3年連続
- ダスキン健康保険組合:5回目

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。

ダスキンプロダクト東海

健康管理委員 佐藤 美奈子さん

テーマ 朝ごはんを欠かさず食べよう

取組期間 2022年11月6日～12月3日(4週間)

活動内容 令和3年度健康白書によると、当社の「適切な食事習慣あり」は53.7%、「朝食抜き週3日未満」は83.3%です。今回は朝食をテーマに取り組みました。

- ①配布した活動シートに、朝食を食べたら○をする形で4週間の記録をつける。
→記録をすることで、各自が朝食抜きの現状を把握!「これではいけない!」と思う気持ちに!
- ②活動終了後、参加者には達成率に応じて賞品として進呈。
賞品は「忙しい朝もきちんと朝食をとる」
ということを意識したものをチョイス。
- ③活動終了後の結果を健康白書の数字と比較。



健康管理委員コメント

今回の活動を通して少しでも自分の健康を意識した生活習慣を取り入れていただければと思います、身近で取り組みやすいことを活動テーマに決めさせていただきました。

チェックシートのイラストも栄養バランスを意識してもらえよう工夫しました。参加者のコメント欄に、朝食を摂ることの大切さやバランスよく栄養を摂取することの大切さについての記入があり、企画側にとって大変励みになりました。今後も生活習慣の改善につながる身近な情報を働きさんと共有していきたいです。

なお、令和3年度健康白書「適切な食事習慣」との比較では、朝食抜き週3日未満が83.8%から89.7%に上昇しました。活動にご協力いただいた皆さまに感謝申し上げます。ありがとうございました。

※健康あすなろ活動とは、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。

「健康スコアリングレポート」は、「健康の通信簿」 当健保の健康課題が明らかに！

「健康スコアリングレポート」は、各健保組合の加入者の健康状態や医療費、予防・健康づくりへの取組状況などについて、全組合平均や業態平均※1と比較したデータの経年推移を見える化したものです。

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で、令和1年度から厚生労働省・経済産業省・日本健康会議が協働して作成しています。毎年度、事業所別の詳細な健康課題をまとめて当健保が公表している「健康白書」※2と合わせて、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。

※1 当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）。

※2 健康白書は、事業所別に前年度のデータを当健保内で集計比較をし、毎年送付しています。

令和4年度版（令和3年度実績分）健康スコアリングレポート（抜粋）

※令和1～令和3年度のデータに基づいて作成

顔マークの見方

全組合平均を100とした際の各組合の相対値を高い順に5等分し、「良好😊」から「不良😞」の5段階で表記しています。



【当健保の特定健診・特定保健指導の実施状況】

特定健診の実施率

74位 / 1,127組合



特定保健指導の実施率

527位 / 1,127組合



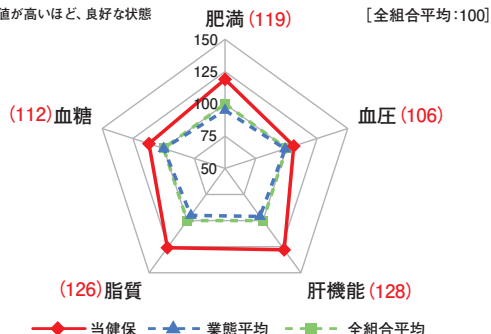
40歳以上の定期健康診断に特定健診項目を組み込んでいるため、特定健診の実施率は高くなっています。しかしながら、特定保健指導の対象となってもプログラムに参加いただく方はまだまだ少ない現状です。

【当健保の健康状況】生活習慣病リスク保有者の割合

健康状況



*数値が高いほど、良好な状態



リスク	良好	中央値と同程度	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	😊	😐	😞

※令和3年度に特定健診を受診した者のみのデータを集計。

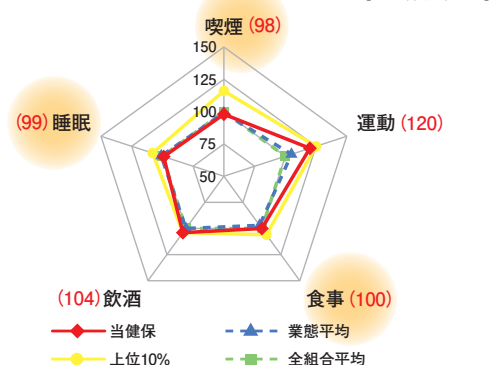
令和3年度の健康診断において、生活習慣病リスクがあった方の人数は、全組合平均よりも少ない結果でした。

【当健保の生活習慣】適正な生活習慣を有する者の割合

生活習慣



*数値が高いほど、良好な状態



リスク	良好	中央値と同程度	不良
喫煙習慣リスク	😊	😐	😞
運動習慣リスク	😊	😐	😞
食事習慣リスク	😊	😐	😞
飲酒習慣リスク	😊	😐	😞
睡眠習慣リスク	😊	😐	😞

※令和3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、保険者が保有しているデータのみで構成。
※上位10%は業態ごとの「総合スコア」上位10%の平均値を表す。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%の平均値を表示。
(※1)「ランクUP」は、5段階評価のランクを1つ上げるための目安（リスク対象者を減らす人数）を記載

食事習慣では朝食を週3回以上抜く、朝昼夕の3食以外の間食を摂取する方の割合が多いことがわかりました。

喫煙は当健保の課題となっています。睡眠で十分な休養を取れていない方がいます。

各社ごとの健康スコアリングレポートはホームページに掲載していますのでご確認ください。

詳しくはこちらから ▶
(ダスキン健保ホームページ)



INFORMATION



● マイナンバーカードを取得して、健康保険証利用登録の手続きを！

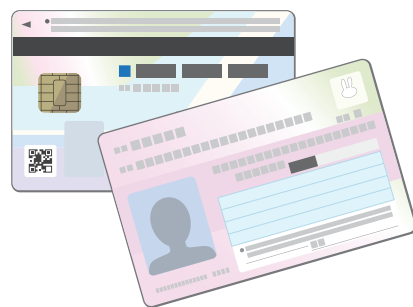
今持っている健康保険証が2024年秋に廃止され、マイナンバーカードとひも付けた「マイナ保険証」に全面的に切り替わるといった内容が盛り込まれた法律案が検討されています。

2023年2月末までにマイナンバーカードを新たに取得し、マイナンバーカードを健康保険証として利用登録などされた方には、国から最大で20,000円分のマイナポイントが付与されます。

● マイナポイントの申込終了日：2023年9月末

第2弾マイナポイント補助金事業ホームページ

<https://mynumbercard.point.soumu.go.jp/>



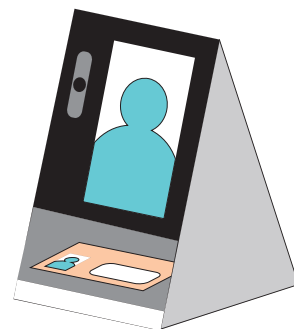
● 限度額適用認定証※1の申請が不要になりました（2023年4月から義務化されています）

オンライン資格確認が導入された医療機関など※2では、マイナンバーカード（保険証）があれば情報提供に同意することで「限度額認定証」の提示がなくても限度額を超える支払いが免除されます。

詳しくは、かかりつけの医療機関や薬局にご確認ください。

※1 窓口でのお支払い（自己負担額）が高額になる場合に、所得に応じた限度額までのお支払いのために医療機関・薬局に提示する認定証のこと

※2 マイナンバーカードの保険証利用に必要な顔認証付きカードリーダーを設置した医療機関

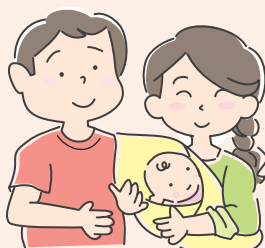


● 2023年4月から出産育児一時金が全国一律で50万円に引き上げられました

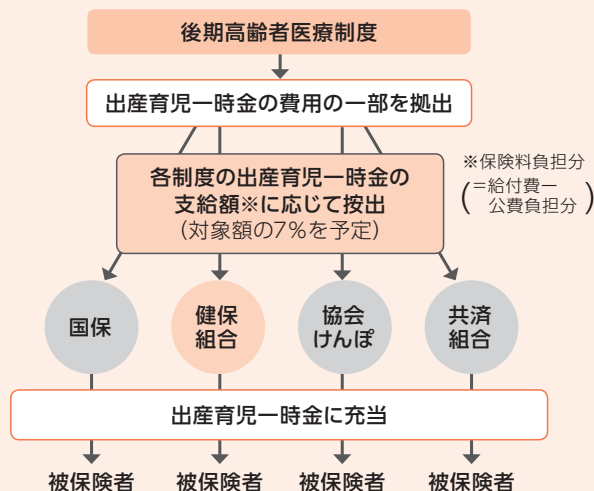
正常な出産は病気でないため健康保険が使えません。代わりに健保組合では、出産育児一時金を支給しています。出産費用は年々上昇しており、**出産費用負担を軽減する観点から、2023年4月から出産育児一時金が42万円から50万円に引き上げられました。**

～全世代で支え合うしくみを導入～

令和6年度からは子育て世代への支援強化のため、費用の一部を後期高齢者医療制度（75歳以上の高齢者が加入）が支援するしくみが導入されます。現役世代と75歳以上の後期高齢者の保険料負担に応じて出産育児一時金を按分し、支え合うしくみです。



出産育児一時金の
財源見直しイメージ▶



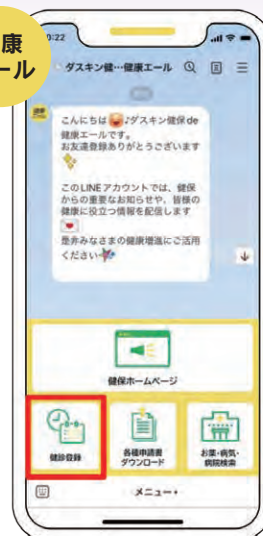
● 2023年4月1日LINE公式アカウント「ダスキン健保de健康エール」を開設しました

当健保からのお知らせや健康コンテンツを随時お届けします。

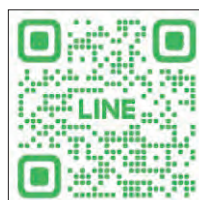
ホームページとも連携しているので、健診登録や各種申請書のダウンロードなどもできて便利にお使いいただけます。ぜひ、**友だち登録**してください。

なお、LINEの導入に伴い、社内イントラ「ノーツの健保組合情報」は令和4年度末で終了しました。

健康
エール



▼ここから友だち登録



ご自身のスマホで友だち登録をしてください。
社用スマホではLINEアプリを登録できません

● ライザップが作ったコンビニジム「chocoZAP (チョコザップ)」をご利用ください

RIZAP株式会社が展開するスポーツ健康事業chocoZAP（チョコザップ）と法人会員契約を結び、2023年4月1日より利用できるようになりました。



chocoZAP（チョコザップ）とは「コンビニジム」と銘打った小規模の無人トレーニングジムで、24時間・365日使い放題で月額税込3,278円でご利用できます（入会金・事務手数料 5,000円（税込）無料）。

現在のところ店舗数、エリアが限られておりますが、健康増進にお役立てください。

なお、当健保が法人会員契約を結んでいるスポーツクラブ「ルネサンス」や、(株)ダスキンが法人会員契約を結んでいる「コナミスポーツクラブ」もあります。こちらも組合員であれば様々な優待が受けられます。

どちらも入会方法など、詳しくは当健保ホームページをご覧ください。

詳しくはこちら▶



※腰痛軽減サポートアプリ「ポケットセラピスト」は、年間の利用者の減少に伴い、2023年3月31日を以ってサービスのご提供を終了しました。

	chocoZAP (チョコザップ)	ルネサンス	コナミスポーツクラブ
利用施設	chocoZAP (チョコザップ) 店舗※	直営施設・提携施設	コナミスポーツ全国施設 (法人会員用)
利用料 (税込)	24時間、365日使い放題 月額3,278円 入会金・事務手数料は無料 (5,000円)	【Monthlyコーポレート会員】 (月会員) 9,570円 ※オンライン ライブストリーム (オンラインレッスン) を無料で ご利用できます。 ※24時間営業の施設での夜間利用 のオプション料が不要です。 【1Dayコーポレート会員】 (都度利用料) 1,980円 オンライン利用 (オンライン ライブストリーム) 【月会員】 1,100円 ※Monthlyコーポレート会員の方 は無料でご利用できます	【月会員】 5,390円～14,520円 【都度利用料】 1,320円～2,420円 (直営店) 880円～2,860円 (提携施設)
利用対象年齢	16歳以上	15歳以上	16歳以上

※<https://chocozap.jp/studios/search/area/>

● 家庭用常備薬等斡旋の委託先が変わりました

当健保では、被保険者並びにご家族の皆さまに特別価格にて家庭用常備薬等の斡旋をしています。
これまでご利用いただいていた販売元の事業終了により、令和5年度より委託先を変更いたしました。
新委託業者：株式会社アーテム

【家庭用常備薬等の斡旋内容】

対象商品	①ダスキン健康保険組合加入者専用ページ（ダスキン健康保険組合ホームページ）内掲載商品 ホームページのトップページにあるこのボタンから ▶  ▼チラシ 
お申し込み期間	②santé174号同封チラシ「家庭用常備薬等お申込み」掲載商品 2023年4月3日（月）～2023年6月30日（金）
お申し込み方法	WEB、郵送、FAXのいずれか  ◀詳しくはこちら https://www.duskin-kenpo.or.jp/subscriber/subscriber2.html 送料：申込（購入）金額が3,000円（税込）以上で送料無料 （3,000円（税込）未満の場合は、送料660円をご負担願います）

● 健康相談窓口をご利用ください

ダスキン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！

ダスキン健康保険組合
ホームページ▶



◆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

病院へ行ったほうがいいか判断にまよったときは

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。

併せて、かかりつけ病院の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。

こども医療
電話相談

#8000

小児科医の支援の下、看護師・保健師
などが相談に応じます。
365日受付

※受付時間は都道府県ごとに異なります。

● 医療相談サービス「first call」（チャット・TV電話形式）は終了しました

kencom内で利用できる医師によるオンライン健康相談サービス（first call）は、年間の利用者の減少に伴い、
2023年3月31日を以ってサービスのご提供を終了しました。

なお、電話であなたとご家族の健康生活をサポートする「ダスキンころとからだの健康相談」は継続いたします
ので、今後ご利用ください。

重要なお知らせ・お得情報をLINE配信

ダスキン 健保de 健康エール

手続き方法が
すぐ分かる！



今すぐLINEで
友だち登録！



私たち組合員って
色々な補助や
サービスが
受けることが
できるのね！



健診登録・申請書ダウンロード
ができて便利！

健保からのお知らせを随時更新します。



医療機関予約後
健診登録を
タップで
かんたん登録！



知っててよかった！

運動動画や健康知識・レシピなど、日常生活に
取り入れやすい「健康コンテンツ」を配信します。



横にスワイプして
メッセージを
確認できます！



ご自身のスマホで友だち登録をしてください。社用スマホではLINEアプリを登録できません。