

2023年 12月 4日

ダスキン健康保険組合 組合員の皆様

株式会社ダスキン  
人事部 部長 松重 泰子  
ダスキン健康保険組合  
常務理事 木下 香織

### 令和5年度 第1期 生活習慣改善プログラムのご案内

合掌 いつも健康保険組合の事業運営にお力添えをいただき、ありがとうございます。

働きさんご家族の皆様の健康維持・増進に取り組み、生きがいのある心豊かな生活を実現するため、事業主(会社)、健康保険組合の協力のもと、毎年、定期健康診断の結果からそのまま放置すると生活習慣病発症のリスクが高い方を対象に「生活習慣改善プログラム」を実施しています。

このプログラムは生活習慣病の発症や重症化予防を目的に、行動変容や良い生活習慣をサポートするプログラムです。

ご案内はメールアドレスを運営委託先へ登録されている方はメール、登録されていない方は勤務先へ郵送します。

**毎日の生活習慣の積み重ねがその後の人生を健やかに過ごせるか否かに影響します。健康づくりの専門家が生活習慣改善策と一緒に考え取り組むことができるよう支援するサービスですので、ぜひこの機会にいずれか一つお申込みください。**

なお、「生活習慣改善プログラム」は業務ではありませんが、通常の勤務時間中に保健指導を受けた場合は勤務とみなします。通常の勤務時間とみなして所属長へ申し出をしてください。

ありがとうございました。合掌

詳しくはこちら：[「ダスキン健保ホームページ生活習慣改善プログラム」](#)

#### ◎案内一式のお届け方法と今後のスケジュール

会社メールアドレスをお持ちの方、メールアドレスを運営委託先へ登録されている方	令和5年 12月 6日 健康保険組合より、メールにて事前のご案内を配信。 令和5年 12月 7日～12月 8日 委託先（専門医ヘルスケアネットワーク）より、本プログラムのご案内メールを配信。
上記以外の方	令和5年 12月 7日～12月 8日 委託先（専門医ヘルスケアネットワーク）より、ご案内文書を郵送。 所属長より本人へ手交します。

#### 【お問い合わせ先/書類送付元】

運営委託先：一般社団法人 専門医ヘルスケアネットワーク 東京事務局（担当：特定保健指導担当者）

東京都千代田区神田小川町 1-3-1NBF 小川町ビルディング 4階

フリーダイヤル：0120-189-138（営業時間 平日 9時～17時）

ホームページ：http://hc-docnet.or.jp/