

◆ 健診・保健指導等 ◆

北海道農業団体健康保険組合

【 取組内容 】

生活習慣改善プログラムが7種類あり、参加費用は全て無料。参加者には問診表を送り、保健師や管理栄養士、トレーナーが回答を回収後、所定期間プログラムを実施してもらう。期間中も必要に応じて電話や手紙、Eメールを使ってアドバイスするなどきめ細かな対応をする。参加者には、終了後に意識調査を行って、生活習慣の改善や行動変容につながったかどうかを確認している。

【 効 果 】

生活習慣改善プログラムの一つ、「減る脂ー（ヘルシー）プログラム」の参加者における医療費削減効果は、高脂血症治療の年間医療費を1人当たり11万5,000円と試算すると、年間で1,058万0,000円に上る。なお実績としては、5年後の総コレステロールが基準値におさまっていた人は184人中92人、50%に達した。

東京薬業健康保険組合

【 取組内容 】

昭和60年に健康開発センターを開設し、同センターを拠点に健康管理事業に取り組んでいる。センター内の組織は部署ごとに役割が明確化され、制度の改正やニーズに応じて担当部署の新設など組織編成を行い、より充実した事業の展開に取り組んでいる。

○各種健診の実施

健康開発センターや全国の契約医療機関において、総合健診（定期健診、生活習慣病健診、家族健診、人間ドック等）、単科健診（胃健診や大腸健診等）及び二次健診を実施している。

○ヘルシーライフ教室

高血圧、高脂血症、糖尿病、肥満等の経過観察者の希望者に、3ヵ月の実践的な保健指導を行っている。開会式に始まり、メディカルチェック後、運動療法の専門医師が一人ひとりに合わせた運動処方を行う。その後、概ね2週に1回健康開発センターに来所し、保健師等による保健指導を受け、3ヵ月後、効果判定を行う。

○健康づくりの自己啓発

毎年10月を健康づくり強調月間とし、健康開発センターにおいて歯科健診やヨーガ体験教室等を行う参加型の「健康フェスタ」を実施している。また、ポスター、機関紙、携帯サイト、ホームページ等多彩な広報手段を用いて、加入者への健康づくり事業の普