

健康保険組合 健康宣言

レゾナック健康保険組合「レゾナックグループ健康宣言」

『レゾナックグループの従業員と家族、会社、健康保険組合の三者が一体となって、健康増進の取り組みを推進し、健康意識を高めていくことで、自立した生活ができる健康寿命を伸ばしていく』

<施策項目>

- ① 健康状況の把握、医療職による指導
- ② 生活習慣病対策（体）
- ③ メンタルヘルス対策（心）

<ご参考> 加入各社の健康宣言に関する具体的な取り組み例（赤字は健保が実施している事業）

① 健康状況の把握、医療職による指導

・健康診断の受診	定期健診、特殊健診、がん健診、歯科健診 生活習慣病健診、婦人科がん検診 特定健康診査と診査結果の健保組合への提出 特定保健指導の実施及び受診勧奨 専門ドック（脳・肺・胃） 予防接種
・ストレスチェックの受診	相談窓口、医師の面接指導
・適正な体重の維持、運動習慣	B M I、階段使用、歩数記録
・適切な栄養素、エネルギーの摂取	バランス、食塩摂取量

② 生活習慣病対策（体）

・肥満の防止	高血圧、糖尿病、高脂血症の対策
・嗜好品(酒、たばこ)の削減	がんの対策 禁煙支援補助
・歯磨き習慣の維持	虫歯、歯周病の対策
・従業員向け健康講習会	健保が費用を補助する制度あり
・電話健康相談窓口の周知	ファミリー健康相談

③ メンタルヘルス対策（心）

・時間外労働の削減	睡眠時間の確保、ストレスの削減
・抑うつ傾向の削減	趣味など能動的、積極的な休養
・カウンセリング窓口の周知	電話相談など
・従業員向け健康講習会	健保が費用を補助する制度あり
・メンタルヘルスカウンセリング	面接、電話相談