

# 健康強調月間実施要綱

平成 18 年度

## ． 目 的

健康づくりに関する各種事業の実施を通じて、被保険者とその家族の健康保持・増進を図るとともに、広く全国民が自らの健康について関心を高め、健康で明るい職場と家庭をつくりあげることがを目的とする。

## ． 期 間

平成 18 年 10 月 1 日～31 日

## ． 主 催

健康保険組合連合会  
健康保険組合連合会千葉連合会  
千葉県農協健康保険組合

## ． 健康強調月間のスローガン

### 1. スローガン

『未来のあなたに健康貯蓄』

### 2. サブスローガン

- (1) 考えよう あなたの健康 あなたの未来（生活習慣）
- (2) ウォーキング 毎日続けば 運動習慣（運動）
- (3) いきいきと 生きる秘訣は 食事から（食生活）
- (4) 考えて 吸わない人の 健康を（受動喫煙）
- (5) 心の健康 見つけよう ゆとりの時間（メンタルヘルス）

## 事業

### 1. 健康保険組合が実施する事業

#### (1) 被保険者及び家族に対する広報

ポスター等で健康強調月間の意義を周知徹底する。  
「健康であることの喜び」をテーマとしたフォトを募集する。  
けんぽ情報等により広報を行う。

#### (2) テレビ及び視聴覚教材の活用

##### テレビCM「おはよう けんぽれん」の活用

テレビCM「おはよう けんぽれん」を活用し、健康の保持増進に関する情報を提供し、視聴促進を図る。

##### 視聴覚教材の活用

健康、体力づくりを積極的に推進する方法として、視聴覚教材が有効な方法である。

そこで、健康保険組合のビデオ等の貸出し活用を図る。

#### (3) 生活習慣病（成人病）検診運動の推進

各種の機会をとらえて生活習慣病（成人病）に対する正しい知識を与えるとともに35歳を過ぎたら、毎年検診を受けるように指導し、生活習慣病（成人病）検診運動の推進を図る。

#### (4) 健康・体力づくり運動の推進

##### ウォーキングチャレンジの実施

健康日本21推進事業として、ウォーキングチャレンジを実施する。

##### 健康ウォークへの参加

健康体力づくり事業団体では、各新聞社と共催し、地方自治体・地方放送局・団体・企業等が後援・協賛して、全国主要都市において「健康ウォーク」が開催されるので、参加するよう呼びかける。

## **( 5 ) 保健指導**

県連合会の共同設置保健師等の協力を得て、被保険者とその家族が生きがいを持ち、生涯健康を維持することを目指したライフスタイルの改善を図るため、保健指導を実施する。

## **( 6 ) エイズに関する事業**

被保険者とその家族がエイズに関する正しい知識を持ち、偏見や差別の意識を解消して「共生」の気持ちを育むために情報の提供を行う。

## **2 . J A ・ 事業所への協力事業**

### **( 1 ) 被保険者及び家族に対する広報**

ポスター等を見易い場所に貼付し、けんぽ情報、冊子等を読んでもらうとともに、朝礼・会議等で健康強調月間の意識を周知徹底する。

### **( 2 ) 健康教室の開催**

事業所独自の研修会を開催するなど、被保険者及び家族の健康に対する理解を深める。

### **( 3 ) 健康点検運動の実施**

定期健康診断・生活習慣病（成人病）検診・短期人間ドック等を活用し、常に被保険者及び家族の健康状態を把握し、健康の向上に努める。

### **( 4 ) 健康・体力づくり運動・献血の実施**

健保組合主催の各種事業に積極的に参加する。

健康体力増進のため、健保組合及び各地区等で開催される各種運動大会に積極的に参加する。

各地で開催される「健康ウォーク」へ積極的に参加する。

国・都道府県・日本赤十字の献血事業に協力する。