

# 健康強調月間実施要綱

-生活習慣病予防普及月間-

平成 22 年度

## I. 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。

## II. 期間

平成 22 年 10 月 1 日～31 日

## III. 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

## IV. 健康強調月間のスローガンと趣旨

### 1. スローガン

#### 『日々の健康 幸せの実感』

健康の保持・増進、健康・体力づくり事業は、健保組合が保健福祉事業を取り組む上で、今も昔も変わらぬ重要なテーマです。

国の進める健康日本 21 事業においても、9 分野のうち運動・食生活・禁煙の 3 分野における一次予防に焦点をあて、健やかな生活習慣が生活文化として定着することを趣旨とした「健やか生活習慣国民運動」を展開しています。

本月間は、そうした趣旨に賛同し、その一翼を担うものとして、行動変容を行うことの大切さをイメージしたスローガンを掲げ、「運動・食生活・禁煙」の 3 分野に、こころの健康づくりとしての「メンタルヘルス」を加え、生活習慣の見直しや改善を取り組むことを趣旨として実施するものです。

## V. 事業内容

### 1. 健康保険組合が実施する事業

#### (1) 広報活動

健康強調月間の趣旨及び国が進める健やかな生活習慣国民運動(健康日本21)について、けんぽ通信等を通じて広く周知する。

#### (2) ポスターの配布

健康強調月間をアピールするためのポスターを全事業所に配布する。

#### (3) テレビによる周知

健保連提供のテレビ 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する。また、視聴促進を図る。

#### (4) 健康・体力づくり運動の推進

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。

### 2. JA・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・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

- ① 健保組合主催の各種事業に積極的に参加する。
- ② 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。
- ③ 各地で開催される「健康ウォーク」へ積極的に参加する。
- ④ 国・都道府県・日本赤十字の献血事業に協力する。