

大阪港湾健康保険組合 第3期データヘルス計画

(令和6年度～令和11年度)

当組合では、加入者の皆さまの健康寿命を延ばし、いつまでも健やかで充実した生活を過ごしていただけるよう、健診結果や医療費データの分析をもとに効果的な保健事業を行ってまいります。

是非、ご自身の健康づくりにご活用ください。

皆さまの「健診結果」「医療費データ」分析結果

健康課題	生活習慣病（高血圧症・糖尿病・脂質異常症など）の医療費が高い。
対策	健康診断による生活習慣病の早期発見・早期治療を図ります。 保健指導による生活習慣の見直しを目指します。 生活習慣病の重症化予防対策の強化を図ります。 健康イベントやスポーツクラブ利用促進により運動習慣を持つ人の増加を目指します。
健康課題	がんの医療費が高い。
対策	がん検診によるがんの早期発見・早期治療を図ります。
健康課題	歯科の医療費が増加している。
対策	歯周病リスク検査などによる歯科対策を実施します。
健康課題	呼吸器系疾患の治療をされている方が多い。
対策	インフルエンザの予防対策などを実施します。
健康課題	喫煙率が高い。
対策	禁煙プログラムによる喫煙者の減少を図ります。
健康課題	婦人科系疾患の医療費が増加傾向にある。
対策	女性の健康に関する啓蒙に力を入れます。
健康課題	メンタル系疾患の受療率が増加傾向にある。
対策	こころの健康に関する啓蒙に力を入れます。
健康課題	ジェネリック医薬品の利用が十分ではない。
対策	アレルギー性鼻炎などに対してジェネリック医薬品の使用率向上を図ります。
健康課題	子どもの時間外診療の医療費が高い。
対策	子どもの医療に関する啓蒙に力を入れます。

健康診断・保健指導

人間ドック

人間ドック受診者に **10,000 円** の補助を行っています。

対象 40～74 歳のうち偶数年齢の被保険者

婦人科検診

婦人科検診（子宮頸がん検診または乳がん検診）受診者に **3,000 円** の補助を行っています。

対象 25～39 歳の女性の被保険者と被扶養者
40～74 歳の女性の被保険者

がん検診

特定健診に加え、自費でがん検診も受診した方に JCB ギフト券 **3,000 円分** を進呈しています。

対象 特定健診を受けた 40～74 歳の被扶養者と任意継続者

特定健診

生活習慣病の予防を目的とした法令で定められている健診です。

被扶養者と任意継続者は**無料**で受けられ、受診者に JCB ギフト券 **2,000 円分** を進呈しています。

被保険者の方は、会社の健診を受診しましょう！

対象 40～74 歳の被保険者と被扶養者

特定保健指導

生活習慣の予防と改善を目的とした法令で定められている保健指導です。

健康診断で保健指導の対象となった方は、必ず受けましょう！

無料で受けることができます

対象 40～74 歳の被保険者と被扶養者

重症化予防

高血圧症や糖尿病等の重症化が心配される方へ重症度に応じた対策を実施します。

案内が届いた方は必ず受けましょう！

対象 生活習慣病リスクが高い方のうち、治療をしていない方や治療を中断している方など

歯周病リスク検査

郵送による歯周病リスク検査を**無料**で受けることができます。

対象 40～74 歳の被保険者と被扶養者

からだづくり

ウォーキングイベント

春にウォーキングイベントを開催しています。

からだ年齢チェック

秋にからだ年齢チェック（体力測定など）を開催しています。

フォトラリー

専用システムを利用したフォトラリーを開催しています。

ICTを活用した健康イベント

健康ポータルサイト「PepUp」を活用したウォークラリーなどを開催しています。

スポーツクラブの利用促進

契約施設（ルネサンス、ジョイフィット、LAVA、RIZAP）をお得に利用できます。

病気の予防

インフルエンザ予防接種

年度内1人1回 **1,500円**を上限にインフルエンザ予防接種の費用補助を行っています。

ascure 卒煙プログラム

丁寧なサポートと正しい手法で禁煙に導くプログラムを**無料**で受けることができます。

女性の健康

婦人科系疾患等に関する冊子やリーフレットを女性加入者の皆さまに配布しています。

こころの健康づくり

メンタルに関する冊子やリーフレットを加入者の皆さまに配布しています。

心の健康講座の案内をしています。

コラボヘルス

Healthy Company Project

事業所ごとの疾病傾向や健康課題に合わせて、事業所単位で保健事業を実施しています。

医療費の適正化

医療費のお知らせ

医療費のお知らせの配布を行っています。

健康ポータルサイト「PepUp」からも医療費のお知らせを確認することができます。

ジェネリック通知

ジェネリック医薬品使用促進通知（お得なジェネリック医薬品情報）の配布を行っています。

健康ポータルサイト「PepUp」からもジェネリック通知を確認することができます。

アレルギー通知

アレルギー通知の配布を行っています。

子どもの適正受診

適正受診啓発冊子や自治体相談窓口の案内の配布を行っています。

適正服薬の促進

重複投薬者や多剤投与者へ通知の配布を行っています。