



## 新春挨拶

本年もよろしくお願いたします！

謹んで新春のご挨拶を申し上げます。

旧年中は格別なご高配を賜わり厚く御礼申し上げます。

弊社は、この2月15日で創立5周年を迎えますが、辰年にちなんで「昇竜」の如く飛躍の年としていく所存でありますので、本年も何卒よろしくお願申し上げます。

弊社のサービス基盤でありますPHRシステムも稼働から5年を迎え、更なる強化を図らなければならない年と考えております。そのためにも従業員一同がこれまでお客様からいただいた貴重なご意見・ご要望を真摯に受け止めるとともに、これまで培ったノウハウを共有し展開することをさらに強力に推進してまいります。

弊社の提供するサービスも、国の施策である“国民の健康づくり運動”に対して微力ながら寄与してきたと思っておりますが、2000年に策定された「健康日本21」が今年度終了します。

現在、厚生労働省にて次期国民健康づくり運動の策定作業が進められております。

特定健診・特定保健指導についても昨年度より内容を見直す検討会がはじまっており、今年2月に中間的なとりまとめが出される予定です。弊社サービスやPHR関連システムもこのような社会の動きに柔軟に対応していくべく、今春より順次新サービス・新機能をご提供していく予定です。

昨年3月の震災以来、まだまだ厳しい状況下での新年スタートとなりますが、寺山修司の詩にも「ふりむくな、ふりむくな、後ろには夢がない」とありますように、未来に向けた明るい展望を抱きながら確実に一步を踏み出す決意をしております。私どもが切り開いていこうとしているPHRの扉はまだ完全に開いたわけではありませんが、そこから光が差し込み始めているように感じております。

先駆者としての誇りを持って、確実に注意深く、そして大胆に進む年にしたいと思っておりますので、引き続き皆様方のご支援とご協力をお願い申し上げます。

2012年1月

代表取締役社長 齋藤 稔

### 健康ワンポイント情報

昨年10月に21世紀の国民健康づくり運動である『健康日本21』の最終評価が報告されました。報告によると、意識的に運動をこころがけている人の割合は増えたものの、日常の歩数は減少したとのことで、日常的な活動量そのものが減っていることが示唆されました。

**歩くことは、**

- ◆自然とバランスを取ろうとするため、足以外にも全身の筋肉トレーニングができる!!
- ◆気分転換ができる!!
- ◆10,000歩あるくと、おおよそ300kcal消費できる!!

『健康日本21』の歩数目標は、男性9,200歩以上・女性8,300歩以上。

ご自身の状況に照らし合わせるといかがでしょうか？

最近は歩数計が内蔵された携帯電話も多くあります。

日々の歩数を記録・確認し、平均歩数に満たない場合は、



- あと10分(約1,000歩分)余分に歩く!!
- エレベーターやエスカレーターではなく、階段を使う!!
- ランチは、いつもよりちょっと遠くのお店に行ってみる!!

といった具合に、簡単にできることから「歩数アップ作戦」に取り組んでみることをお勧めします。

※運動はご自身の体調に合わせて行ってください。



## ■ 保健事業サービスのご紹介

厚生労働省保険局より来年度事業に関する重点事項が発表されました。

『特定健診・保健指導は生活習慣に着目した疾病予防の重要性が一層高まっていることを踏まえ、円滑な実施に取り組むこと、健康教育等に関しては健康増進事業実施者として被保険者等の健康の保持増進のための事業を積極的に実施するとともに、専門スタッフを活用した保健指導や健康づくりに取り組むこと』とあります。

今回、企業や健康保険組合のお客様が生活習慣病の進行モデルに応じて実施されている保健事業をトータルにサポートしていくことができるよう、新規サービスをスタートいたしました。

### ➤ 企業／保険者が抱える健康増進事業の課題

#### ○ 従業員の健康が気になる

- ・ 従業員、組合員の健康意識を高めたい
- ・ 健康診断の結果がよいくない
- ・ 糖尿病や糖尿病予備軍が増えている

#### ○ 保健指導実施が不十分

- ・ 忙しくて特定保健指導までできない
- ・ 対象者に継続的な支援が困難
- ・ 栄養・運動等の専門的な部分が不十分

#### ○ 保健指導関連の事務処理が煩雑

- ・ 保健指導を効率化したい
- ・ 面接予約調整に時間がかかる
- ・ 指導記録のデータ処理が大変

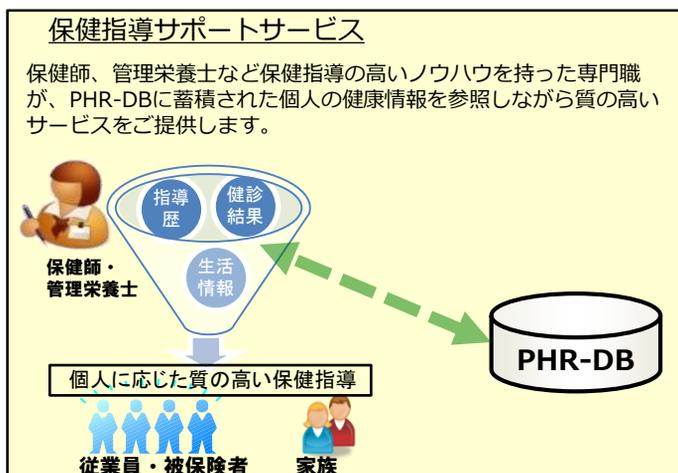
上記のような課題をお持ちの企業、保険者様を弊社にてサポートいたします。

特定保健指導をはじめ、健康増進、生活習慣病の重症化予防のための保健指導を各企業、保険者様に合わせてサービスをご提案いたします。

### ➤ サービスの特長

PHR-DBに個人の健康に関するあらゆる情報を一元管理し、個人に合った保健指導の提供をいたします。

また、IT（ヘルスアップWeb）を活用した効率的な保健指導を提供いたします。



— 編集後記 —

生活習慣病予防協会の2012年のテーマは“アルコールと健康生活”です。また来月2月は全国生活習慣病予防月間です。みなさまの健康増進を推進し医療費適正化のお役にたてるよう新しいサービスの提供を目指します。

## ➤ サポートサービス

従業員の健康増進を目的とした保健指導や、すでに生活習慣病になってしまっている従業員の重症化予防のための保健指導サービスを提供します。

一般保健指導サービス	
運動支援サービス	健康運動指導士による目的、症状に合わせた運動プログラムの提案やアドバイスをを行います。
重症化予防サービス	要治療者へ健康情報の提供やアドバイスをを行います。
生活習慣病予防サービス	糖尿病や高血圧症などの生活習慣病対象者および予備軍へアドバイスをを行います。

また、特定保健指導も各企業健保様のご要望に合わせてサポートします。

特定保健指導サービス	
フルサポート	初回面接の日程調整から保健指導終了までトータルでサポートいたします。報告書作成もを行います。
保健指導サポート	初回面接から保健指導終了までサポートいたします。（面接の日程調整は含まれません）
継続支援サポート	初回面接、最終評価以外の継続支援をサポートいたします。
スポットサポート	継続支援中のスポット指導をサポートいたします。対象者に合わせた栄養、運動など専門的な指導を実施いたします。

保健指導提供時にはご希望に合わせて測定した体重や血圧などが自動でヘルスアップWebへ登録できる『通信機能付き測定機器』をご利用いただくこともできます。（オプションサービス）

### ➤ 【参考資料】保健指導効果

経済産業省実証事業にて健康増進プログラムへの参加群と非参加群の医療費及び保健指導の実施と未実施の医療費を分析しました。さらに参加群のBMIを25以上の参加者と25未満の参加者に分け医療費の比較を行いました。

結果、BMI：25以上と25未満の群とを比較すると、明らかに25以上の群が一人当たりの医療費が高くBMIを25未満にすることが、医療費を低くする要因になることが示唆されました。（表1. 実証事業参加者のBMIから見た年間一人当たり医療費）

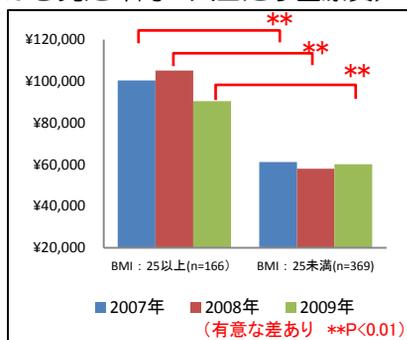


表1. 実証事業参加者のBMIから見た年間一人当たり医療費

また、BMI25以上の対象者に保健指導を実施することで、生活習慣病リスクが減少し医療費も減少することが示唆されました。



発行元：

株式会社ベストライフ・プロモーション

川崎市中原区上小田中4-1-1富士通川崎工場内

TEL：044-754-2060 FAX：044-754-2029

URL：http://www.blp.co.jp

