

平成27年度 前期高齢者訪問健康相談実績報告

前期高齢者の方を対象とした平成27年度の訪問健康相談は、10月より訪問を開始し、34名の方を対象に実施させていただきました。延訪問件数は51件、1人あたりの平均訪問回数は1.5回でした。

平成27年度は、受診や服薬などへのお悩みや不安からくる、重複調剤は見受けられませんでした。重複受診の方が1名おりましたが、相談員のアドバイスにより適正な受診をされるようになっていきます。また、29名(約85%)の方が、既に何らかの治療を受けていたり、健康診断の数値に異常が見られていましたが、相談員がお伺いしたことにより、生活習慣の中でも主に運動不足や食生活に改善が見られるようになっていきます。目標別に見ますと食生活の改善を掲げた方が67%、運動不足の解消を掲げた方が52%で、その結果、間食等の制限を実行された方が90%、運動への取り組みが出来るようになった方が100%近くおり、健康に対する積極的な気持ちが見られるようになりました。



また、服薬や定期受診などの医療管理に関するアドバイスや、主治医や看護師への症状の伝え方、ジェネリックの活用に関する相談の仕方などのアドバイスもしてまいりました。特にジェネリックに関しては、ご自身で積極的に医師や薬剤師へ相談をされる方が多くなり、8割を超える方が活用しております。また、正しいお薬の服用を行えていない方が18%おりましたが、アドバイスをさせていただく事により、半数の方が正しいお薬の服用を行えるようになりました。

今後も皆さまの健康習慣や医療等に関して幅広い相談を受けてまいりますので、不安や悩みの解消、健康習慣の定着化等に当事業をぜひお役立て頂きますようお願いを致します。

『けんぽ共同健診(特定健診・主婦健診)』についてのお知らせ

平成28年度のけんぽ共同健診(特定健診・主婦健診)の申込・受診期限が近づいておりますが、お申込みはお済みですか? 未申込者の方には、委託先の株式会社イーウェルよりご自宅へ申込・受診勧奨のお電話をいたしております。お手元の「けんぽ共同健診」案内をご確認のうえ、是非お早めに申込・受診をお願い致します。

ご自分のため、また、ご家族のためにも、一年に一度は必ず健診を受けましょう!

健診実施方法 ※どちらか選択	申込期限	受診期限
巡回健診	会場によって締切日が異なります	平成29年1月31日(火)
施設健診	平成29年1月10日(火)	



ご注意ください!!

今年度、ご希望により人間ドックを受診された方、あるいは受診を予定されている方は、この「けんぽ共同健診」のお申込みは出来ません。重複受診された場合は、後日、当健康保険組合補助金額の返還請求をさせていただきます。

介護・健康教室 参加者募集!

当健康保険組合では、他の健康保険組合と共同で「介護・健康教室」を開催しております。いざ介護が必要になった時のために、また、現在介護でお困りの方、最新の健康情報に興味のある方はぜひご参加ください。

カリキュラム内容・募集要領・受講申込書等は、健保ホームページ『平成28年度介護・健康教室のご案内』(<http://www.yokogawakenpo.or.jp>)をご覧ください。

開催日	開催地	コース名
11/12(土)	東京都23区	エクササイズ
11/19(土)	神奈川県横浜市	糖尿病予防
11/26(土)	東京都23区	認知症介護
12/3(土)	神奈川県横浜市	ストレス・睡眠
12/3(土)	大阪府大阪市	介護準備学
12/10(土)	東京都23区	女性のための健康
12/17(土)	埼玉県さいたま市	ストレス無し介護
1/14(土)	神奈川県横浜市	ストレス無し介護
1/14(土)	愛知県名古屋	糖尿病予防
1/21(土)	東京都23区	介護予防

開催日	開催地	コース名
1/28(土)	兵庫県神戸市	ストレス・睡眠
2/4(土)	東京都八王子市	認知症介護
2/4(土)	大阪府大阪市	エクササイズ
2/18(土)	東京都23区	糖尿病予防
2/25(土)	神奈川県横浜市	介護
2/25(土)	静岡県静岡市	女性のための健康
3/4(土)	東京都23区	介護準備学
3/4(土)	大阪府大阪市	認知症介護
3/11(土)	神奈川県横浜市	女性のための健康