

平成25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25年度の訪問健康相談は、9月より訪問を開始し、19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30件、1人あたりの平均訪問回数は1.6回でした。

実施者19名の方のうち、受診、服薬などへのお悩みや不安からくる重複受診、重複調剤などは見受けられなかったものの、15名(約79%)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。しかし、相談員がお伺いし、アドバイスをしたことにより、生活習慣、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58%、運動不足の解消を掲げた方が68%でした。その結果として、運動への取り組みが出来た方が75%、食事への取り組みが出来た方が86%おり、特にほぼ100%の方が間食習慣の改善を実行されました。また、それらの取り組みを実行された方の27%に体重の減少が見られております。

また、主治医や看護師への症状の伝え方やお薬に関する相談の仕方などのアドバイスもしております。

今後も皆さまの健康習慣や医療、介護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26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。

自分のため、家族のために、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27年1月31日(土)
施設健診	平成27年1月10日(土)	平成27年1月31日(土)

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!

他の健康保険組合と共同で実施している「介護・健康教室」は、11月以降も色々なカリキュラムの教室が開催されます。

健康教室については、ご自身の健康を見つめ直すきっかけにもなりますので、興味のあるコースに是非ご参加ください。

また、介護教室については、介護を学びたいがセミナーに参加できない方、お住まいの地域ではセミナーが開催されていない方などのために、ご自宅で学べる教材をお送りする自宅学習型のコースもございます。募集要領・受講申込書は、健保ホームページ『平成26年度介護・健康教室のご案内』(<http://www.yokogawakenpo.or.jp>)をご覧ください。

