

事 業 主 様

名古屋薬業健康保険組合
総務課 052-211-2294 ダイヤルイン
<https://www.meiyaku-kenpo.or.jp/>

令和6年度 健康管理通知関係について

日頃は、当健康保険組合の事業運営につきまして、格別のご協力を賜り厚くお礼申し上げます。

さて、当健保ではご加入の皆様健康を守るため、健診実施や医療費の状況などをお知らせするとともに、医療機関への受診が必要とされる方へ受診勧奨通知等を下記のとおり送付いたします。

事業所様におかれましても、医療費の傾向等を把握いただくとともに、企業の宝でもある従業員の方の健康サポートを何卒お願い申し上げます。

また、健保組合におきましても、健康経営を推進しておりこのような情報を活用し事業所様と健康活動においてコラボヘルスしお役に立ちたいと考えております。

記

(1) 事業所様宛通知

1. 令和5年度 特定健診・特定保健指導の実施率等のお知らせ
について（全事業所様）
2. 令和5年度年間事業所別収支状況一覧（全事業所様）
3. 事業所別レポート（2023年度版（2022年度実績分）
（被保険者数50名以上の事業所様を対象に送付）

(2) 加入者様宛通知

（11月29日に（株）JMDCより対象者様のご自宅へ直接送付いたします。）

【見本】として次の1～3を添付いたします。

1. 適正服薬（ポリファーマシー）の勧奨通知
2. 健診結果から医療機関への受診が必要な方への受診勧奨通知
3. 腎受診勧奨通知

(3) 健康宣言書（ご参考資料）

健康経営のサポートいたします！！

当組合では保健事業を最大限に生かせるよう、健康経営の概念をより取り入れ、事業所様の特性を考慮し、コラボヘルスとして、従業員の方の健康、そして、従業員の活力ある労働における生産性向上を目指した事業運営を考えております。

なお、現在28社が健康宣言をされており、今後健康経営に取り組む予定をされている場合などございましたら、ご遠慮なく当組合までお問い合わせください。

事業所様へご訪問するなど積極的にサポートさせていただきます。

以上

あなたに処方されているお薬の一覧です。

お薬手帳と一緒にこちらの「お薬一覧」をかかりつけの医師・薬剤師に見てもらいながら、相談してください。

現在のあなたの
お薬は

18 剤

全18剤中18剤まで掲載

調剤日	お薬の効能	お薬の名前	医薬グループ	処方機関	1日量	処方日数	後発
10月29日	抗精神病薬	[先発] ジプレキサ錠 10mg	A	公立大学法人 JMDC 大学医学部附属病院	2	28	あり
10月29日	ビグアナイド系	[後発] メトホルミン塩酸塩錠 250mgMT「DSEP」	A	公立大学法人 JMDC 大学医学部附属病院	6	28	なし
10月24日	アンジオテンシンII受容	[先発] ミカムロ配合錠 AP	E	大門あおぞら医院	1	28	あり
10月21日	グリタゾン系	[先発] アクトス錠 15	D	医療法人慈英会 浜松病院	1	30	あり
10月20日	抗うつ薬および気分安定薬	[先発] サインバルタカブセル 30mg	C	医療法人社団 松島会 東京芝大門内科・循環器科クリニック	3	28	なし
10月20日	抗不整脈薬	[先発] タンボコール錠 50mg	B	医療法人社団 芝会ジェイクリニック	6	30	あり
10月19日	尿失禁用製剤	[先発] ベタニス錠 50mg	D	医療法人慈英会 浜松病院	1	14	なし
10月17日	便秘薬	[後発] センノシド錠 12mg「YD」	B	医療法人社団 芝会ジェイクリニック	3	14	なし
10月15日	便秘薬	[準先発] プルゼニド錠 12mg	D	医療法人慈英会 浜松病院	2	28	あり
10月13日	催眠鎮静薬	[先発] マイスリー錠 10mg	B	医療法人社団 芝会ジェイクリニック	1	14	あり
10月11日	催眠鎮静薬	[後発] ゾルピデム酒石酸塩錠 5mg「AA」	C	医療法人社団 松島会 東京芝大門内科・循環器科クリニック	2	14	なし
10月10日	利尿薬	[後発] アソセミド錠 30mg「JG」	B	医療法人社団 芝会ジェイクリニック	1	30	なし
10月10日	カリウム保持性利尿薬単味	[後発] スピロラクトン錠 25mg「KK」	D	医療法人慈英会 浜松病院	1	28	なし
10月7日	全身性抗ヒスタミン薬	[先発] ルパフィン錠 10mg	B	医療法人社団 芝会ジェイクリニック	1	21	なし
10月5日	全身性抗ヒスタミン薬	[先発] ジルテック錠 10	C	医療法人社団 松島会 東京芝大門内科・循環器科クリニック	1	30	あり
10月3日	非ステロイド性抗炎症薬お	[先発] ロキソニン錠 60mg	A	公立大学法人 JMDC 大学医学部附属病院	3	30	あり
10月3日	局所用の抗リウマチ薬およ	[先発] モーラステープ L40mg	A	公立大学法人 JMDC 大学医学部附属病院	56	1	あり
10月2日	局所用の抗リウマチ薬およ	[先発] モーラスパップ XR120mg	A	公立大学法人 JMDC 大学医学部附属病院	14	1	あり

お薬相談の際は、この紙をお忘れなく!



お薬を見直して、ずっと良い関係
病気が増えると、お薬も増えていきます。一つ一つのお薬ならば大丈夫なことも、多剤になっていくと体に予期せぬ症状が現れることがあります。これを機会に多くったお薬の意味を理解するきっかけにさせていただけたら幸いです。

行く日を下記にご記入ください!

かかりつけ医師・薬剤師にご相談ください

相談に行く日: 月 日

相談する病院・薬局は、 です。

あなたの健康に関する大切なお知らせです

〒105-0012
東京都港区芝大門2-5-5シバダイヤモンドビルディング1200階
医療 順子 様

重要
今すぐ内容をご覧ください



お知らせ作成日 2020年 11月2日
000001#

〒105-0012
東京都港区芝大門2-5-5シバダイヤモンドビルディング1200階
JMDC健康保険組合

お薬が増えることで
予期せぬ症状に
つながることも...

医療監修: 秋下 雅弘 先生
東京大学大学院 医学系研究科 老年病学教授
(2020年10月時点)

少しでも当てはまる人は要注意! 今すぐ中面をチェック

⚠ かかりつけの医師・薬剤師に「このお知らせ」と「お薬手帳」を持ってご相談ください。

このお知らせを手にしたあなたへ

このお知らせは、服用しているお薬の数や種類の多い方、または、飲み合わせや長期服用により注意が必要なお薬がある方にお送りしています。かかりつけ医師・薬剤師に確認してもらいましょう。なお、自己判断での服薬中止は絶対にしないでください。



かかりつけ医師・薬剤師の方へ

以下の情報は、お薬手帳には記載のない患者様の医療情報が含まれます。治療、処方参考としていただければ幸いです。

受診した医療機関と処方を受けた薬局

2020年10月1日～10月30日、8件中5件を表示しています

医薬グループ	医療機関名	薬局名
A	公立大学法人 JMDC 大学医学部附属病院	JMDC ドラッグ薬局浜松町駅前店 有限会社ドラッグストアジェイズジョイ
B	医療法人社団 芝会ジェイクリニック	ドラッグジェイエム 大門駅前店
C	医療法人社団 松島会 東京芝大門内科・循環器科クリニック	まつしま薬局
D	医療法人慈英会 浜松病院	ヘルスケアヤマゲン 芝大門店
E	大門あおぞら医院	あおぞら薬局 大門西店

※医療機関と薬局をまとめたグループです。お薬名などから問い合わせ先を調べる際に活用ください。

健康診断結果

2020年6月に受けた健康診断結果より掲載しています

BMI	32.1	最高血圧	160 mmHg	最低血圧	90 mmHg
血清クレアチニン	4.6 mg/dl	eGFR	19 mL/min/1.73m ²	尿蛋白	(一)
総コレステロール	130 mg/dl	HDL	35 mg/dl	LDL	160 mg/dl
HbA1c	6.8 %	空腹時血糖	102 mg/dl	γGTP	15 U/L
				空腹時中性脂肪(TG)	180 mg/dl
				ALT(GPT)	19 U/L

この通知はレセプトデータを元に作成されたものです。データ分析の仕様上、レセプト上の記載と紙面上の表記がことなる場合があります。お薬の件数が多い場合には、掲載しきれない場合がございます。

お薬が多い人は有害事象のリスクが高まる可能性があります...

処方されたお薬の飲み合わせによる相互作用や、長期に服用することで好ましくない症状や意図していない徴候(有害事象)が現れることがあります。その有害事象に対してさらにお薬を増やす前に、現在処方されているお薬を総合的に見直し、飲み合わせも確認してもらいましょう。



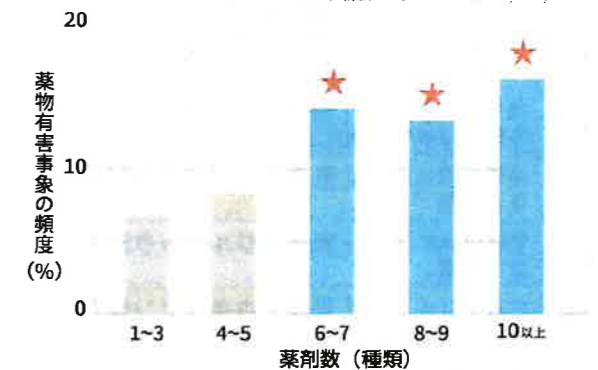
6種類以上のお薬を服用していると薬物有害事象のリスクが増大!!

服用しているお薬が、毎日6種類以上(★)の方は、薬物有害事象のリスクが増加することが報告されています。

また、お薬が1種類でも服薬回数が多い場合や1回の服用錠数が多い場合は、飲み忘れや、飲み間違えの可能性が高くなるので、注意が必要です。

● 多剤処方と薬物有害事象

長崎大学高齢者病棟入院データベース(n=2,412)



(Kojima T, et al: Gerontol Int 2012; 12:761-2. より引用)

日本老年医学会 日本医療研究開発機構研究費・高齢者の薬物治療の安全性に関する研究研究班: 高齢者の安全な薬物療法ガイドライン2015, メジカルビュー社, 2015, p15 左図

お薬を多く処方されているあなたへ 飲み残しで余っているお薬はありませんか?

チェック!

飲み忘れ、飲み残しで余っているお薬はありませんか? 症状が改善されているけど、そのままお薬をもらい続け余ってしまうケースもあります。お薬は医師とよく相談して最小限にとどめましょう。



お薬を見直すことで体調もお薬代も改善される場合があります。あなたのお薬一覧は裏面へ



あなたの健診結果には、 「医師の診察を受ける必要がある」 項目がありました。

健診受診月
2018年07月
作成月
2020年05月

監修 / 京都大学大学院
医学研究科 教授
中山 健夫

あなたは、
⊖マークの
生活習慣病の
可能性が
ありそうです。

糖尿病



高血圧症



脂質異常症



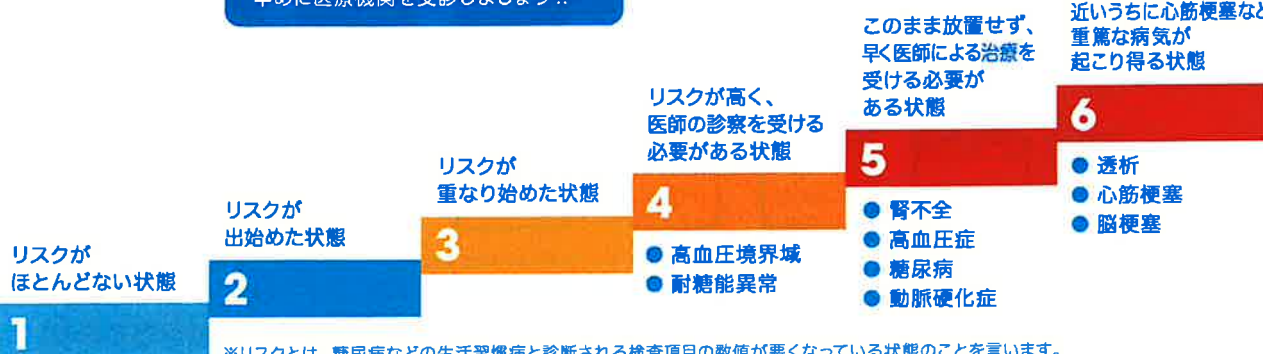
検査結果から
可能性のある疾患に
⊖マークを付けています。

生活習慣病は放置すると重篤な状態を引き起こし、生活や仕事にも支障が出てしまいます。
生活習慣病は多くの場合、**自覚症状がありません**。しかし、放置していると、慢性的な合併症や
全身の動脈硬化症が促進され、これが心筋梗塞や脳梗塞の原因になります。

今のあなたは、⊖のステージに
該当する可能性があります。
早めに医療機関を受診しましょう!!



このまま放置すると、
近いうちに心筋梗塞など
重篤な病気が
起こり得る状態



ウラ面をご覧ください▶

〒999-9999

●●●●県●●●市●●●●9-9-99

コーポ●●●●999

●● ●●様

99-9999



1 000003#

当健康保険組合では、被保険者、被扶養者に向けて健診制度を設けており、本年度につきましても既にご案内の通りです。今般、この健診について健診後のフォローアップに着手することとし、まずは健診で糖尿病・高血圧症・脂質異常症リスクのある方に情報提供を行います。現在も医療機関未受診の場合は、この機会に受診をご検討ください。



JMDC123456789123

JMDC健康保険組合 1 2 3 4 5 6

999-999912345678

東京都港区芝大門

9999-99-9999912345678912345

東京都港区芝大門1-11-1234567891234

対象期間：2018年01月～2018年12月

対象者：血糖や血圧、脂質の検査で、基準値（疾患の診断基準を元にしています）以上に達し、健診受診後に通院履歴が確認されなかった方へ通知しています。

・分析期間（タイムラグ）の関係で、既に医療機関を受診している方にも送付される可能性があります。予めご了承をお願い致します。
 ・既に他の疾患で医療機関を受診している方は、血糖や血圧、脂質の検査を定期的に測り症状の悪化予防をお勧めいたします。



あなたの健診結果をもう一度確認しましょう。 [あなたの最近の健診結果]

	空腹時血糖値	HbA1c	最高血圧	最低血圧	中性脂肪	HDL コレステロール	LDL コレステロール
あなたの値	274 mg/dl	10.3 %	160 mmHg	79 mmHg	179 mg/dl	41 mg/dl	179 mg/dl
リスクが高い	あなた	あなた	あなた				あなた
組合などの 受診勧奨基準	126以上	6.5以上	140以上	90以上	300以上	35未満	140以上
リスクが低い				あなた	あなた	あなた	
学会などの 受診勧奨基準	126以上	6.5以上	140以上	90以上	300以上	35未満	140以上

※病院受診勧奨基準とは、糖尿病学会・動脈硬化学会・高血圧症学会の現時点での診断基準に基づいています。学会での動向に応じ、変更されることがあります。

あなたの検査結果は、早く医療機関を受診して再検査を受ける必要のあるものがあります。
まだ医療機関を受診されていない場合は、早めに内科を受診してください。



TOPICS
 身近に潜む
 命の危機

**死につながる
 可能性**

3大生活習慣病の怖さ

悪い生活習慣

- 食生活の乱れ
- 運動不足
- 喫煙（ニコチン、有害タバコ成分）
- ストレス
- 過剰な飲酒
- 睡眠不足

生活習慣病

- 糖尿病
- 高血圧症
- 脂質異常症

動脈硬化などが進み…

透析 失明 突然死
 認知症 身体のまひ 等

**倒れてからでは手遅れ
 多くの人が「あの時受診していれば」
 と後悔**

糖尿病・高血圧症・脂質異常症のリスクが高い状態を放置することで、心筋梗塞や脳梗塞・透析などを引き起こし、自由な生活が失われる可能性があります。一刻も早く治療を始めましょう。



記号:1
 番号:3826
 表示名3826様

このお知らせは、腎機能が低下している可能性が高い方への情報提供です。現時点で医療機関未受診の場合は、専門医の診察を受けていただくことをお勧めします。すでにかかりつけ医や産業医から指示を受けている方は、その指示に従ってください。

1 000004#

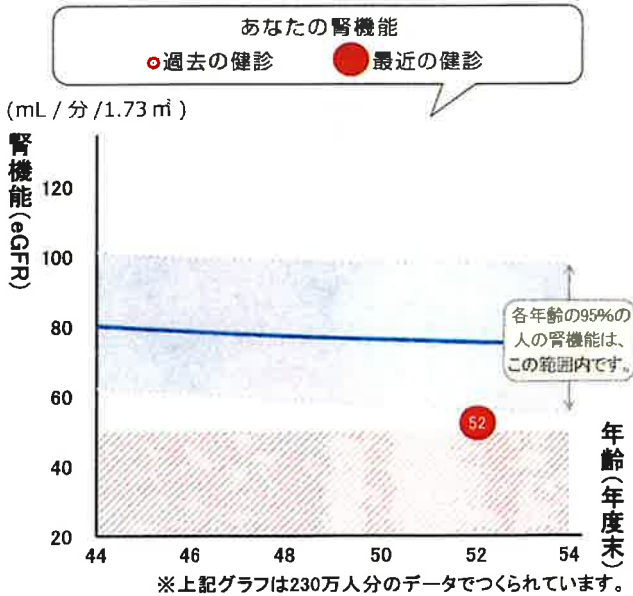
〇〇健康保険組合
 〒000-0000
 〇〇県〇〇市〇〇町0-0-0 〇〇ビル
 TEL:0000-00-0000 FAX:0000-00-0000



あなたの腎機能の状態をグラフで確認してください

このグラフは、年齢に合わせた腎機能の分布を示しています。真ん中の実線は年齢平均で、上と下の点線の範囲内に95%の人が分布していることを示しています。

赤い範囲に入ると、腎機能が著しく低下し**慢性腎臓病の可能性が高い状態**です。



あなたの腎臓の注意ポイント

腎臓の働き
(肌臭や身体経過)

52.1 ☹️
 mL/分/1.73m²

腎の働き(機能)が軽度～中等度低下している状態です。医師を受診してください。

※eGFRの数値は、小数点第2位を切り捨てています。

腎機能が悪くなる速さ
一般的には毎年0.6mL/分/1.73m²減少傾向が低下します

腎臓が傷ついた状態
(蛋白尿)

(-) ☺️

腎臓からたんぱくは漏れていません。正常です。

腎臓機能の悪化に影響する検査結果

腎臓の状態				血圧の状態		血糖の状態		脂質の状態			尿酸の状態	
あなたの健診結果	尿蛋白	血清クレアチニン (mg/dL)	eGFR (mL/分/1.73m ²)	腎臓機能の変化 ※	収縮期 (mmHg)	拡張期 (mmHg)	空腹時血糖 (mg/dL)	HbA1c (%)	中性脂肪 (mg/dL)	LDL (mg/dL) / コレステロール	HDL (mg/dL) / コレステロール	尿酸値 (mg/dL)
2019/06/07	-	1.18	52.1		165	103	98	5.4	205	137	38	6.7

※eGFRの変化=年間5mL/分/1.73m²以上の低下、または25%以上低下している時には急速な腎臓機能の悪化の可能性がります。

内科医師にこの検査結果を見せましょう!



早めに医師の 診察を受けましょう。

※腎臓内科または内科

健診受診月
2019年06月

作成月
2019年11月

監修/木村健二郎
(JCHO東京高輪病院院長
腎臓専門医/高血圧専門医)

健診結果から、あなたは人工透析を必要とする**末期腎不全**や入院や高度医療を必要とする**脳卒中**や**心筋梗塞**を発症するリスクのある慢性腎臓病(CKD)である可能性があります。早期に受診し、今の状態を維持し、これ以上悪くならないよう治療や生活習慣の改善に努めましょう。

あなたの腎臓のろ過能力は
48%
低下しています



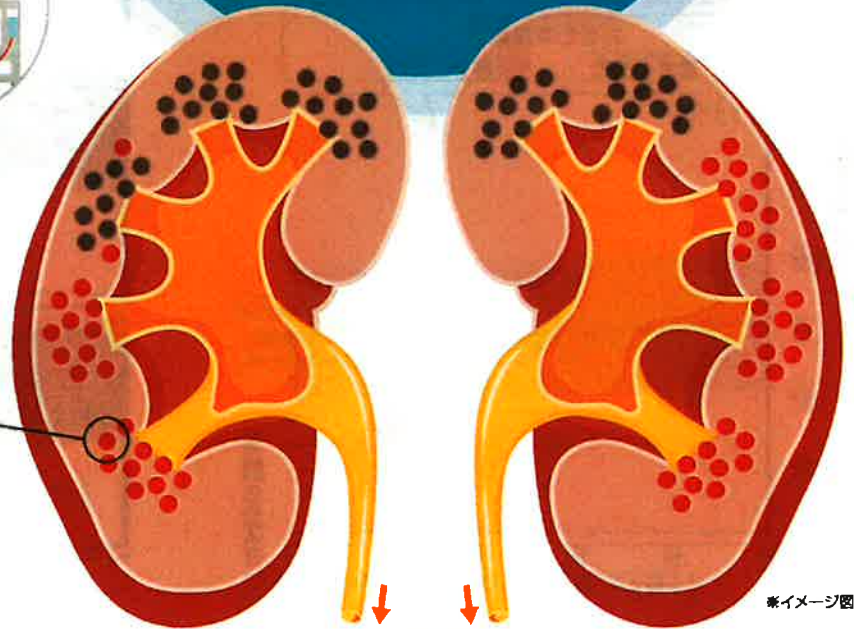
人工透析

週に複数回通院し、数時間かけて血液を浄化する治療法です。



糸球体

しきゅうたい
余分な水分や老廃物は糸球体で濾過されて、体外に尿として排泄されます。糸球体は片方の腎臓*に約100万個存在しますが、この濾過能力(濾過量)をGFRと言います。



※イメージ図

あなたの腎機能が失われている割合を示しています。

- 慢性腎臓病(CKD)とは、慢性(3カ月以上)に経過するすべての腎臓の病気のことを指します。腎臓はあなたの身体を正常な状態に保つ重要な役割を担っているため、CKDによって腎臓の機能が低下し続けることで、さまざまな病気の危険が発生します。
- 腎臓は一度あるレベルまで悪くなってしまうと、その後進行性に悪化することが多いです。
- CKDは、自覚症状がないことが特徴です。●生活習慣病との関連も深く、誰もがかかる可能性のある病気です。

※左右の腎臓に合せて200万個の糸球体があります。

健康宣言書

下記の項目にご記入の上、E-mail または F A X等でご応募ください

宣言をして取り組みます



必須項目

- 健康宣言の社内外への発信・経営者自身の健診受診
- 健康づくり担当者の設置
- (求めに応じて)40歳以上の社員の健診データの提供
- 健康経営の具体的な推進計画
- 受動喫煙対策に関する取り組み
- 健康経営の取り組みに関する評価・改善
- 法令を遵守している



選択項目

取り組み項目
一覧表から

指定の項目数以上 選んでチェック してください

推奨 選択	社員の家族の健康にも積極的に 取り組みます	1	<input type="checkbox"/>															
必須 選択	社員の健康課題の把握と 必要な対策の検討を行います	2項目 以上	2	<input type="checkbox"/>	3	<input type="checkbox"/>	4	<input type="checkbox"/>										
必須 選択	健康経営の実践に向けて 環境を整えます	1項目 以上	5	<input type="checkbox"/>	6	<input type="checkbox"/>	7	<input type="checkbox"/>	8	<input type="checkbox"/>								
必須 選択	社員の心と身体の 健康づくりに取り組みます	4項目 以上	9	<input type="checkbox"/>	10	<input type="checkbox"/>	11	<input type="checkbox"/>	12	<input type="checkbox"/>	13	<input type="checkbox"/>	14	<input type="checkbox"/>	15	<input type="checkbox"/>	16	<input type="checkbox"/>
その他	独自で取り組む項目がある 場合は、ご記入ください																	

宣言日 年 月 日

事業主署名欄

事業所名		保険証 の記号	
健康づくり 担当者氏名		電話番号	
<input type="checkbox"/> 健康保険組合のホームページやけんぽだよりへの掲載を希望しない <small>※健保連愛知連合会のHPで、健康宣言をされた事業所名を掲載します。掲載を希望しない場合に限りチェック <input checked="" type="checkbox"/> をお願いします。</small>			

◆E-mail または FAX等でご応募ください

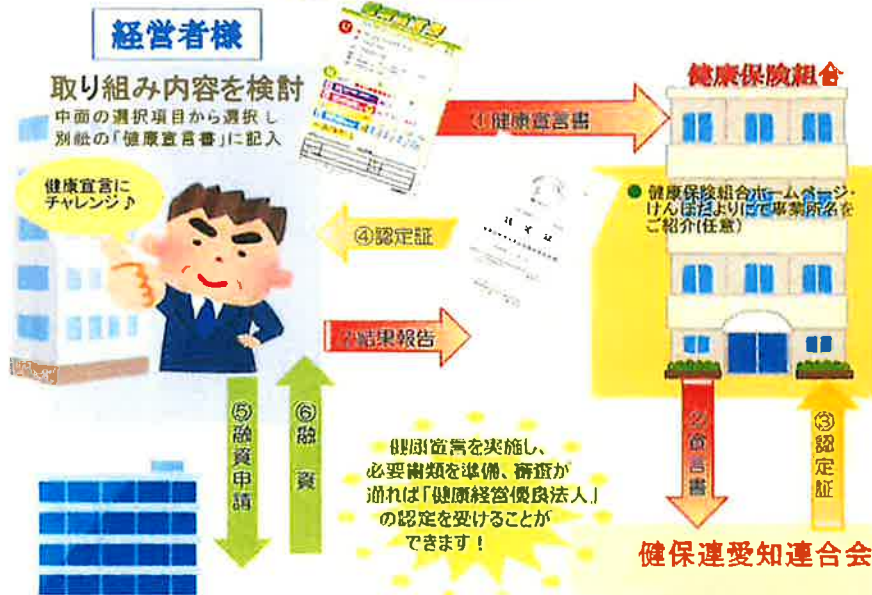
名古屋薬業 健康保険組合行

健康宣言

健康宣言

取り組みの流れ

いま、「健康経営」が求められています。
貴社の健康宣言のサポートを行っています。
まずは、宣言することから始めませんか



愛知県信用保証協会
愛知・中京・名古屋の3地銀
愛知県内の15信用金庫

「健康宣言チャレンジ事業所」に認定されると、おうち健康宣言応援保証および、3地銀・愛知県内の15信用金庫から金利優遇が受けられます。

ご提出・お問い合わせ先



「健康経営優良法人」認定への「健康宣言」はじめの一歩をしましょう!

「健康経営優良法人」は、日本健康会議による認定制度です。

「健康経営」を推進している会社が評価される環境に

「健康経営」とは、社員の健康を重要な経営資源と捉え、積極的に社員の健康増進に取り組む企業経営スタイルです。

「健康経営」に取り組むメリットとしては、生産性の向上、リクルート効果、企業イメージアップなどがあります。

現在、「健康経営優良法人認定制度」など、社会的に評価が受けられる制度もあり、社員の健康に取り組む企業が増えています。



メリット1

健康経営優良法人認定ロゴマークが使用可能に

健康経営優良法人
Health and productivity

健康経営優良法人
Health and productivity
ポイント500

「健康優良企業」
であることを
社内・社外にアピールできる!

メリット2

「健康宣言チャレンジ事業所」の認定証発行を受けると愛知県信用保証協会から低利率で融資が受けられます

メリット3

金利優遇サービスを3地銀（愛知・中京・名古屋）・愛知県内の15信用金庫から低金利で融資が受けられます

「健康経営優良法人」の認定を受けるためには、この健康健康宣言事業に参加する必要があります。
「健康経営優良法人」の認定要件等は、経済産業省のホームページをご覧ください。

https://www.meti.go.jp/policy/mono_info_service/healthcare/kenkukeitei_yuryouhouzin.html

健康経営優良法人 検索

名古屋薬業 健康保険組合

取り組み項目一覧表

必須項目

1. 健康宣言の社内外への発信・経営者自身の健診受診
2. 健康づくり担当者の設置
3. (求めに応じて)40歳以上の社員の健診データの提供
4. 健康経営の具体的な推進計画
5. 受動喫煙対策に関する取り組み
6. 健康経営の取り組みに対する評価・改善
7. 法令を遵守している

選択項目

次の1～16の中から、貴社で取り組む内容を選択し、別紙の「健康宣言書」の番号にチェックをしてください。
(各分類ごとで選択しなければならない数を定めています。)

- 1 : 健康保険組合として、経営者の方に是非取り組んでいただきたい項目
2 ~ 4 : 2項目以上 5 ~ 8 : 1項目以上 9 ~ 16 : 4項目以上

選択項目 (推奨)

社員の家族の健康にも積極的に取り組みます

1 『社員が元気で働くためには、家族の健康が不可欠です』

●積極的な取り組みの一例

①会社
経営者が社員の皆様にご家族(奥様)の健診受診をよびかける

社員が元気で働くためには、家族の健康が不可欠!

健保組合の「健診受診の案内」等を活用して健診情報の周知を図る

ご家族(奥様)に健診情報をお渡しください!

②ご家族
健診を予約して受診

会社の後押しのおかげで受診できたわ!

選択項目 (推奨)

社員の健康課題の把握と必要な対策の検討を行います

2	定期健康診断の受診	●定期健診受診率100%
3	受診勧奨の取り組み	●勤務時間内の健診実施 ●会社での健診予約を行うことで受診を促進
4	ストレスチェックの実施	●ストレスチェックを実施し、メンタル不調者のいない職場づくりを推進

必須項目を達成、および選択項目(推奨)11を実施し、且つ選択項目から選んだ7項目に、取り組んでいれば、『健康経営優良法人(中小規模法人部門)』認定制度への申請が可能となります。



選択項目 (推奨)

健康経営の実践に向けて環境を整えます

項目	例	
5	管理職又は一般職員に対する教育機会の設定	●管理職へのメンタルヘルス研修の実施 ●毎月社員向けに健康情報を発信する広報誌を配付
6	適切な働き方の実施	●定時退社日の設定 ●有給休暇取得目標の設定
7	コミュニケーションの促進	●挨拶運動の実施 ●社員旅行や社内運動会の開催
8	病気治療と仕事の両立	●フレックスタイム制度の導入 ●傷病休暇制度の整備

選択項目 (推奨)

社員の心と身体の健康づくりに取り組みます

項目	例	
9	保健指導の実施	●保健指導を受ける時間の確保 ●社員の保健指導の管理(予約を会社が行う等)
10	食生活の改善	●仕出し弁当、自販機等のメニュー改善 ●毎日体重を測り、食生活をチェック
11	運動機会の促進	●階段利用の推奨 ●朝ストレッチ ●ウォーキングイベントへの参加
12	女性の健康保持・増進	●女性専用の相談窓口の設置
13	長時間労働者への対応	●休暇取得、出社制限等の勧奨 ●業務分担の見直し
14	メンタルヘルス不調者への対応	●産業医等による定期的な面談 ●相談窓口の整備と周知
15	社員の感染症予防	●予防接種費用を会社で補助する ●アルコール消毒液の設置やマスクの配布
16	喫煙率低下に向けた取り組み	●煙草の影響についての教育・研修 ●喫煙に関する社内ルールの整備