

働き盛り世代の健康セミナー

全国健康保険協会埼玉支部「禁煙チャレンジの取組について」

【協会けんぽの概要について】

まずは、協会けんぽの概要や健康経営についてご説明した上で、禁煙チャレンジの取り組みについてご紹介させていただきます。

まず、協会けんぽの加入者数や事業所数の推移をご説明いたします。

こちらのグラフを見ていただければ、お分けおわかりいただけるかと思いますが、加入者数、事業所数ともに年々増加しています。

次に、協会けんぽの組織規模を簡単にご説明いたします。

医療保険の保険者には協会けんぽのほかに、健康保険組合共済組合、国民健康保険、後期高齢者医療制度があり、年齢やお勤め先などで、加入する制度が異なります。

資料の通り、平成30年度末時点で、全国で約3,900万人、約3.1人に1人が協会けんぽの加入者です。

また、埼玉支部の加入状況としては、事業所数、約10万事業所、加入者数約141万人と、県民の約5.4人に1人が協会けんぽ加入者です。

また、加入事業所の規模としては、従業員9人以下が約80%を占めており、小規模事業所の割合が高くなっています。

医療保険制度の財源は、主に保険料や税金から成り立っています。

ご存知の通り、高齢化により医療費は増加しています。

医療費が増えれば、医療保険の財政はどんどん厳しくなるため、若い世代からの生活習慣病予防対策が急務となっています。

【健康経営】

このような背景から、協会けんぽでは、様々な保健事業を展開していますが、すべての保健事業には、事業所様のご協力が必要となります。

そこで、事業所様が健康に関心を持つことで得られるメリット、健康経営についてご紹介します。

健康経営とは、従業員の健康保持、増進の取り組みが将来的に収益などを高める投資であると

働き盛り世代の健康セミナー

全国健康保険協会埼玉支部「禁煙チャレンジの取組について」

の考えのもと、健康管理を経営的視点から考え、戦略的に実践することです。健康経営が求められる背景としては、急速な少子高齢化により、労働力が減少し、人手不足など、経済活動に影響を及ぼすことが挙げられます。また、疾病の罹患率は高齢になること高くなります。

このように、生産年齢人口の減少、かつ労働力は高齢化する状況下で、従業員の健康状態の悪化は、企業の生産性低下を招く大きな要因になります。さらに、国民医療費や介護費用の増加は、結果として、健康保険料の上昇として企業負担の増加に繋がります。

このような超高齢化による社会環境の変化に伴い、事業者様におかれましては、私ども医療保険者と連携し、従業員の健康保持増進に主体的に関与していただくことが重要となります。

健康経営で目指すものは、健康寿命の延伸です。

健康寿命とは、心身ともに健康で自立して生活できる期間のことを言います。平均寿命が長くなっている中で、自立した健やかな人生を送ることはとても重要です。特に、医療費の約3分の1は生活習慣病によるものであり、これは日頃の運動習慣や食生活の改善により予防が可能な疾病です。働いてる方は、多くの時間を職場で過ごしますので、職場における健康づくりが、健康寿命の延伸にとっても重要です。

加入者の健康寿命の延伸を図る上で、健康経営の推進は大きな効果をもたらすと期待されます。健康経営は、企業が主体となり、経営の視点で従業員の健康管理を行うものですが、企業だけで進めることは困難です。

このような背景から、協会けんぽ埼玉支部では、オール埼玉で健康経営のサポートをしています。

【禁煙チャレンジ制度について】

今回は受動喫煙防止や禁煙がテーマですので、様々な取り組みの中から、協会けんぽで行っている禁煙対策「禁煙チャレンジ」についてご紹介いたします。

協会けんぽとして、禁煙チャレンジを始まった経営についてご説明させていただきます。

まず一つ目ですが、埼玉支部加入者は、喫煙率が高いことが挙げられます。

過去のデータになりますが、平成27年度の埼玉支部の喫煙率は36.8%。男性45%、女性19.9%と、

働き盛り世代の健康セミナー

全国健康保険協会埼玉支部「禁煙チャレンジの取組について」

特に女性の喫煙率が高い状況です。

二つ目に、埼玉県は虚血性心疾患が原因の死亡率が、男女ともに全国3位と高いことが挙げられます。

たばこ吸うと、血液をどろどろにする中性脂肪などの血中成分が増加し、また、HDLコレステロールが減少し、動脈硬化が促進されます。

これにより、虚血性心疾患になる方が多くなります。

三つ目に埼玉支部では、今まで特別な喫煙者対策を行っていなかったことが挙げられます。

このような背景から、喫煙による本人の健康被害リスクと、受動喫煙による周囲に与える悪影響等を防止するとともに、企業における健康経営の取り組みのより一層の向上推進を図り、加入者の健康増進や健康寿命の延伸につなげることを目的として、平成30年8月から禁煙チャレンジ制度をスタートしました。

禁煙チャレンジ制度のポイントは3点です。

一つ目はサポーター応援者の登録です。

サポーターを登録して、一緒に禁煙に取り組むことで、禁煙にくじけそうになるのを防ぎます。サポーターの役割は、禁煙している人を励ますことや、喫煙の誘惑をしないようにすることです。サポーターの方には、サポーターカードを交付します。

二つ目は、埼玉支部からの情報提供です。

協会けんぽ埼玉支部から、経営に関するリーフレットを送付するなど、情報提供を行います。

三つ目は、禁煙成功者に認定書をお渡ししています。

3ヶ月以上の禁煙に成功した方には、協会けんぽ埼玉支部から認定書を交付します。サポーターの方には感謝状を交付します。

働き盛り世代の健康セミナー

全国健康保険協会埼玉支部「禁煙チャレンジの取組について」

こちらが禁煙チャレンジの流れになっています。

参加申し込み後に参加登録証、手順書、サポーターカード等を交付します。

そこからサポーターの協力を得て、3ヶ月間禁煙をしていただきますが、適宜協会けんぽから情報提供を行います。禁煙に成功しますと、認定をさせていただき、認定証や感謝状をお渡しするという流れになっています。

なお、ニコチン依存度の高い方には、禁煙チャレンジの参加だけでなく、禁煙外来もお勧めしています。禁煙外来は、一定の基準を満たせば保険適用で3割負担で受診していただくことが可能です。周囲に禁煙をしたいがなかなか踏み出せない方がいらっしゃいましたら、あわせて情報提供いただければ幸いです。

ここからお示しするのが、実際にお渡しするものとなります。

まず、禁煙チャレンジの登録証とサポーターカードです。こちらは両面印刷でカードサイズになっていまして、持ち歩くことが可能です。

こちらが禁煙チャレンジ制度の取り組み手順書です。禁煙達成までの手順や喫煙の害等の情報提供を行っています。

こちらの左側が開始後に行う情報提供の文書です。

専門職から、この時期に起こりがちな再喫煙リスクに関する内容と、対処方法に関する情報提供を行っています。

右側が取り組み結果報告書となり、こちらの様式を用いて、結果を報告してもらっています。

最後に、こちらが禁煙チャレンジの認定証と感謝状です。

このような形で表彰を行っております。

働き盛り世代の健康セミナー

全国健康保険協会埼玉支部「禁煙チャレンジの取組について」

禁煙チャレンジにご参加する方にお渡しするものをお示ししました。まずは、会社独自で試してみるなど、ぜひご活用ください。

さて、平成30年度から始まった禁煙チャレンジですが、これまでの参加人数をお示しいたします。

平成30年度、令和元年度は参加者が5名と低迷しておりましたが、令和2年度は52名の方にご参加いただいております。

数が増えた背景としては、健康宣言事業所への参加勧奨などの地道な活動によるものと思います。今回、52名中の45名に関しては、健康宣言をしている企業が、会社ぐるみで参加をしてくださいました。

ここで、会社単位で参加してくださった会社様についてご紹介いたします。今回、会社様から取り組みをご紹介する許可を得まして、お話をさせていただきます。

会社名は株式会社浜屋で、従業員数360名。

事業内容としましては、金属資源から家具や家具雑貨までのリユースやリサイクルをしています。

健康経営の取り組みとしては、協会けんぽの健康宣言を行っており、経済産業省の健康経営優良法人2,020にも認定されています。

健康づくりの取り組みとしては、健診結果の高リスク者に対して、産業医による面談を実施したり、受診勧奨レターを配布し、速やかな受診を促進しています。

また、生活習慣病予防として、食事・運動・喫煙・飲酒等の研修会を開いたり、新型コロナウイルス感染予防対策等を行っています。

今回、なぜ事業所単位で禁煙チャレンジに参加してくださったかについて、事業所へアンケートを行いましたので、その結果を示します。

事業所として従業員禁煙を進めようと考えた理由としては、

働き盛り世代の健康セミナー

全国健康保険協会埼玉支部「禁煙チャレンジの取組について」

「たばこは百害あって一利なし。社員に健康な体になって欲しい」との社長の思いからということでした。

協会けんぽの禁煙チャレンジに応募しようと考えた理由としては、

「社員に禁煙を呼びかける良いきっかけだと思ったから」とのことでした。

喫煙者の把握はどのようにしたかということについては、

「職場の所属長から情報を収集した」とのことでした。

禁煙チャレンジの周知方法については、

「社内メールで回収しに周知をした」とのことでした。

禁煙チャレンジの参加者や、継続状況の把握方法としては、

「月末にメールで報告してもらおう」ということでした。所属長にもサポートをしてもらい、情報収集をしたそうです。

インセンティブ3万円の決め方については、

「社長の判断で決定した」とのことでした。

続きまして、事業所として、議員をサポートする体制の有無については、

「喫煙が体に与える影響について勉強会を実施した」とのことでした。

禁煙チャレンジを開始してからの喫煙所の利用状況の変化についても聞いてみました。

人が少なくなり、利用頻度は減っているとのことでした。

従業員に対して、今後も継続してサポートを続けるかについては、「定期的な情報発信と確認や勉強会を実施していく」とのことでした。

広報等で紹介しても良いかということも尋ねておりますが、「はい」ということで、今回もご協力をいただいております。

働き盛り世代の健康セミナー

全国健康保険協会埼玉支部「禁煙チャレンジの取組について」

意見要望としては、完全に禁煙できない社員もいるが、本数を減らす会社では吸わないなどを工夫している方もいるため、完全なチャレンジだけでなく、ミニチャレンジといった形でも評価することが大切だと思ったとのことでした。

参加者の開始3ヶ月後の禁煙状況です。

参加者45名のうち、禁煙成功16名、経営失敗11名、不明18名となっています。

この不明の方については、担当者と連携して、禁煙成功／失敗の確認を進めているところです。

なお、提出者27名の内訳に限定してみると、禁煙成功が約6割、禁煙失敗が約4割と。

半数以上の方が禁煙に成功しています。

今回は禁煙チャレンジに、会社単位でご参加いただいた企業、事例を紹介させていただきました。

繰り返しになりますが、健康経営は会社と従業員の利益に繋がります。

すでに健康宣言を行っていただいている事業者様もございますが、今検討中の事業者様におかれましては、ぜひ経営の視点から、健康経営に取り組んでいただき、様々な健康施策で、協会けんぽとコラボヘルスをしていただければと考えております。

最後になりますが、健康増進法が改正され、オフィスの原則屋内禁煙になりました。

喫煙対策は、たばこを吸いづらい環境づくりと、喫煙者が禁煙に取り組みやすい環境づくりのどちらも大切です。

受動喫煙対策とあわせて、ぜひこの機会に、事業所全体で禁煙チャレンジへのご参加を御検討ください。

健康経営や禁煙チャレンジにご興味を持っていただきましたら、こちらの連絡先まで気軽に答

働き盛り世代の健康セミナー

全国健康保険協会埼玉支部「禁煙チャレンジの取組について」

えお問い合わせくださいませ。

ご清聴いただき、ありがとうございました。