

健康管理班だより

がんばろう岡山！

臨時号Vol.3

令和3年(2021年)11月2日発行

公立学校共済組合岡山支部

福利課健康管理班

こんにちは、公立学校共済組合岡山支部(福利課健康管理班)です。

みなさんは、今年度も健康診断を受けましたか？

健康診断は受けて終わりではありません！受けた後の対応が大切です。

今回は、「健康診断を受けた後の対応」についてです。是非実践してください。

○健康診断の目的・意義

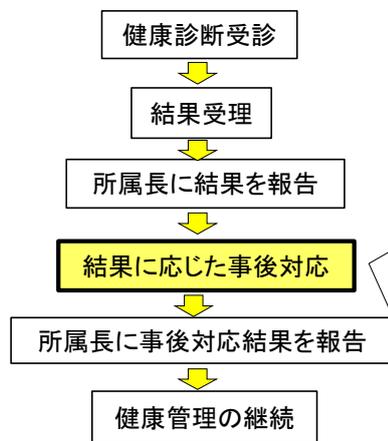
- ・健診結果から自分自身の生活習慣の問題点を自覚し、改善に取り組むきっかけとする
- ・生活習慣の改善を通じて、病気を予防する
- ・病気を早期に発見し、早期治療につなげる
- ・早期発見・治療により、からだや時間・費用などの負担の軽減をはかる



※事業者は労働安全衛生法に基づき、労働者に対して医師による健康診断を受けさせなければいけません。

また、労働者は事業者が行う健康診断を受けなければなりません。

○健康診断の流れ ※今回は一例です。所属によってルールが決まっていると思いますので、所属のルールに従ってください。



健康の保持増進
治療の継続



事後対応のすすめ！

・判定が異常なしの方は、そのままの健康的な体を維持しましょう。治療中の方は、主治医の指示に従いながら治療を継続しましょう。

・二次検診を受診しましょう！

結果に要治療、要再検査、要精密検査等の記載がある場合、二次検診を受診しましょう！症状が無いからと放置することで、病気の発見が遅れてしまうかもしれません…！後悔しないためにも二次検診を受けましょう。

・特定保健指導も利用しましょう！

40歳以上で、いわゆるメタボリックシンドローム該当者又はその予備軍である人に対し、食生活習慣の指導を行うものです。メタボリックシンドロームを放置すると、将来、心疾患、脳卒中などの重大な病気になるリスクが非該当者に比べ2倍高くなるともいわれています。そうなる前に指導を受けて、予防しましょう！

人間ドック受診の方は当日に指導を受けられる医療機関もあります。後日の場合は、委託機関の相談員が対象者へ連絡し、職場への訪問型の利用(希望によりスマホ等での遠隔相談の利用も可能)か指定医療機関受診かを尋ねます。詳細は所属所への通知やHPを御確認ください。

(参考)花王株式会社HP

福利厚生ネット



こんなときはどうする！？→健康管理→特定健診・特定保健指導

