

特定保健指導（初回面談）を実施しました

米山運送(株)（名古屋市緑区 代表取締役 米山 利廣）におきまして特定保健指導（初回面談）を実施いたしましたのでご紹介させていただきます。

1.実施日、実施人数

平成 30 年 11 月 8 日、15 日、22 日、29 日

平成 30 年 12 月 13 日

計 27 名

上記日程の実施に向けて、配車係と配車の組み直しを行いながら実施に至る。

2.愛知健康増進財団の保健師による特定保健指導を実施

1) 階層化結果と検査結果の説明

過去の結果や体重の変化から、現在の検査結果と今後予測される危険性を伝え、現在の健康状態について説明

2) 現状の生活習慣の把握

食生活、日常生活活動、運動習慣、喫煙の有無などをお聞きしながら、改善できそうな生活習慣を相談

3) 目標体重や行動目標立案

改善できそうな生活習慣を提案し、目標体重や具体的な行動目標を相談しながら本人に決めていただきました

4) その他として今後の支援内容についてなど





3.保健師より

生活習慣が良くなかったことに改めて気づく方もお見えになり、とても熱心に面談を受けていただけました。

4.米山運送(株)より

特定保健指導を通じて、従業員の健康管理や安全配慮及び労働力の確保に努めていきたいと考えております。

5.健保より

精密（二次）検診を毎年受診しても、自らが食事や運動による生活改善を実施しなければ脂質、血圧、血糖の改善はなく、精密（二次）検診を受診される意味がありません。放置してしまうと最悪、心筋梗塞、脳梗塞を発症する恐れがあります。そうならないためにも日頃から予防に努めていきましょう。

また、特定保健指導は健康経営優良法人認定申請の評価項目の一部として位置づけられております。各事業所様におかれましても是非、この機会に取り組まれてみてはいかがでしょうか。