

特定保健指導（初回面談）を実施しました

大成運送(株)（名古屋市南区 代表取締役 安田 路信）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8月21日、22日、28日、29日

計16名

2. ㈱あまの創健の保健師による面談内容

1) 健診結果の説明

過去の健診結果も確認しながら総合的に体の状態を説明

2) 健診結果と生活習慣病との関連、健康状態への影響について説明

現在の数値変化だけでなく、今後予想される数値変化、リスクも説明

3) 生活習慣を改善する方法について紹介、今後の目標設定

現在の生活リズムやご本人の考え方を踏まえた上で、現実的に実践可能と考えられる方法を提案し、目標決定をサポートしていく

4) 今後のプログラムの流れや自己管理方法について

健康づくりシートの記入、やりとり、電話支援、半年後評価について説明

5) 本人からの質問への対応





3.保健師より

初回面談が本人の健康管理のきっかけ作りにしていただくと共に、今後も生活習慣改善の取り組みについてサポートさせていただくこともお伝えしました。

4.大成運送(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。