

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/>

高齢期に向けた事前対策
「生活習慣病重症化予防事業」実施のご案内

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。

さて当組合では、皆さま一人ひとりの「自分の健康は自分で守る」というセルフケアを応援するとともに、皆様がこれからも健康で元気にお過ごしいただけるよう、今年度も高齢期に向けた事前対策「生活習慣病重症化予防事業」を実施いたします。

50代からの健康づくりは、65歳以降の健康にもつながる大切な時期となります。

日頃の生活習慣を少し見直すことや、健康状態にあわせた対応を早めに行うことが、将来の重症化予防につながります。

また、従業員の皆様が健康を保ちながら長く活躍できることは、**働きやすい職場づくりや、事業所における健康経営の推進**にもつながります。

一人ひとりの健康づくりの積み重ねは、従業員の皆様やご家族の安心だけでなく、医療費の適正化にもつながり、健康保険制度を安定して運営していくための大切な力となります。

つきましては、事業主様におかれましては、対象の従業員様への周知と受診推奨にご協力賜りますようお願い申し上げます。

記

1. 事業概要

- ・対象者：当組合に加入している50歳から64歳までの被保険者・被扶養者様のうち、健診結果等により糖尿病・高血圧症・脂質異常症の重症化リスクが高いと判定された方（別紙一覧のとおり）
- ・参加費用：無料（健康保険組合連合会からの全額支援）
- ・プログラム内容：保健師等による個別サポート（オンライン上での継続的な生活改善アドバイス）別添チラシ参照
- ・委託業者：株式会社カルナヘルスサポート
- ・案内方法：対象者のご自宅へ、委託業者より別添の案内を令和8年9月下旬以降順次発送

以上

別紙

生活習慣病重症化予防事業対象者一覧

2026/8/10現在

[illegible]

対象者様宛名

生活習慣病重症化予防事業のご案内

加入者の皆様

日頃より、名古屋薬業健康保険組合の事業等にご協力いただき誠にありがとうございます。

さて、当組合では加入者の皆様方にいつまでも健康な日々をお過ごしいただけるよう、健康診断の結果で生活習慣病のリスクが高いと考えられる方を対象に、当事業のご案内をお送りしております。

生活習慣病は自覚症状がないまま進行し、心筋梗塞や脳卒中などの重大な疾患を引き起こす可能性があります。

健診結果で指摘された項目については、適切な治療や管理を継続することが重症化予防につながります。現在通院されている方におかれましては、治療の開始および継続をしていただきますよう、お願いいたします。

あわせて、重症化予防のための保健指導として、今回ご案内するプログラムへの参加もご検討ください。つきましては、プログラムの参加について本案内裏面に記載の「二次元コード」「電話」「回答書」いずれかの方法でご回答をお願いいたします。

なお、本事業は名古屋薬業健康保険組合にご加入中の方を対象としております。すでに資格を喪失されている方へ送付されている場合がございますが、その際は行き違いとなりますのでご容赦ください。

※個人情報保護について

この事業は、名古屋薬業健康保険組合が事業主体となり、株式会社カルナヘルスサポートに委託し支援プログラムを実施いたします。プログラム実施に必要な個人情報は、名古屋薬業健康保険組合から株式会社カルナヘルスサポートに提供しますが、目的以外に利用することは一切ありません。

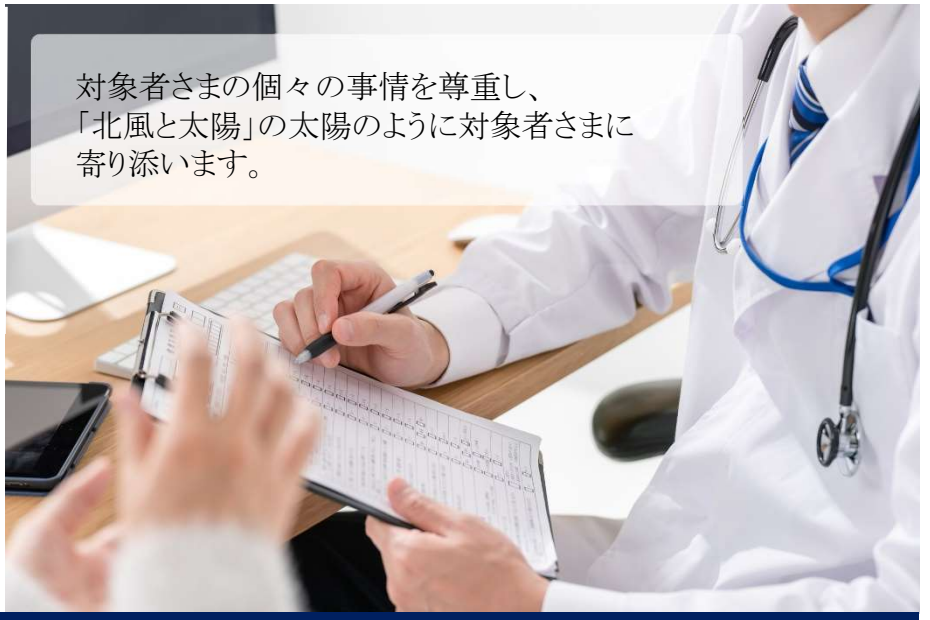
名古屋薬業健康保険組合
〒460-0002
愛知県名古屋市中区丸の内3-1-35
TEL: 052-211-2326

名古屋薬業 健康保険組合

生活習慣病重症化予防プログラム

生活習慣の改善に向けた保健指導を受けていただくことをお勧めします。

対象者さまの個々の事情を尊重し、「北風と太陽」の太陽のように対象者さまに寄り添います。



あなたの健診結果は、「**高血圧症**」の基準値を超えています。
すでに医療機関を受診中の方は、今回の健診結果について主治医にご相談ください。
あわせて、生活習慣の改善に向けた保健指導として、本プログラムへの参加をお勧めします。

	検査項目	健診結果の値
血圧	収縮期血圧	160 mmHg
	拡張期血圧	80 mmHg

要受診

医療機関を受診しましょう

※既に医療機関を受診している方は、医師の指導に従ってください。
※受診の際、参考として本状をご持参ください。

血圧が高いとなぜ**危険**なのか

高血圧症は、血圧が高い状態が続くことで血管に持続的な負担を与える病気です。
自覚症状がほとんどないまま進行しますが、放置すると動脈硬化が進み、脳卒中や心筋梗塞、心不全、腎障害などの重大な病気を引き起こします。

血圧の適切なコントロールには、定期的な測定と評価が欠かせません。

生活習慣の改善に加え、必要に応じて降圧薬を使用し、長期的に管理することが重要です。
治療の開始・継続とともに、生活習慣の改善に向けた保健指導を受けていただくことをお勧めします。



診察についてはかかりつけ医に相談しましょう。
かかりつけ医がない場合は、厚生労働省の「医療情報ネット（ナビイ）」から検索できます。

医療情報ネット



生活習慣病重症化予防事業について

当健保組合では、本事業を「株式会社カルナヘルスサポート」に委託し、実施いたします。
一人ひとりのお体の状態に合わせ、生活習慣病の専門医が作成した支援プログラムを提供します。検査値からわかるお体の状態の説明、モニタリング、今後どのような検査項目を確認したらよいか、生活習慣改善の工夫などをお話しします。
費用については当健保組合が全額負担します。この機会に是非お申し込みください。
つきましては、同封書類の内容をご確認ください。

⇒お申し込みは裏面へ

(同封書類)

- ①回答書／返信用封筒
- ②尿検査キット／説明資料
- ③血圧手帳

プログラムでできること

①血圧計と血圧手帳をお使いいただきます。

血圧のコントロール方法を習慣づけます。

高血圧症とは、診察室での血圧が、収縮期(上の)血圧140mmHg以上、または拡張期(下の)血圧90mmHg以上のことです。

今回は、本プログラムに参加しながら「どのような行動(食事・薬・ストレス・運動)をすると、どの程度血圧が変化するか?」
また、「どのような工夫をすると、血圧の上昇を抑えることが出来るのか?」
を知っていただきたいと思います。



- ・上腕で測定しましょう(指先や手首での血圧測定はやや不正確です)
- ・1日1回の測定であれば、朝の起床後30分から1時間の血圧が望ましいです
- ・1機会に2回測定しましょう

②尿テープで簡易な自己測定ができます

糖尿病性腎症の早期発見につながる尿検査を、ご自宅で行うことができます。



検査方法は、同封の尿検査キットをご確認ください。

※医療機関で行う検査とは異なるため、結果は参考としてご確認ください。

今後のスケジュール

あなたのお体の状況に合わせた測定機器を使いながら、無理なく取り組んでいただけるプログラムです。
期間中は、遠隔面談1回(予約制・約40分)や月1回のお電話で、日々の取り組みをサポートします。

約6カ月

お申込み
または
カルナからお電話

測定機器
送付

遠隔面談
(ZOOM)
予約制

プログラム期間中
お電話を月に1回程度

予約の日になったら、まずお電話します。
電話がつながったら、ZOOMで面談を始めます。

- ・保健師・看護師・管理栄養士が、あなたの健康をサポートするため、お電話でご連絡いたします。
- ・平日の夜間(19時まで)や土日・祝日にも対応しております。
- ・遠隔面談ですので、ご自宅やお車の中など、ご希望の場所でお受けいただけます。

ご利用いただいた方の声

- ・自宅ですぐ初回面談を受けることができて良かった。
- ・支援が終わっても継続して取り組みたいと思った。
- ・保健指導を受けて、自分でも変えなければならなかったと思っていた生活習慣を変えるきっかけになった。(背中を押してくれた!)
- ・気になっていた症状や、主治医には聞けなかったことが相談できて、自分の体のことが理解できるようになった。



保健師・看護師・管理栄養士があなたの健康をサポートいたします。
プログラム参加について以下のいずれかの方法でお知らせください。

申込期限:2026年●月●日

二次元コード



電話

カルナヘルスサポート
【050-5578-8808】まで
お電話ください。

回答書

同封の回答書に必要事項
を記入し、返信用封筒にて
申込期限までにご返送くだ
さい。

・ご連絡がない場合、この事業の目的や内容をご説明するため、カルナヘルスサポートから再度ご連絡させていただく場合がありますので予めご了承ください。

お忙しいみなさまに

本来なら対面診療が望ましいのですが、時間がなくオンライン診療を考えている方は、**専門医が行う生活習慣病オンライン診療**を受けてみませんか？

診察はZOOMを使ったオンラインで行います。
病院へ行かなくても、ご自宅などから診察を受けることができます。



オンライン診療について

下記の電話にお問い合わせいただくと、カルナヘルスサポートが医療機関へ取次ぎをいたします。

忙しくて通院が難しい働く世代の方にも専門的な治療を届けたい。

その思いから、これまでオンラインでは難しいとされてきた生活習慣病の専門的治療をオンラインで提供するプロジェクトが始まりました。
本プロジェクトには、糖尿病や循環器を専門とする医師・研究者が参加し、健診施設と連携して取り組んでいます。

また、株式会社カルナヘルスサポートが技術支援を行っています。

株式会社カルナヘルスサポートは、2006年に九州大学病院発の企業として医師が設立した会社です。

——専門医が行うオンライン診療プロジェクトチーム——

・井口登典志(福岡市健康づくりサポートセンター センター長・元日本糖尿病学会理事)・中島直樹(九州大学病院メディカルインフォメーションセンター教授)・小林邦久(福岡大学筑紫病院 教授)・小池城司(循環器内科専門医)・武井涼子(糖尿病専門医)・入江内科医小児科医院(医療機関)・春日クリニック(健診機関)・のぞみメモリークリニック(医療機関)・柳町病院(医療機関)・宮入内科(医療機関)など

【業務委託・お問い合わせ先】

株式会社 カルナヘルスサポート

TEL : 050-5578-8808 (平日10時~19時※年末年始除く)

〒 810-0054 福岡県福岡市中央区今川 1 - 2 5 - 1 2

