



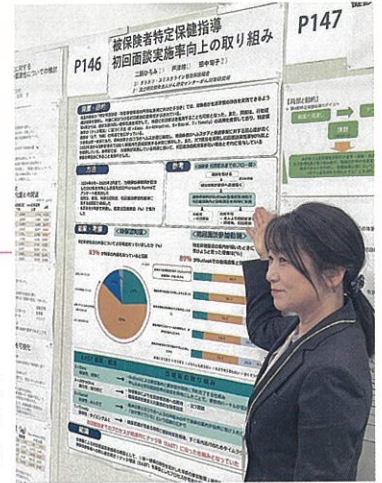
楽しく健康!!

ちょこっと

コラム

特定保健指導の  
取り組みを学会で  
紹介しました

発表にあたりアンケートにご協力いただいた皆さま、誠にありがとうございました。



Q いつどこで発表しましたか?

A 2025年11月に徳島で開催された産業衛生学会全国協議会でポスター発表を行いました。

Q 産業衛生学会とは?

A 産業衛生分野の研究者・実務者が全国から集う学術集会です。

Q なぜ発表したのですか?

A GSK健保では、皆さまの協力により全国と比べて90%と高い参加率のため、その背景や要因を発表しました。

Q 発表の内容を簡単に教えてください。

A 特定保健指導では、初回面談につながる生活習慣改善の第一歩になります。GSK健保では、健診結果が届いた翌日には、Outlookで案内と面談予約を同時に行い、対象者が申し込みやすく手間も減らす工夫をしています。さらに、100%オンライン面談や企業との連携など、参加しやすい環境づくりを進めています。こうした取り組みに加え、被保険者の皆さまの健康への関心の高さも、高い参加率につながっています。今回の発表では、これらの日々の実践が行動経済学(※1)ナッジ理論の考え方(※2)EASTにも通じている点をご紹介します。

(※1)行動経済学とは、私たちが“つい選んでしまう”クセや気持ちの動きを手がかりに、現実の人の行動を理解しようとする学問です。  
(※2)ナッジ理論のEASTとは、E=Easy(簡単に)、A=Attractive(魅力的に)、S=Social(社会的に)、T=Timely(適切なタイミング)を意味します。

Q 今後の抱負は?

A 参加いただいた皆さまに心より感謝しています。今回の発表を通して、日々の支援の積み重ねの大切さを改めて感じました。これからも保健師として、皆さまが健康でいきいきと過ごせるよう、健康づくりと健康寿命の延伸をサポートしていきたいと思えます。

つよい子キャンペーン2025年度報告

このキャンペーンの目的は、対象年齢2~9歳のお子さんに風邪が流行る冬の季節に、手洗い・うがい・歯磨きを習慣化していただくことです。

毎年200名以上のお子さんが参加しています。

今回は実施後のアンケートから参加者の感想等を抜粋してご紹介します!ありがとうございました。

子どもを感染症から守るために

- 早寝早起きを守り、しっかり睡眠をとる
- 1日3食、バランスの良い食事を規則正しく食べる
- 適度な運動
- 外出先から帰ってきたときや食事前は手を洗う
- 帰宅時のうがいを習慣化する
- 外出時はマスクを着用する
- 室内は換気を心がけ、湿度は50~60%に保つ
- 定められた年齢で予防接種を受ける



感想

毎日シールをはることを楽しみに自主的にできていました。

自らすすんで予防していてインフルエンザにならずにすみました。

毎年たのしみにしています。今年はおかげで風邪ひかずすごせています。

意識をして、取り組んでいました。

シールペタペタたのしいと言っていました。

楽しそうにすすんでシールを貼っていました。

シールを貼るのを楽しみにしていたのと、日付を覚えたり数字も覚えられました。

姉にまけじと頑張って取り組んでいました。

手洗い・うがい・歯磨きの習慣づけはできましたか?

