



# 健康かごしま21通信

～あなたの職場の健康づくりを応援する情報紙～

令和8年5・6月号

## ▼令和8年5・6月号トピックス

- 【P 1】女性の健康サポートのご紹介
- 【P 2】健康づくり関連動画・Facebookのご紹介
- 【P 3】健康診断が脳卒中予防の第1歩です
- 【P 4】事業所健診のすすめ
- 【P 5】イクドリ！宣言 企業・事務所募集



## 女性の健康サポートのご紹介

### 女性の健康づくり協力店

健康づくり3要素の「栄養」・「運動」・「休養」に関連する分野におけるサービスによって、女性の心身の健康づくりを支援している店舗を「女性の健康づくり協力店」に登録しています。

- ① 女性の健康に配慮したメニューや食材等を提供
- ② 女性に配慮した健康づくりのプログラムを提供
- ③ 女性がやすらぎや癒やしを得ることができる機会や場所を提供



※74店舗（R8.4末時点）

登録店舗等詳細は、  
県ホームページを  
ご覧ください。▶



### 女性に優しい医療機関

女性が抱える様々な健康問題に対応する性差を考慮した医療を推進し、女性が受診及び相談しやすい医療環境を整備している医療機関を「女性にやさしい医療機関」として指定しています。

- ① 女性のための特別な外来を設置
- ② 女性患者については、基本的に女性医師が対応
- ③ 女性に配慮した診療日・曜日・時間を設定
- ④ 女性用の診療室を設置
- ⑤ 女性のための専用窓口を設置
- ⑥ 乳幼児同伴の女性のために、職員を配置した託児スペースを確保するなど、受診しやすい環境を整備



※72機関（R8.4末時点）

指定医療機関等詳細  
は、県ホームページ  
をご覧ください。▶



### 女性に優しい薬局

女性が抱える様々な健康問題に専門的知識を持って対応する薬局を「女性にやさしい薬局」として指定しています。

- ① 健康かごしま21推進薬局
- ② 女性薬剤師、または複数の薬剤師が配置
- ③ 県薬剤師会が開催する「女性の健康支援セミナー」等を受講し、女性の健康問題や性差医療に関する専門的知識を有する薬剤師を配置
- ④ 女性が健康相談に対応できる時間と空間を確保
- ⑤ リーフレット・ポスター等を活用した女性の健康問題に関する普及啓発や情報提供が行われている。
- ⑥ 女性の相談内容に応じて、本人の了解のもと、医療機関や相談機関等関係機関と連携を図ることができる



※166薬局（R8.4末時点）

指定薬局等詳細は、  
県ホームページを  
ご覧ください。▶



# 健康づくり関連動画・Facebookのご紹介

## 野菜をあと一皿、健康な毎日を

< 野菜摂取を呼びかける動画 (15秒) >

生活習慣病予防の基本的な知識等を県民に広く普及し、個人の健康意識の向上による生活習慣の改善を促すため、健康かごしま21のキャラクター（ダンベルくん）が「野菜をあと一皿食べて健康的な毎日を」と呼びかける動画を作成しました。



詳しくは鹿児島県ホームページをご覧ください。▶



## 脳卒中から命を守る合言葉 FAST(ファスト)

< 脳卒中予防を呼びかける動画 (15秒) >

「FAST」(Face (顔)、Arm (腕)、Speech (言葉)、Time (発症時間)、顔や腕の麻痺や普段どおりに喋れない場合は脳卒中のサインと言われています。

FAST (ファスト) チェックで脳卒中の早期発見を呼びかける動画を作成しました。



詳しくは鹿児島県ホームページをご覧ください。▶



## 健康かごしま21普及推進会議 ～日本健康会議in鹿児島～

< 講演・事例発表ごとの資料や動画あり >

県民の健康増進を推進するため、家庭や職場で参考になる講演や事例発表などを行う「健康かごしま21普及推進会議～日本健康会議in鹿児島～」を開催しました。

当日の講演・事例発表資料やアーカイブ動画を是非ご覧ください。



詳しくは鹿児島県ホームページをご覧ください。▶



## 健康かごしま21Facebook

< 鹿児島県健康増進課の公式Facebook >

職場や家庭での健康づくり等、どなたでも役に立つ情報や、各種健康づくりイベント等の最新情報を随時発信しています。

アカウントをお持ちの方は、是非フォローをお願いします！

日頃の健康づくりの参考にご活用ください。



フォロワー628人 (R8.5.1現在)

(問い合わせ先)  
鹿児島県健康増進課  
TEL099-286-2717

健康かごしま21(鹿児島県健康増進課)フェイスブックURL  
<https://www.facebook.com/kenko.kagoshima>  
「健康かごしま21フェイスブック」で検索してください。



# 健康診断が脳卒中予防の第1歩です

脳血管疾患は県内の死因第4位です。県内の死亡割合は6.9%です。（全国平均6.4%）

出典：厚生労働省「令和6年人口動態統計」

◎健康診断を受けましょう。（年1回以上は受けましょう）



血圧



心電図



血糖



肥満（BMI）

コレステロール値

◎健康診断の結果を確認しましょう。（チェックするポイント）

- 血圧値が高い
- 心電図に異常がある
- 血糖値が高い
- コレステロール・中性脂肪が高い
- 肥満（BMIが高い）



経年的な数値の変化も確認しましょう。

二次検診（「要再検査」「要精密検査」「要治療」）  
項目はありませんか？



健診結果  
要再検査



健診結果を持って病院受診をしましょう。

◎あなたと家族のために「今できる予防」を始めましょう。

協会けんぽ加入者の健診について

被保険者



被扶養者



脳卒中はどのような症状で  
始まりますか？

詳しくはこちらで  
（厚生労働省  
ホームページ）



【問い合わせ先】 全国健康保険協会 鹿児島支部 電話:099-219-1734

# ～ 事業所歯科健診のすすめ ～

人生100年時代と言われる現代、全身の健康はお口からと周知されました。  
特に40歳からの働き盛りの年齢から徐々に「歯周病」は進行すると報告されており、退職を迎える60歳～65歳の間で急激に歯を失うとも言われております。

歯周病は糖尿病や心疾患など全身的な疾病に大きな影響を与えるということは、メディアなどの影響で広く知られるようになりましたが、その先にある「歯を失うこと」とオーラルフレイルや認知症との関係性についてはまだまだ、知られていないのが現状です。

2022年6月に政府が発表した「骨太の方針2022」に「生涯を通じた歯科健診（いわゆる国民皆歯科健診）の具体的な検討」が盛り込まれました。

これは、生涯を通じた歯科健診の拡大を図るもので、現在法律で受診が義務付けられていない大学生や専門学校の生徒を中心とする若年層、働き盛り世代の就労世代に向けて途切れのない充実した歯科健診を目指すものです。

## 「歯科特殊健康診断」とは？

ここで知っていただきたいことがあります。

「歯科特殊健康診断」をご存じでしょうか？

歯科特殊健康診断は、労働安全衛生法第66条第3項によって実施が義務付けられています。

対象業務：塩酸、硝酸、硫酸、フッ化水素、黄リンなど、  
歯や骨に有害なガス・粉じんを発生する業務

実施頻度：6ヶ月に1回

報告義務：対象の労働者が1人でもいれば必要

一方で、一般的な労働者を対象とする「事業所歯科健診」は、現時点では義務化されていません。

## 「歯科健診」の重要性

ある報告による「お口のトラブルの影響」

- ・仕事を休んだことがある ----- 15%
- ・中抜け・早退・遅刻をしたことがある ---約13%

お口のトラブルが労働の損失、欠勤や早退などで就労できない状態につながります

また、ある企業で行った検証によれば、歯科健診を導入することで、お口のトラブルによる予定外休暇が半分以下に減少したというデータがあります。症状が悪化する前に定期的な歯科受診をすることは、企業の労働損失を防ぐ上で重要です。

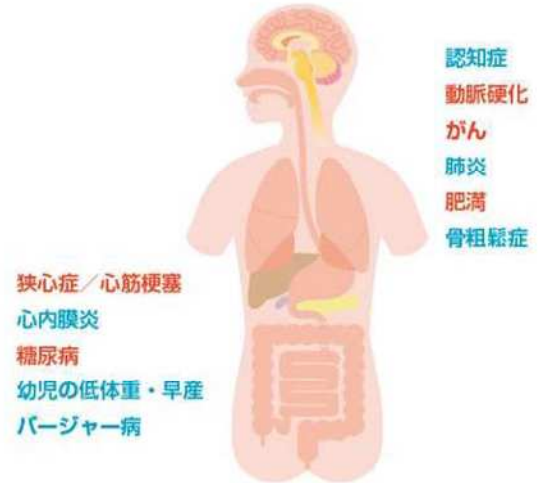
鹿児島県では節目の歳で歯周病検診を実施しており、健診のチャンスがありますが、なかなか実施率が向上していないのが現状です。

“健康優良企業宣言”を行っている企業様の中で、1か所でも多くの事業所が「事業所歯科健診」に興味を持っていただけましたら幸いです。

公益社団法人鹿児島県歯科医師会  
TEL：099-226-5291

## 歯周病とからだの病気

歯周病が様々な病気に関わっていることがわかっています。



病名の赤は生活習慣病、青はそれ以外



歯周病は歯を失う大きな原因！  
歯は食べ物が初めて出会う「消化器官」  
歯周病で歯を失うと、からだ全体に大きな影響が及びます

## 生涯にわたる歯科健診の充実～現在の歯科健診の制度

妊産婦	乳幼児等	児童生徒等	～39歳	40～74歳	75歳～
妊娠時 歯科健診	乳幼児 歯科健診	学校歯科健診	歯科健診	歯科健診	歯科健診
母子保健法	母子保健法	学校保健 安全法	各法 (健康保険法・国民健康保険法等)	高齢者 医療確保法	高齢者 医療確保法
努力義務	義務	義務	努力義務	努力義務	努力義務
				特定健診	
				高齢者 医療確保法	
				質問票のみ	
				歯周病検診 (70歳まで節目)	
				健康増進法	
				努力義務	
				歯科特殊健康診断	
				労働安全衛生法	
				義務	

骨太の方針にも「生涯を通じた歯科健診の充実」とされている一方、歯科健診が義務化されているのは、乳幼児から児童・生徒までであり、制度的に不十分

ブランク →

イラスト引用  
日本歯科医師会作成リーフレット「最近、歯医者さんに行っていますか？」抜粋  
[https://www.jda.or.jp/occupational\\_health/doc/poster-01.pdf](https://www.jda.or.jp/occupational_health/doc/poster-01.pdf)