

Hokkaido roudouhoken kanrikyokai HOROKA

2024.1/1
Vol.59

2年目

健診センター HOROKA

1 HOROKA

写真で紹介

- 心地よい健診空間

2

2024初夏

駐車場 完成予定

- お客様の声
- プレミアムドック

3

2024

協会 information

- 健康診断結果・帳票関連

4

施設健診

デジタル化推進

- 新規オプション検査
- セミナー・講習

5

特集 健康経営

健康経営宣言・柱

笑顔でいきいき

6

働きがいのある職場

プロジェクトwith衛生委員会

ロコトレ!

スタッフに人気

OFFICE DE YASAI

築く繋ぐ
歩をすすめる

新しい時代を皆様と共に

創

健診センターHOROKAオープン2年目

昨年はイメージ図でのご紹介でしたが、2023年2月末に健診センターが完成いたしました。

オープンに伴い、皆様には施設健診での完全予約制導入にご協力いただきありがとうございます。

「スムーズなご案内」「お待たせしない快適な健診」「心地よい空間」を提供できることを目指し、

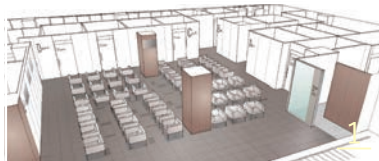
スタッフ一同、お客様をお迎えいたします。

1F 定期健診など 番号順に進むスタイル クイック・清潔感・あかるさのフロア

- 1 建物全体のコンセプトである「白と石」から石ころのような遊び心のソファがある計測等のエリア
- 2 受付・待合ロビー
玄関から入ると見える景色
- 3 プライバシーに配慮した問診ブース
- 4 採血・心電図等の待合エリア



2F 人間ドック・生活習慣病予防健診 1フロアをまわるスタイル くつろぎ・快適・おちつきのフロア



- 1 昨年紹介した2階フロア完成予想図
- 2 実際に完成した2階フロアフロア中央の待合ロビー
- 3 着替えてまずはこのフロア受付へ
- 4 女性専用待合スペース
お手洗い・パウダーコーナーも併設
- 5 清潔感のある採血ブース
- 6 2階フロアでの健診後に地下1階で着替えてからホットひといき、飲物でおくつろぎいただくラウンジ



駐車場・キャノピー(ひさし) 2024年5月末頃に完成予定

解体・外構工事続く・・・駐車場混雑でご迷惑おかけしています

現在、旧健診センターを解体して健診センターまでのひさしの建設や、緑の木々の植樹を行い、新しい駐車場を作っています。もうしばらくご迷惑おかけいたしますが、ご協力お願いいたします。



駐車場・キャノピー完成予想図

お客様からの 声

施設健診 人間ドック

2023新設 プレミアムドック

ご好評いただいています

受診の動機

- ・節目だから…50歳・55歳・60歳
- ・退職前の最後の健診だから
- ・自分の動脈硬化の程度が知りたくて
- ・脳梗塞を発症した身内がいるので気になって
- ・こんな検査もできるのかと関心をもって
- ・社長が受けた後に勧めてくれたので

受診した感想

- ・動脈硬化について確認できてよかった
- ・検査を受けなければわからなかったので受けてよかった
- ・気をつけるポイントがわかってよかった
- ・今後もまた節目ごとに受けたい

プレミアムドック

多忙な毎日を送る方に! 節目年齢や50歳以上の方など年齢層を絞って

- 従来の人間ドック スタンダードコースをワンランクグレードアップ
- 医師による結果説明、看護職等による健康相談を加えたお客様満足度も高い充実のコース
- 女性に向けてレディース検診(乳がん検診・子宮がん検診)までつけたコースもご用意

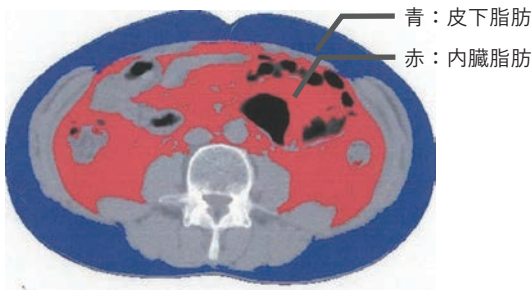
協会けんぽ健診費用補助利用で
各種人間ドック を お得に受けられます

標準的な人間ドック	がんや動脈硬化の項目が充実	CT検査を加え、更に詳しくチェック
スタンダード	プレミアム	プレミアムCT
人間ドック基本項目	人間ドック基本項目	人間ドック基本項目
医師 結果説明(希望者)	医師 結果説明	医師 結果説明
レディースコース	看護職等 健康相談	看護職等 健康相談
■乳がん検診 ■子宮がん検診	■血圧脈波検査 ■頸部超音波検査 ■腫瘍マーカー ■LOX-index	■血圧脈波検査 ■頸部超音波検査 ■腫瘍マーカー ■LOX-index
	ランチ(グルメカード)	ランチ(グルメカード)
	レディースコース	■内臓脂肪CT ■肺がんCT
	■乳がん検診 ■子宮がん検診	レディースコース
		■乳がん検診 ■子宮がん検診

*CTは白石区のみ実施

内臓脂肪CTを受けた方々の反応

赤と青の写真が分かりやすい!



当日結果が確認できる内臓脂肪CTはインパクト

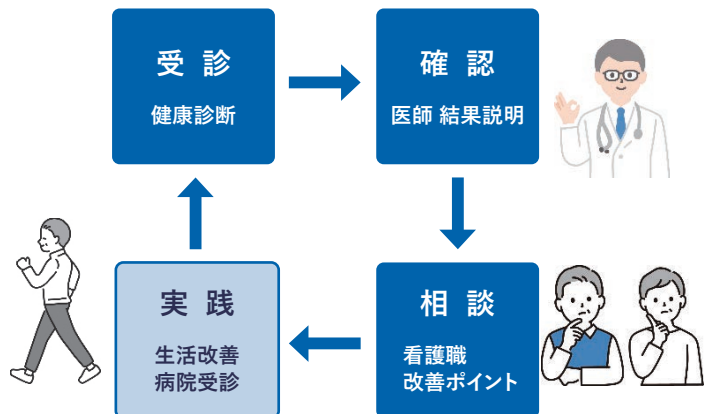
■ 内臓脂肪は動脈硬化と関連が強い ■

減らしにくい皮下脂肪に対し、生活習慣改善で減らしやすい内臓脂肪

▼
医師の結果説明・看護職の健康相談

▼
生活習慣の改善ポイントを知り、ご自身で健康生活を実践!!

プレミアムドックを受診しての健康サイクル



健康相談担当看護職より

生活習慣の改善で動脈硬化の進行を遅くできます
当日健康相談でお話したことを、ぜひ継続して取り組んでいただきたいです

2024 協会 information

健康診断結果に関連するお知らせ

変更

健康診断 項目基準値変更 2024年 1月～

		変更前	基準値変更後
項目	判定 ▶	A1 異常なし	A1 異常なし
	中性脂肪	30 ～ 250	30 ～ 174
	血 圧	～139 / ～89	～129 / ～84
	Hb	男 14.0 ～ 18.0	男 13.1 ～ 16.3
	ヘモグロビン	女 12.0 ～ 16.0	女 12.1 ～ 14.5

各学会、ガイドラインなどの基準を参考に
2024年1月より基準値が変更となります。

* 血中脂質、血圧、貧血検査の判定は過去と
比較できません。

運用
変更

『健診結果のご活用』(一般・特殊) 最新版をいつでもホームページでご確認いただけます

健康診断ご担当者の皆様に従業員の方の健康診断結果とともにお送りしている『健診結果のご活用』ですが、
2024年1月より廃止することになりました。

今後は『健康診断個人票等の送付について』にQRコードを掲載し、当協会ホームページ上で『健診結果のご活用』
をご確認いただけるようにいたしましたので、何卒ご了承くださいますようお願い申し上げます。

変更



「健康診断結果のお知らせ」でご案内している健康診断結果の閲覧などができるITツール
2024年12月末 **スーパー・フェニックス健康支援サービス終了**

これまで本サービスをご利用いただくための専用登録キーを発行してまいりましたが、2024年12月末に
本サービスを終了させていただくこととなりました。なお、終了に伴う対応は下記となります。

■ **2023年12月末をもちまして専用登録キーの発行を終了** いたしました

■ **サービス終了の2024年12月末までは従来の専用登録キーでご利用いただくことが可能** です

ご利用いただいておりますお客様には申し訳ございませんが、何卒ご了承くださいますようお願い申し上げます。

施設健診【白石区】デジタル化

クラウド型健診データ収集システム スマート ジェイワン 導入

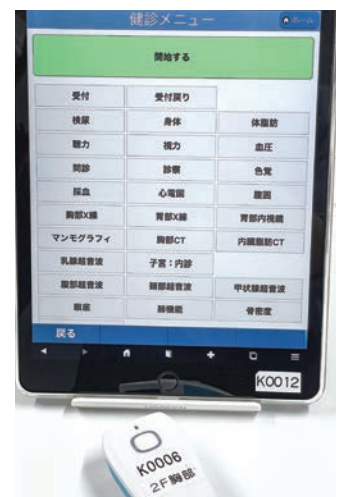
従来、紙媒体で実施していた健診のデジタル化を推進し「クラウド型健診データ
収集システム スマートジェイワン」を2023年2月から導入いたしました。

スマートジェイワンは、iPadなどのスマートデバイスを活用し、入力した検査・
測定データがネットワークを経由して健診システムに反映されます。

計測機器から直接測定データを取得することで、正確な値を反映することができ、
紙に手書きする誤記入のリスクがなくなり、健診の精度が向上します。

受診者様の進捗状況をリアルタイムに把握できることで、検査ご案内の効率化や、
検査漏れによるご迷惑を減らすことなどにもつながっています。

現在は施設健診【白石区】のみの導入ですが、今後、施設健診【中央区】、巡回
健診への展開を予定して準備を進めております。



■ 腸内フローラ検査 ¥16,500(税込)

腸内細菌叢バランスを知ってすこやか生活

日本人特有の腸内フローラタイプを5つに分けて評価

健診当日は 「採取キットをお渡しする」 のみの検査です



**腸！
健康**

- 1 申込・支払・キット受取り
- 2 お好きなタイミングで採便
- 3 郵送で提出
- 4 結果お届け

結果は提出から5週間程度で検査センターから直接お送りいたします

*詳細についてはパンフレットをご覧ください

新規導入
キャンペーン
対象項目

期間 2024.4.1-2025.3.31 通常価格 ¥2,200(税込) → 特別価格 ¥1,980(税込)

加齢と共に下がる骨の状態を、毎年の健康診断のついでに確認して骨折リスクの軽減に

■ 骨粗鬆症リスク評価(AI解析)... ¥1,980(税込)

AI医療機器により胸部エックス線画像を解析し骨の状態を評価する

骨粗鬆症になると骨折などにより要介護となり、健康寿命が縮まってしまうため、骨の状態を定期的に確認して、骨粗鬆症のリスクに備えることが大事になります

* 健診項目に 胸部エックス線検査 が含まれる方のみが対象で追加検査はありません * 当協会オプション検査「骨密度検査」との同時実施はできません



当協会主催のセミナー・講習 ▶ オンデマンド配信にて開催

事前
登録

2023年度 労働衛生セミナー



当協会HP 申込フォームはこちら ▶



■ テーマ 「頼れる職員がまさかの休職…！」

あなたの職場は治療しながら安心して働けますか?～ 事例を通して考える治療と仕事の両立支援 ～

■ 期 間 2024年1月17日～2月16日 録画配信(オンデマンド配信)によるWeb開催(再生時間 約1時間)

■ 講 師 公益財団法人 北海道労働保健管理協会 労働衛生コンサルタント・社会医学系指導医 原 俊之

2016年に「事業場における治療と仕事の両立支援のためのガイドライン」が策定されました。

がん患者のうち3人に1人は就労可能年齢で罹患しており、仕事を持ちながら通院している人は44.8万人います。働く意欲や能力がある方が病気を抱えてしまった場合に、治療と仕事が両立でき、働き続けることができるよう事業場が取り組む具体策とポイントについて、産業医が事例からわかりやすく説明します。

事前に申込フォームよりお申し込みください。

事前
申込

衛生管理者免許試験 「受験準備講習会」

詳細についてのお問い合わせ先 ▶ 産業保健部研修課 ☎ 011-862-5022



変わる予感 ～ HOROKA の変革 ～

なぜなぜ HOROKA は
中身も 変えたいの?
箱だけ綺麗に
なっても しかたないの

これから HOROKA は
「変わる」と言いたい
その目で お客様
見つめて いきたいの

健診計画
準備と結果処理
DX(ディーエックス) 推進

HOROKA 育み
未来に向かい生き抜く
変わる現実 皆かけぬけるだけ

今後新たな
やり方・価値を生むため
変わる予感を ただやり通すだけ

耳を傾け
ニーズに応じてため
変わる決意を 皆かためてだけ

人を育て 輝く人財となる
強い組織を 皆盛り立てていく

1984年 安全地帯『恋の予感』より
2023年 編集 Y&M 替え歌作詞



2023

健康経営優良法人

Health and productivity

ホワイト500

当協会 健康経営の推進

当協会が、従業員の健康増進や笑顔と活力にあふれる健康的な職場を創造し続けることは、当協会の持続的な成長だけでなく、労働衛生機関として社会への貢献につながるものと考え、様々な取組みを進めてまいりました。

その結果、2019年から5年連続「健康経営優良法人ホワイト500」として認定されています。これまでの取組みを振り返り、労働衛生機関として今後さらに取り組むべき内容を見直し、会長による「健康経営宣言」を2023年7月20日に刷新いたしました。

健康経営宣言

「従業員の健康は、一人ひとりの幸福の基盤であり、当協会発展の基盤です」
心身ともに健やかにいきいきと働くことが出来る「元気職場」を目指し、
事業活動を通じて社会の健康づくりの推進に貢献いたします。

従業員一人ひとりが自主的に健康保持増進を図ることができるよう、
当協会の健康課題から安全かつ健康への具体的な取組みをすすめます。

「働きがい」のある会社でありたいと願い、いきいきと働くことが出来る職場風土の醸成に努めます。

従業員一人ひとりが、互いの人格や個性を尊重しあい、それぞれが
前向きに最大限の能力を発揮できる快適な職場環境の実現を目指します。

健康経営に取り組むことにより、従業員が生涯にわたり、心身ともに
健康で充実した人生を送ることにつながります。

健康経営の3つの柱

- ① 健康経営の実践により企業や地域の健康づくりに貢献すること
- ② 従業員が心身健康でいきいき元気で暮らせること
- ③ 従業員が自主的にチャレンジする環境を整えて仕事のやりがいを感じられること

今後も「健康経営」により当協会従業員の健康増進を推進することで生産性を向上し、これをお客様への
上質なサービス提供につなげ、さらに健康経営の必要性を広く普及することで、引き続き企業や地域の
自主的な健康づくりの推進に貢献してまいります。

2023 HOROKAの取組み

－ 健康経営プロジェクトチームと衛生委員会が連携 －

1 ロコトレ！ 筋力測定 ▶ 週1回職場でロコトレ ▶ 効果測定

2023年重点健康施策の1つであるエイジアクション推進「高齢者のロコモ対策による安全と健康確保」の取組みを衛生委員会と連携して実施しています。転倒によるケガが多い労働災害発生の減少も期待しています。



▲ 筋力測定風景

* ロコモとは「ロコモティブシンドローム」の略で立ったり歩いたりする身体能力が低下した状態

2 レディース検診 － 受診率向上にむけて

2023年度重点健康施策の1つである「レディース検診の受診率向上」に対して下記の取組みをしました。

- 当協会職員に対し、衛生委員が講師となり、子宮がん、乳がん検診の重要性を周知し受診勧奨を目的とした衛生講話の開催 * なるべく多くが参加できるよう2回開催
- 検診費用の補助



3 職員の栄養バランスを考えた食事のサポート － 食の福利厚生 OFFICE DE YASAI － オフィスでやさい

当協会は立地的に食事環境に恵まれているとは言えず、コンビニなどの選択肢も限定されているため、「職員の栄養バランスを考慮した食事のサポート」を目的に経営総務部が中心となって導入しました。

商品販売用の冷蔵庫はスタッフみんなが公平に行きやすいオフィスエリアの真ん中辺に設置し、冷蔵・冷凍食品が定期的に納品され、価格はほとんどが100円に設定されています。運営管理費等を含む経費は全て協会側で健康投資として補助・負担しています。

職員にはとても好評で、このような感想が聞かれています。



サラダも100円で食べられるなんて嬉しい！
バランスを考えて野菜も選べるところがよい
残業する時、本来の夕食時間に食べられる



冷凍庫には牛丼・カレー、ご飯など、主食もある

4 DX推進に向かう組織体制の強化

－ 時代の流れに応じ、お客さまニーズにおこたえするために －

これからの時代に当協会としての将来ビジョンと目標を想定し、お客さまニーズをふまえて健診を企画・提案する部門、DX社会に求められる健診準備と新しい健診結果返却の方法を推進する部門、職員の人材育成に特化した部門など配置について準備を進めています。



施設・巡回健康診断のご案内

施設 健診

白石区

健診センター診療所
☎011-862-5088

中央区

札幌総合健診センター
☎011-222-0710

特徴

【主な実施内容】

- 人間ドック
- 生活習慣病予防健診
- 一般健康診断
- 特定健康診査
- 特殊健康診断
- 二次精密検査

CT機器を完備しておりますので
肺がんCT・内臓脂肪CTもご受診いただけます

【主な実施内容】

- 人間ドック
- 生活習慣病予防健診
- 一般健康診断
- 特定健康診査

人間ドックは午前中に各種検査をご受診いただき、
近隣のお店でランチの後、午後から医師による
面談で結果説明・健康相談を行います

アクセス

地下鉄【白石駅】 徒歩10分
JR【白石駅】 徒歩15分

地下鉄【大通駅】 ③⑥カナリヤ出口徒歩1分

駐車場

あり（無料）*工事中により例年より少なくなっております

なし（近隣有料駐車場）

受付時間 完全予約制

*土・日・祝日
休診

2F 主に人間ドック・生活習慣病予防健診

1F 主に一般健診・特定健康診査・二次精密検査

受付時間		月	火	水	木	金
2F	午前 8:10-10:40	○	○	○	○	○
	午後 8:40-11:10	○	○	○	○	○
1F	午後 13:00-14:40	○	○	○	○	○

※4月～6月のみ1F受付時間 8:10～11:10 となります

午前 主に人間ドック・生活習慣病予防健診

午後 主に一般健診

受付時間		月	火	水	木	金
午前	8:10-10:10	○	○	○	○	○
	午後 13:30-14:30	○	○	○	○	○

● レディースデー札幌総合健診センター限定

毎月 第2・4木曜【午前】

女性専用の受診日 レディース検診が同時に受けられます



レディース検診について

上記 健診と同時実施が可能です



		月	火	水	木	金
午前	子宮がん検診	○				○
	乳がん検診	○	○	○	○	○

		月	火	水	木	金
午前	子宮がん検診		○		○	
	乳がん検診	○	○	○	○	○

巡回 健診

道内全域【健診企画部 旧:業務部渉外課】

2通りの実施方法をご用意しております

☎011-862-5131



直接

貴事業場の社屋内スペースをお借りして実施
30名程度のお申込み・会場・駐車スペース確保が必要です

合同

全道各市町村の公共施設等をお借りして複数の事業場をご案内して実施
合同健診の予定は、下記ホームページトップ画面「巡回合同健診の情報」に
掲載しておりますので、ご確認ください（毎月25日頃更新）

お申込み・お問い合わせはこちらまで

巡回健診 ☎011-862-5131 (健診企画部)

作業環境測定

☎011-862-5635 (環境管理課)

施設健診

衛生管理者免許試験受験準備講習 ☎011-862-5022 (研修課)

白石区 ☎011-862-5088 (健診センター診療所)

健診結果 保健・栄養相談

☎011-862-5605 (保健相談課)

中央区 ☎011-222-0710 (札幌総合健診センター)

個人情報

☎011-862-5037 (お客様サポートセンター)

