

厚生労働省 保険局長 優良賞



社員食堂のスマートミールを活用した生活習慣改善チャレンジプロジェクト

受賞者

東洋インキ SCホールディングス株式会社・トップグループ健康保険組合

取組アクション



背景・概要

2016年より健保組合が実施している「Happy&Healthy Canteenプロジェクト」とのコラボヘルスで、「特定保健指導のモデル実施」に沿った生活習慣改善チャレンジプログラムに参加。チャレンジ期間中は腹囲と体重の減少を目指し、参加者にスマートミールのメニューを喫食してもらっている。

取組内容

●「特定保健指導のモデル実施」 BMI25以上、又は特定保健指導の積極的支援の方を対象に、「特定保健指導のモデル実施」として、3か月間社員食堂を利用して体重-2kg、腹囲-2cmの減少を目標に実施(対象者を各地区から3名選抜)。社員食堂でスマートミールと同等の基準のメニューを期間中提供できるよう各社員食堂事業者に依頼し、健保組合加入企業全体で実施。

●参加者のモチベーション維持 2週間ごとに取組状況に応じたランクを認定し、4週に一度健保組合より認定証の配布と取組状況のフィードバックを実施。体重、腹囲の減少状況や、レコーディング、行動目標の実施状況に応じてランク分けをし、ランクに応じた賞品を贈呈。プログラム終了後も継続して健康的な食生活ができるよう管理栄養士のコメントを記入した表彰状を授与。

●定期的な保健指導 地区ごとに、健保組合所属医療職(保健師等)による定期的な保健指導や、管理栄養士・健康運動指導士が作成した栄養・運動のハンドブックを配布。



↑プログラム終了後も健康的な食生活が習慣化するよう、管理栄養士のコメント入りの表彰状を授与