



株式会社  
現代けんこう出版

gendai

令和7年  
1月号

保存版

# 商品カタログ

## フレイル・ 介護予防関連



現代けんこう出版の宣伝担当  
メタクマさん

フレイル・介護予防

医療費適正化

地域支援事業

認知症・在宅医療・その他

高齢期の健康づくり

介護保険制度・保険料

### もくじ

2 フレイル・介護予防

8 医療費適正化

9 地域支援事業

11 認知症・在宅医療・その他

13 高齢期の健康づくり

16 介護保険制度・保険料

18 注文方法について

19 保健事業と介護予防の一体的実施 業務委託のご案内

### 商品について

- 単価は全て税抜です。またカスタマイズなしの金額です。
- 税抜総額1万円以上で送料無料です。(税抜1万円未満は、別途1,000円(税抜)の送料がかかります)
- 単価の入っていない商品は、カスタマイズを基本としています。カスタマイズについては、P.18をご参照ください。

### お見積もり・注文・サンプルのご依頼方法

聞き間違い等を防ぐため、お見積もり・注文・サンプルのご依頼は、下記のいずれかの方法でお願いいたします。



<https://www.gendaikenko.co.jp>

ホームページからサンプル請求、見積り依頼、ご注文ができます。



裏表紙の注文票をコピーし、ご記入の上、  
**FAX.03-3846-1189** にお送りください。

ご質問等は **TEL.03-3846-1088** にお気軽にご連絡ください。



# フレイル・介護予防

フレイル・  
介護予防

## フレイル健診の受診勧奨に

オリジナルの作成実績も増えてきています。  
ご希望のパンフレットがあれば  
お気軽にご連絡ください。



商品コード p-1003001

後期高齢者医療制度に  
ご加入の方へ  
健康診査のお知らせ  
A4 / 4ページ



商品コード p-1005001

健康診査受診勧奨  
圧着ハガキ  
V型(100×148mm、  
展開サイズ194×148mm)

宛名印字・  
発送も可能  
圧着はがきの印刷、  
宛名印字、仕分け、発  
送までワンストップ  
でお受けします。



商品コード p-0303010

重症化を未然に防ぐ  
フレイル健診のススメ  
A4 / 4ページ  
単価 45円

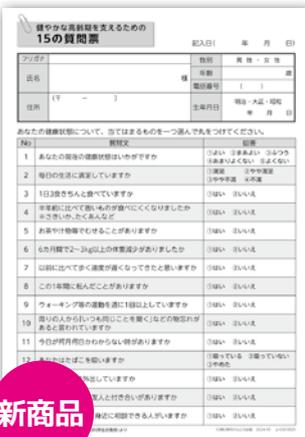


商品コード p-1003002

健康診査利用の  
手引き  
〈フレイル健診対応版〉  
A4 / 4ページ

フレイル・  
介護予防

## 「高齢者の健康状態の把握」や「健診後の情報提供」に



新商品

商品コード p-0303004

健やかな高齢期を  
支えるための  
15の質問票

厚生労働省「後期高齢者の質問票」を健診や  
通いの場等で実施する際の記録用ツール。  
1枚目は対象者へ、2枚目は保存用として。

A4 / 2枚複写  
単価 60円



商品コード p-0303004

健やかな高齢期を過ごそう  
フレイル予防のための  
15の質問

●監修 鈴木隆雄  
桜美林大学老年学総合研究所  
所長

健診や通いの場などでの健康状  
態の把握や、健診後の情報提供  
などにご活用ください。

A4 / 8ページ  
単価 90円

人気  
商品

商品コード p-0303005

健康寿命をのばそう  
フレイル予防のための  
15の質問

左記の8ページ版のダイジェス  
ト。健診後の保健指導のアセス  
メントとしても最適です。

A4 / 6ページ(巻三つ折)  
単価 70円

# フレイル健診後の情報提供に（健診数値入）



商品コード p-1004003

75歳以上の方へ  
健診をきっかけに  
フレイル予防  
はじめませんか？

●監修 鈴木隆雄  
桜美林大学大学院 特任教授

A4 / 8ページ  
単価 90円



人気商品

商品コード p-1004002

75歳以上の方へ  
健診は健康づくりと  
フレイル予防の  
スタート地点

●監修 鈴木隆雄  
桜美林大学老年学総合研究所 所長  
フレイル予防を念頭においた健診数値の  
活かし方の指南書です。

A4 / 4ページ 単価 45円



フレイル・介護予防



商品コード p-1004001



高齢期の健康診査  
健診をきっかけに 目指そう！元気長寿  
結果の見方とフレイル予防

●監修 新開省二 博士(医学)・  
東京都健康長寿医療センター研究所 副所長  
高齢期の方のための数値の見方と、介護予防のアドバイ  
スを記載。中面は観音開きで、見やすいつくり。

A4 / 8ページ(両観音折) 単価 90円

# フレイル予防のための情報をコンパクトに



商品コード p-0303011

外出自粛による  
フレイルを防ごう

●監修 鈴木隆雄  
桜美林大学老年学総合研究所 所長

A4 / 4ページ 単価 45円



人気商品

商品コード p-0303012

フレイルの予防習慣  
3プラス1の手引き

●監修 飯島勝矢  
東京大学 高齢社会総合研究機構機構長

A4 / 4ページ 単価 45円



商品コード p-0301003

はじめてみましょう  
自分で取り組む  
健康づくりと介護予防

A4 / 4ページ  
単価 45円

# フレイルの周知・予防啓発に

若年層からのフレイル予防啓発を目的としたパンフレットができました。手軽に取り組みやすい体操と、体操の習慣化・継続のコツを紹介しています。健診結果説明会や健康教室などでの使用がおすすめです。働く世代に限らず、高齢者向けとしてもご活用いただけます。

商品コード p-0303026

## 働く世代からの かんたんフレイル予防体操

監修 山田 実  
筑波大学 人間系 教授  
日本予防理学療法学会理事長  
日本老年療法学会副理事長

A4 / 4ページ  
単価 45円



新商品

## フレイル予防きほんの「き」シリーズ

50枚で1セットになっており、1枚ずつはがして使えるため、施設に置いて利用者に自由に持って行ってもらったり、保健指導のイベントで配布したりするときなどに便利な仕様。

A4 / 2ページ (50枚/1冊)  
単価 1,200円

シリーズ全体で、「運動」「口腔ケア」「食事」「社会参加」と、フレイル予防の4本柱を網羅しており、基本的な知識・予防方法の周知・啓発に最適です。



商品コード p-0303021



商品コード p-0303022



商品コード p-0303023



商品コード p-0303024

# フレイル健診後の情報提供に (シリーズパンフレット)

## フレイル予防にプラス シリーズ

「目」、「耳」、「口」のフレイル予防に関する情報を、グラフやイラストなどをまじえながらわかりやすく解説しています。各リーフレットの表紙には、それぞれ現在の状態がわかるチェックリストを掲載。フレイルを「自分ごと」として捉えてもらった上で、効果的な予防啓発が行えます。

A4 / 4ページ 単価 45円



商品コード p-0303016



商品コード p-0303017



商品コード p-0303020

## 目指そう！健康長寿シリーズ

フレイルを予防するためのポイントを「運動」「食事」「口腔機能」「社会参加」の分野別にまとめました。フレイルのチェック項目や予防法について、詳しく解説しています。



A4 / 4ページ 単価 **45円**

商品 コード	●フレイルを予防する運動……………	p-0303006
	●フレイルを予防する食事……………	p-0303007
	●フレイルを予防するお口のケア……………	p-0303008
	●フレイルを予防する社会参加……………	p-0303009

## 今日からはじめる 介護予防シリーズ



自宅ですぐにはじめられる生活習慣改善のポイントや運動を豊富なイラストでわかりやすく紹介。「運動」「低栄養対策」「口腔ケア」「認知症対策」「閉じこもり・うつ対策」それぞれ監修つきで計8種類を取りそろえています。

A4 / 4ページ 単価 **45円**

商品 コード	●若さを保つ 筋力トレーニング……………	p-0301004
	●しっかり食べていつまでも元気に 低栄養予防……………	p-0301005
	●口の健康から体の健康につなげる 口腔ケア……………	p-0301006
	●生活習慣改善からの 認知症予防……………	p-0301007
	●心と体の健康のために 閉じこもり・うつ予防……………	p-0301008
	●ロコモティブシンドロームを遠ざける 運動習慣……………	p-0301009
	●フレイルティに陥らないために 低栄養対策……………	p-0301010
	●早い段階から認知症を予防 頭と体のエクササイズ……………	p-0301011

## フレイル予防のポイントを1冊に



商品コード p-0303018

### “老化の原因”見逃さないで 若返りサポートブック

●監修 飯島 勝矢  
 東京大学 高齢社会総合研究  
 機構機構長  
 未来ビジョン研究センター教授  
 A4 / 16ページ  
 単価 170円

人気  
商品



商品コード p-0301013

### 毎日スタート 目指せ! パワフルシニア 健康ガイド

●監修 新開省二 博士(医学)・  
 東京都健康長寿医療センター  
 研究所 副所長

介護予防のための総合的な冊子。「食事」「運動」「口腔ケア」「閉じこもり予防」を目的に日常生活の改善のコツを具体的に記載。

A4 / 16ページ  
 単価 170円



商品コード p-0301014

### 人生100年! 元気をつくるセルフケア 介護予防ノート

●監修 新開省二 博士(医学)・  
 東京都健康長寿医療センター研究所 副所長  
 土井剛彦 保健学博士・国立長寿医療研究センター所属  
 高齢期の健康づくりに特に必要な項目を、  
 毎日簡単に記録できるノートです。

A4 / 36ページ 単価 400円



## フレイル健診後の健康意識を高めるツール

### 【レシピ集】



商品コード p-0303019

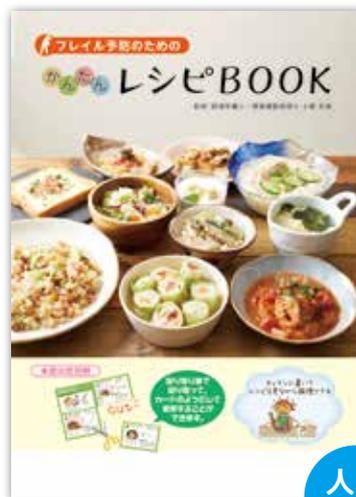
### 食べてフレイルを予防する旅 ニッポンの健口ごはん

動画▶付き

●監修 牧田 愛美・茂木 直美  
 (管理栄養士)

フレイルを予防する食事のポイントとして「筋肉の材料となるたんぱく質を積極的にとる」「よく噛むことでオーラルフレイルを防ぐ」ことの二つにフォーカスしています。

A4 / 16ページ  
 単価 200円



商品コード p-0303013

### フレイル予防のための かんたん レシピBOOK

●監修 土屋友美  
 管理栄養士・健康運動指導士

「市販の惣菜を使用」「包丁を使わないでできる」「缶詰でできる」といったテーマ別に、お手軽レシピを紹介しています。

A4 / 16ページ  
 単価 170円

人気  
商品



◀動画サンプルはこちら  
 (現代けんこう出版  
 YouTube公式チャンネル)

# 【カレンダー・ポスター】



商品コード p-0303015

## いきいき元気! 健康長寿カレンダー

- フレイルや熱中症予防、災害や悪質商法への注意喚起など、季節ごとに情報を幅広く掲載。
- おうちでできる簡単な運動を毎月紹介しています。
- 「もしものときの救急安心シート」つき

A4 / 28ページ



フレイル・介護予防



商品コード p-0303014

## 1日5分の運動習慣 いきいき若返り体操

おうちでできる運動ポスター  
(カレンダーつき)

A2 / 片面(十文字折)

単価 80円



商品コード p-0301012

## 1日5分 カラダ若返りエクササイズ

曜日ごとに組みこめる運動ポスター  
(カレンダーつき)

A2 / 片面(十文字折)



商品コード p-0303003

## 健康寿命をのばすフレイル予防

介護予防のための心と体の手入れに

A2 / 片面(十文字折)

単価 80円

カレンダー付きも  
あります

### 介護予防 関連 転倒による寝たきりを防ぐ



商品コード p-0302003

## 毎日取り組む転倒予防 住環境づくりと健康づくり

A2 / 両面(十文字折)



商品コード p-0302002

## 今日からはじめる転倒予防 住環境づくりと健康づくり

A4 / 4ページ

単価 45円

### 健康づくり 骨粗しょう症対策



商品コード p-0601052

## あなたの骨は大丈夫? 骨粗しょう症にならないために

A4 / 4ページ  
単価 45円



商品コード p-0601053

## 日頃の心がけが一番! 骨粗しょう症を 予防しましょう

A4 / 2ページ  
単価 35円

# 医療費適正化



商品コード p-0404012

## 使ってみましょう！ リフィル処方箋

「リフィル処方箋」の使用条件やメリットを解説。裏面には「ジェネリック医薬品」に関する情報も掲載しており、1枚で両方の利用勧奨が行えます。

A4 / 2ページ  
単価 **35円**



商品コード p-0404010

## かかりつけ薬局を利用しましょう

かかりつけ薬局の利用勧奨・周知用に。裏面では、新たに認定制度がスタートした「地域連携薬局」について紹介しています。

A4 / 2ページ  
単価 **35円**

(裏面は、地域連携薬局一覧を掲載することも可能です。(カスタマイズ))



商品コード p-0404009

## セルフメディケーションを知っていますか？

市販の医薬品などを使用した医療費節約の取り組みに。

A4 / 2ページ 単価 **35円**



商品コード p-0404011

## セルフメディケーションを実践しよう

セルフメディケーションを実践するための手続きに。

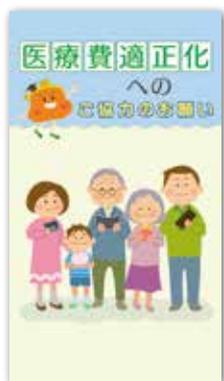
A4 / 4ページ 単価 **45円**



商品コード p-0404007

## 「節薬」はじめませんか？ 薬の見直しで重複服薬を防ぐ

A4 / 4ページ 単価 **45円**



商品コード p-0404008

## 医療費適正化へのご協力のお願い

医療機関へのかかり方からセルフメディケーションまで。

B6変形(182mm×103mm) / 12ページ 単価 **90円**



商品コード p-0404004

## 医療費を節約するためにわたしたちができること

B6変形(182mm×103mm) / 8ページ(両観音折) 単価 **40円**

## 柔道整復師へのかかり方 接骨院・整骨院を正しく利用しましょう



商品コード p-0405003

A4 / 4ページ 単価 **45円**



商品コード p-0405004

B6変形(182mm×86mm) / 8ページ(両観音折) 単価 **45円**

A4サイズと郵送に便利なB6変形の2つのサイズがあります

# 地域支援事業

地域支援  
事業

## 地域包括ケアの推進に



商品コード p-0108005 「地域の力」でわたしたちのまちに「安心」を高齢者みまもりガイド  
A4 / 4ページ 単価 45円

**地域包括ケアを支える  
地域の見守り活動の方法を伝えます**

「見張り」でない「見守り」の方法を具体的に掲載しています。裏表紙は差し替え可能な記事として、「地域活動へ参加を促す」記事を掲載しています。  
問い合わせ先の一覧などご要望に応じてカスタマイズいたします。

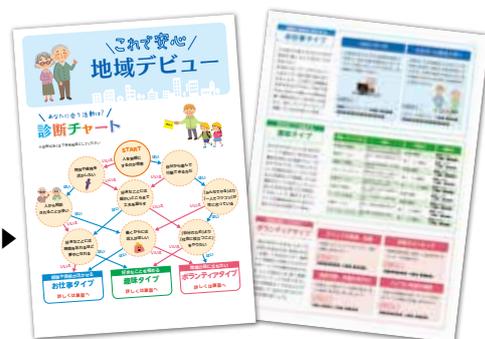


商品コード p-0108004 **これで安心 地域デビュー**  
●監修 松本すみ子 シニアライフアドバイザー (有限会社アリア 代表取締役)  
A4 / 4ページ 単価 45円

**地域に溶け込むためのコツや  
コミュニケーションの注意点をまとめました**

定年を迎え、これから地域とのつながりを確保する人のために。  
自分にあった地域活動を診断できるチャート、仲間づくりのポイント、活動の体験談を掲載しています。

カスタマイズ例(A4/2ページ)▶  
表面を診断チャート、  
裏面を問い合わせ先一覧に



商品コード p-0108003 **地域の元気 応援ブック**  
A4 / 4ページ～

タイトルから内容まですべて貴自治体の原稿に合わせて作成いたします。  
マップ入りなど、ご希望に合わせてカスタマイズいたします。



介護予防教室や  
地域の見守り活動  
などの紹介に

医療費適正化

地域支援事業



商品コード p-0108006

**生活支援  
コーディネーターが  
暮らしやすい地域づくりを  
サポートします**

A4 / 2ページ  
単価 **35円**

生活支援コーディネーターの活動が  
しやすくなるように



商品コード  
p-0108002

**住み慣れたまちで  
安心して暮らし続けるために**

A4 / 4ページ 単価 **45円**

**地域支援  
事業**

**総合事業・権利擁護・地域包括支援センターの案内等**



商品コード p-0104004

いつまでも自分らしい生活を続けるために  
**介護予防・日常生活支援総合事業  
利用の手引き** A4 / 4ページ



商品コード p-0104002

**新しい総合事業のご案内  
(介護予防・日常生活支援総合事業)**  
A4 / 8ページ



商品コード p-0113002

**介護と医療 連携マップ**  
A2 / 両面(十文字折)ポスタータイプ



商品コード p-0107003

**地域包括支援センターに  
お任せください!**  
A4 / 8ページ



商品コード p-0107002

**地域包括支援センターを  
利用しましょう**  
A4 / 4ページ  
単価 **45円**



商品コード p-0109002

**基本チェックリストを  
試してみましょう**  
A4 / 4ページ  
単価 **45円**



商品コード p-0110002

**高齢者の権利を守ります  
成年後見制度と高齢者虐待防止**  
A4 / 4ページ  
単価 **45円**

# 認知症・在宅医療・その他

認知症  
関連

## 認知症に関する理解をすすめる

●認知症に関する理解をすすめる下記4冊子は、すべて遠藤英俊先生(国立長寿医療研究センター内科総合診療部長)による医学監修つきです。



商品コード p-0112004

### みんなが笑顔 地域で支える認知症

認知症の方や認知症への不安を抱える方、その家族に向けて、認知症の方を支える「医療」や「介護」、さまざまなしくみや相談窓口を一冊に。

A4 / 16ページ

単価 170円



認知症についての基礎知識や  
予防についてもまとめています。



商品コード p-0112002

### 認知症の方とよりよい 生きるために 正しく知ろう認知症

A4 / 16ページ

単価 170円



商品コード p-0112003

### みんなで支える 認知症

A4 / 8ページ

単価 90円



貴自治体の状況に  
合わせてカスタマ  
イズできます。

商品コード

p-0112005

### 知ってあんしん 認知症ガイドブック (認知症ケアパス)

A4 / 8ページ

認知症ケアパス  
作成の  
ベースに!



商品コード p-0112006

### 認知症とともに歩む わたしのまちの認知症ケアパス

●監修 遠藤英俊  
聖路加国際大学 臨床教授

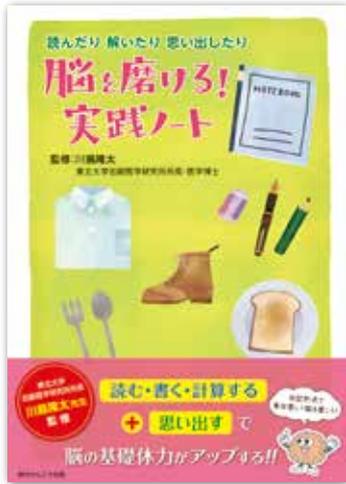
認知症ケアパス作成の際のベースとなるパンフレットです。  
増ページ等のカスタマイズにも対応します。

A4 / 8ページ

地域支援事業

認知症・在宅医療・その他

## 認知症予防（認知症予防教室などで）



商品コード p-0305002

### 読んだり 解いたり 思い出したり 脳を磨ける! 実践ノート

●監修 川島隆太  
博士(医学)・東北大学加齢医学研究所所長  
B5 / 84ページ 単価 738円



商品コード p-0304002

### 体と脳の若返り応援ノート

●監修 島田裕之 博士(医学)・  
国立長寿医療研究センター 部長  
A4 / 40ページ 単価 400円



商品コード p-0304003

### 元気なうちからはじめる認知症予防運動 体と脳を同時に鍛える コグニサイズ

A4 / 16ページ 単価 170円

「体と脳の  
若返り応援ノート」  
のダイジェスト版。

## 在宅療養の推進に



商品コード p-0111002

### ご存知ですか? 在宅療養 地域包括ケアシステムと在宅医療・介護

●監修 太田秀樹  
博士(医学)・医療法人アスミス 理事長・  
全国在宅療養支援診療所連絡会 事務局長

住み慣れたわが家で療養生活を送り、QOLの向上  
や医療費の節減にもつながる在宅療養を行う上で  
の、在宅医療や介護のしくみ、利用のしかた等につい  
てわかりやすく解説します。

A4 / 16ページ 単価 170円



- デリケートかつ切実な問題である在宅での看取りの注意点や事前準備について解説しています。
- 在宅療養についてのさまざまな疑問にも答えます。



商品コード p-0111003

### わが家のあんしん 在宅医療と介護サービス

在宅療養を推進するための、在宅医療  
と介護保険制度の解説パンフレットです。  
当社の介護保険制度パンフレットの  
内容と組み合わせてより詳しい制度  
説明を行ったり、医療機関・介護事業  
者一覧・マップを掲載したりするな  
ど、自治体独自の内容にカスタマイズ  
してご使用いただけます。

A4 / 32ページ等



商品コード p-0114002

### わたしの 覚え書きメモ

意思を表示することがむずか  
しくなった時や、亡くなった時  
などいざという時のために、  
希望することや大切な人への  
メッセージ等を記しておくた  
めのメモ帳です。

A5 / 8ページ  
単価 90円

# 高齢期の健康づくり

健康づくり

## 高齢者の健康維持・増進に



商品コード p-0601075

### 生活習慣病を予防・改善する！ おうちでできる 若返りトレーニング

動画▶付き

運動不足解消のトレーニングを「脚力」「バランス力」「柔軟性」「上半身」の4つのジャンルで紹介。生活習慣病の改善や健康志向の方にぴったりの冊子です。

B5 / 36ページ 単価 400円



商品コード p-0601074

### スキマ時間でもできる 心も体も健康になれる カンタントレーニング

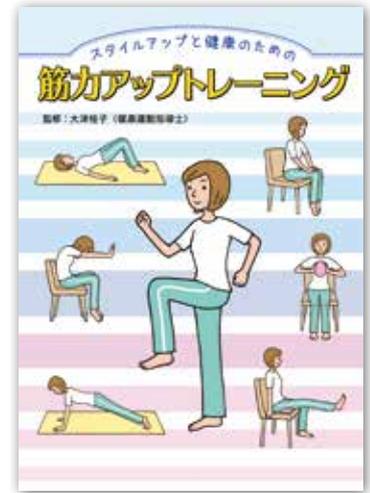
動画▶付き

隙間時間に、誰でもできる運動を紹介。「脚力」「バランス力」「柔軟性」「上半身」4種のトレーニングで、全身をバランスよく鍛えられます。

A4 / 4ページ 単価 60円



↑動画サンプルはこちら  
(現代けんこう出版  
YouTube公式チャンネル)



商品コード p-0601037

### スタイルアップと健康のための 筋力アップトレーニング

誰でもできる筋トレから、体幹を鍛える筋トレまで、これまで運動とはあまり縁のなかった方にも簡単、気軽に行える筋トレをわかりやすいイラスト付きで紹介。介護予防や生活習慣病予防に最適です。

A4 / 12ページ 単価 140円

商品コード p-0603028

### 毎日が ながら&ついでに 運動だ！ クリアファイル

A4 サイズ/単価 140円

●監修 黒田恵美子  
東海大学客員教授



新商品

ちょっとした時間を有効活用！  
ながら&ついでに運動の  
新習慣のために

商品コード p-0603023

目指せ50万歩！ ウォーキング記録帳  
ウォーキングで50万歩を目標に、日々の歩数を積み重ねて記録することでモチベーション維持の助けになる記録帳です。

A5 / 4ページ 単価 45円

商品コード p-0602017

### いつまでも、どこまでも なが〜く歩く

ウォーキングの楽しみ方についてウォームアップから、ウォームダウンまで、イラストでわかりやすく伝えます。「東海道五十三次」の歩数記録表付きでモチベーションもアップ！自治体様のウォーキングマップ作成のベースにしているだけでも可能です。

A4 / 16ページ 単価 170円



認知症・在宅医療・その他

高齢期の健康づくり



商品コード p-0601028

## 血圧を測ろう!

血圧を正しく測るコツと、高血圧予防のための生活習慣改善法を紹介しています。「血圧記録ノート」と合わせてのご使用がおすすめです。

A4 / 4ページ 単価 45円

人気商品



商品コード p-0601029

## 血圧記録ノート

毎日の血圧を測り記録するための手帳サイズの記録表です。血圧、体重、などの生活記録ができます。記録表は約6カ月分(24週分)あります。

高血圧を予防・改善するために「血圧を測ろう!」と合わせてのご使用がおすすめです。

A5 / 16ページ 単価 140円



商品コード p-0601076

## バランスの良い食事がカギ! 貧血のない毎日を

貧血の症状や種類・数値の見方といった基礎知識から、貧血を予防する食材や、食事のコツを写真とイラストで紹介しています。健診後の情報提供から保健指導などでお使いいただけます。

A4 / 2ページ 単価 35円

脳卒中・脳梗塞を防ぐために

脳卒中の対応方法「FAST」の周知に!



商品コード p-0306001

## 安全で充実した毎日をつくる シニアドライバーのための健康ガイド

高齢者が安全運転を続けるための手引きとして、「体力」「認知機能」を確認できるセルフチェックリストを掲載。体力アップのためのトレーニング方法や、認知機能向上につながる生活習慣改善方法なども掲載しており、介護予防ツールとしても使用できます。

A4 / 6ページ(巻三つ折)

単価 70円



商品コード p-0602015

## 動脈硬化を防ぐ 血管イキイキ生活

腹囲は正常値だが、血圧は異常値の人などメタボリックシンドロームと判定されない人にも健康維持に取り組んでもらいやすい内容にしています。健診後の情報提供冊子としても、保健指導のテキスト代わりにも使える内容です。

A4 / 16ページ 単価 170円



商品コード p-0601049

## 素早い受診が命を救います!

4つのキーワード「F・A・S・T」で脳卒中発症者の特徴を理解し、素早く受診・治療へつなげることを啓発・促進するためのポスターです

展開サイズA3 / 2つ折 単価 40円

# 新型コロナウイルス感染症の予防・対策に



商品コード p-0703008

感染拡大を防ぐ！  
知っておきたい  
新型コロナウイルス感染症  
基本の対策

A4 / 4ページ 単価 45円



商品コード p-0703011

新型コロナウイルス感染症  
家庭内感染を防ぐ  
ルールとヒント

A4 / 4ページ  
単価 45円



商品コード p-0703010

免疫力を強くして  
新型コロナウイルスに  
負けない体をつくる

A4 / 4ページ  
単価 45円



商品コード p-0703009

正しい手洗いが  
自分や周りの人を守ります

A4 / 片面  
単価 30円

## 感染症対策



商品コード p-0703007

今年もやってくる！  
季節性インフルエンザに  
備えましょう

A4 / 4ページ  
単価 45円



商品コード p-0703006

かからない・うつさない  
ノロウイルスに負けない  
かんたんルールBOOK

A4 / 4ページ  
単価 45円

## 熱中症予防



商品コード p-0702002

夏の暑さから身を守るために  
高齢者のための熱中症対策

A4 / 4ページ  
単価 45円



商品コード p-0702005

熱中症に要注意！  
丸型穴あきうちわ

直径21cm  
単価 60円

## 歯の健康



商品コード  
p-0601061

口の健康と  
糖尿病

A4 / 4ページ  
単価 45円



商品コード  
p-0601034

大人のための  
歯と口の  
健康づくり

A4 / 28ページ  
単価 250円



商品コード  
p-0601036

いつまでも  
自分の歯で！  
歯を病気から  
守ろう

A4 / 4ページ  
単価 45円

# 介護保険制度・保険料

介護保険

## 介護保険制度の理解に

紹介している冊子は、2025年1月時点の情報をもとに作成した冊子の一例です。  
 制度関連、保険料に関する商品は、すべてカスタマイズが可能な商品です。  
 ※今後の制度変更には、随時対応していきます。

## A4判冊子のご紹介



商品コード p-0101002

**みんなのあんしん  
介護保険**  
A4 / 32ページ  
単価 **240円**



商品コード p-0101004

**ともに はぐくむ介護保険**  
(40ページ版)  
A4 / 40ページ



商品コード p-0101006

**わたしたちの介護保険**  
A4 / 16ページ



商品コード p-0101007

**あしたも笑顔  
介護保険**  
A4 / 8ページ  
(両観音折)

## B7判、B6変形判冊子のご紹介

B7判は、16ページ版、24ページ版、32ページ版の3種、  
 B6変形判は、32ページ版のご用意がございます。



商品コード p-0101009

**くらしのみかた介護保険  
ハンドブック**  
B7 / 32ページ  
単価 **90円**



商品コード p-0101010

**みんなの介護保険  
ハンドブック**  
B7 / 24ページ  
単価 **75円**



商品コード p-0101011

**あしたのあんしん介護保険  
ハンドブック**  
B7 / 16ページ



商品コード p-0101008

**くらしのみかた介護保険  
ガイドブック**  
B6変形 / 32ページ

# 介護保険料のお知らせに



商品コード p-0201002

**介護保険の保険料**  
A4 / 4ページ



商品コード p-0201003

**あなたの介護保険料を確認しましょう**  
B5 / 4ページ



商品コード p-0201005

**わたしのまちの介護保険料**  
B6変形 (182mm×103mm)  
8ページ (巻四つ折)



商品コード p-0201004

**介護保険料のお知らせ (リーフレット版)**  
B3縦半裁 (Z折り後二つ折)

# 負担割合証送付時に



商品コード p-0105002

**大切にしてください 介護保険負担割合証**  
A4 / 2ページ



商品コード p-0105003

**介護保険負担割合証のしおり**  
B7 / 6ページ (巻三つ折)

# 滞納対策に



商品コード p-0202002

**納め忘れていませんか? 介護保険料**  
A4 / 2ページ 単価 35円



そのほかの商品は  
ホームページをご確認ください。  
カスタマイズや商品に関して  
ご不明な点がございましたら  
お問い合わせください。

# 介護サービスを適切に利用してもらうために



商品コード p-0103006

**訪問介護を正しく利用する  
ホームヘルパーに  
頼めること 頼めないこと**  
A4 / 4ページ 単価 45円



商品コード p-0103003

**介護保険の福祉用具と住宅改修**  
A4 / 4ページ 単価 45円



商品コード p-0103002

**きちんと理解していますか?  
介護保険サービスの  
正しい使い方**  
A4 / 16ページ  
単価 170円



商品コード p-0103005

**地域密着型サービス  
利用のご案内**  
A4 / 4ページ  
単価 45円

自治体様独自の情報が入ることを想定した、  
カスタマイズ前提の商品があります。



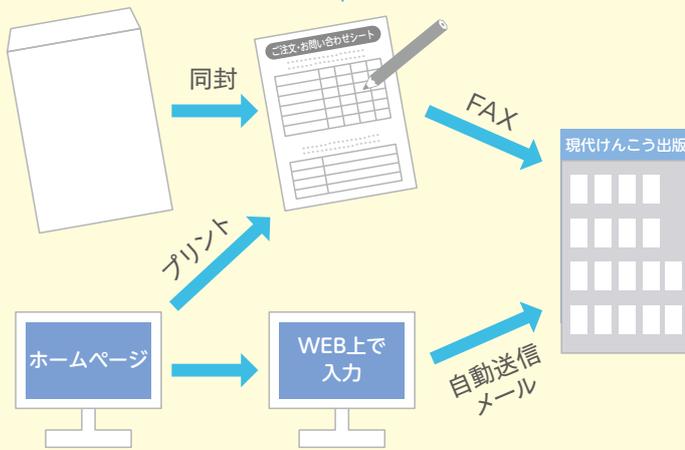
# 現代けんこう出版では、 4パターンのご依頼を承っています

ご要望・ご予算に合わせてできる限り対応いたしますので、お気軽にご相談ください。

- 1 既製の冊子・パンフを購入する
- 2 既製の冊子・パンフの表紙などに、組織名や電話番号を入れる → **名入れ**
- 3 既製の冊子・パンフの文字の一部修正、記事の一部差し替え → **カスタマイズ**
- 4 オリジナルの冊子・パンフ・ポスター、動画やEラーニング資料などを作る → **オーダーメイド**

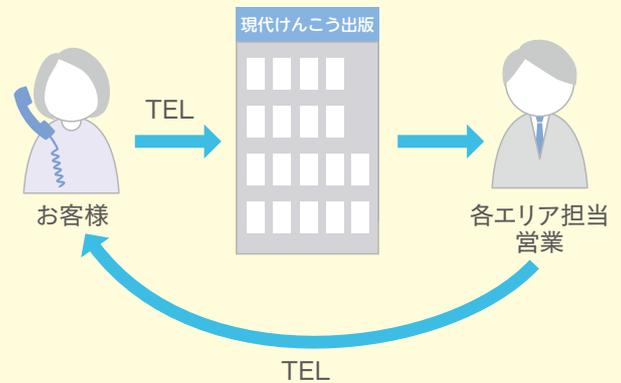
## サンプルやお見積もりのご依頼・ご注文の流れ

サンプル請求、既製商品  
のお見積もり・ご注文の場合



「ご注文・お問い合わせシート」に必要事項を記入しFAX、またはWEB上で必要事項を入力して送信してください。聞き間違い等を防ぐため、FAXかWEBからお願いします。

名入れ、カスタマイズ、  
オーダーメイドのお問い合わせ・  
お見積もり・ご注文の場合



修正の度合いによって、金額が異なります。弊社にお電話等でご連絡いただいた後、営業担当者よりご連絡いたします。

### 多言語・音声読み上げ機能をご希望の方はご相談ください

(株)モリサワ社の多言語ユニバーサル情報配信ツール「MCカタログ+」を活用することにより、パンフレットに多言語(10言語)・音声読み上げ機能を安価に導入することが可能です。

- ※単価は、修正のない場合の価格(税抜)です。名入れやカスタマイズなどの場合はお見積もりをお出しします。
- ※送料は、税抜総額1万円以上で無料。1万円未満で1,000円です。(納品先1カ所の場合)
- ※折り加工や仕分け、分納も対応可能です。(別途費用)
- ※在庫のある商品は、ご注文から発送までおおむね1週間以内です。
- ※印刷から納品までは、おおむね10日です。折り加工や仕分け、配送地域によっては追加で日数がかかります。

# 高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施

## (ポピュレーションアプローチ)業務委託のご案内

事業申請、保健指導プログラム作成からアセスメント、事業実施運営(専門職スタッフによる)、事業評価、実績報告まで一貫して承ります。

改善!  
安全!  
大満足!



フレイル健診  
対応

## 現代けんこう出版がおすすめする プログラム例

### 【1】「通いの場」介入健康支援プログラム企画立案および業務委託

- (1) 最新デバイスを活用したフレイル健診(各種「見える化」健康測定)
  - ①口腔内細菌カウンタ(Panasonic)
  - ②歩行年齢測定(歩行速度・歩行姿勢・歩行バランス等)(NEC)
  - ③野菜摂取量充足度測定(カゴメベジチェック)
  - ④高精度体成分測定(インボディ)
  - ⑤足指筋力測定器(TAKEI)
- (2) 各種フレイル予防講座
  - ①フレイル全般
  - ②フレイル予防のための運動講座
  - ③フレイル予防のための栄養講座
  - ④フレイル予防のための口腔ケア講座(歯科衛生士ブラッシング指導含)
  - ⑤お薬だけに頼らない健康づくり講座(睡眠・食養生・簡単体操・生活スタイル・生きがいづくり)
- (3) フレイル質問票聞き取り、集計
- (4) 分析評価  
介入時と介入後の前後比較(握力・ベジチェック等測定結果データと質問票データを分析)。  
※フレイル予防専門家(医学博士)による評価を行います。
- (5) 実施結果報告書作成

### 【2】申請・実績報告等提出書類作成支援

- (1) 評価計画・評価結果
- (2) ポピュレーションアプローチ 活動報告書



## 参加者の興味・関心を惹くさまざまな高齢者健康度測定デバイス

#### インボディ(高精度体成分測定)

体重変化だけではなく、体重を構成する筋肉量や体脂肪量等を約2分で算出し、よりの確な健康支援を行います。

#### ベジチェック(野菜摂取量充足度測定)

約30秒で推定野菜摂取量を測定し、不足しがちな野菜摂取量を見える化し、食習慣改善の行動変容を支援します。

#### 歩行年齢測定

全身姿勢のアニメーションを用いて、歩行速度・姿勢・バランスを評価し、健康維持・改善を支援します。

このほか、ロコモテスト(下肢筋力測定)、骨密度測定、貧血測定など

#### 握力・足指握力

握力はフレイル・ロコモ指標のスタンダードオプション。また、足指握力は特に注目されています。最近の研究では転倒した人は、しなかった人に比べて平均20%足の握力が弱いことが判明しています。

#### 口腔内細菌カウンタ

約1分で口腔内の細菌数を測定し、口腔内衛生状態を把握し、保健指導に役立てます。



お見積や事業実施についてのお問い合わせは



パンフレットのご注文等は、FAXまたはホームページ (<https://www.gendaikenko.co.jp/>) からお願いいたします。ご不明な点がございましたら、お気軽にお問い合わせください。

※サンプル冊子は、出力紙でご提供する場合があります。その点ご了承ください。

商品コード	商品名	サンプル希望 (1部)	見積 希望	注文 希望	部数
p-		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
p-		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
p-		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
p-		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
p-		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	

### ■ 購入ご希望の商品は何でお知りになりましたか? (複数回答可)

1. 過去にも注文    2. 過去の部署で知っていた    3. ダイレクトメール    4. ホームページ  
5. 担当営業者    6. 新聞・Webメディアを見て

送 付 先	団体名			
	担当部署名			
	担当者名			
	郵便番号・住所 (必ずご記入願います)	〒	-	
			都・道 府・県	
	TEL		FAX	
メールアドレス				

請 求 方 法	請求書(見積書)の宛名			
	送料		単価に 含める・含めない	
	見積書・ サンプルの	提出期限	年 月 日( )まで	
		提出方法	<input type="checkbox"/> FAX ・ <input type="checkbox"/> 郵送 ・ <input type="checkbox"/> メール ※サンプルは基本的に郵送でお送りします。	
納品期限		年 月 日( )まで		

一部商品を除き、税抜総額1万円以上で送料無料です。(1万円未満は、梱包送料として別途1,000円(税抜)がかかります)

ご質問・ご要望

株式会社 現代けんこう出版

〒130-0026 東京都墨田区両国 1-12-8

TEL 03-3846-1088 FAX 03-3846-1189

本紙で取得する個人情報は「個人情報保護方針」に基づき、次の通り適切に取り扱いさせていただきます。

1. 個人情報の利用目的・本紙のご注文への対応。・商品の発送、納品、請求、入金管理。・当社サービスのご案内。2. 本紙で取得する個人情報は、適切な管理体制のもとに、第三者が触れないように取り扱い、保管します。3. 本紙で取得する個人情報に関する開示等のご請求は下記でお受けします。4. 各項目のご記入は、ご本人の任意によるものです。ただし、必要な項目をご記入いただけない場合、サービス等を適切に提供できない場合があります。

(個人情報に関するお問い合わせ先) 株式会社現代けんこう出版 個人情報保護苦情・相談窓口 TEL 03-6659-6141



この冊子は環境に配慮し、  
植物油インキを使用しています。

