

2021年度 日帰り人間ドックの利用について

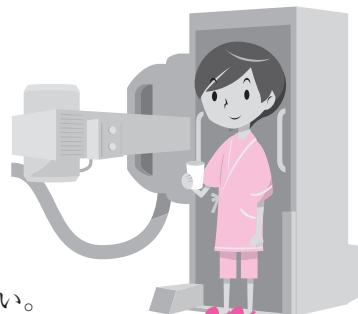
当健康保険組合では、皆様の健康支援の一環として、年度末35歳以上の被保険者および被扶養者の方を対象に、年度に1回の受診に限り、日帰り人間ドックの費用補助をしております。

2021年度につきましても、(一財)日本健康文化振興会に業務委託して実施いたします。

利用申込期間は下記の通りとなりますので、期日になりましたらお手続きをお願いいたします。

2021年度 利用申込期間および受診期間

利用申込期間 (希望受診日の1ヵ月前)	2021年4月1日(木)～2022年1月31日(月)
受診期間	2021年5月1日(土)～2022年2月28日(月)



※2020年度より利用申込方法と支払い方法が変更になっております。

詳細は、健保ホームページ (<https://www.yokogawakenpo.or.jp>) をご確認ください。

なお、健保ホームページ「2021年度 日帰り人間ドック」は4月1日から掲載予定です。

データヘルス計画

健康保険組合は事業主(会社)と協働して健康づくりを応援します!

被保険者の「メタボ領域流入抑制」と「重症化予防」に向けてアドバイスシートを送付いたします

当健康保険組合では、データヘルス計画の一環として、健康に対する気づきを促し、生活習慣を見直すことを目的とした保健事業「メタボ予測分析(メタボ領域流入抑制)」と「非メタボ(重症化予防)対策」を事業主(会社)と連携して実施しております。

今年度も、被保険者の方を対象に、過去3年間の健診結果(会社の定期健康診断や人間ドックの特定健診結果)から、今後メタボになる可能性の高い予備群の方と血圧・血糖・脂質が基準値以上の重症化リスクのある方に、生活習慣改善に向けた専門職の的確なアドバイスを記載した「アドバイスシート」を送付します。

アドバイスシートは、2月下旬より事業主(会社)経由で個人宛てに送付されますので、受け取られた方は、次回の健診に向けて今一度ご自身の生活習慣を振り返り、アドバイスを参考に改善に向けたアクションを取るようにしましょう。

令和1年度 訪問健康相談実績報告

令和1年度の訪問健康相談は、9月より訪問を開始、78名の方を対象に実施し、内54名(69%)の方が2回目の健康相談(振り返り面談)にご参加いただきました。

実施者のうち、すでに治療を受けていたり、健康診断の結果に異常値が見られる方がいましたが、支援の中で運動や食生活の改善に取り組んでいただくことで、数値や体調面で改善効果が見られました。

多くの方に見られた課題点ですが、BMIが25以上の「肥満傾向」の方、18.5以下の「低体重傾向」の方が参加者の内3割おり、太りすぎも痩せすぎもどちらも健康を害する要因となる可能性がありますので、適切な運動や食事管理をしていただくことで、改善傾向が見られるようになりました。また、健康診断を受けていない方も多くいらっしゃいましたが、支援の中で健康診断を受診された、予約されたとのご報告も多くいただいております。

今後も皆さまの健康習慣や適正な医療のかかり方等、幅広い相談を受けてまいりますので、不安や悩みの解消、健康習慣の定着化等に当事業をぜひお役立ていただきますようお願いいたします。

なお、令和2年度は新型コロナウイルス感染予防のため、訪問ではなく電話相談で実施いたします。

薬に関する相談



食生活の改善

運動不足の改善