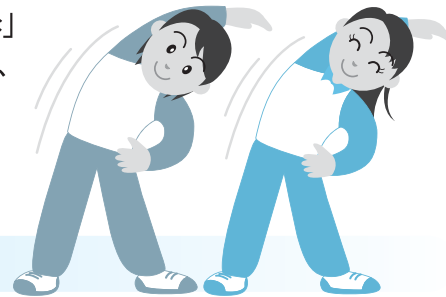


『特定保健指導』で 一人ひとりに合わせた健康づくりを支援します!!

40歳～74歳までの被保険者・被扶養者を対象に実施する「特定健診」の健診結果から、メタボリックシンドロームのリスク数などを総合して、生活習慣病の発生リスクが高く、生活習慣の改善による予防効果が期待できる人などを対象に特定保健指導を行います。

特定保健指導の案内が届きましたら必ず受けるようにしましょう。



特定保健指導の対象者になった場合

被保険者の方は・・・

- 会社で受ける定期健康診断や人間ドックの特定健診結果により特定保健指導の対象者が決まります。対象者には会社経由で特定保健指導の対象となった旨を通知し、ご案内します。

被扶養者および任意継続被保険者の方は・・・

- けんぽ共同健診、人間ドック、パート先等で受けた事業主健診（健保組合に特定健診検査項目と問診を含めた結果をご提供していただいた場合）の特定健診結果により特定保健指導の対象者が決まります。対象者にはご自宅へ健保組合の指導委託先(株)保健教育センターより特定保健指導の対象となった旨を通知し、ご案内します。

特定保健指導の流れ

特定保健指導は、生活習慣病の発症リスクに応じて「動機付け支援」「積極的支援」の2コースがあります。

初回個別面談

保健師等の専門家による個別面談

健診結果と、今のあなたのからだについてお話をします。
生活習慣改善の必要性を理解した上で、生活習慣の改善に対する実践可能な目標を一緒に考えます。

【被保険者の場合】

特定保健指導（初回個別面談）は、各事業所に健保組合の指導委託先である(株)保健教育センターまたは一部事業主の保健師等の専門家が出向いて就業時間中に行います。

【被扶養者および任意継続被保険者の場合】

健保組合の指導委託先(株)保健教育センターが設定した会場に出向いていただき、保健師等の専門家による特定保健指導（初回個別面談）を行います。

継続支援

動機付け支援に該当された方

（メタボリックシンドロームのリスクが出はじめた段階）

面談で立てた目標に向かって各自で生活習慣改善に6ヶ月間のチャレンジ!

積極的支援に該当された方

（メタボリックシンドロームのリスクが重なりだした段階）

保健師等、専門家による月1回から2回の電話、手紙等で目標達成を継続的に支援を受けながら生活習慣改善に6ヶ月間のチャレンジ!

6ヶ月後の評価

6ヶ月後の振り返り（成果確認）

健康状態や生活習慣が改善されたかをアンケート等などから確認します。

- ※ (株)保健教育センター委託の特定保健指導は10月から順次実施します。
- ※ 糖尿病や高血圧症、脂質異常症の治療薬を服薬中の方は特定保健指導の対象にはなりません。
- ※ 特定保健指導対象に該当したとしても、健保組合の実施計画に基づいて実施するため、すぐに対象者全員に保健指導が始まるとは限りません。体制を整えて順次保健指導を進めていきます。