

特定保健指導を受けて生活習慣病を予防しましょう!!

40歳～74歳までの被保険者・被扶養者を対象に実施するメタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）に着目した健康診断「特定健診」の健診結果から、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、生活習慣を見直すサポートとして「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。

どんな人が指導の対象になるの？

特定保健指導対象者の選定では、特定健診の結果から、メタボリックシンドロームのリスクに加えて、問診内容（喫煙歴）が反映され、これらのリスクの数に応じて、積極的支援、動機付け支援の2つの指導レベルに分けられます。

●【特定健診結果】により【特定保健指導レベル判定】をします

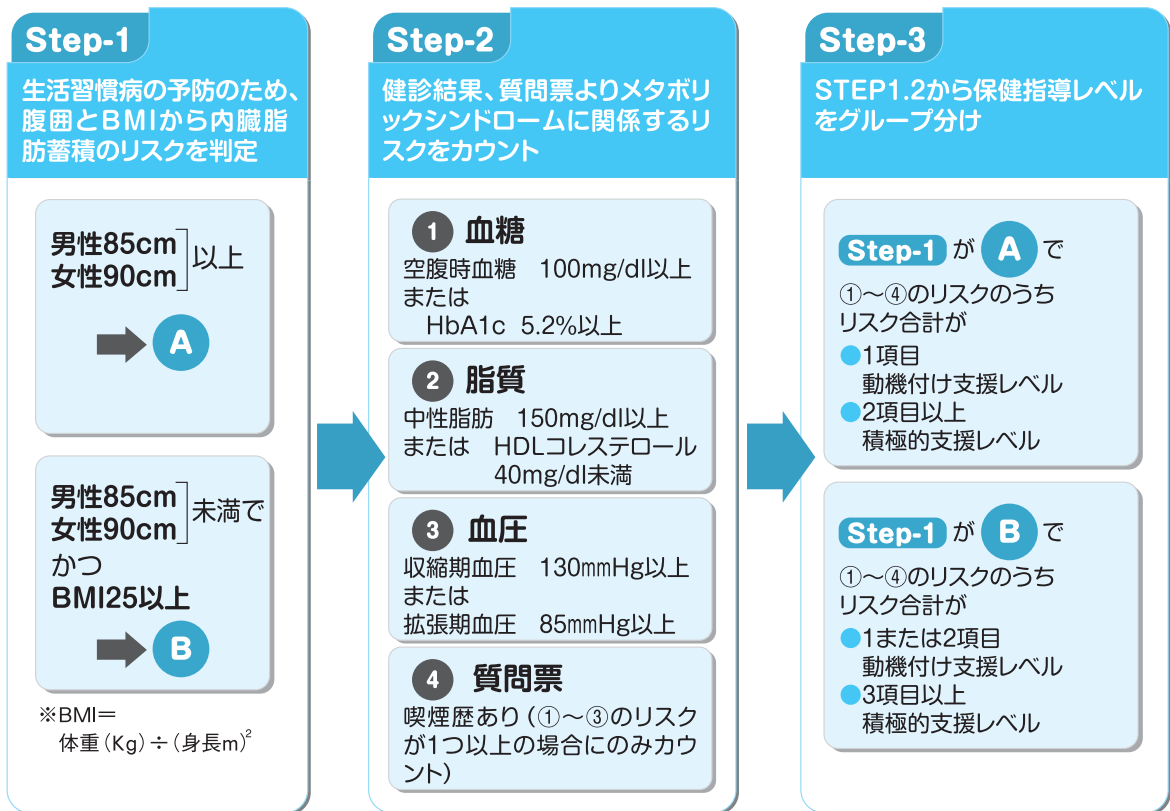
被保険者の場合

会社で受ける定期健康診断や人間ドックの特定健診項目の健診結果

被扶養者および任意継続被保険者の場合

けんぽ共同健診、人間ドック、又は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）の特定健診項目の健診結果

特定保健指導レベル判定



※質問票で①～③について服薬中の場合は保健指導の対象にはなりません。

※メタボリックシンドローム判定が「非該当」の方でも、特定保健指導レベル判定で用いられる血液検査の基準値が異なるため、特定保健指導の対象になる場合があります。

※健保組合の特定保健指導実施計画に基づき実施します。従って、特定保健指導レベル判定の全該当者に保健指導が実施されるわけではありません。

特定保健指導の対象になったら??

被保険者の場合

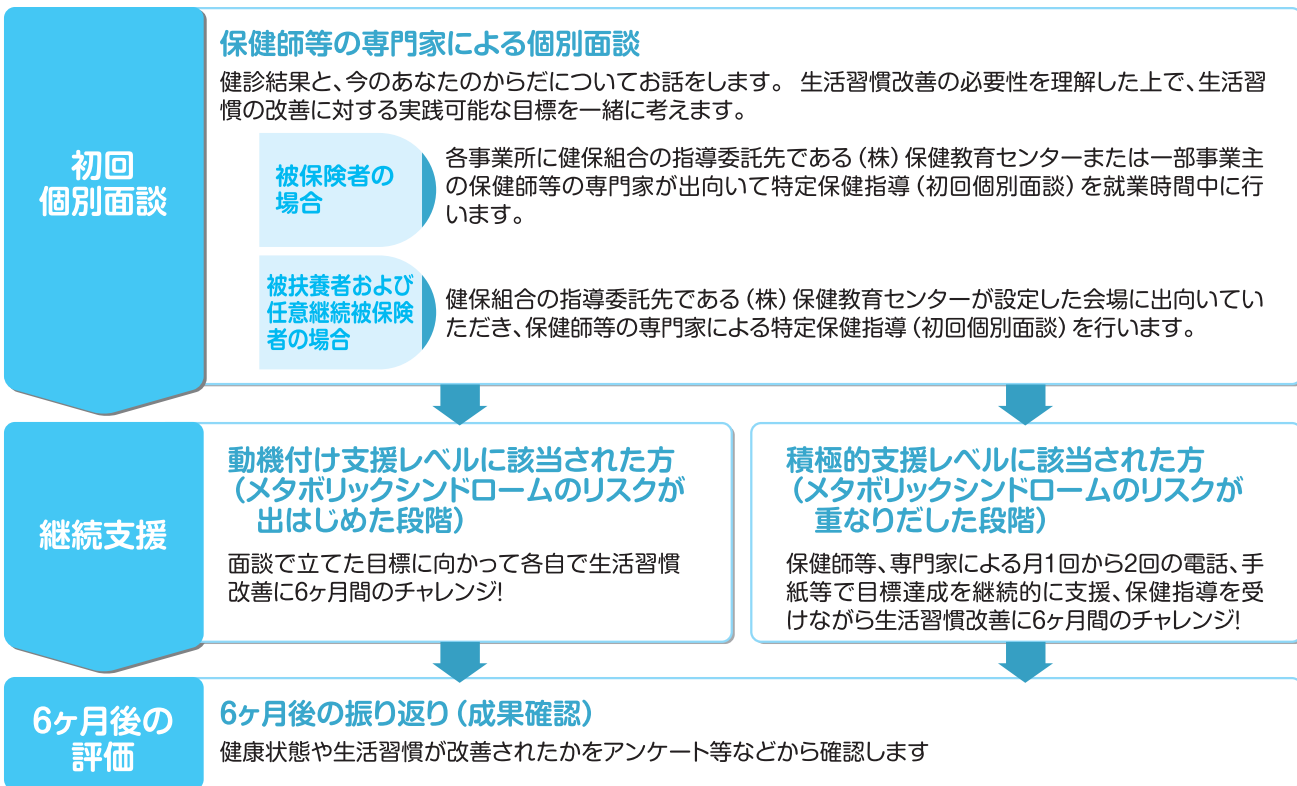
対象者には会社経由で特定保健指導のご案内をします

被扶養者および任意継続被保険者の場合

対象者にはご自宅へ健保組合の指導委託先である（株）保健教育センターより特定保健指導のご案内をします

特定保健指導って何をするの??

～特定保健指導でひとりひとりに合わせた健康づくりを支援します～



※(株)保健教育センター委託の特定保健指導は11月から順次実施します。

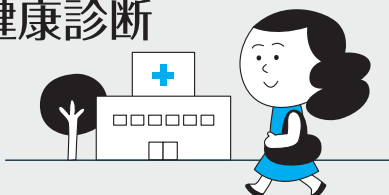
特定保健指導を受けた人の結果はどうだったの??

平成21年度の特定健診結果を見ると、指導レベルの変化は次のようになりました。

メタボリックシンドロームのリスクが改善され指導の必要がなくなった人は、積極的支援指導実施者で23.0%、動機付け支援指導実施者で40.1%となり、メタボリックシンドロームからの脱却に高い効果がみられました。また、引き続き特定保健指導が必要な人でも、指導の効果により体重の減少や、中性脂肪・空腹時血糖の検査値に改善がみられ、メタボリックシンドロームのリスク数の減少に効果がみられました。

平成20年度 指導実施者	平成21年度 の変化	人数	割合
積極的支援指導実施者 586人	引き続き積極的支援が必要な人	308人	52.6%
	改善により特定保健指導の必要がなくなった人	135人	23.0%
	動機付け支援に改善された人	66人	11.3%
	治療により服薬を開始した人	41人	7.0%
	資格喪失などにより変化のわからない人	36人	6.1%
動機付け支援指導実施者 272人	改善により特定保健指導の必要がなくなった人	109人	40.1%
	引き続き動機付け支援が必要な人	108人	39.7%
	積極的支援に移行した人	44人	16.1%
	資格喪失などにより変化のわからない人	7人	2.6%
	治療により服薬を開始した人	4人	1.5%

被扶養者と任意継続被保険者の健康診断



～自分のため、家族のため、定期的に健診をうけましょう!～

今年度も(株)イーウェルに健診手配業務等を委託して、「けんぽ共同健診」(特定健診・主婦健診)を実施しております。

受診対象者は平成22年4月1日時点で資格を有する40歳から74歳までの被扶養者および任意継続被保険者の方と、39歳以下の被扶養者(続柄:妻)の方です。対象者へは5月に(株)イーウェルより直接ご自宅へ健診のご案内を郵送しておりますので、まだお申込をされてない方はお早めにお手続きください。

※ご希望により人間ドックを受診される方は、この「けんぽ共同健診」へのお申込みはできません。