

『特定保健指導』を受けて 生活習慣病を改善しましょう!

40歳～74歳までの被保険者・被扶養者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りメタボリックシンドロームの予防効果が期待できる人を対象に「特定保健指導」を実施します。

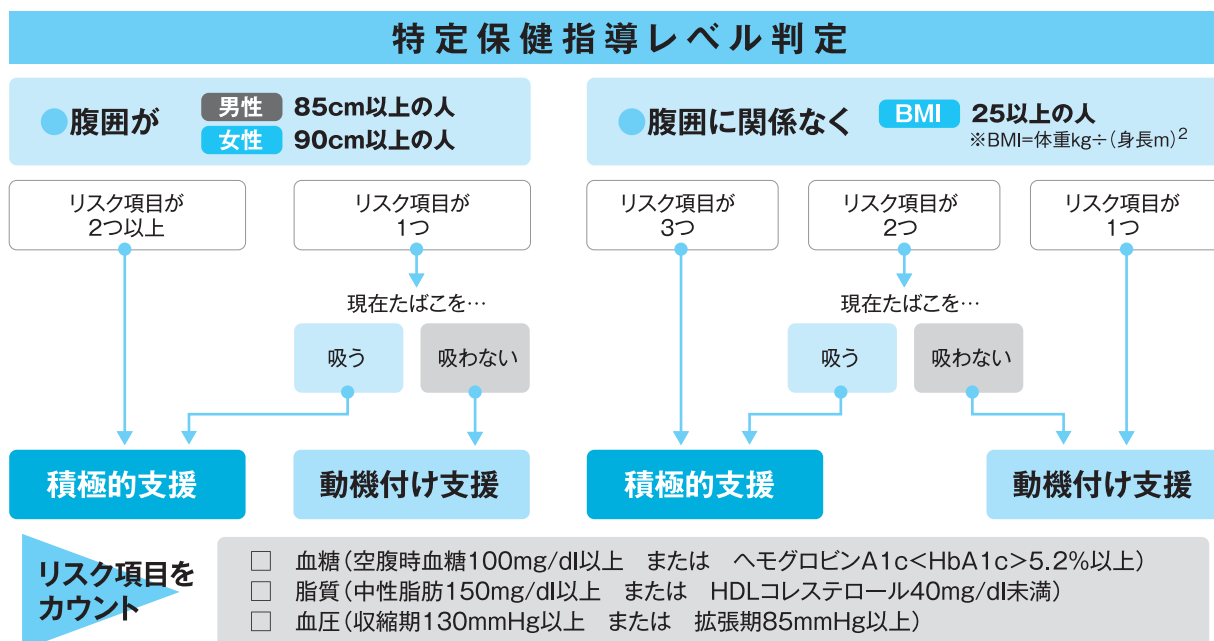


どんな人が特定保健指導の対象になるの?

「特定健診結果※1」から生活習慣病の発症リスクに応じて「特定保健指導レベル判定」をします。「動機付け支援」(メタボリックシンドロームのリスクが出始めた段階)と、「積極的支援」(メタボリックシンドロームのリスクが重なり出した段階)の2つのレベルに分けられます。

※1 被保険者の場合…会社の定期健康診断や人間ドックの特定健診項目の健診結果

被扶養者の場合…けんぽ共同健診、人間ドック、又はパート先等で受診した事業主健診(健保組合に健診結果をご提出いただいた場合)の特定健診項目の健診結果

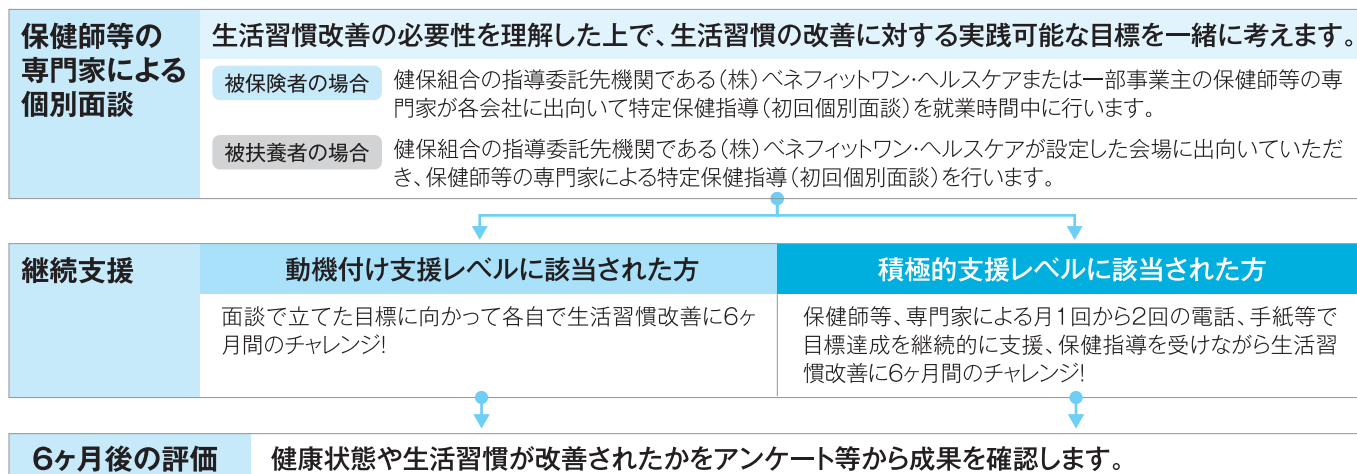


※リスク項目について服薬中の場合は、特定保健指導の対象にはなりません。

※メタボリックシンドローム判定が「非該当」の方でも、特定保健指導の対象者になる場合があります。血糖の判定基準値が特定保健指導レベル判定とメタボリックシンドローム判定で異なるためです。

※特定保健指導レベル判定による該当者全員に保健指導が実施されるわけではありません。健保組合の特定保健指導実施計画に基づき実施いたします。

特定保健指導って何をするの?



△被保険者の対象者の方には、会社経由で特定保健指導のご案内をします。被扶養者の対象者の方には、(株)ベネフィットワン・ヘルスケアよりご自宅に特定保健指導のご案内をします。

△(株)ベネフィットワン・ヘルスケア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23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。

平成22年度に特定保健指導を受けた1,126人のうち、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354人(31.4%)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ています。

平成22年度 積極的支援指導 実施者 669人		改善により特定保健指導の必要がなくなった人	178人	26.6%
		動機付け支援に改善された人	94人	14.1%
		引き続き積極的支援が必要な人	330人	49.3%
		治療により服薬を開始した人	38人	5.7%
		資格喪失などにより変化のわからない人	29人	4.3%
平成22年度 動機付け支援指導 実施者 457人		改善により特定保健指導の必要がなくなった人	176人	38.5%
		引き続き動機付け支援が必要な人	182人	39.8%
		積極的支援に移行した人	59人	12.9%
		治療により服薬を開始した人	26人	5.7%
		資格喪失などにより変化のわからない人	14人	3.1%

特定保健指導は、生活習慣改善のためのきっかけとして捉えましょう。

目標に向かって生活習慣を見直していくことで、徐々に検査値も良くなっていきます。特定保健指導の案内が届きましたら必ず受けようにしましょう。

被扶養者と任意継続被保険者の健康診断

『けんぽ共同健診』(特定健診・主婦健診)のお申込みはお済みですか?

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24年4月1日時点および受診時点まで継続して資格を有する、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。

受診対象者の方には、直接ご自宅へ健診のご案内を郵送しております。まだお申込をされてい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」へのお申込みは出来ません。

「前期高齢者 訪問健康相談」実施のご案内

当健康保険組合では、保健事業の一環として高齢者の方の健康管理を支援するため『訪問健康相談』を実施しております。この事業は(株)全国訪問健康指導協会に業務委託し、協会所属の経験豊富な健康相談員(保健師・看護師などの専門職)がご自宅を訪問して、健康管理や生活習慣などについて相談やアドバイスを無料で行うものです。

対象になった方には直接ご案内をさせていただきますので、健康相談員のサポートで生活習慣を見直す良い機会とご理解いただき、是非ご利用ください。



対象者 当健康保険組合からご案内を通知する65歳から74歳までの前期高齢者の方

費用 無料

業務委託先 (株)全国訪問健康指導協会

訪問までの流れ

- ①『訪問健康相談』のご案内をご自宅へ送付
- ②訪問担当の健康相談員から案内状をご自宅へ送付
- ③訪問担当の健康相談員から事前にお電話で訪問日時をお約束
- ④訪問健康相談の実施(個々の状況に応じて継続訪問の実施)