

特定保健指導を受け、 生活習慣病を改善しましょう！

特定健診・特定保健指導は、
40歳から74歳までの
被保険者・被扶養者を対象に
実施されます。



特定健診の結果、特定保健指導の該当になったら??

被保険者（任意継続被保険者を除く）の方は・・・



事業主（会社）で受ける定期健康診断の特定健診結果により、特定保健指導の該当になった場合は、事業主（会社）経由で特定保健指導の案内をします。

また、人間ドックを受けた場合も特定健診を兼ねて実施しておりますので、特定保健指導の該当になった場合は同様に、事業主（会社）経由で特定保健指導の案内をします。

任意継続被保険者および被扶養者の方は・・・



特定健診の結果により、特定保健指導の該当となった場合は、健保組合が委託する特定保健指導機関より案内をします。

また、人間ドックを受けた場合も特定健診を兼ねて実施しておりますので、特定保健指導の該当になった場合は同様に、健保組合が委託する特定保健指導機関より案内をします。



特定保健指導って何をするの??

特定健診の結果より・・・

メタボリックシンドロームの
リスクが出はじめた段階



動機づけ支援

生活習慣をふり返り生活習慣改善計画を立て、実行して
いただけるようサポートします

初回………保健師等、専門家による面接指導
6か月後…電話、メール等で健康状態、
生活習慣の変化の確認



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



積極的支援

生活習慣をふり返り生活習慣改善計画を立て、実行に
移し、その生活を継続していただくことを目指してサ
ポートします

初回………保健師等、専門家による面接指導
↓ 月1～2回の電話、手紙等の継続支援
6か月後…電話、メール等で健康状態、
生活習慣の変化の確認



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！

※特定保健指導の対象になったとしても、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。