

平成  
27年度

# 特定健康診査・特定保健指導

～ 健診と生活習慣の改善で健康な毎日を～

特定健康診査とは、メタボリックシンドロームの予防・改善、生活習慣病の発症を防ぐことを目的に、平成20年4月から始まった制度です。医療保険者(共済組合)が実施主体となり、毎年40歳から74歳までの方を対象に特定健康診査・特定保健指導を行っております。

特定健康診査・特定保健指導は、ご自身の健康管理に役立てるとともに増え続ける医療費の抑制効果も期待できますので、積極的に受診・利用していただきますようお願いいたします。

## 特定健康診査

### <組合員>

職場での健康診断または人間ドックを受診することで、特定健康診査を受診したことになります。

### <被扶養者および任意継続組合員>

5月中旬に配付します「特定健康診査受診券」と保険証(組合員被扶養者証または組合員証)を持参して、居住地市町が行う健診(国保集団検診または個別実施機関での健診)を受診してください。なお、人間ドックを受検した場合は、特定健康診査を受診したことになります。

## 特定保健指導

特定健康診査の結果、生活習慣病発症リスクが高いと判定された対象者には「特定保健指導利用券」を配付します。メタボの状態を放置すると、内臓脂肪の蓄積に血液中の脂質や血糖、血圧の異常が相互に作用することで動脈硬化が急速に進行し、心筋梗塞や脳卒中などの深刻な病気を招くことになります。

対象となった方は面倒くさがらず必ず指導を受けて、生活習慣の改善に努めていただきますようお願いします。



費用は全額、共済組合が負担します!!

## 「健康サポート事業」を実施します

昨年度に引き続き、特に医療費が高額となりやすい63歳から73歳の組合員と被扶養者の方々を対象に、保健師・看護師等の資格を持った専門のアドバイザーがご自宅に訪問して、これからの健康増進・疾病予防、将来の介護不安等について具体的なアドバイスをさせていただく「健康サポート事業」を実施します。



この事業は、共済組合が全額費用を負担して行いますので、対象者となる方々のご負担は一切ありません。ぜひ積極的にご活用ください。