

協会けんぽだより

まめだすか



令和5年4月号 vol.57

令和3年度「インセンティブ制度」の結果について

インセンティブ制度は、皆さまの健康づくり等への取組みに応じて、支部ごとにインセンティブ（報奨金）を提供し、都道府県別の健康保険料率に反映させる制度です。

取組みが他の都道府県よりも優れていれば健康保険料率が引き下げられます。

令和3年度の秋田支部の総合順位は、全国で**6位**となり、令和5年度秋田支部健康保険料率への影響は「**0.048%減**」となりました。

※インセンティブ制度の財源となる、全国の加入者・事業主のみなさまから一律にいただく保険料率は、段階的に引き上げられます。
(令和元年度実施分：0.007%、令和2年度実施分0.007%、令和3年度実施分：0.01%)

インセンティブ制度の5つの指標と令和3年度実績

指標 1 特定健診等の受診率

📌ポイント

生活習慣病予防健診のご利用、もしくは、健診結果データ提供の「同意書」をご提出ください
(詳しくは中面をご覧ください)

順位(前年度順位)

19位
(4位)

指標 2 特定保健指導の実施率

📌ポイント

保健指導のご案内が事業所に届いたら、該当者が保健指導を受けられるよう環境整備(日程調整・面談場所の調整)にご協力ください

1位
(8位)



指標 3 特定保健指導対象者の減少率

📌ポイント

生活習慣を見直してメタボリスクから抜け出しましょう

30位
(12位)

秋田支部の
課題項目



指標 4 医療機関への受診勧奨を受けた要治療者の医療機関受診率

📌ポイント

従業員の健診結果を把握し、「要治療」「要再検査」の方に対して医療機関を受診するよう勧めてください

34位
(26位)

指標 5 ジェネリック医薬品の使用割合

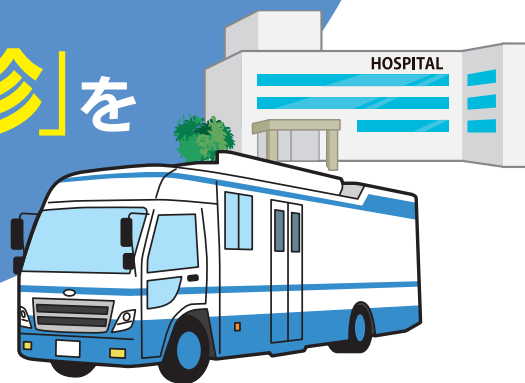
📌ポイント

ジェネリック医薬品を積極的に使用するよう、周りの方々へお声掛けをお願いします

6位
(10位)



協会けんぽの 「生活習慣病予防健診」を ご利用ください



協会けんぽでは、35歳～74歳の被保険者（ご本人）を対象に、「生活習慣病予防健診」を実施しています。定期健康診断（事業者健診）の検査項目を満たしていますので、ぜひご利用ください。



どんなメリットがあるの？

メリット①

健診費用の補助があります！

協会けんぽでは、年度内お1人様1回に限り健診費用の補助を行っていますが、令和5年4月より、生活習慣病予防健診等の自己負担額がさらにお安くなります。

例えば… 最高18,865円の健診費用

最高

5,282円の自己負担額に軽減

13,583円分を協会けんぽが補助します



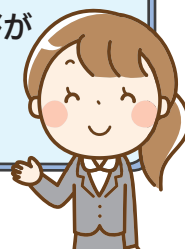
メリット②

がん検診がセットになった充実の検査内容！



- ◎ 5種類のがん検診をカバー！
- ◎ 労働安全衛生法に基づく
- ◎ 定期健康診断の受診が
- ◎ 不要になります
- ◎

※子宮頸がん検診、乳がん検診は、別途自己負担が必要です。



メリット ③

健診後のサポートとして、特定保健指導を “無料”で受けられます！

健診の結果、生活習慣の改善が必要と判断された方を対象に、特定保健指導のご案内をいたします。

生活習慣を改善するのは容易なことではありません。ぜひ健康管理のプロである保健師や管理栄養士のサポートを受けていただき、健康に向けて一歩踏み出してみませんか？

特定保健指導の受け方

例1

協会けんぽの保健師・管理栄養士がお勤めの事業所へ訪問し実施



例2

協会けんぽと契約している健診機関や薬局にて実施



例3

指導を受ける時間がない方や感染症が心配で対面式に抵抗がある方におススメです。

オンライン面談での実施



こんなお悩みを抱えている方はいませんか？

近くに健診機関がない

生活習慣病予防健診を受けたいけど希望する健診機関の予約がいっぱい

ぜひ、検診車による生活習慣病予防健診をご利用ください！

おひとり様よりご予約可能な、公共施設を会場とした集合型の健診です。

詳細は支部HP
をご覧ください



生活習慣病予防健診を利用されない方

定期健康診断結果データの提供に関する「同意書」を協会けんぽへご提供いただくことで、特定保健指導を“無料”で受けることができます！

詳細はこちら



たけのこのドライカレー

旬の食材を入れて
食感に変化をつけたドライカレーです。
市販のルーは使わず、ヘルシーに仕上げます。
カレーのピリッとした辛味を楽しみ、
ポジティブな気持ちにな리ましょう。



カロリー (1人分): 439kcal 塩分 (1人分): 1.9g

～材料(2人分)～

鶏ひき肉……………100g	(A)
たけのこ(茹)……………100g	オリーブオイル……………大さじ½
玉ねぎ……………½個(100g)	にんにく(すりおろし) 大さじ½
アスパラガス……………2本(40g)	しょうが(すりおろし) 大さじ½
カレー粉……………大さじ1	(B)
雑穀ご飯……………2杯	ケチャップ……………大さじ1
※雑穀ご飯は白米などで代用可。	味噌……………大さじ1
	塩……………少々

作り方



- 1 たけのこを1cm角に切る。玉ねぎをみじん切りにする。アスパラガスは下の部分の皮をピーラーでむき、2cmくらいの長さに切る。
- 2 フライパンに(A)を入れて弱火にかけ、良い香りがしてきたら、そこに玉ねぎを入れて炒める。玉ねぎが透明になったらひき肉を加え、火が通ったらたけのこアスパラガスも加えて炒める。
- 3 全体に火が通ったらカレー粉を加えてまんべんなく行き渡らせ、(B)を加えて味を調える。器に雑穀ご飯とカレーを盛りつける。

【レシピ考案・監修】 管理栄養士 柴田 真希

各種申請書(届出書)ご提出の際は“新様式”をご使用ください

お手続きの際は、新様式の申請書(届出書)をご使用ください。

旧様式の申請書(届出書)で申請された場合、事務処理等に時間を要してしまう場合がございますので、ご注意くださいようお願いいたします。

申請書(届出書)入手方法

新様式の申請書(届出書)は、協会けんぽのホームページよりダウンロードいただけます。

また、印刷環境のない場合は、恐れ入りますが協会けんぽ都道府県支部へ申請書(届出書)の郵送をご依頼ください。

《問い合わせ》業務グループ 018-883-1800

ダウンロードはこちら▶



編集後記

皆さんは、春といえば何を思い浮かべますか？

私は、定番ではありますが桜を思い浮かべます！

今年は、例年に比べて開花時期が早まっていますので、桜が散ってしまう前にお花見しようと思います！

みなさんもそれぞれの春を楽しんでみてください！

(すずき)

発行元・お問い合わせ



全国健康保険協会 秋田支部

協会けんぽ

〒010-8507
秋田市旭北錦町5-50
シティビル秋田2階

電話：018-883-1841
FAX：018-883-1451

■協会けんぽホームページ■
<https://www.kyoukaikenpo.or.jp/>

