



特定保健指導を受けて メタボを改善しよう!

メタボリックシンドロームとは?

内臓脂肪の蓄積により、**高血圧・高血糖・脂質異常症**などが重複した状態のことです。

自覚症状はほとんどないものの、放っておくと動脈硬化が急速に進行し、**心臓病や脳卒中の発症リスクが高まります。**

生活習慣を改善することにより予防・状態を改善することができますが、1人ではなかなか難しいという方が多いです。



そこで!

協会けんぽでは、健診結果に基づき、メタボリックシンドロームのリスクのある方に**特定保健指導を無料で実施**しています。

健康管理の専門家である保健師・管理栄養士が面談(訪問)し、生活習慣改善のためのサポートをさせていただきます。

【特定保健指導の流れ】

① 案内が届く

健診受診後(2~3か月後)事業所様に「保健指導のご案内」が届きます。

※保健指導実施機関によって案内方法が異なる場合があります。

② 日程調整

事業所のご担当者様は、面談の希望日を電話やFAX等でご連絡ください。

※業務調整、面談場所の確保にご協力お願いいたします。

③ 面談実施

保健師・管理栄養士が生活習慣改善のサポートを行います!

※健診当日に保健指導を受けることができる健診機関もあります。

※ICT(テレビやタブレット等を用いた通信技術)を活用した遠隔面接も実施しております。

※土日や業務時間外での実施も対応できる場合がありますので、ご相談ください。

健康に毎日を過ごすために、ぜひ保健指導をご利用ください。



詳しくはこちら▼



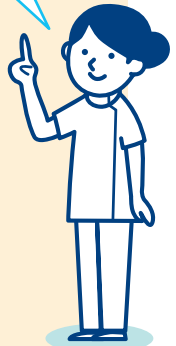
お問い合わせ先

保健グループ TEL 043-382-8313

退職後の保険証は必ずご返却ください！

- 月の途中で退職なので、月末までは使えるはず
- 新しい保険証がくるまでは今までの保険証が使えるはず
- 返却するように言われるまでは使えるはず

- ☑ 保険証が使えるのは退職日まで！
- ☑ 通院中の方は保険証が変わることを医療機関・薬局に伝えましょう



保険証が使用できるのは退職日までです。

退職される従業員とご家族分、全員分の保険証回収をお願いします。

資格喪失後の保険証の使用は、本来協会けんぽが負担する必要のない医療費を負担することとなるため、健康保険料率の増加に大きな影響を及ぼします。

医療費の適正化のため、資格喪失後の**保険証の速やかな回収・返却**にご協力ください。

※保険証の回収および返納は事業主の義務です。(健康保険法施行規則第51条)

※保険証の回収ができない場合、退職された従業員の方へ返納の催告を行うことがありますので、予めご了承ください。



退職等で資格喪失後に医療機関等で保険証を使用した場合、協会けんぽが負担する医療費(総医療費の7割もしくは8割)を返還していただくこととなりますのでご注意ください。

〈保険証回収後のお手続き〉

被保険者（退職者）



被扶養者(ご家族)分も併せて
保険証を事業所に返納

※速やかに

事業所



保険証と資格喪失届を日本年金機構
(事務センターもしくは管轄の年金事務所)に提出

※退職後5日以内

※保険証が添付できない場合は、日本年金機構へ「被保険者証回収不能届」の添付が必要となります。

※「被保険者証回収不能届」を提出された場合は、後日退職された従業員の方へお電話で保険証の返却について連絡させていただきます。



詳細はこちら▼



お問い合わせ先

レセプトグループ TEL 043-382-8314



全国健康保険協会 千葉支部

協会けんぽ

〒260-8645 千葉市中央区新町3-13 日本生命千葉駅前ビル2階

TEL 043-382-8311(代表)



申請書はすべて協会けんぽのホームページからダウンロードできます。



お手続きは郵送をご利用ください



ご退職される方・扶養からはずれる方の保険証は速やかに返納ください。