

事業主・加入者のみなさまへ

2023年

6月
号

協会けんぽ栃木支部からのお知らせ

～職場内での回覧、掲示をお願いいたします～

各種申請書の新様式への 早期切り替えにご協力お願いいたします



令和5年1月より協会けんぽの各種申請書(届出書)は様式を変更しています。
今回は、限度額適用認定申請書によくある記入もれ・記入誤りが多い箇所を解説いたします。

限度額適用認定申請書

健康保険 限度額適用認定 申請書

限

入院等で医療費が自己負担限度額を超えそうな場合にご使用ください。なお、記入方法および添付書類等については「記入の手引き」をご確認ください。

被保険者情報	被保険者証	記号(左つめ)	番号(左つめ)	生年月日
	氏名 (カタカナ)	姓と名の間は1マス空けてご記入ください。濁点(・)、半濁点(゜)は1字としてご記入ください。		
	氏名			
	郵便番号 (ハイフン除く)			
	住所	都 道	府 県	

！被保険者情報の記入誤り

認定証をご使用の方が被扶養者の場合でも、こちらの欄は**被保険者の情報**をご記入ください。

認定対象者欄	氏名 (カタカナ)	姓と名の間は1マス空けてご記入ください。濁点(・)、半濁点(゜)は1字としてご記入ください。
	生年月日	1. 昭和 2. 平成 3. 令和

！認定対象者の記入もれ

認定証をご使用の方の氏名(カタカナ)、生年月日をご記入ください。
被保険者が認定対象者の場合も必ずご記入ください。

送付希望先欄	郵便番号 (ハイフン除く)	都 道	府 県
	住所	府 県	
	宛名		

協会けんぽからのお願い

旧様式で申請された場合、事務処理等にお時間を要しますので、新様式のご使用をお願いいたします。

なお、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、協会けんぽ栃木支部へ郵送をご依頼いただくことでもご入手いただけます。

申請書の
ダウンロードは
こちら▼



健診は、受けた後が大切です！

対象となられた方は、特定保健指導を受けましょう！



特定保健指導とは

健診の結果、生活習慣病のリスクが高く、生活習慣の改善で予防が期待できると判定された方に対し、生活習慣病発症を防ぐため、保健師や管理栄養士が食事・運動などの生活習慣の改善をサポート・アドバイスするものです。健康に関するセルフケアができるように、寄り添って一緒に生活習慣の改善を行います。

重篤な生活習慣病を引き起こす前に、保健師や管理栄養士とともに早期に生活習慣の改善に取り組みましょう！

40歳以上の方で、下記に該当した方が対象になります。

以下のいずれかに該当した場合

腹囲

男性 85cm 以上
女性 90cm 以上

BMI

25 以上



以下のリスク※のいずれかに該当した場合

血糖

空腹時血糖 100 mg /dl 以上
または HbA1c 5.6% 以上

脂質

中性脂肪 150 mg /dl 以上
または HDL コレステロール 40 mg /dl 未満

血圧

収縮期血圧 130mmHg 以上
または 拡張期血圧 85mmHg 以上

- ※ 保有するリスクの数と喫煙の有無によってサポート内容（動機付け支援、積極的支援）が変わります。
- ※ 高血圧・糖尿病・脂質異常症の治療に係る薬を服用されている方は保健指導の**対象とはなりません**。健診時の問診票で確認しますので、正確にご記入ください。

特定保健指導の流れ・受け方

① 目標と行動計画の設定 (初回面談)

ライフスタイルや体調に合わせて、生活習慣の改善に向けた目標・行動計画を一緒に考えます。

② 行動計画の実践

保健師または管理栄養士とともに、目標・行動計画に沿って3～6か月かけて生活習慣の改善に取り組めます。

③ 目標達成のチェック

減量等の目標を達成できたかを振り返ります。今後の健康づくり、維持についてもアドバイスを受けられます。

● 特定保健指導の対象となった場合、次のいずれかの実施方法でご案内いたします。

協会けんぽの保健師・管理栄養士による実施

協会けんぽの保健師・管理栄養士が直接お勤め先に伺います。受診の2～3か月後に事業所様にご案内が届きます。お手数ですが、事業所のご担当の方は日程調整等ご協力をお願いいたします。

健診機関による実施

健診を受診した健診機関で保健指導を受けることが出来ます。健診当日に保健指導の案内をする場合がございます。(健診機関によっては、保健指導を受けられない場合もございます。詳しくは健診機関にご確認ください。)

外部専門機関による実施

栃木支部では、保健指導の実施を外部専門機関に委託しております。外部専門機関から、事業所様またはご本人様あてにご案内が届きます。リモート面談にも対応しておりますので、時間や場所を選ばずに保健指導を受けていただくこともできます。

お問い合わせ先 保健グループ 028-616-1695



全国健康保険協会 栃木支部
協会けんぽ

〒320-8514 宇都宮市泉町6-20 宇都宮DIビル7階
TEL.028-616-1691 (代表)

- 保険証・健康保険給付・任意継続 …… TEL.028-616-1693
- 健診・特定保健指導 …… TEL.028-616-1695
- レセプト・医療費のお知らせ …… TEL.028-616-1694
- 保険料率・ジェネリック医薬品 …… TEL.028-616-1692

毎月配信
登録料無料

★お役立ち情報満載★
メルマガにご登録ください

協会けんぽ栃木支部は、メールマガジンを活用した皆さまの健康づくりに取り組んでいます。健康保険に関する情報や日々健康に過ごすためのお役立ち情報などをメールでお届けします。どなたでもご利用いただけますので、この機会にご活用ください。右の二次元コードを読み取ってご登録ください。



ホームページアドレス

<https://www.kyoukaikenpo.or.jp/shibu/tochigi/>

協会けんぽ 栃木

検索