

協会けんぽ 香川支部からのお知らせ

職場内で掲示・回覧ください。



特定保健指導を利用しましょう

協会けんぽでは、生活習慣病予防健診から生活習慣病の発症リスクが高く、生活習慣の改善が必要と判定された40歳～74歳の方に特定保健指導を実施しています。



Q 特定保健指導って何？



A 生活習慣を見直すためのプログラムです。

適切な食事・運動などを心掛け、生活習慣を見直すことにより内臓脂肪を減らし、将来の病気を未然に防ぐことを目的としています。

保健師・管理栄養士などの専門家からメタボリックシンドロームのリスクに応じた支援を受けられます。



対象となられた方には、協会けんぽからお勤め先を通じてご案内があります。
この機会を通じて健康について再確認してみましょう。

健診日当日に健診機関で特定保健指導(無料)をご利用いただけます。
今まで特定保健指導を利用できていない事業所の方や、協会けんぽの保健師等が訪問時にお会いできなかった方はぜひご利用ください。



お知らせ

事業所訪問だけでなく、Zoomを使ったリモート面談も実施しています。
ご希望の事業所様は、特定保健指導案内時にお申し出ください。

年末年始営業日のご案内

年内は令和3年12月28日(火)17:15まで、年始は令和4年1月4日(火)8:30からとなります。
ご不便をおかけしますが、ご理解のほどよろしくお願いいたします。

12/28(火)	29(水)	30(木)	31(金)	1/1(土)	2(日)	3(月)	4(火)
営業	休業						営業

健診の結果、「要精密検査」・「要再検査」と判定された方は、早めに医療機関を受診しましょう!

自覚症状があまりないため放置されやすく、重症化しやすいのが「高血圧」と「高血糖」です。
以下の基準に1つでも当てはまる方は、早めに医療機関を受診してください。



高血圧

収縮期血圧160mmHg以上
拡張期血圧100mmHg以上

- 脳梗塞 ●脳出血
- 心筋梗塞 ●狭心症
- 腎硬化症 ●眼底出血 など



高血糖

空腹時血糖126mg/dl以上
HbA1c6.5%以上(NGSP値)

- 神経障害 ●網膜症
- 腎症(人工透析など)
- 脳梗塞 ●心筋梗塞 など

かかりつけの内科医など受診しやすい医療機関で受診してください。

※今年度まだ健診を受けられていない方は、お急ぎください!
協会けんぽでは、皆さまの健康保持・増進を目的に、年度に1回、
健診費用を補助しています。令和4年3月31日までに受診しましょう。



生活習慣病予防健診実施機関が増えました

令和3年10月から

高松内視鏡診断クリニック(高松市福岡町)
☎087-821-8877



健診実施機関の確認はこちらから

協会けんぽ香川 健診機関

Q 検索



全国健康保険協会 香川支部
協会けんぽ

各種申請書は郵送でご提出ください

〒760-8564
高松市鍛冶屋町3 香川三友ビル7階 087-811-0570

香川支部
ホームページトップ



香川支部公式
YouTubeアカウント



健康保険委員
(香川)



メルマガ募集

