

# 埼玉だより

職場内で掲示・回覧をお願いします



## 年に1度は健診を！ 令和6年度 健康診断のご案内

令和6年度の健康診断のご案内を、下記のとおり発送いたします

35歳～74歳の被保険者（ご本人）様はこちら！

### 生活習慣病予防健診のご案内

発送時期：令和6年3月下旬から順次  
送付先：事業所宛

※同封されている健診対象者一覧を確認し、**健診実施機関に直接予約申込み**を行ってください。

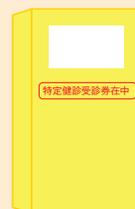


40歳～74歳の被扶養者（ご家族）様はこちら！

### 特定健康診査のご案内

発送時期：令和6年4月から順次  
送付先：被保険者（ご本人）様のご自宅宛

※被保険者（ご本人）様のご自宅に尋ねあたらず返送された特定健康診査受診券（セット券）については、事業所宛にお送りします。被保険者（ご本人）様を通じ、被扶養者（ご家族）様のお手元に届くようご協力をお願いします。



健康診断に関するお問い合わせ先：保健グループ TEL：048-658-5915

### 退職後の健康保険

## 任意継続制度についてのご案内

74歳までの被保険者（ご本人）様が退職で健康保険の資格を喪失した場合、ご自身で健康保険の加入手続きが必要となります。協会けんぽの被保険者（ご本人）様が退職した場合、退職後の健康保険の選択肢の一つに、任意継続制度があります。



### 加入要件があります！

任意継続制度の加入条件等について、詳しくは協会けんぽのホームページをご覧ください▶



### 申請書の記入動画配信中！

申請書の記入動画をYouTubeで配信しております▶



任意継続制度をご利用される場合、**「任意継続資格取得申出書」**の提出が必要です。

（退職してから20日以内）

申請書ダウンロードはこちらから▶



### 事業主様へのお願い

任意継続制度の保険証は、日本年金機構から提供される資格喪失データを確認してからの交付となります。そのため、被保険者資格喪失届は従業員の退職後5日以内に日本年金機構へご提出ください。

※退職日が確認できる書類（退職証明書等）を添付することにより、資格喪失データの確認ができなくても、保険証の交付をすることも可能です。

健康づくり  
サポート

# 従業員の「健康」が事業所を支える！ 特定保健指導でサポートします



健診後、特定保健指導の案内が届いた方は生活習慣病のリスクがある方です。  
症状を悪化させないためにも、特定保健指導をご利用ください！

## Q1 特定保健指導ってどんなことをするの？

生活習慣改善が必要な方へ健康づくりの専門家（保健師等）が生活状況等を伺います。  
食事・運動習慣の改善につながるよう、健康づくりのサポートをします。

## Q2 どんな人が特定保健指導を受けるの？

健康診断結果をもとにメタボリックシンドロームのリスク数を確認します。

STEP  
1

腹囲 男性85cm以上  
女性90cm以上

または

BMI  $\geq 25$

STEP  
2

①血糖

②脂質

③血圧

+

喫煙歴\*

※①～③のリスクが1つ以上ある場合にカウント

- ①血糖 … 空腹時血糖100mg/dl以上またはHbA1c5.6%（NGSP値）以上
- ②脂質 … 中性脂肪150mg/dl以上またはHDLコレステロール40mg/dl未満
- ③血圧 … 収縮期血圧130mmHg以上または拡張期血圧85mmHg以上

STEP 1 に該当し、STEP 2 で追加リスクが1つ以上ある場合、対象となります。



## Q3 費用はかかるの？

**無料**でサポートしますので、ご安心ください。

## Q4 どのような面談方法があるの？

事業所への訪問だけではなく、パソコン、スマートフォン、タブレット等を用いる**遠隔面談も可能**です。  
ぜひご相談ください。

## 健康診断事務ご担当者様にお願いしたいこと

特定保健指導を受けていただきたい従業員様がいらっしゃる事業所には、ご案内をお送りします。  
対象の従業員様にお知らせいただき、特定保健指導の日程調整をお願いします。

事業所あてに特定保健指導  
のご案内が届く



日程調整のご連絡※



特定保健指導を実施



※協会けんぽの保健師・管理栄養士、外部委託機関（健診を受診された医療機関・保健指導専門業者）が、特定保健指導を実施します。  
従業員様の健康のため、ご協力をお願いします！

特定保健指導に関するお問い合わせ先：保健グループ TEL 048-658-5915



全国健康保険協会 埼玉支部  
協会けんぽ

〒330-8686 埼玉県さいたま市大宮区錦町682-2 大宮情報文化センター（JACK大宮）16階  
電話（代表）048-658-5919

毎月発行・無料

ご登録はこちらから↓

メールマガジン  
「彩メール」

健康保険や健康づくりに関する  
タイムリーな情報をお届け

