



令和8年  
**6**  
月号

協会けんぽ

**岡山**

Japan Health Insurance Association OKAYAMA

けんぽクイズ Q  
Kenpo Quiz

問題

6月の紫外線量はどの時期と同じくらいでしょう？

A 2月~3月

B 7月~8月

こたえは裏面へ



職場内で回覧  
してください！

健康保険に関するタイムリーな話題をお届け！

## 健診を受けた後の行動こそが大切です！

時間が経つほどリスク増！従業員の皆さまの健康づくりにご協力ください！

### ▶ 従業員の皆さまの健診結果はいかがでしたか？

#### 生活習慣の改善が必要

事業所を通じて  
健康サポート（特定保健指導）の  
ご案内をお送りいたします！

#### 対象者

健診を受けた40歳以上の方

腹囲

男性 85cm以上

女性 90cm以上

OR

BMI

25以上

血圧

血糖

脂質

喫煙

#### 「要治療」「要精密検査」

従業員さまのご自宅に  
「健診受診後の大切なお知らせ」  
をお送りいたします！

#### 対象者

血圧

収縮期血圧 160mmHg以上

拡張期血圧 100mmHg以上

血糖

空腹時血糖 126mg/dL以上

HbA1c 6.5%以上 (NGSP値)

脂質

LDL (悪玉) コレステロール 180mg/dL以上

肺がん検診  
(胸部レントゲン検査)で  
要治療・要精密検査と  
なった方にも  
受診勧奨はがきを  
お送りいたします！



従業員の皆さまが、健康で元気に働き続けることができるよう  
事業主さまからもお声がけをお願いします♪

## 保険料率が下がる!? 協会けんぽのインセンティブ制度とは?

加入者さまおよび事業主の皆さまの5つの取り組みを都道府県ごとに点数化、  
順位付けし、上位15支部の2年後の保険料率を減算する制度です！

※今年度の取り組みは、令和10年度の保険料率に反映されます。

事業主の皆さまへ 岡山支部の順位を上げるために、  
進めていただきたい2つの取り組み

令和6年度の総合順位は

**22** 位

インセンティブ  
制度の詳細に  
ついてはこちら

### 1 健診を受けられた方へのフォロー

健診受診後に健康サポート（特定保健指導）のご案内が届いた方へは、時間の確保や場所の提供などをお願いします。また健診結果で、「要治療」「要精密検査」の判定を受けられた方へは、医療機関への受診勧奨をお願いします。

### 2 ジェネリック医薬品の利用促進

従業員の皆さまに、医療機関でお薬が処方される際には、積極的にジェネリック医薬品を利用いただくよう周知をお願いします！



# ご家族さまにも健康づくりを!



ご家族(被扶養者)さま対象の集団健診を各地域の商業施設や公共施設等で順次実施します!  
ぜひご家族さまに受診をお勧めください。

## ▶ ご家族さま向け集団健診

内容

- ①身体計測 ②血液検査  
③血圧測定 ④尿検査 など

対象者

**40歳~74歳**の  
協会けんぽ加入のご家族(被扶養者)さま

※集団健診のご案内は、協会けんぽ岡山支部ホームページに掲載します。  
また、対象の方へDMをお送りしておりますので、DMのハガキにてお早めに申し込みいただくようお願いいたします。

費用

**0円**

お一人さまにつき  
年度内1回限り

特定健診検査項目以外にも  
無料で受けられる  
検査や特典をご用意!

詳しくは  
こちら



毎年の健診受診で健やかな暮らしをこれからもずっと!



# 整骨院・接骨院のかかり方

柔道整復師(整骨院・接骨院)にかかる場合、健康保険の対象となる場合と、ならない場合があります。「健康保険が使える」と説明を受け受診されても、保険適用外の場合は治療費を返還いただくこととなりますのでご注意ください。

## 健康保険の対象となる場合



打撲



捻挫



挫傷  
(肉離れなど)



骨折・脱臼



同意書

骨折・脱臼については医師の同意が必要(応急処置を除く)

## 健康保険の対象とならない場合



- 肩こり、筋肉疲労
- リラクゼーション目的のマッサージ
- 病気(神経痛・リウマチ・ヘルニア)などからくる痛み、こり
- 仕事中や通勤途上に起きた負傷

## ▶ 整骨院・接骨院にかかるときの5つの注意事項

1

負傷の**原因**を  
正しく伝えましょう



2

療養費支給申請書の  
内容をよく確認し、  
**委任欄は必ず自分で**  
記入しましょう



3

領収証を  
もらいましょう



4

治療が**長引く**場合は  
一度医師の診断を  
受けましょう



5

「**ついで**」受診\*は  
健康保険の  
支給対象外です

\*「ついでに他の部分も」や  
「家族に付き添ったついでに」  
といった受診のこと



ご確認ください!

詳しくは  
こちら



【けんぽクイズ】こたえ：㊦ 7月~8月

6月は梅雨で曇りの日が多い印象ですが、紫外線量は真夏とほぼ同じレベルです。特に晴れ間の日強いので、油断せず日焼け対策を心がけましょう。



全国健康保険協会  
岡山支部

☎ 086-803-5780 (代表)

【受付時間】8:30~17:15 (土・日・祝・年末年始を除く)  
〒700-8506 岡山市北区本町6-36 第一セントラルビル1号館8階

ホームページ



LINE



メルマガ



タイムリーな情報をお届け!

スマホやパソコンで  
気軽に楽しんでいただける  
健康情報を月2回配信中!  
健康に関するコラムや  
お役立ち情報をお届け!