

健診受診後はぜひ特定保健指導をご利用ください！

協会けんぽでは、健診の結果、メタボリックシンドロームのリスクのある方を対象に、健康づくりの専門家である保健師または管理栄養士による健康サポートを実施しています。

健診を受けた後、健診結果をご確認いただき、生活習慣の改善が必要な方は、適度な運動やバランスの良い食事、禁煙等の生活習慣の見直しに取り組むことが大切です。

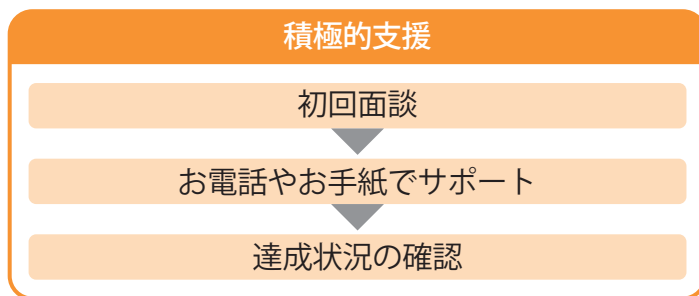
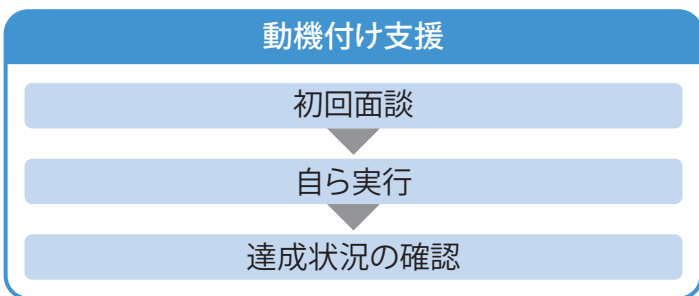
健康づくりの専門家である保健師または管理栄養士が
生活習慣の見直しに向けた取り組みを
サポートします！

特定保健指導について詳しくはこちら



特定保健指導の
案内が届きましたら、
ぜひご利用ください

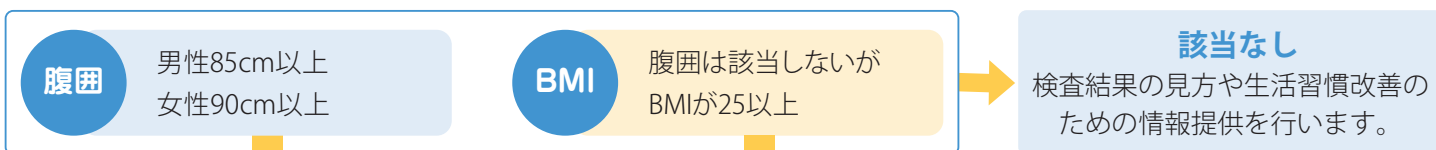
◎特定保健指導のイメージ図



動機づけ支援、積極的支援の対象はどのように決まるの？

以下のフローチャートのとおり、内臓脂肪の蓄積度合や追加リスク数によって動機付け支援か積極的支援かが決まります。

STEP.1 内臓脂肪蓄積のリスク判定



STEP.2 追加リスク数の判定

血 圧	収縮期血圧値 (上の血圧) 130mmHg以上、または拡張期血圧値 (下の血圧) 85mmHg以上
脂 質	空腹時中性脂肪値150mg/dL以上 (やむを得ない場合は随時中性脂肪値175mg/dL以上) またはHDLコレステロール値40mg/dL未満
血 糖	空腹時血糖値 (やむを得ない場合は随時血糖値) 100mg/dL以上、またはHbA1c5.6% (NGSP値) 以上
喫 煙	上記3つのうち1つでも当てはまる方はカウントされます

該当する項目数 ↓ 特定保健指導の対象者となります ↓ 該当する項目数



給付金の申請等に電子申請サービスがご利用できます！

これまで「紙」の申請書によって行われていた各種申請手続きについて、スマートフォンを利用して申請することができる「電子申請サービス」を開始しています。

傷病手当金や任意継続の手続きは、「けんぽアプリ」からの「電子申請」が便利です。ぜひこの機会に、安心で便利な「電子申請サービス」をご利用ください。

電子申請サービスのメリット

安心

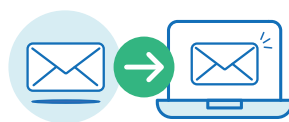


システムチェックにより、記載漏れなどのミスが防げます。



制度の詳細やよくある質問を画面上で確認しながら入力できるため、正確に申請ができます。

便利



郵送などにかかっていた手間、時間、費用が削減できます。



パソコンやスマートフォンから申請後の処理状況が確認できます。

電子申請対象書類

傷病手当金支給申請書、任意継続資格取得申出書、特定健康診査受診券（セット券）申請書など、ほぼすべての申請が可能です。

電子申請をご利用いただけない申請もございます。対象の申請等、電子申請についてはこちら



利用対象者（事業主の方はご利用いただけません）

被保険者、被扶養者（一部申請に限る）、社会保険労務士（保健事業は除く）

「電子申請」は「けんぽアプリ」からが便利です！

「けんぽアプリ」のインストールはこちらから

Android



iOS



ご利用方法

4ステップでカンタン申請

STEP 1



ウェブサイトまたはアプリからログインしてご希望の申請書を選択

STEP 2



マイナンバーカードを利用して協会けんぽの資格情報を取得

STEP 3



入力フォーマットに必要事項を入力し添付書類は電子ファイルをアップロード

STEP 4



申請手続き完了です！

