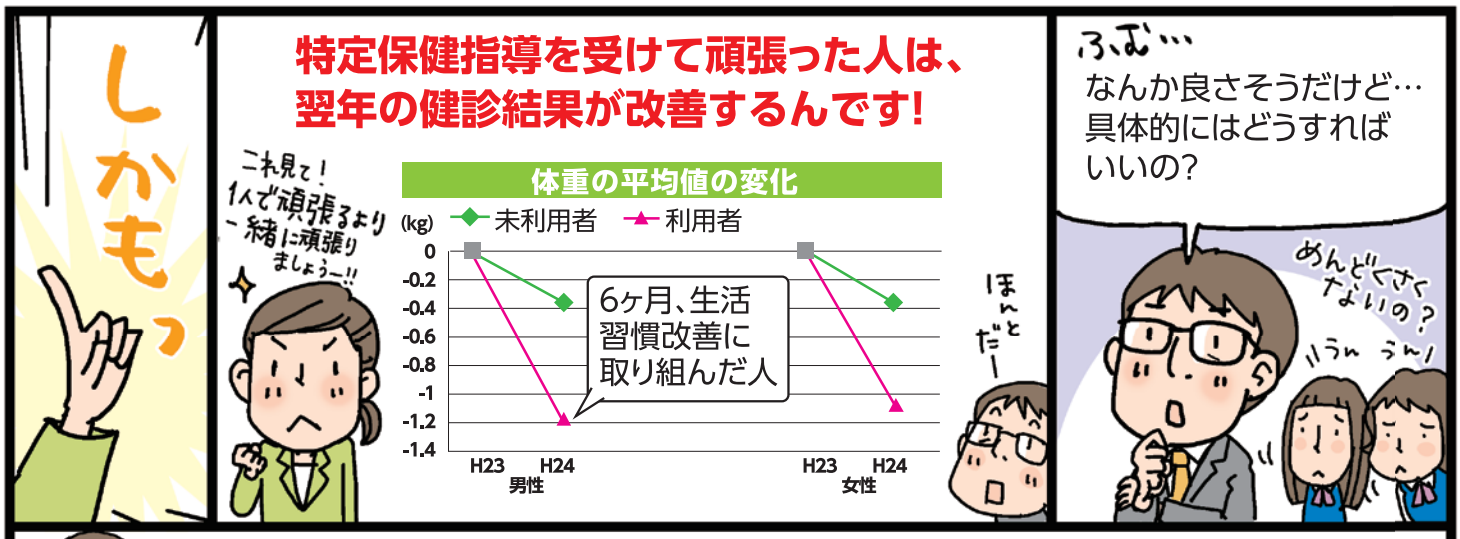
健診結果を活かすなら 協会けんぽの

特定保健指導で健康づくり

部長さん、活用しないなんて、もったいない！
特定保健指導というのはですね…

誰が？ 保健師や管理栄養士	つまり	良い生活習慣についての専門家が
誰に？ メタボリックシンドロームのリスクがある人	つまり	生活習慣を改善しないと将来的に命に関わるような病気にかかりやすい人に
何を指導？ 生活習慣の改善ポイントを具体的にアドバイス	つまり	ちゃんと実践できるように一人一人にあった指導をする

全国健康保険協会 茨城支部 協会けんぽ　茨城県　茨城労働局



特定保健指導の流れはこんな感じです

ご担当者さまにお手伝いをいただくのはここまでです。

① 協会けんぽから「保健指導実施のご案内」を送付します。

② お電話にて訪問日時などの調整を行います。

ここからは保健師等と対象者ご本人で連絡を取り合います。

③ 協会けんぽから保健師または管理栄養士が訪問します。

初回面談で生活習慣を振り返り、ライフスタイルにあった具体策や目標を一緒に考えながら設定します。

④ 3ヶ月以上の支援を実施します。

生活習慣の改善状況をヒアリングして、不安が残る場合はその後も継続してサポートします。

⑤ 評価を実施して終了します。

良い生活習慣が身につき、維持できるようになったら終了です。

他にも、社員の健康づくりに関することはいつでもお声がけください!

ここ、いやしかしここ、まだ何かここここ

確かに、良さそう。だけど…そんなにトントン拍子にいく?

まだちょっと信じられないなあ…

そうよ!そんなにうまくいくなら苦労はしないわ!

そうな

私いろいろ誘惑に弱いからー

大丈夫!つまずきにくい目標を一緒に立てるんですっ!!

目標は一人一人に合わせて設定するんです!

なるべく階段を使う

とか

甘い飲み物は控える

とか

腹囲と体重ー2cm、ー2kg

とか

おー

しかも!

3ヶ月以上にわたって、保健師・管理栄養士が電話や手紙でサポート!頑張った結果は、血液検査(無料)で確認することもできます!

できそう!!

一人じゃないんだ!!

至れり尽くせり!!

頑張った結果が分かるってうれしいよねーっ

さらに!

社員の健康づくりに積極的に取り組む会社をサポートする仕組みがあります！！

具体的には…

健康づくりの取り組みが評価されます

インセンティブ制度

加入者及び事業主の健康づくりの取り組み結果を、都道府県単位で順位付けし上位となった都道府県にインセンティブ（報奨金）が付与され保険料率が引き下げられる制度です。

優秀な健康経営事業所を認定

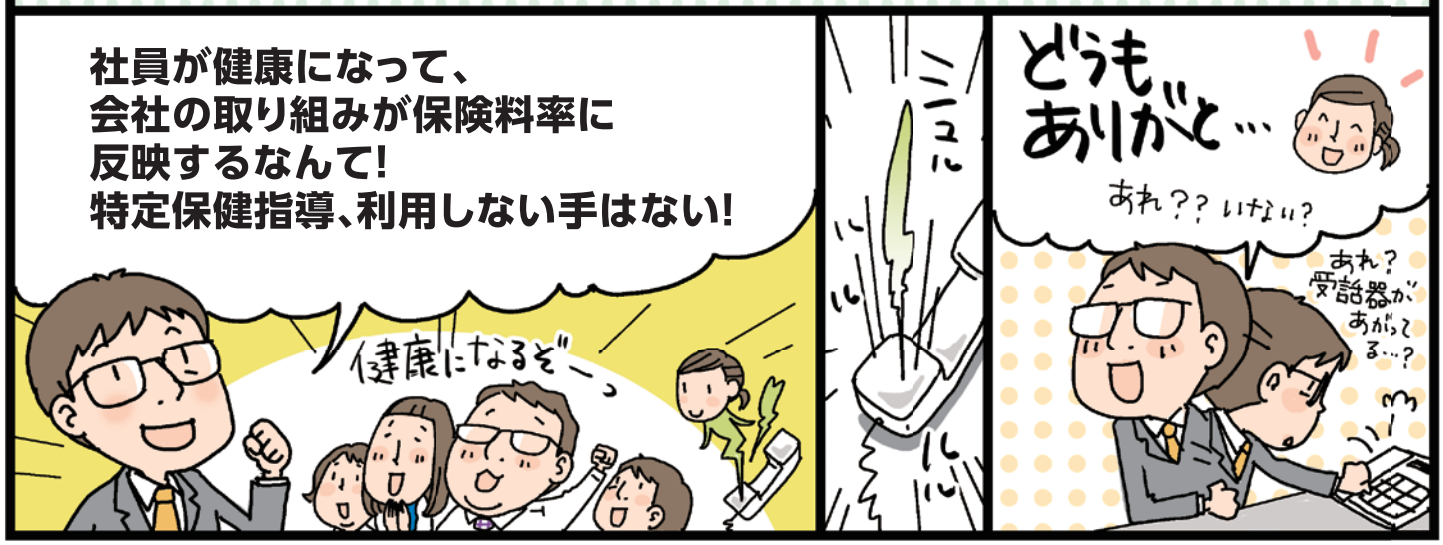
いばらき健康経営推進事業所認定制度

平成30年10月にスタートした茨城県の認定制度。協会けんぽ茨城支部から「健康づくり推進事業所」と認定された事業所が申請できます。従業員を大切にしている事業所として県がPRします。

「産業保健センター」もご活用ください！

厚生労働省の産業保健事業を実施している「茨城産業保健総合支援センター」です。メンタルヘルス対策・ストレスチェックの実施方法や、治療と仕事の両立支援の相談窓口があります。

TEL 029-300-1221



協会けんぽの特定保健指導や健康相談の機会をぜひお役立てください。

お問い合わせ

全国健康保険協会 茨城支部 保健グループ
協会けんぽ

ホームページアドレス https://www.kyoukaikenpo.or.jp/shibu/ibaraki/

住所 〒310-8502 水戸市南町 3-4-57 水戸セントラルビル TEL 029-303-1584

©株式会社社会保険出版社
禁無断転載

UD FONT

リサイクル適性Ⓐ
この印刷物は、印刷用の紙へリサイクルできます。

グリーン購入法
適合印刷物です