

対象者になったら必ず受けよう！活かそう！

生活習慣を少し見直すだけ

特定保健指導は健康キープのパートナー



具体的には

3ヶ月以上にわたって専門家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！



裏面へ▶▶



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
「特定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。**

日程調整も場所調整も
ご都合に合わせてます！
※WEB面談も可



**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。

無理なく続けられるよう
それぞれにあった具体策
を考えます



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。

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。

結果が出る秘訣は
継続的なサポート
にあるんだね



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。

次回の
健診結果が
楽しみ!



さらに!!

会社の健康づくりに関する
取り組みが保険料率に反映
されるインセンティブ制度*
などの仕組みもあるんです

*インセンティブ制度とは
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の引き
下げにつながる制度です。

社員が健康になって、
会社の取り組みが保険料率に
反映されるなんて!
**特定保健指導、
利用しない手はない!**

健康に
なるぞー



よーしみんな!!
対象者は!!
ありがとうございます
一緒にがんばり
ましょ

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