



冬の集団特定健診のご案内
～被扶養者(ご家族)の方にお声がけください～

生活習慣病予防健診を受診しましょう!
～令和6年度最後のご案内～



年末年始営業日のご案内

12/27 (金)	28 (土)	29 (日)	30 (月)	31 (火)	1/1 (水)	2 (木)	3 (金)	4 (土)	5 (日)	6 (月)
営業	休業									営業

特定保健指導を利用しましょう!

健診でメタボのリスクが高いと判断されたら、保健師や管理栄養士から生活習慣の改善や健康づくりに関するアドバイスやサポートを受けることができます。継続できたら3ヶ月後にステップアップ検査(血液検査、尿検査)を無料で受けることもできます。

● 動機付け支援(メタボのリスクが出始めた方)

まずは、面談で保健指導を受けます。生活習慣をどのように改善するかよく相談して、実行できる目標をたてましょう。3ヶ月経過後、成果を確認します。

● 積極的支援(メタボのリスクが重なり出した方)

最初に、面談で保健指導を受け、生活習慣改善のための行動目標と計画を決めます。実行できるように面談、電話、メールなどで継続的にサポートが行われます。

上手な医療のかかり方 ～「時間外受診」は本当に必要なときに～

夜間や休日に診察してくれる医療機関はとても心強い存在ですが、診療時間外に受診するときにはご注意ください。

- ① 診療時間外の受診は初診料や再診料が割増となる。
- ② 診療時間外は限られた治療しか受けられないことが多く、薬も最低限の日数分しか出せないため、あらためて平日の診療時間内に受診が必要になることがある。
- ③ 診療時間外に診療所を受診する場合や、薬局で薬を調剤してもらう場合、割増料金がかかることがある。

		8時	12時	14時	18時	20時	22時
平日の場合 ※時刻はあくまでも一例です	診療時間						
	割増料金	0円	+850円	0円	+500円	+850円	+4,800円

▲薬局は19時以降+400円

		8時	12時	20時	22時
土曜日の場合 ※時刻はあくまでも一例です	診療時間				
	割増料金	0円	+500円	+850円	+4,800円

▲薬局は13時以降+400円

本来、休日や夜間は緊急性の高い重症患者や入院患者に対応する時間帯です。
緊急性の高いとき以外は、極力平日・昼間に受診しましょう。

友達募集中!

香川支部
ホームページトップ



全国健康保険協会 香川支部
協会けんぽ

各種申請書は郵送でご提出ください

〒760-8564

高松市鍛冶屋町3 香川三友ビル7階

087-811-0570

(自動音声にてご案内しております。)

健康保険委員
(香川)

メルマガ募集

