

職場の皆さままで回覧をお願いします

保健事業の外部委託を実施しています

健康サポート（特定保健指導）の外部委託

健診結果に基づき、生活習慣の改善により生活習慣病の予防効果が大きく期待できる被保険者様に対し、保健師・管理栄養士による健康サポート（特定保健指導）を実施しています。健康サポートの利用拡大のため、業務の一部を以下の事業者へ委託しています。

健康サポートのご案内対象となられた場合、以下の事業者より、事業所あてに文書またはお電話にてご連絡させていただくことがありますので、ご了承ください。

また、事業所への訪問は土日や夜間も対応します。そのほか、お手持ちのパソコンやスマートフォンを利用したWEB面談も可能ですので、ぜひご活用ください。

委託
事業者

事業者名 株式会社ベネフィット・ワン

契約期間 令和6年5月～令和7年3月

所在地 東京都新宿区西新宿三丁目7番1号 新宿パークタワー



未治療者への受診勧奨の外部委託

健診の結果、**血圧・血糖・LDLコレステロール**のいずれかの数値が高く、治療や検査が必要な方に、医療機関への受診をお勧めするお知らせをお送りしています。

該当の方には、以下の事業者よりご自宅へ受診のお勧めが届く場合があります。また、電話で受診のお勧めをする場合もあります。

健診で治療や再検査を勧められたら、1か月以内に受診して治療が必要かどうかをご確認ください。

委託
事業者

事業者名 株式会社SMS（エス・エム・エス）

契約期間 令和6年5月～令和7年3月

所在地 東京都港区芝公園2-11-1 住友不動産芝公園タワー



健康サポートを受けてみよう！



詳しくはこちら



重症化予防も大事だよ！



詳しくはこちら



まずは3か月間、健康づくりに取り組んでみませんか？ ～「高知市いきいき健康チャレンジ2024」～

今年度から、**高知家健康パスポートアプリから申込と記録ができる**ようになりました。

【内容】 「チャレンジ目標(毎日体重を測る・毎日血圧を測る・毎日8,000歩(65歳以上6,000歩)以上歩く・週に2日の休肝日をつくる・禁煙をする)の中から1つを決め、3か月間の取組を毎日記録する」というもの。

【対象者】 20歳以上の方で高知市内在住もしくは高知市内在勤(※)の方
(※)高知市内在勤(高知市外在住)の方は、高知市内在住の方を1名以上含む職場のグループでの参加に限ります。高知市外在住の方は、高知家健康パスポートアプリから記録することができませんので、専用の記録ノートをご利用ください。(申込後にお渡します。)

※ 3か月チャレンジし、高知家健康パスポートアプリへの記録または専用の記録ノートを提出した方(75日以上記録必要)への特典

- 「高知家健康パスポート」ヘルシーポイント30ポイント進呈
- 協力店提供のプレゼント抽選への参加



【申込締切】 令和6年10月11日(金)

詳しくはこちら

【お問い合わせ先】 高知市健康増進課 ☎ 088-803-8005
詳細は**高知市健康増進課ホームページ**をご覧ください!



2024年12月2日に
保険証は廃止されます

今から使おう！マイナ保険証



詳しくは
こちら

マイナンバーカードで受診するための準備

1 マイナンバーカードをお持ちでない方は、まずはマイナンバーカードを取得

申請 ※以下から選択

1



スマホから パソコンから
オンライン申請

2



証明写真機
から

3



郵送

受け取り

- ①ハガキが届く
- ②受け取りに行く



詳しくはこちら



マイナンバーカード
総合サイト

2へ

2 マイナンバーカードをお持ちの方は保険証利用の申込み

マイナンバーカードを健康保険証として利用するには、申込みが必要です。 ※以下から選択

医療機関で

- ☑ 医療機関・薬局の顔認証付きカードリーダーから申し込みます



スマホから

- ☑ 下記3つを準備

- ①マイナンバーカード
- ②マイナンバーカード読取対応のスマホ
- ③アプリ「マイナポータル」のインストール

マイナポータル



iPhone



Android

STEP1 「マイナポータル」を起動する。

STEP2 「申し込む」をタップする。

STEP3 利用規約等に同意する。

STEP4 マイナンバーカードを読み取る。



セブン銀行ATMで

- ☑ 必要なものはマイナンバーカードのみ！

ATM画面

マイナンバーカードでの手続き

健康保険証利用の申込み



全国健康保険協会 高知支部
協会けんぽ

〒780-8501
高知市本町 4-1-24 高知電気ビル新館 2 階
☎ 088-820-6010 (代表)

