

職場の皆さままで回覧をお願いします

血圧・血糖が高い方に受診をお勧めしています

高知支部では、生活習慣病予防健診当日に、血圧・血糖が高めの方に、医療機関での再検査や治療をお勧めする事業を健診機関に委託しています。

受診を勧められたら、1か月以内に受診して、医師にご相談ください。



事業主の皆さまへ

従業員の皆さまの受診の後押しをお願いします



受診をお勧めする検査値

検査項目		基準値
血圧	収縮期血圧（上の血圧）	160mmHg 以上
	拡張期血圧（下の血圧）	100mmHg 以上
血糖	空腹時血糖	126mg/dL 以上
	HbA1c	6.5%以上

正常血圧と比べて、
脳出血や脳梗塞の
発症リスクが
5.2倍以上

人工透析の約4割は、
糖尿病性腎症が原因

早めに受診することで、将来の医療費の節約や病気による離職を防ぐことができます。
未受診の場合は、健診から約6か月後にご自宅へ医療機関受診をお勧めする通知をお送りします。

健診でわかったリスクを放置せず、

早期受診で健康な未来を手に入れましょう!!



受診勧奨委託機関

生活習慣病予防健診実施機関	所在地
JA 高知病院 JA 高知健診センター	南国市明見字中野 526-1
高知厚生病院	高知市葛島 1-9-50
三愛病院	高知市一宮西町 1-7-25
愛宕病院	高知市愛宕町 1-1-13
高知検診クリニック	高知市知寄町 2-4-36
高知県総合保健協会	高知市棧橋通 6-7-43
クリニック グリーンハウス	高知市上町 1-7-1
細木病院	高知市大膳町 37
高知西病院	高知市神田 317-12
須崎くろしお病院	須崎市緑町 4-30
森下病院	四万十市中村一条通 2-44

お問い合わせ先

全国健康保険協会高知支部 保健指導担当

☎ 088-820-6020（保健グループ直通）

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



高知支部での医療費適正化の取り組み

体重計に
のることから
始めよう

高知支部では「糖尿病発症予防」に向けた取り組みを強化しています。「糖尿病発症予防」にあたっては、**若年層から適正体重を維持していく**ことが大切です。この一環で高知県と協働して、若いうちから体重測定を習慣化してもらうよう、県内各地で広報などに取り組んでいます。まずは、体重計にのることから始めよう！



20歳から10kg以上体重が増加した人は、そうでない人に比べて、**2.2倍糖尿病を発症している**という結果が出ています。
(野口緑ら 大阪大学大学院医学系研究科公衆衛生学 2023 日本肥満学会で発表)

毎日体重をはかることの2つのメリット

肥満を予防

糖尿病を予防



焦る前に
ホームページを
チェック



ジェネリックエス
トしよう

高知支部では「ジェネリック医薬品の使用割合を可能な限り早期に80%に達成する」ことを目標に、ジェネリック医薬品の使用促進に関する取り組みを行っています。
特設サイトでは、ジェネリック医薬品に関するお役立ち情報や高知県内各地でのミニ動画等も公開しています。みんなでジェネリックをリクエストしよう！

ジェネリックエストの2つの知ってた？

効き目も安全性も
先発医薬品と
同等なのに安い！

飲みやすく
改良されている薬も！

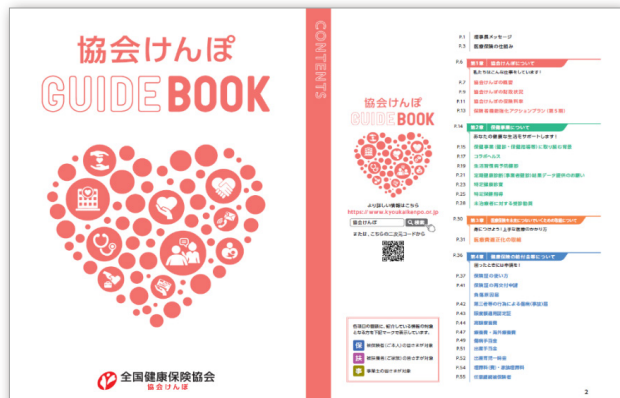


詳しくは
ホームページを
チェック



健康保険委員会のご登録をお願いします

健康保険委員とは、事業所と協会けんぽを結ぶパイプ役として従業員の方への周知広報や手続き等に関する相談対応のほか、健診をはじめとした健康保険事業の推進などにご協力いただいています。



協会けんぽからのお願い

- 事業所で1名様以上の被保険者様のご登録をお願いします。(会費等はかかりません)
- 委員の変更時には変更手続きをお願いします。

登録は
こちらから！



健康保険委員の特典

- 制度改正や健康づくりに関する情報誌をお届け
- 高知家健康パスポート グリーン1ポイントの二次元バーコードをプレゼント
- 協会けんぽ GUIDE BOOK を贈呈 など



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)

