

特定保健指導のご案内

協会けんぽでは、健康診断の結果から生活習慣病のリスクが認められた方に対し、保健師・管理栄養士による保健指導を**無料**で行っています。保健指導の目的は将来元気に過ごすため、自分の体の中で起こっている変化に気づいて頂くことです。ご案内があった方はぜひ、ご活用ください。
(被扶養者様は一部有料の場合があります)

対象となる方

40～74歳の方で下記の中からリスクに応じてご案内いたします。

腹囲とBMI

腹囲：男性85cm以上
女性90cm以上
BMI 25以上

高血圧

収縮期血圧(最大血圧)
130mmHg以上、または
拡張期血圧(最小血圧)
85mmHg以上

高血糖

血糖(空腹時/随時)
100mg/dl以上、または
HbA1c(NGSP)5.6%以上

高脂血症(脂質異常症)

中性脂肪150mg/dl以上
または、HDLコレステロール
40mg/dl未満

喫煙

あり

保健指導実施の流れ

案内の送付

- 健診後、事業所様に保健指導の対象者の名簿を送付いたします。

面談セッティング

- 事業所様と協会担当者で面談日時を決定します。面談は訪問以外にもテレビ電話を用いて行う方法もあります。

初回面談

- 保健師・管理栄養士が事業所様へ訪問し(またはテレビ電話等で)、個別に20分程度の面談を実施します。

継続的なサポート

- 面談後、生活習慣の改善に向けて継続的にサポートします。



対象となられた方には、健診機関、または協会けんぽからお勤め先を通じて、ご案内があります。この機会に健康について再確認してみましょう！

早期発見で、重症化予防。

毎年健康診断を受けて、自分の体の状態を確認しましょう。また、健康診断の結果、要検査、要治療となった方は、必ず医療機関を受診しましょう！放置すると、悪化し重症化したり、合併症を引き起こす可能性もあります。早期発見で、重症化を予防できます。

事業所の健診業務ご担当者様へ <健診後のフォローが大切です！>

健康診断後、「要検査」や「要治療」となった方がいた場合、健診業務ご担当者様は、医療機関受診の積極的な勧奨と、結果の把握をお願いいたします。

協会けんぽ長崎支部ホームページに、「健康診断の結果で再検査等が必要と判定された方へ」という勧奨文書の書式も掲載しておりますので、勧奨の際はご活用ください。

使ってみませんか？

ジェネリック医薬品

ジェネリック医薬品は、効き目や安全性が先発医薬品と同等であると国から認められているお薬です。先発医薬品と比べ開発期間が短くて済むため、価格が安くなっており、お薬代の負担軽減にもつながります。ジェネリック医薬品をご希望の際は、かかりつけの医師、薬剤師にご相談ください。



協会けんぽからのお知らせ

協会けんぽは令和3年度からの3年間、
6つのポイントに重点的・集中的に取り組み、
皆さまの健康を支えます。

① 健診・保健指導の推進

ご家族を含めた生活習慣病の早期発見のため、健診を実施します。また、健診結果をもとに、生活習慣病の予防につなげられるよう、生活習慣の改善が必要な方には、保健師等が皆さまの生活に寄り添った丁寧な保健指導を実施します。

【目標】

- ・健診受診率を65%以上とします
- ・保健指導実施率を35%以上とします



② 重症化予防

健診の結果、生活習慣病の治療が必要な方には、直接お手紙をお送りし、早期に受診いただくようご案内します。これにより、糖尿病や循環器疾患による重症化予防に努めます。

【目標】

- ・受診のご案内後、3カ月以内に医療機関を受診した方の割合を13.1%以上とします



③ コラボヘルス

事業所ごとの健康状況が分かる事業所カルテをお渡しし、健康宣言事業を通じて、事業所における健康づくりをサポートします。また、積極的に健康づくりに取り組み、一定の成果を上げた健康宣言事業所を表彰する制度を創設します。

【目標】

- ・健康宣言事業所数を70,000事業所以上とします

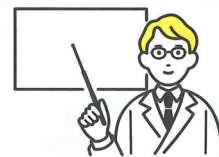


④ ヘルスリテラシーの向上

「日常生活の中でできる健康づくり（運動や食生活）」に役立つ情報をお伝えするため、セミナーや動画配信等による健康教育を通じた若年期からのヘルスリテラシーの向上に取り組みます。

【動画の配信内容について】

- ・運動編
- ・食生活編
- ・健康づくりに取り組む事業所の好事例の紹介 等



⑤ 医療費の適正化

高齢化の進展等により増加する医療費の適正化を進め、皆さまの保険料負担を少しでも軽減できるよう、健康づくりの取組のほか、ジェネリック医薬品の使用促進や上手な医療のかかり方（不要不急の時間外受診を控える等）の啓発等に取り組みます。

【目標】

- ・協会けんぽのジェネリック医薬品の使用割合を全都道府県支部で80%以上とします



⑥ 効率化によるサービスの向上

より一層の業務の効率化を図ることで、加入者の皆さまに必要なサービス（傷病手当金、出産手当金等）を迅速かつ確実に提供します。また、窓口での負担額が軽減される限度額適用認定証の利用を促進します。

【目標】

- ・傷病手当金、出産手当金等を、申請受付から10営業日以内にお支払いします



健康保険、健康づくりなどに関するお役立ち情報を分かりやすくお伝えしていきます。

事業主の皆さまへ

事業所訪問時や健康保険委員事務説明会等の場を通じて、情報をお伝えします。

加入者の皆さまへ

特定保健指導や健診のご案内等を通じて、情報をお伝えします。

加入者の皆さまの健康増進を図るとともに、良質かつ効率的な医療を受けられるよう、皆さまに寄り添いつつ、取組を進めます。



全国健康保険協会
協会けんぽ

