

更なる保健事業の充実・令和5年度保険料率に係る広報の対応について

1. 広報の目的

- 更なる保健事業の充実に係る広報については、協会がより一層保健事業に注力していくことを加入者・事業主へ幅広く周知し、自ら健康づくりに取り組む加入者・事業主を増やすことを目的とする。
- 令和5年度都道府県単位保険料率に係る広報においては、都道府県単位保険料率と保険料率設定の仕組みを周知し、加入者・事業主の取組で保険料率が下がる仕組みであることをご理解いただく。
- 加えて、どちらの広報においても、自己負担額軽減をアピールしつつ、生活習慣病予防健診等の受診を勧め、健診結果に応じ、特定保健指導の利用や医療機関への確実な受診を行うといった健康づくりのサイクルの定着の重要性をご理解いただき、行動変容を促すことを目的とする。

2. 本部における対応

- **新聞広告による広報**
 - ・更なる保健事業の充実 …… 読売新聞（全面広告）、地方第一紙（全5段広告）
 - ・令和5年度保険料率 …… 読売新聞（全面広告）
- **Webによる広報**
 - ・更なる保健事業の充実、令和5年度保険料率 …… それぞれ特設ページを開設
- **紙媒体による広報物の作成**
 - ・更なる保健事業の充実 …… チラシ（参考）、ポスターを作成、支部が関係団体に広報依頼を行う際等に活用
 - ・令和5年度保険料率 …… リーフレット(保険料額表)、ポスターを作成
リーフレットは2月発送分の納入告知書に同封し、事業所へ送付

3. 支部における対応

- **新聞広告による広報**

- ・令和5年度保険料率 …… 地方第一紙（全5段もしくは全3段広告）

- **関係団体（商工会議所、商工会、中小企業団体中央会等）**

- ・更なる保健事業の充実、令和5年度保険料率 …… 訪問を通じて、機関紙、会報誌への記事掲載等を依頼

- **その他支部独自の広報**

あなたとあしたへつづく、健康を。

けんぼのいっほ!

令和5年度から、さらに皆さまの健康を守り続ける、新たな取組を順次開始します。

さらに充実、一歩先へ!協会けんぽの「健康づくり」事業



令和5年4月1日スタート!

生活習慣病予防健診等の自己負担の軽減

一般健診 対象:35歳~74歳の被保険者(ご本人)

軽減前 最高 7,169円

軽減後 最高 5,282円



- 協会けんぽの生活習慣病予防健診は、
- 血圧測定 血液検査 尿検査 心電図検査
- 胸腹部レントゲン検査 胃腸レントゲン検査
- 便潜血反応検査

メタボリックシンドロームとともに
5大がん 肺 胃 大腸 子宮 乳房 までカバー!

※子宮頸がん検診、乳がん検診は、別途自己負担が必要です。

※メタボリックシンドロームとは、お腹まわりに内臓脂肪がたまることで悪玉のホルモンが分泌され、高血圧・高血糖・脂質異常が起り、生活習慣病になりやすくなっている状態のことです。

付加健診 検前 最高 4,802円

検後 最高 2,689円

令和6年4月より、付加健診の対象年齢について、現行の40歳・50歳に加え、45歳・55歳・60歳・65歳・70歳も対象になります。

※付加健診とは、筋目の年齢において、肝臓、胆のう、腎臓といった臓部の臓器の様子を調べるための腹部超音波検査や、高血圧・動脈硬化などを見つける手がかりとなる眼底検査といった、より詳細な健診です。

子宮頸がん検診、乳がん検診、肝炎ウイルス検査の自己負担も同様に軽減します。

健診を受けた後の行動こそが大切です!

健診

異常なし

引き続きの健康づくり、毎年の健診を!



生活習慣の改善が必要

特定保健指導をしましょう!

!特定保健指導って?!

健診の結果、メタボリックシンドロームのリスクのある40歳~74歳までの方を対象に行う健康サポートです。健康に関するセルフケア(自己管理)ができるように、健康づくりの専門家である保健師または管理栄養士が寄り添ってサポートします。

医療機関への受診が必要

医療機関に早期受診を!

!未治療者への受診勧奨!

協会けんぽでは、健診の結果、血圧値、血糖値、LDL(悪玉)コレステロール値が「要治療」「要精密検査」と判定された方で、医療機関への受診が確認できない方へ受診をお勧めするご案内をお送りしています。

※令和6年10月より、諸共済会(ご共済)にも医療機関への受診のご案内をお送りします。



全国健康保険協会 本部
協会けんぽ

TEL 03-6680-8871 (受付時間)平日8:30~17:15
〒160-8507東京都新宿区西四台1-6-1 YOTSUYA TOWER6階



特設ページは
こちらから▶▶





協会けんぽの健康づくりのサポートについての動画はこちらから▶▶



特定保健指導で

健康への目標・行動計画をサポート

特定保健指導の対象者について

健診を受けた40歳以上の方のうち

以下の追加リスクが1つ以上ある方

腹囲

男性 85cm以上
女性 90cm以上

OR

BMI

25以上

さらに

血圧 **血糖**

脂質 **喫煙**

※喫煙については、血圧、血糖、脂質のリスクが1つ以上の場合にのみ追加

特定保健指導対象者に該当

40歳~74歳までの方

パパポ

ママポ

子僕ポ

特定保健指導の内容について

特定保健指導では対象者の健康に向けて目標と行動計画をサポートします！
健康や生活習慣を見直す良い機会です。



STEP 1 目標と行動計画の設定
20~30分の初回面談

ライフスタイルや体の状態に合わせて、運動や食事、喫煙、飲酒等の生活習慣の改善に向けた取組を個別具体的に提案、健康に向けた目標と行動計画を一人一人に寄り添って一緒に考えます。



STEP 2 3~6か月チャレンジ行動計画の実践

STEP1で考えた具体的な行動計画を実践。保健師または管理栄養士が応援します。



STEP 3 目標達成度のチェック

減量等、目標を達成できなかったかの確認を行うとともに、引き続きの健康づくりについての取組をアドバイスします。



医療機関への早期受診について

医療機関への早期受診が必要な方

血圧	血糖
収縮期血圧値 160 mmHg以上	空腹時血糖値 126 mg/dL以上
拡張期血圧値 100 mmHg以上	HbA1c 6.5%以上

高血圧・高血糖・脂質異常を放置すると？

高血圧

正常血圧と比べて血圧が高くなるほど脳卒中(脳出血、脳梗塞等)の発症リスクが高まります。

高血糖

高血糖の状態を放置すると、目が見えにくくなったり、人工透析が必要になる場合があります。

脂質異常

LDLコレステロール値が基準値よりも高い人は心筋梗塞等になりやすいたことが分かっています。

New

脂質

LDLコレステロール値
180mg/dL以上

LDLコレステロール値に着目した医療機関への受診案内

令和4年10月スタート

LDLコレステロールとも呼ばれ、増えすぎると動脈硬化を招き、起こして心筋梗塞や脳梗塞を発症させる危険性があります。



協会けんぽ



<https://www.kyoukaikenpo.or.jp>



更なる保健事業の充実および令和5年度保険料率広報に係るスケジュール

	2022(令和4)年度						2023(令和5)年度						2024年度
	10月	11月	12月	1月	2月	3月	4月	… 8月	… 12月	1月	2月	3月	4月
	LDL						健診自己負担軽減						付加健診対象拡大
特設ページ	特設ページ公開												
WEB広告				WEB広告									
新聞広告 メルマガ				●	● 全国紙、地方紙(本部) メルマガ(支部)								
納入告知書				●									
関係団体を通じた広報	● 依頼(本部、支部)				● 記事掲載(支部)			● 依頼(本部、支部)			● 記事掲載(支部)		
GE、医療費通知							● GE			● 医療費			
LP					LP公開						LP公開		
WEB広告					WEB広告						WEB広告		
納入告知書 (料額表)					●						●		
新聞広告 メルマガ					●	● 全国紙(本部) メルマガ(支部)	●	● 地方紙(支部)		●	● 全国紙(本部) メルマガ(支部)	●	● 地方紙(支部)
関係団体を通じた広報					●	● 依頼(本部、支部)	●	● 記事掲載(支部)		●	● 依頼(本部、支部)	●	● 記事掲載(支部)
納入告知書	●						●						●
健診パンフ							●						●
その他							様々なタイミングで周知(納入告知書、各種セミナー案内時など)(支部)						5

全体像

個別項目(料率広報)

個別項目