

## 協会けんぽTimes

職場の皆様で回覧をお願いします

仕事中や通勤途中に負傷した場合、  
健康保険は使用できません。

健康保険では、業務災害、通勤災害による傷病には保険給付を行いません。仕事中や通勤途中に負傷した場合は労災保険の給付となります。仕事中や通勤途中に負傷し、医療機関を受診する場合は、負傷した原因を必ず伝え、労災保険扱いで診療を受けてください。

仕事中・通勤途中

労災保険

業務外

健康保険

個人や勤務先の判断で健康保険か労災保険かを選択することはできません。

## 労災保険の対象者は？

常用、日雇、パート、アルバイト等、名称及び雇用形態に関わらず、**原則としてすべての労働者が対象**となります。

## 法人の代表者等について

法人の代表者や役員は、労災保険の対象となる労働者ではありませんが、その法人の業務に起因する傷病に対して健康保険を使用することはできません。ただし、**以下の条件をすべて満たす場合は健康保険を使用することができます。**

## 業務に起因する傷病の場合

- 被保険者数が**5人未満**である適用事業所の法人の代表者等で、当該法人において従業員が従事する業務と同一であると認められた業務に従事していること
- 労災保険から給付を受けることができないこと  
(労災保険の特別加入をしている方や、労働者の地位を併せ持つ方は、労災保険から給付を受けることとなります。)

## 通勤災害による傷病の場合

- 労災保険から給付を受けることができないこと  
(労災保険の特別加入をしている方や、労働者の地位を併せ持つ方は、労災保険から給付を受けることとなります。)

## 負傷原因照会について

けがにより健康保険で医療機関を受診された場合は、その原因が「仕事中や通勤途中に生じたものではないか」「交通事故やケンカ等、第三者の加害によるものではないか」を確認するための照会を行っております。

適正な保険給付を行うための大切な照会となっております。

負傷原因照会が届いた際は、ご回答いただきますようお願いいたします。



# 特定保健指導のご案内

協会けんぽでは、生活習慣病予防健診の結果から、生活習慣の改善が必要と判定された40～74歳の被保険者様に『特定保健指導』を無料で実施しています。対象となられた方には、健診機関または協会けんぽからご案内いたします。健康づくりの機会として、ぜひご利用ください。

\*協会けんぽが委託している事業者からご案内を行う場合もあります。

## 特定保健指導って何？

対象となられた方が、専門家（保健師または管理栄養士）と面談し、健診結果や生活習慣を踏まえたご自身に最適の生活習慣改善策と一緒に考え、目標と行動計画を立てます。改善に取り組んで、内臓脂肪を減らし、将来の病気を未然に防ぐことを目的としています。

費用は  
無料です

非対面の  
オンライン面談でも  
行えます。



## 特定保健指導の対象者判定方法

### ステップ 1

内臓脂肪リスクの判定

#### A 腹囲

男性：85cm以上  
女性：90cm以上

または

#### B BMI

Aの腹囲は該当しないが  
BMIが25以上

### ステップ 2

追加リスクの判定



|      |                                                          |
|------|----------------------------------------------------------|
| ①血圧  | 収縮期血圧（上の血圧）130mmHg以上<br>または拡張期血圧（下の血圧）85mmHg以上           |
| ②脂質  | 中性脂肪150mg/dl以上、またはHDLコレステロール値40mg/dl未満                   |
| ③血糖値 | 空腹時血糖値（やむを得ない場合は随時血糖）100mg/dl以上<br>またはHbA1c 5.6%(NGSP)以上 |
| ④喫煙者 | ①～③のリスクが1つでもある場合に、リスクとして追加                               |

### ステップ 3

支援レベルの判定

|                       |                             |                                |
|-----------------------|-----------------------------|--------------------------------|
| ステップ2<br>で該当する<br>項目数 | 2つ以上：① 積極的支援<br>1つ：② 動機づけ支援 | 3つ以上：① 積極的支援<br>1つか2つ：② 動機づけ支援 |
|-----------------------|-----------------------------|--------------------------------|

\*高血圧症・糖尿病・脂質異常症で服薬治療中の方、インスリン注射をしている方は、対象外となります。  
\*65～74歳の方は、①積極的支援に該当する場合でも、②動機づけ支援となります。

### ① 積極的支援

#### 面談

専門家と1：1で約30分間の面談を行い、対象者の生活習慣・食習慣に応じた目標を立て、その後、各自で改善に取り組みます。  
\*対面もしくはオンライン（スマホ・PCなど）で実施します。

#### サポート

電話やメールなどで、専門家によるサポート・支援が3ヶ月以上行われます。

3ヶ月以上  
経過後

健康状態や生活習慣の確認が行われ、終了します。

### ② 動機づけ支援

#### 面談

専門家と1：1で約30分間の面談を行い、対象者の生活習慣・食習慣に応じた目標を立て、その後、各自で改善に取り組みます。  
\*対面もしくはオンライン（スマホ・PCなど）で実施します。



3ヶ月以上  
経過後

健康状態や生活習慣の確認が行われ、終了します。



全国健康保険協会 東京支部

協会けんぽ

〒164-8540 東京都中野区中野4-10-2 中野セントラルパークサウス7階  
電話 03-6853-6111（代表）

・協会けんぽ加入者以外の方はご加入先の各保険者（国民健康保険組合等）にお問い合わせください

協会けんぽ Times の最新号・バックナンバーは  
協会けんぽのホームページでもご覧いただけます

令和3年6月号

