

その3 メタボの予防・改善

協会けんぽの「特定保健指導」をご利用ください!

健診の結果、生活習慣病の発症リスクが高い人を対象に、保健師、管理栄養士等の専門家が無料で生活習慣改善のサポートを行います。



■特定保健指導とは

健診の結果、メタボリックシンドロームのリスクに応じ生活習慣の改善が必要と診断された方に対して、保健師・管理栄養士が面談を実施します。健診結果をもとに一緒に生活習慣を振り返り、改善方法(食事や運動等)の目標を設定します。その後は、目標を達成できるよう約3~6か月の間、電話やお手紙等でサポートします。

■特定保健指導を受けるメリット

- ① 早期にフォローすることで、従業員様の健康や生活を守るようになります。
- ② 将来的な医療費・保険料率上昇の抑制にもつながります。

■ご利用方法 ※次の①~③のいずれかを選ぶことができます。

① 健診当日に健診機関の保健師等による面談

実施可能な健診機関については、事前に協会けんぽのホームページ等でご確認ください。



② リモートでの面談

タブレット端末等を用いた遠隔での個別面談を実施します。



③ 協会けんぽ保健師・管理栄養士による事業所での面談

保健師・管理栄養士が事業所に出向き面談を実施します。



最後まで特定保健指導を受けた方は健診の検査項目で改善が見られ、3人に1人以上がメタボリックシンドロームから脱出しています。

協会けんぽ福岡支部のメールマガジンにご登録ください

- 保健師・管理栄養士による健康コラム・レシピを毎月配信!
- 健康づくりのためのお役立ち情報や給付・健診等のご案内をいち早くお届け!
- 社内報用にコピー等で手軽に健康情報を共有できます!

スマートフォン・パソコンでのご登録はこちら

協会けんぽ福岡支部 メルマガ

検索

