

身体もお財布も
にんじん

健康づくりに取り組んで

保険料率を 下げよう

インセンティブ制度 をご存知ですか？

協会けんぽ47支部の加入者及び事業主の皆さまの健康づくりに関する取り組みを評価・順位付け。**上位の支部にはインセンティブ(報奨金)を付与**し、ご負担いただいている都道府県支部ごとの健康保険料率に反映させる制度です。

ルール



- 1 特定健診等の実施率など、健康づくりや医療費適正化に関する5つの取り組みを支部ごとに評価
- 2 成績の良い**上位15支部**は、インセンティブ(報奨金)で健康保険料率を引き下げ
- 3 取り組み結果(成績)は、2年後の健康保険料率に反映
(例) 2023年度の結果が2025年度の健康保険料率に反映

2023年度の沖縄支部の成績は**11位**だったため、
インセンティブにより**2025年度の保険料率が引き下げられました。**
目指せ健康！目指せ上位15位以内！



全国健康保険協会 沖縄支部
協会けんぽ



具体的に どういう **取り組み** をしたらいいの？

評価指標① 特定健診等の実施率

取り組み1 毎年健診を受診する



35歳以上の被保険者(ご本人)

生活習慣病予防健診

- ・最高18,865円の一般健診が、自己負担額最高5,282円で受けられます。
- ・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。
対象者は、子宮頸がん検診は36歳~74歳(偶数年齢)、乳がん検診は40歳~74歳(偶数年齢)の方です。

40歳以上の被扶養者(ご家族)

特定健診

- ・約7,000円かかる健診が、**無料で受けられます。**
- ※沖縄県内の健診機関または
集団健診で受診する場合。

2023年度
順位 **60.2%**
33位↓
(2022年度19位)



評価指標② 特定保健指導の実施率

取り組み2 メタボ判定されたら、 特定保健指導を受ける



2023年度
順位 **28.8%**
4位↑
(2022年度36位)

生活習慣病予防健診、特定健診を受診した結果、メタボのリスクがあると判定された方は、健康管理のプロ、保健師・管理栄養士による無料サポート「特定保健指導」をご利用いただけます。

保健師・管理栄養士と一緒に、ライフスタイルや体の状態に合わせた目標と行動計画を考えます。

評価指標③ 特定保健指導対象者の減少率

取り組み3 生活習慣の 改善に取り組む

特定保健指導の対象となったら、最後まで中断することなく生活習慣の改善に取り組み、目標達成を目指しましょう。次の健診でメタボ判定にならないよう、日ごろから健康的な生活を心がけましょう。



2023年度
順位 **33.9%**
20位↑
(2022年度25位)

評価指標④ 医療機関への受診勧奨対象者の受診率

取り組み4 すみやかに 医療機関を受診する

健診の結果、「要治療」「要精密検査」の項目があったら、すみやかに医療機関を受診しましょう。

疾病の早期発見、早期治療が重症化を防ぐことにつながります。



2023年度
順位 **33.9%**
27位↑
(2022年度29位)

評価指標⑤ ジェネリック医薬品の使用割合

取り組み5 お薬は ジェネリックを選択する

ジェネリック医薬品なら、**先発医薬品と同等の効果がありながら、おくなり代を節約**することができます。切り替えを希望される方は、医師・薬剤師にご相談ください。



2023年度
順位 **90.1%**
16位↓
(2022年度10位)

