毎年健康診断を受けていますか？

～ 年に一度は受けましょう ～

健康診断は、健康状態を確認するための一番の近道です。自覚症状のない疾病を初期段階で早期発見し治療につなげるためにも、定期的に健康診断を受けて自分の体と向き合いましょう。

診断の結果が再検査・精密検査になったときは、必ず医療機関を受診しましょう。

健康診断のほか、40歳以上の方は特定健康診査・特定保健指導も重要です！

特定健診・特定保健指導は、国が積極的な受診を勧めており、受診率を報告しています。
受診率が低い場合、短期給付掛金（健康保険料）の引上げにつながります。

特定健康診査

無料!!

特定健康診査（特定健診）は、40 ～ 74 歳の**組合員及び被扶養者**を対象（令和 3 年 4 月 1 日現在において当組合の資格がある方）に生活習慣病（糖尿病、高血圧症、脂質異常症など）の発症にかかわるメタボリックシンドロームの早期発見・予防を目的とした健診です。

次のいずれかを受診すると、特定健診を受診したことになります。

組合員	被扶養者（対象者に 5 月に特定健診受診券を送付しています）
・職場の定期健診 ・当組合が助成する人間ドック	・受診券を使用して住民健診または特定健診を実施している検査機関で受診 ・当組合が助成する人間ドック（被扶養配偶者のみ） ・お勤め先での定期健診の場合は、健診結果のコピーを当組合へ提出してください。

特定健診の結果、生活習慣病リスク保有者は特定保健指導の対象となります。

特定保健指導

無料!!

特定健診を受け特定保健指導の対象者となった方は、保健師や管理栄養士などの専門家のサポートを受け、生活習慣の改善をしていきます。

対象者に「特定保健指導利用券」を送付しますので、同封の「特定保健指導受診確認書」により初回面接の方法を次から選択してください。

2 回目以降（継続的支援）は、電話、メール、手紙による支援となります。

なお、当組合が助成する人間ドックでは、終了後に特定保健指導を行う場合があります。

当組合の委託業者で受診する 委託業者：株式会社ベネフィット・ワン	一括面接型	所属所の会議室等で受診します。 日時は所属所の共済事務担当課から連絡があります。
	個別訪問型	ご自身で委託業者と日時及び場所を調整して受診します。 後日、委託業者から連絡があります。
	ICT 型面談	ご自身が所有するスマートフォンやパソコンを使用してテレビ電話で受診します。 後日、委託業者から連絡があります。
特定保健指導実施機関で受診する	希望する実施機関に直接予約して受診してください。 （実施機関一覧は、当組合ホームページで確認できます。）	

上記記事に関するお問い合わせは　保健課　☎028-615-7816