40歳以上75歳未満の被扶養者の皆さまに

～令和4年4月1日現在における被扶養者の方が対象～

無料です

特定健康診査受診券を送付します

特定健康診査は、メタボリックシンドロームに着目した生活習慣病予防のための健診です。

メタボリックシンドロームは自覚症状がなく、そのまま放置しておくと生活習慣病を引き起こす原因となるため、健診による早期発見・予防が必要です。

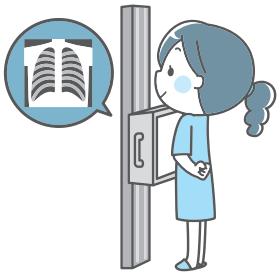
健康状態を把握するためにも、1年に一度特定健康診査を必ず受診しましょう。

ご自宅に郵送します 5月下旬

組合員の皆さまからも被扶養者に受診されるようお伝えください。

特定健康診査の受診率が低い場合にはペナルティが課せられ、高齢者医療への負担金が増額するため短期給付の掛金・負担金が上がります。

特定健康診査の受診方法（いずれか一つを受診してください）

①住民健診	②検査機関	③人間ドック（被扶養配偶者のみ）	④勤務先の健康診断（パート等をしている方）
居住地で実施している住民健診と併せて受診してください。 健診日等の詳細は、居住地の市町村へ確認してください。 居住地が発行しているクーポンを利用して、がん検診も一緒に受けましょう！	特定健康診査を実施している検査機関で受診してください。 検査機関は当組合ホームページ「各種一覧表」からご覧いただけます。	当組合が助成する人間ドックを受診する方は、特定健康診査を受診したことになりますので、受診券の送付はありません。  費用はドック助成金に含まれています。	お勤め先で健康診断を受ける場合は、健診結果を提出することにより特定健康診査を受診したことになります。 お手数をおかけしますが、健診結果（コピー）の提出をお願いします。 費用は原則勤務先が負担します。

当日の持ち物
- ☐ **特定健康診査受診券**
- ☐ 組合員被扶養者証（保険証）

特定健康診査の後は…特定保健指導

特定健康診査の結果をもとに、保健師や管理栄養士など専門家のサポートを受けながら生活習慣病にならないように生活習慣の改善をしていきます。

リスクの程度に応じて**動機付け支援**または**積極的支援**があります。

なお、特定保健指導に該当した方には**「特定保健指導利用券」**を送付します。

特定保健指導の費用も無料です

特定保健指導に該当した場合は必ず受診してください。

上記記事に関するお問い合わせは　保健課　☎028-615-7816