

特定保健指導ってなに？



特定健診（定期健康診断）の結果からメタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）のリスクが高いと判定された方へ、脱メタボに向けて専門スタッフ（保健師や管理栄養士）が生活習慣の改善をサポートします。

特定保健指導に該当した方は必ず参加しましょう。

今年度、IBM 健保組合では新型コロナウイルス感染予防のため、ICT※を活用した面接でご案内いたします。

※ ICT (Information and Communication Technology)

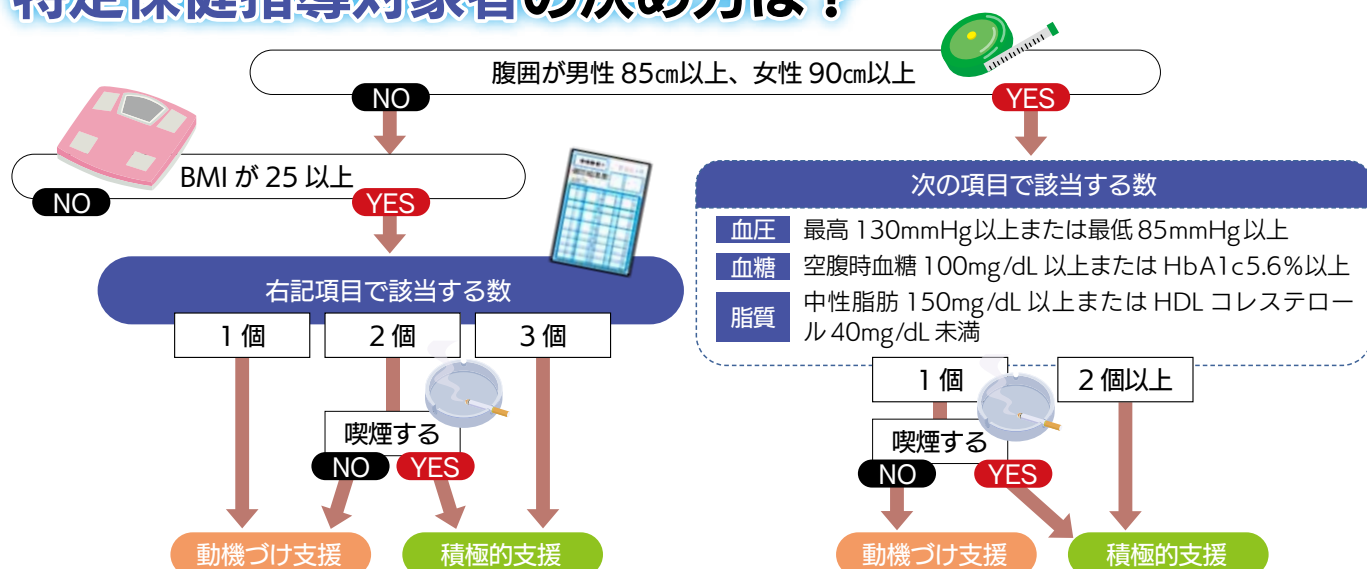


全国どこにいても、海外でも
ご自宅や好きな場所で
移動時間もかかりません。

だから

安心して受けられる！
忙しい人でも受けやすい！

特定保健指導対象者の決め方は？



※前期高齢者（65～74歳）は、積極的支援に該当した場合でも動機づけ支援となります。また、服薬中の方は特定保健指導の対象者になりません。

積極的支援（3～6カ月）

メタボリスクが重複している方が対象です。専門スタッフのアドバイスのもと無理のない行動目標を立て、継続してサポートが受けられます。

動機づけ支援（原則 1 回）

初期のメタボリスクがある方が対象です。専門スタッフのアドバイスのもと無理のない行動目標を立てるサポートが受けられます。

特定保健指導で改善率が UP!

2017 年度に特定保健指導対象者だった被保険者について、保健指導実施者と未実施者が 2018 年度の健診結果がどのように変化したかを比べてみました。

未実施者の 70.9% が 2018 年度も特定保健指導対象者だったのに対し、実施者は 64.0% にとどまりました。特定保健指導を受けることで、健診結果がより改善することがわかりました。

