



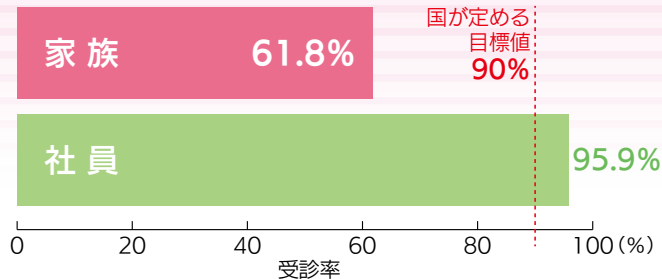
特定健診・特定保健指導

特定健診

健診予約はお済みですか？

被扶養者のみなさま、特定健康診査（特定健診）は毎年受けていますか？当健保組合の2024年度の特定健診の実施率は、83.2%（社員 95.9% 家族 61.8%）で、国の目標である90%には届いていません。年に1回は受診し、体の状態を確認しましょう。詳細は、健保ホームページ→「保健事業」→「家族健診を受診する」をご確認ください。

● 特定健診の実施率（社員・家族別）



家族健診のお申込みは、
すこやかサポートPlus から

* 社員のみなさまにはすでに定期健康診断のご案内をお送りしています。計画的に健康診断を受診してください。

特定保健指導

特定保健指導は、あなた専用の健康改善プログラムです

「自分は大丈夫」と思っていたのに、「特定保健指導のご案内」が届いて戸惑っていませんか？
特定健診の結果、メタボリックシンドロームのリスクが高いと判定された方に、健保組合からご案内をお届けしています。



「あなたの健康を守るプラン」をプロと立てる3つのメリット！

参加者の声 1

通勤で歩く・階段を使うなど、無理なく取り入れられました

日常生活のなかで「階段を使う」「揚げ物を控える」など、「これならできる」という行動と一緒に整理し、あなたに合ったアクションプランを探します。

参加者の声 2

定期連絡が「あ、そうだった」のきっかけになり、継続できました

専門スタッフがあなたの生活リズムに合わせたプランを設定するため、無理なく続けられます。電話やメールで定期的にサポートがあり、「プロが見てくれる」という安心感が継続の力になります。

参加者の声 3

食事の量や時間を意識する習慣ができました

プログラムは、一時的な減量だけでなく、将来のリスク回避を目的としています。3カ月間で正しい食事や運動の知識が自然と身につく、終了後もリバウンドしにくい体づくりにつながります。

* 特定健診・特定保健指導は、国の制度に基づき健康保険組合に実施が求められている取り組みです。実施状況に応じて、国への納付金が調整されるしくみがあり、受診率の向上は、加入者のみなさまの負担軽減にもつながります。