

# 特定健診・特定保健指導を積極的に活用し、健康を維持しましょう

特定健診は、40歳以上75歳未満の方を対象に生活習慣病の前段階であ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のことで、対象の方には本組合から受診券を送付しております。

毎年受診することによって、ご自身の身体の変化を経年で知ることができる大切な健診ですので、健診結果を受け取ったら、結果をしっかりと確認して健診結果に記載された指示に従いましょう。健康を維持するための大切なヒントです。



かかりつけの病院で定期的に検査しているから、健診は受けなくてもいいんでしょ？

特定健診で行うすべての項目を通院先の病院で検査しているとは限りません。また、保険証を使って受ける検査は自己負担が生じますが、受診券を使って検査を受ければ、特定健診の検査項目は「無料」で受けられます。受診券を活用してお得に健康管理しましょう。

子育てや家事が忙しくて、健診を受けるために病院へ行く時間が取れない。自覚症状もないし、まだ受けなくても大丈夫！



生活習慣病は自覚症状がない場合もあり、気付かないうちに進行していることもあります。健診は、「半日程度」ですので、年に1回は受診して生活習慣病を予防しましょう！



パート先で事業主健診を受診しているから、特定健診は受けなくてもいいんでしょ？

パート先で事業主健診を受診している場合は、健診結果を組合員が所属所の共済事務担当課を通じて共済組合へご提出ください。

**特定保健指導**は、特定健診の結果をもとに、保健師や管理栄養士などの専門家のサポートを受けながら、病気にならないよう生活習慣の改善をしていきます。「忙しくて受けている暇がない」などの理由により指導を受けない方もいらっしゃいますが、忙しい毎日だからこそ、心身の健康状態に目を向けることが重要です。

生活習慣病は自覚症状がないまま静かに進行し、放っておくとやがて命に関わる重大な病気を引き起こしますので、病気を防ぐ第一歩としてまずは「参加する」という行動を起こしましょう！

## 特定健診受診率・特定保健指導実施率と後期高齢者支援金

特定健診受診率、特定保健指導実施率およびその他指標による評価でペナルティとして共済組合が支払う後期高齢者支援金に加算が行われ(最大10%)、財源率(掛金・負担金率の合計)が引き上げざるを得ない状況となり、組合員の皆さまの家計に影響を及ぼす可能性があります。

お問い合わせ先 福祉課 ☎048-822-3305