

健康診断の結果はいかがでしたか？ ～巡回方式による特定保健指導のご案内～

お問い合わせ ☎

厚生班 043-223-4121

特定保健指導は、メタボリックシンドロームあるいはその予備群と判定された組合員を対象に、生活習慣病を未然に防ぐことを目的として、リスクの程度に応じ生活習慣の改善を支援するものです。

特定健康診査（定期健康診断、人間ドック）の結果から指導の対象となった方を対象に、巡回方式による特定保健指導を実施しています。

つきましては、御自身の健康管理のため、特定保健指導を受けられるようお願いいたします。特定保健指導の実施方法は以下のとおりです。

- (1) 特定保健指導の対象となった方には所属を通じ、特定保健指導の御案内をお送りします。
- (2) 特定保健指導委託業者（SOMPOヘルスサポート株式会社）から所属を通じ、電話連絡をします。特定保健指導の利用希望や利用場所及び日時等を決めてください。
- (3) 御希望の日時に特定保健指導委託業者の指導者（保健師・管理栄養士等）が伺い、初回面接指導（約1時間程度）を行います。
- (4) メタボリックシンドロームのリスク数に応じて、「動機付け支援」と「積極的支援」の2つのタイプ別に特定保健指導を実施します。

ア 動機づけ支援

生活習慣を振り返り、ライフスタイルにあった目標を設定し、実行に移せるようなきっかけを作り3か月間、指導員がお手伝いします。

初回面接指導から3か月を経過した時点で、生活改善等の確認を行います。

イ 積極的支援

生活習慣を振り返り、ライフスタイルにあった目標を設定し、実行を続けられるように指導員が6か月間サポートいたします。

- ・初回面接指導の約1か月後から電話で3回にわたり継続支援を行います。
- ・初回面接から6か月を経過した時点で、生活改善等の確認を行います。

巡回方式による特定保健指導フロー図

