

令和7年度

特定保健指導の御案内

特定健診（身体計測、血圧測定、採血、採尿）の結果から、心臓病や脳卒中のリスクが高いと判断された方の、将来の病気を未然に防ぐことを目的として、特定保健指導を実施しています。

是非、御利用ください。

●受診の流れ●

STEP 1 特定保健指導実施機関一覧から健診機関を選ぶ

STEP 2 健診機関に電話をして予約をする

STEP 3 マイナ保険証等、特定健康診査受診結果通知表、特定保健指導利用券を持参して受診する

●動機付け支援●

1 初回面談

個別又はグループ面談で、専門家サポートのもと、目標を立てる。

2 3ヶ月以上経過後

健康状態や生活習慣の確認が行われて、プログラム終了。

●積極的支援●

1 初回面談

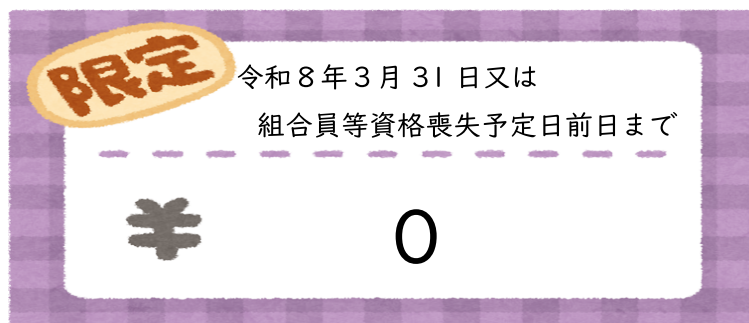
個別又はグループ面談で、専門家サポートのもと、目標を立てる。

2 継続的サポート

面談又は電話やメール等による専門家サポートを3ヶ月以上受ける。

3 3ヶ月以上経過後

健康状態や生活習慣の確認が行われて、プログラム終了。



※ 公立学校共済組合加入期間中のみ有効です。