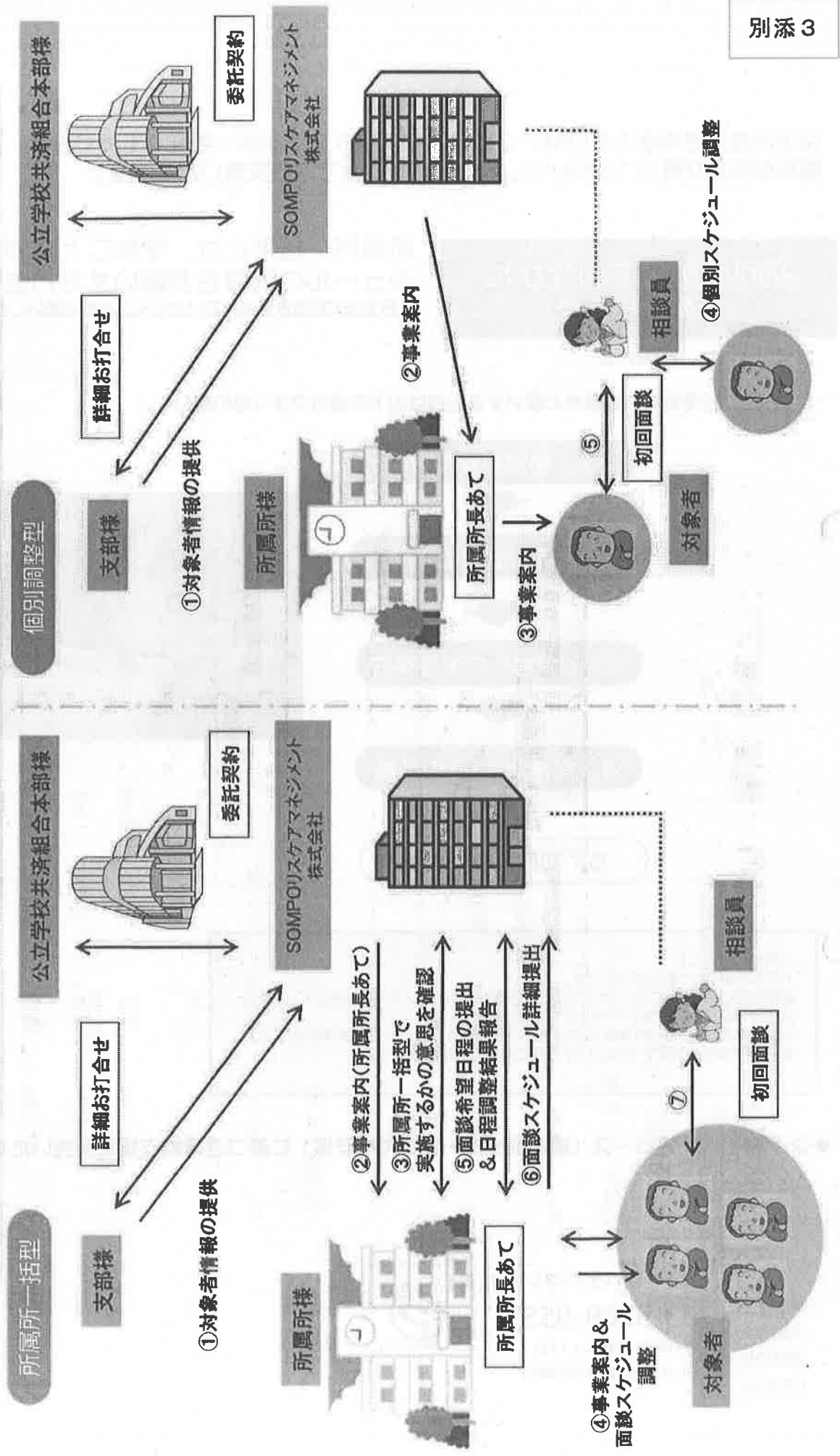


# 5. プログラムの運用 ~所属所一括型と個別調整型の各々の運用のながれ~



## 「所属所一括型」につきまして

特定保健指導事業をSOMPOリスクアマネジメント(株)へ委託しております。  
健康相談員が貴校へお伺いし、Face to Faceで直接支援いたします。

### 初回面接までのながれ (所属所一括型)

所属所一括型とは、学校ごとに面接スケジュールの調整をお願いする方法です。  
【各学校で担当者を決めていただくことをお願いします】

各学校等へ調整をお願いする内容は以下の通りです（緑の部分）。

1. 面接日程の調整

2. 面接会場の手配

3. 対象者への実施案内

4. 面接スケジュールの調整

5. 初回面接の実施



#### 【面談について】

1日最大9名まで面談が可能です。  
面談時間はお一人30分となっております（10分のインターバルあり）。  
人数が多いときは面談日を分けても実施可能です。  
例：対象者が10名いた場合1日目5名、2日目5名などに分けて実施可能です。  
基本的に貴校で希望する日に日程を合わせさせていただきます。

◆◇ 面接後は支援コース（積極的支援・動機付け支援）に基づき継続支援を実施いたします ◇◇

事業実施  
に関する  
お問合せ  
(委託先)

SOMPOリスクアマネジメント(株)

03-5209-8553

受付時間/9:00~17:00  
(土日・祝日・年末年始除く)



特定保健指導(積極的・動機付け) 対象者向け

平成〇〇年度 特定保健指導へご参加ください

公立学校共済組合〇〇支部

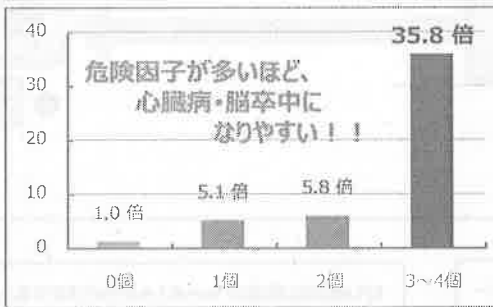
平素は当共済組合の事業運営にご協力いただき厚くお礼申し上げます。公立学校共済組合〇〇支部は、職場と共に、皆様の健康づくりを支援するため「特定保健指導」を実施しております。

対象となった方は、このまま生活習慣を改善しなければ脳梗塞や心筋梗塞といった深刻な疾患を引き起こすおそれがあります。特定保健指導により効果的に生活習慣を改善することで発症リスクを下げることができます。

早期に生活習慣を見直し、長く健康的に暮らしていくために、ぜひご参加ください。



危険因子の保有数と心疾患の発症危険度



生活習慣病がもたらす影響



仕事



通院時間



治療費



家族



担当の専門職(看護師・保健師・管理栄養士)より健康維持・増進のためのアドバイスをさせていただきます。後日、委託先SOMPORリスクアマネジメント(株)の相談員(看護師・保健師・管理栄養士)より直接、面談日時アポイントのお電話をさせていただきますので、日時調整の上ご参加ください。

(相談員発信番号: 050-3133-1200)

■ 服務上の取扱い

職務専念義務の免除となりますが、手続きについては事務担当者に確認してください。

■ 費用

無料 (この事業は共済組合が全額費用を負担して行いますので、皆様の費用のご負担はありません。)

■ 実施概要

1. 方法・・・委託先より直接、面談調整の電話連絡がありますので、日程を調整しご参加ください。
2. 対象・・・健診結果と質問票より階層化したメタボリックシンドローム該当・予備群の方

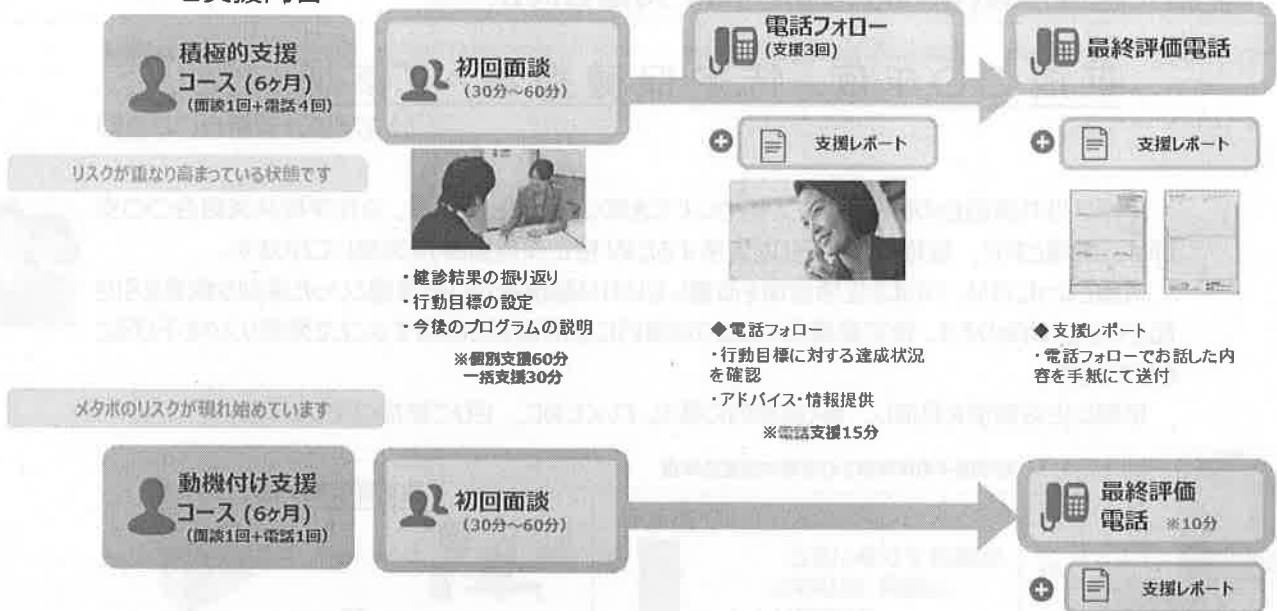
(参考)  
対象者選定基準

ステップ1 (内臓脂肪蓄積リスク)	ステップ2 (追加リスク)			
	1 血糖	2 脂質	3 血圧	4 喫煙歴
	空腹時血糖値 100mg/dl以上または HbA1c5.6% 以上	中性脂肪 150mg/dl以上または HDLコレステロール 40mg/dl未満	収縮期130mmHg 以上、拡張期85mmHg 以上	問診票で確認

≥85cm以上(男性) ≥90cm以上(女性)	2つ以上該当	-
	1つ該当	あり
		なし
上記以外で BMI≥25	3つ該当	-
	2つ該当	あり
		なし
	1つ該当	-

積極的支援
積極的支援
動機付け支援
積極的支援
積極的支援
動機付け支援
動機付け支援

## ■ ご支援内容



## ■ 受けた方からのコメント

体重測定を始めてから8kg減量した。甘い飲料はゼロカロリーやお茶に変え、ウォーキングも週2回で無理なく行っている。  
現在も順調に体重が減り続けており、健診結果も通知が良くなって嬉しい。  
(体重：95⇒85kg)

Aさん (50代)

甘い飲料は常温のペットボトルを持ち歩きすることにより飲まなくなりました。間食はポテチやせんべいからはるさめスープに置き換えることで腹持ちもよくなり続けることができました。  
今後も無理せず続けていきたい。  
(体重：124kg⇒116.5kg)

Bさん (40代)

## ■ Q&A

### Q. 1 受ける時間がありません

医療機関へ行かずに「学校訪問型特定保健指導」をご利用いただくことができます。

事前に日程調整をさせていただき保健師等の専門スタッフが皆さまの職場へお伺いします。

### Q. 2 自分で取り組みます

健康づくりの専門知識が豊富な保健師や管理栄養士が生活習慣の見直しをサポートします。

専門家が無料でサポートするので、効果的に生活習慣の改善することができます。

### Q. 3 自覚症状もないし、受ける必要はないです

生活習慣病の多くは自覚症状がないまま進行します。治療することになると、食事制限や通院により、何倍もの時間やお金がかかり、そして生活制限などの辛い思いをさせていただきます。

より早めに、軽症のうちに生活習慣の改善に取り組むことで、これからの生活を長く健康的に過ごすことができます。

## ■ その他

個人情報の取り扱いにつきましては充分注意の上、プライバシーの保護に留意してまいります。

事業実施  
に関する  
お問合せ

S O M P O リスクアマネジメント(株)

サポートセンター  
0120-334-523

受付時間/平日 9:00~17:00  
(土日・祝日・年末年始除く)



その他  
お問合せ

公立学校共済組合〇〇支部

〇〇グループ  
〇〇-〇〇-〇〇〇〇

受付時間/平日 9:00~17:00  
(土日・祝日・GW・年末年始除く)

