

# 特定健康診査(メタボ健診)を受診しましょう!



生活習慣病の発症又は重症化や合併症への進行を予防することに重点を置いた取組として、平成20年4月から、メタボリックシンドロームに着目した特定健康診査及び特定保健指導の実施が共済組合に義務付けられました。

1年に1度、定期的に受診し、健康管理に役立てましょう!



## 対象者・健診方法

年度末(平成29年3月31日)時点の年齢が40歳から74歳まで\*の方 ※75歳の誕生日の前日まで受診できます。

1

### 組合員

(任意継続組合員を除く)



職場での定期健康診断を受診することで、特定健康診査を受診したことになります。

2

### 被扶養者・ 任意継続組合員



自宅宛てに「特定健康診査受診券」をお送りします(6月中旬)。受診券が届いたら指定の医療機関で健診を受診してください。

#### 注意1

「特定健康診査受診券」を紛失した場合は、福利厚生課 厚生担当までご連絡ください。再交付の手続きをご案内します。

#### 注意2

公立学校共済組合の人間ドック(P12、13)を利用される場合は、特定健康診査を受診したことになります。人間ドックを受診される場合には、人間ドックとは別に特定健康診査を受診しないでください。



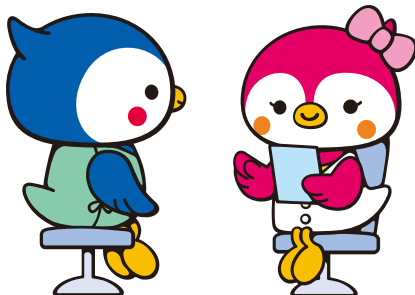
## 特定健康診査を受診した後は…

受診すると、受診結果のお知らせがご自宅に届きますので、必ず確認しましょう。自分の身体の状態を知り、生活習慣の改善を意識することが疾病の予防につながります。

受診結果で気になることがあった場合、医師等専門家に無料で相談できる窓口もあります(左ページ)ので、是非ご利用ください。

Check!

### 生活習慣病発症のリスクがある方は特定保健指導を!



特定健康診査の結果から、糖尿病、高血圧症、脂質異常症等の生活習慣病のリスクが高く、生活習慣の改善による生活習慣病の予防効果が高く期待できる方に対して、医師や保健師から個別に生活習慣の改善をサポートする「特定保健指導」を行います。

該当者には「特定保健指導利用券」を送付しますので、指導を受けて、将来の健康に関するリスクを減らしていきましょう。

問合せ先 福利厚生課厚生担当 ☎ 03-5320-6821