

特定健康診査・特定保健指導のご案内



40～74歳の方は 特定健康診査を受診しましょう!

特定健康診査（メタボ健診）は、40～74歳の方を対象に、**生活習慣病の予防と早期発見を目的**として、平成20年4月から始めました。その結果によっては、生活習慣を見直すサポートとして特定保健指導が受けられます。



対象者・健診方法

平成29年度内(平成30年3月31日まで)に40歳から75歳の誕生日を迎える次の方

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ものとみなされます。

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、次のいずれかの方法で健診を受診してください。費用は**無料**です。

- 医療機関で受診する施設型の特定健康診査
- 公民館などで受診する巡回型特定健康診査（有料でがんオプションが受診可能）

※このほか、かがやきメイト健康診断、人間ドック（対象者のみ）の受診により、特定健康診査の受診に代えることができます。ただし、**受診回数は年度内にいずれか1回まで**となりますので、どの方法で受診するのがよくご検討ください。

！資格喪失後の受診が判明した場合には、受診費用を返還していただきます（遡って資格を喪失した場合も同様）。



特定健康診査を受診した後は…

特定健診の結果から、健康の保持に努める必要がある方には、医師や保健師から個別に生活習慣改善のサポートが受けられる「特定保健指導」を行います。対象者には個別にお知らせしますので、必ず利用して、将来の健康に関するリスクを減らしていきましょう！

受診結果で気になることがあった場合、医師などの専門家に無料で相談できる窓口もあります(P11)ので、ぜひご利用ください。



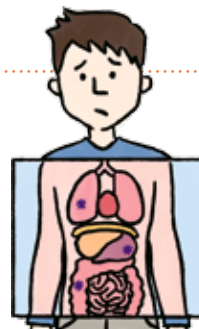
Check!!

健診結果の「軽い異常」放っていませんか？

健診結果に「軽い異常」があっても、治療が必要なほどの数値でなかったり、自覚症状がない場合、そのままにいませんか？

生活習慣病は、静かに進行していきます。ある日突然、動脈硬化により血管が詰まったり破れると、命に関わる重大な病気を引き起こします。動脈硬化は脳、心臓、腎臓など、全身の血管で起こります。

定期的に健診を受けて自分のからだの状態を把握することはもちろんですが、**異常があったらすぐに対策に取り組むことも大切です。**



問合せ先

福利厚生課厚生事業担当

☎03-5320-6821