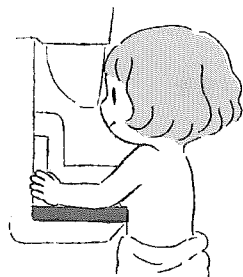


よくある勘違い

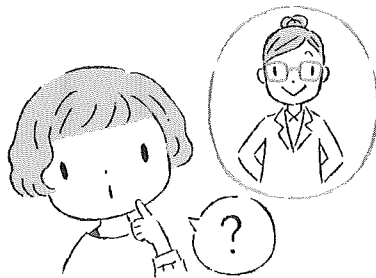
自治体の
「がん検診」を受けたから、
健保組合の健診は受けない

自治体のがん検診は、がんの有無を調べます。健保組合の健診（40歳以上対象の特定健診）は、血糖値やコレステロール、肝機能など、全身の状態を調べることができます。がん検診と健保組合の健診の両方を受けましょう。



定期的に病院に
かかっているから、
健保組合の健診は受けない

通院先の病院では、受診している病気にしかかわる部分はみっていますが、全身の状態を検査できていません。定期通院されている方も、年に1回は健保組合の健診を受けて、生活習慣病の予防にお役立てください。

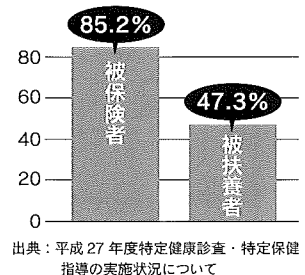


全国の健保組合で
ご家族（被扶養者）の
健診受診率が
低くなっています

全健保組合平均で、被扶養者の特定健診受診率は47.3%、半分以上の方が健診を受けていません。

「あるとき健診を受けていれば…」と後悔しないように、年1回の健診を習慣にしてください。

● 特定健診の受診率
(平成27年度)



「特定保健指導」のお知らせが届いたら、ぜひご参加ください

特定健診（40歳以上対象）を受けたあと、生活習慣改善の必要があると判定された人には、特定保健指導のお知らせが届きます。特定保健指導には「積極的支援」と「動機づけ支援」の2通りあり、保健師などの専門家が、一人ひとりに合った行動計画の作成と生活習慣の改善をサポートします。

2018年度からは、特定保健指導が受けやすくなるよう見直されました。生活習慣病を未然に防ぐチャンスですので、ぜひ参加してください。



特定保健指導

受けやすくなるように
見直されました

2018年度からの主な変更点

- ① 評価の時期が6カ月後→3カ月後も可能に
実績評価の時期は6カ月後でしたが、3カ月後でも可能になりました。
- ② 初回面接と実績評価が別の機関でもOKに
初回面接と、3～6カ月後に実績評価を行う人が、同一機関でなくてもOKとなりました。
- ③ 健診当日に初回面接ができるように
健診当日、検査結果がすべて判明しないうちでも、腹囲・体重、血圧、喫煙歴等から対象と見込まれる人に初回面接を行い、後日すべての結果をふまえて電話等で行動計画を完成する方法が可能となりました。
- ④ 2年連続「積極的支援」該当でも、
状況が改善している人は「動機づけ支援」でOKに
2年連続して積極的支援に該当した人で、腹囲・体重が改善している場合は、2年目は動機づけ支援でもOKとなりました。
- ⑤ テレビ電話などを使った初回面接を推進
テレビ電話やタブレット等を使った初回面接をさらに推進するため、国への事前届出が廃止されました。