

特定健診

受けるか放置するかでこんなにちがう！

すぐに再検査を受けると…

やった、
今年は
再検査なし！



早めに生活習慣改善に取り組むことで
健康な状態に戻る可能性がアップ！

あなたは
どっち？

再検査を受けず放置すると…



結果が
悪くなってる…

病気になってしまうと
体への負担も大きく、治療費もかかります！

再検査や精密検査をすすめられたら
ご自身とご家族のためにもぜひ受けてください。

特定保健指導

体重、血圧に改善効果あり！

特定保健指導を受けると、
こんな効果があります

女性

体重
-1.04kg
Down!

HbA1c*
-0.07%
Down!

男性

体重
-0.87kg
Down!

HbA1c*
-0.03%
Down!

第4回効率的・効果的な実施方法等に関するワーキング・グループ資料 特定健診・
特定保健指導の効果検証「特定保健指導と3年後の検査値等の変化」より作成
※血糖値を示す

先輩、
引き締まり
ましたね！

特定保健指導を
受けて、健康を
手に入れましょう！

特定保健指導の
おかげだね！
体重や血圧の
数値が
改善したよ！



実施率が低いと、保険料が上がる！？

特定保健指導の実施率が低いと、健保組合
が国に納める納付金が加算され、みなさん
のお給料から支払われる保険料が高くなる可
能性があります！

決してひとごとでは
ありません

2021年度に加算対象となった

健保組合は**121組合**で、加算額は合計で**約10億円**でした！

出典：2021年度の後期高齢者支援金の加算・減算について（厚生労働省）

メンタルヘルスカウンセリングをご利用ください

無料

●当健康保険組合専用フリーダイヤル **0800-700-9880**（無料）

当健康保険組合では、臨床心理士の資格を有するカウンセラー
との電話および面接によるカウンセリングを被保険者・被扶養者
のみなさまへ提供しております。

不安や心配にこころを悩ませている方は、ぜひご活用ください。

無料電話カウンセリング受付：月～土曜日（日曜・祝日・年末年始は休み）10時～22時
無料面接カウンセリング予約：月～土曜日（日曜・祝日・年末年始は休み）10時～20時
詳しくは健保組合ホームページへログインしてご覧ください。

<http://www.kikankenpo.or.jp/auth/health/mental.html>

