

特定健康診査受診券の 受診期限は平成24年3月31日までです!



特定健康診査を未受診の方は、お早めの受診をお願いします!!

特定健康診査受診券をお持ちの被扶養者の方で、特定健康診査を受診されていない方は、これからでも特定健康診査を受診いただけます。なお、平成23年度の特定健康診査の受診期限は、平成24年3月31日までとなっておりますので、受診期限までに必ず受診いただきますよう、また、すべての健診項目を受診いただきますよう、よろしくごお願いいたします。

特定保健指導を未利用の方は、お早めの利用をお願いします!!

特定保健指導は、ご自身の「生活習慣の現状」と「これからの生活習慣改善のヒント」をご確認いただける大切な機会です。特定健康診査の結果をもとに特定保健指導の対象者となられた方には、順次特定保健指導利用券を発行いたしますので、お手元に特定保健指導利用券が届きましたら、利用券に利用期限を付記してありますので、ご確認のうえお早めにご利用いただきますよう、よろしくごお願いいたします。特定保健指導を利用された方の中には、1回の利用で成果を出される方や複数回利用されて成果を出される方もおられますので、ご自身にあった無理のない計画を立てられて、これまでの生活習慣を少しずつ、時間をかけながら改善されることをお勧めします。

参考までに、特定保健指導の利用を終了された方の中から、一部の方々の感想を下記のとおり掲載いたしますので、ご覧ください。

特定保健指導の利用を終了された方の感想

- 生活改善のための意識づけが出来て良かったと思います。また、無理な計画を立てずに取り組んだことが最後まで続けられた要因であったと思います。
- 掃除も運動になると教わりましたので、毎日しているフローリングのモップがけを雑巾がけにかえました。
- 家事や掃除が運動になることがわかりましたので、積極的に家事や掃除をするように心がけています。
- 健康診断を受けて数値が改善したこと、日常生活においても身体が動きやすくなっていると感じています。今後も続けていこうと思います。
- 身体が軽くなって、血圧も正常値になりました。一時的に目標達成した体重を上回ることがありましたが、これからもがんばります。
- それなりの成果をおさめることができました。今後も取り組みを継続するには、何らかの目標と指導があれば続け易いと思います。
- 目標値としていた腹囲5cm減、体重5kg減には届かなかったが、日常生活の中で健康への意識を持つことで、少しずつでも生活習慣の改善につながっていくことが実感できました。結果的には、腹囲3cm減、体重が4kg減となりました。

平成22年度特定健康診査及び特定保健指導の実施状況

平成23年11月に社会保険診療報酬支払基金を通じて国へ報告しました本組合の実施状況(組合員及び被扶養者)は下表のとおりとなります。

	特定健康診査	特定保健指導・動機付け支援	特定保健指導・積極的支援
対象者数	14,209人	782人	1,230人
受診・利用者数	9,306人	124人	252人
受診・利用率	65.5%	15.9%	20.5%