

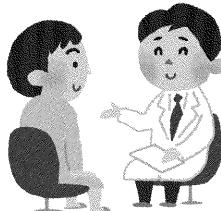
※開封後、初めにお読みください

令和3年度 特定健康診査のご案内

共済組合では、40歳以上74歳以下の方を対象に、メタボリックシンドロームに着目した特定健康診査(特定健診)を実施しています。

特定健診は無料で受けることができ、自覚症状の少ない生活習慣病に早く気づくことができます。

特定健診の受診方法や実施会場・実施機関などについてご案内いたしますので、内容をご確認のうえ必ず受診してください。



奈良県市町村職員共済組合

特定健診等の受け方

1 受診券を確認

同封の「特定健康診査受診券(セット券)」をご覧いただき、氏名・性別・生年月日をご確認ください。裏面に住所を記入してください。

2 受診方法を決定・申込

次の①②どちらかの受診方法を決定し、電話等でお申込みください。
(注)①②の両方で受診することはできません。

① 全国巡回健診で受診する。

全国約230ヶ所の会場(県内15ヶ所)で受診することができます。
予約は先着順で、原則として健診日の1ヶ月前が締切ですので、
早めのご予約をおすすめします。

➡ 別添「2021年度 健康診断のご案内」をご覧ください。

② 医療機関等で受診する。

県内約650ヶ所の病院や診療所などで希望する日に受診することができます。(県外でも受診可能です。)

➡ 別添「特定健康診査の詳細 A～D」をご覧ください。

3 特定健診受診

※費用は無料

当日の持ち物は次のとおりです。

①全国巡回健診は、事前にあまの創健より詳しい案内が届きます。

②医療機関等で受診する場合は次の①～③を持参してください。

① 特定健康診査受診券(セット券)

② 健康保険証

…「組合員被扶養者証」「任意継続組合員証」「任意継続組合員被扶養者証」

③ 令和2年度の特定健診結果等(お手元にある場合のみ)

4 健診結果の受領

結果をご確認いただき、必要な場合は再検査や治療を受けてください。
健診結果はご自身の健康管理のため保管しておきましょう。

5 特定保健指導を利用する※費用は無料

メタボリックシンドロームのリスクがある方には、保健師などの専門家から
生活習慣改善や健康づくりに関するサポートを無料で受けられます。

パート先などで健康診断を受ける方は?

パート先などで健康診断を受けた場合は、結果等を共済組合へ提出すること
により特定健診を受けたものとみなされます。

➡ 別添「特定健康診査の詳細 E」をご覧ください。

特定健康診査の詳細

Ⓐ 受診できる医療機関

「社会保険診療報酬支払基金」ホームページ(<https://www.ssk.or.jp/>)をご覧ください。
受診する医療機関へ直接電話などでお申込みください。

Ⓑ 有効期限

令和4年3月31日までに特定健診を受診してください。
年度末は医療機関が混みあいますので、早めの受診をおすすめします。

Ⓒ 受診費用

無料です。約8,000円の特定健診の費用は、共済組合が全額負担いたします。

Ⓓ 検査項目

特定健診の検査項目は、下記の【基本的な健診の項目】となります。
また、昨年度の特定健診等の結果が判定基準に該当し、医師が必要と判断した場合には、【詳細な健診の項目】のうち必要と認める検査項目を実施するsoありますので、昨年度の健康診断等の結果をお持ちの場合は、受診日に持参し、係員または受付などに申し出てください。
なお、特定健診実施機関によっては詳細な健診を実施していない機関がありますのでご了承ください。

【基本的な健診の項目】

検査項目		わかること
問診	喫煙・服薬・既往歴など	生活状況・健康状態
診察	視診・触診・聴打診など	健康状態
身体計測	身長、体重、BMI 腹囲	BMI(肥満度)を確認 内臓脂肪の蓄積状況
血圧測定	収縮期血圧、拡張期血圧	血管にかかる圧力
肝機能検査	GOT(AST) GPT(ALT) γ -GT (γ -GTP)	肝臓機能の異常
血中脂質検査	中性脂肪 HDLコレステロール LDLコレステロールまたはNon-HDLコレステロール	脂質異常 動脈硬化の危険性など
血糖検査	空腹時血糖・HbA1c・隨時血糖のいずれか	糖尿病の危険性
尿検査	尿糖 尿蛋白	糖尿病の危険性 腎臓機能の異常

【詳細な健診の項目】

検査項目		わかること
貧血検査	赤血球数、血色素量、ヘマトクリット値	貧血の有無
心電図検査	12誘導心電図	心臓の機能
眼底検査	眼底	動脈硬化の程度
血清クレアチニン検査	血清クレアチニン値、eGFR	腎臓の機能

→ 裏面もご覧ください

E パート勤務先などで健康診断を受診される方へ

パートタイム等で勤務されている場合に、労働安全衛生規則に基づき事業主が実施する健康診断を受診する場合があります。

お勤め先で健康診断を受診された場合は、特定健診を受診したとみなされますので、次の手順にて健康診断結果の写しの提出にご協力ください。

(健診結果提出までの手順)

① 健診状況アンケートで、あまの創健に対し「②パート・勤務先で受診済・受診予定」と回答してください。

(同封「年に1度の健康診断のご案内」の「巡回健診を受診されない方へ」を参照してください。)

② 後日、あまの創健から健診結果回収案内を送付いたしますので、健康診断結果の写し等をご返送ください。

健診結果をご提供いただいた方へお礼として「マイヘルスウェブ」500ポイントを進呈いたします。

(「マイヘルスウェブ」については、右の頁をご参照ください。)

※お勤め先の事業主健診以外でも、個人負担で健康診断や人間ドックを受診された場合は同様に健診診断結果の提出をお願いいたします。(この案内に同封した「特定健康診査受診券」を使用して特定健診を受診した方は、書類の提出は一切不要です。)

※ 健康診断結果票の写しには、以下の(1)～(8)の記載が必要です。

(1)問診:服薬、喫煙の有無、医師の診断 (2)身体計測:身長、体重、腹囲 (3)血圧:収縮期・拡張期
(4)血液検査:GOT、GPT、γ-GTP、中性脂肪、HDLコレステロール、LDLコレステロールまたはNon-HDLコレステロール、空腹時血糖・HbA1c、随時血糖のいずれか (5)尿検査:尿糖、尿蛋白
(6)受診医療機関名 (7)医師の判定、医師名 (8)健診受診日が抜けていないか確認してください。

※ 共済組合へ直接提出いただく場合は、事前に下記問い合わせ先までご連絡ください。

地方公務員等共済組合法及び高齢者の医療の確保に関する法律により、共済組合には守秘義務が課せられています。ご提出いただいた書類については、特定健診・特定保健指導以外の目的で使用することはありません。

被扶養者・任意継続組合員の皆様の

特定健診に関するQ&A

Q 「医療機関受診」と「全国巡回健診」は、両方受けられますか？

A どちらか一方を受けてください。年1回の受診費用のみ共済組合が全額負担します。
さらに詳しい検査を希望される場合、費用はご自身で負担願います。

Q 「全国巡回健診」については共済組合へ連絡できますか？

A 全国巡回健診については「株式会社あまの創健 ☎052-930-8071」へお問い合わせください。

Q 特定健診を受けないと私自身に何か影響がありますか？

A 特定健診の受診率によっては、共済組合など各保険者が負担している高齢者医療への支援金が加算・減算されます。
場合によっては、組合員の方から納めていただいている短期掛金の引き上げにつながる可能性もあります。
当共済組合は、被扶養者・任意継続組合員の方の受診率が全国の市町村共済組合平均よりも低いので、お一人お一人が特定健診を受けてくださいますようお願いいたします。

お問い合わせ先（送付先）

〒634-8561

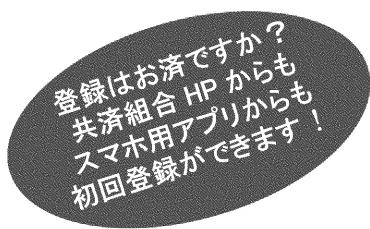
奈良県橿原市大久保町302番1 奈良県市町村会館4階

奈良県市町村職員共済組合 福祉課

☎ 0744-29-8267 FAX 0744-29-8271



パート先等での健診結果を提供いただいた方へのお礼として 「マイヘルスウェブ」500 ポイントを進呈いたします!



共済組合では、組合員の皆様を対象に、健康づくりをサポートすることを目的とした健康ポータルサイトを開設しています。ぜひご登録いただき、**MY ポイント**をお受け取りください。



登録用スマートフォンアプリ
はこちら



iOS 10~11



Android OS 5~8

MY ポイント

MY ポイントとは、初回登録やサイト利用に応じて付与されるもので、ポイント数に応じて商品との交換ができます。

(例) 600 ポイント……Amazon ギフト券 500 円分と交換等



ポイント付与メニュー

内 容	条 件	制 限	ポイント
初回登録	メールアドレス等、初回登録したらポイントが付与されます。	初回のみ	500P
ログイン時サイコロ	サイトへのログイン時、サイコロの出た目でポイントが付与されます。	1回/1日	1~6P
バイタル登録	バイタル登録（日々の体重、血圧、歩数の記録）をするとポイントが付与されます。	1回/1日	1P
行動目標(ミッション)の結果記録	行動目標の結果を記録するとポイントが付与されます。	1回/1日	1P
被扶養者の健診結果提出	被扶養者の健診結果を提出するとポイントが付与されます。	1回/1年	500P

P 初回登録……500 ポイント（登録済みの方を除く）

P 被扶養者の特定健診結果の提出……500 ポイント

合計『1000 ポイント』を受け取っていただくことができます。

～この機会にぜひ「MY HEALTH WEB」にご登録ください!～

※マイヘルスウェブへの登録は組合員のみとなっていますので、組合員へのポイント付与となります。

■ 詳細については、左の頁⑤をご覧ください。