今年度の健診等はお済みですか？

今からでも間に合います
是非受診しましょう

「特定健康診査受診券」を配布した被扶養者様へ

● 特定健康診査（特定健診）は「高齢者の医療の確保に関する法律」に基づき、保険者である共済組合が、40歳以上の方に実施するものであり、対象者へは令和２年６月に「特定健康診査受診券」をご自宅に郵送しています。是非、この機会に“特定健康診査”を受診しましょう。

▶ 受診券を利用して…

受診券有効期限　３月31日（水）

無料

特定健診査実施医療機関で直接受診

（県下約660医療機関、県外でも受診可能）

※事前に電話等にて受診予約を行ってください。

詳しい手続き等については、
昨年６月に送付した資料をご覧ください。

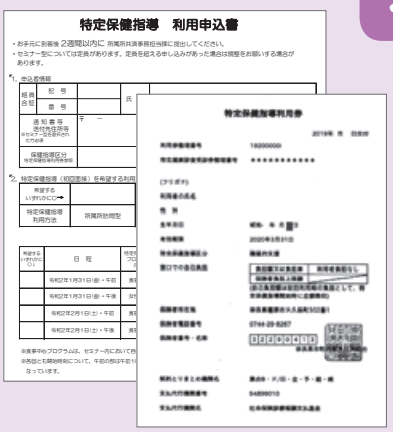
※共済組合から人間ドック受診券を発行した方には、特定健康診査受診券は送付していません。

パート勤務先等で健康診断を受診された方は、右記（上段）をご覧ください

「特定保健指導利用券」を配布した組合員様・被扶養者様へ

● 特定保健指導は「高齢者の医療の確保に関する法律」に基づき、保険者である共済組合が、特定健診の結果利用対象となった方に実施するものです。対象者へは、オレンジの封筒（A4サイズ）に封入し、利用券と利用申込書を配付しています。是非、この機会に“特定健康指導”を利用しましょう。

▶ 利用券を利用して…



有効期限　利用券に記載の期日

無料

保健指導の方法

	所属所訪問型※1	セミナー型
利用場所	所属所が指定する場所	県内に会場を設定 ※2 右記「セミナー型特定保健指導の追加日程」についてを参照
自己負担	**無料**　共済組合が全額負担します	
メリット	★保健師等が職場を訪問し、職場で受けることができます。	★配偶者も一緒に受けることができます。

※1 組合員のみが対象となります。
※2 上記のいずれの方法においても利用することができなかった場合、特定保健指導を実施している「奈良市総合医療検査センター」又は「奈良県健康づくり財団」ほか県内外の集合契約医療機関で特定保健指導を利用することができます。

申込の方法

職場の定期健診を受診された方（組合員）	利用方法を選択のうえ、利用申込書を必ず共済事務担当課へ提出してください
人間ドックを受診された方（組合員・被扶養者） 特定健診を受診された方（被扶養者）	利用方法を選択のうえ、利用申込書を必ず共済組合福祉課へ提出してください

詳しい手続き等については、配布資料をご覧ください。

パート等の勤務先で健康診断を受診された特定健康診査対象の被扶養者様へ

健康診断結果票コピー提出のおねがい

—健診結果コピー提出で—
「MY HEALTH WEB」
500ポイント進呈！
（詳しくは、すこやか７月号）

令和２年６月に「特定健康診査受診券」を配布させていただいた方で、パート勤務先等で労働安全衛生法に基づく健康診断を受診された被扶養者の方は、その結果票のコピーを本組合に提出いただくことにより、特定健診を受診したことになります。

その結果に基づいて、特定保健指導の対象者になった方には、「特定保健指導利用券」をご自宅に郵送しますので、本組合へ利用申込書を提出し、必ずご利用ください。（特定保健指導の利用方法の詳細は、16 ページ下段をご覧ください。）

※配布しました特定健康診査受診券で受診していただいた方は、結果票コピーの提出は不要です。

■ 受付期間
令和３年４月30日まで

■ 提 出 先
共済事務担当課を経由して提出してください

■ 健康診断受診日
令和２年４月１日～令和３年３月31日

国は、共済組合の特定健診受診率目標を90%としています。本組合の令和元年度の結果は、全体で78.5%、組合員で92.2%、被扶養者で45.3%となっており、目標達成には『被扶養者の受診率を上げる』ことが課題となっています。

この受診率等が低いと、保険者として生活習慣病対策が低いとされ、後期高齢者支援金が加算され、組合員の皆さんに負担いただく掛金が増える可能性があります。

特定健診の受診にご協力をお願いいたします。

「セミナー型特定保健指導」の追加日程について

今年度の追加日程は下記のとおりです。特定保健指導利用券をお持ちで、参加を希望される方は、利用申込書の提出をお願いいたします。利用申込書がお手元にない方は、共済組合福祉課までご連絡ください。

期日が迫っていますので、利用申込書に記載の提出期日までにお申し込みください。

日　程	特定保健指導プログラムの内容		会　場
	午前（10:00 ～）	午後（13:30 ～）	
令和３年２月12日（金）	食事コース	運動コース	奈良県社会福祉総合センター
令和３年３月12日（金）			

参加者の声

ウォーキングだけでなく、ストレッチも大切であることを知り、日々取り入れて行こうと思いました。

日常生活で脂質の増える食事をしていたことがよくわかった。今後、脂質を意識した食事をとるよう頑張りたい。

※特定保健指導等の実施にあたりましては、新型コロナウイルス感染症拡大防止対策を講じたうえで、実施いたします。なお、感染症の流行状況によりましては、実施の見合わせ等が必要となる場合がありますので、ご了承ください。

※「特定健康診査受診券」や「特定保健指導利用券」を紛失された場合は再発行いたしますので、（奈良県市町村職員共済組合　福祉課　☎0744-29-8267）までご連絡ください。