

2019 年度の特定健診・特定保健指導について

「特定健診・特定保健指導」は 2008 年度からスタートした国の事業で、2018 年度からは、第 3 期（2018～2023 年度）となり、当健保でも実施計画を作成〔当健保ホームページ（<http://www.mhi.or.jp/>）をご参照方〕し、この計画に基づき、被保険者・被扶養者の方の健康維持、改善に取り組んでまいります。

◆特定健診・特定保健指導◆

特定健診・特定保健指導は、40 歳以上の方が対象のメタボリック・シンドローム（内臓脂肪症候群）に着目した健診およびその結果に基づく保健指導です。必ず受けてください。

① 特定健診

【対象者】 18～74 歳の被保険者及び 40～74 歳の被扶養者

【受診方法】

（被保険者）会社が行う事業主健診（法定健診）を受けることで特定健診を受診したことになります。

また、今年度より、健康診断項目の年齢別設定を廃止し、全年齢で共通の健康診断を実施いたします。

（被扶養者等）以下に掲載のいずれかの健診を受診してください。

【基本となる健診項目】 右記の項目

② 特定保健指導

【対象者】 40～74 歳の被保険者・被扶養者

（1）上記①の特定健診の結果から、生活習慣病（高血圧症・糖尿病等）の発症リスクが高い方に対して、生活習慣を見直すサポートをします。対象者へはご連絡いたします。

（2）被扶養者につきましては、本年度より在宅で空いた時間にスマートフォンを使用して実施する特定保健指導（ICTを活用した遠隔面談・指導等）へ運用を変更しました。
（栄養〔食事〕中心の指導カリキュラム）

基本的な健診項目	<input checked="" type="checkbox"/> 問診 <input checked="" type="checkbox"/> 身長・体重・腹囲・BMI <input checked="" type="checkbox"/> 血圧(収縮期・拡張期) <input checked="" type="checkbox"/> 血中脂質検査 （中性脂肪・HDL-C・LDL-C） <input checked="" type="checkbox"/> 肝機能検査 （GOT・GPT・γ-GTP） <input checked="" type="checkbox"/> 血糖検査 （空腹時血糖・HbA1c・ <u>随時血糖</u> のいずれか） <input checked="" type="checkbox"/> 尿検査(糖・蛋白)
詳細健診項目	<input checked="" type="checkbox"/> 貧血検査 <input checked="" type="checkbox"/> 心電図検査 <input checked="" type="checkbox"/> 眼底検査 <input checked="" type="checkbox"/> <u>血清クレアチニン検査及びeGFR</u>

◆被扶養者等の健康診断◆

【対象者】 ①40 歳以上の被扶養者、 ②40 歳以上の任意継続被保険者
③40 歳以上の短時間労働（一般社員の 3/4 未満）被保険者

【受診できる健診】 A～Dのいずれかを選択し受診

A. 施設型健診：「特定健診項目＋胸部 X 線、心電図等」（自己負担なし）
※同時にオプション検診も選択可。（自己負担あり）

B. 巡回レディース健診：「特定健診項目＋胸部 X 線、心電図等」（自己負担なし）
※同時にオプション検診も選択可。（自己負担あり）

C. 特定健診：特定健診項目のみ」（自己負担なし）
※オプション検診は選択不可。

D. 人間ドック：被保険者および被扶養配偶者が補助の対象（自己負担あり）
※同時にオプション検診も選択可（自己負担あり）

※詳細内容および補助金申請書は、当健保ホームページ（<http://www.mhi.or.jp/>）をご確認ください。

※詳細は、委託先である L S I メディエンス株式会社からご自宅宛（対象者様宛）に送付の健診のご案内〔「2019 年度健康保険組合からのお知らせ」（青色の封筒）〕をご確認ください。



●特定保健指導の対象とならなかった方（服薬者は除く）、特定保健指導の対象となったが保健指導を実施し終了された方には、健康応援サイト「KENPOS（ケンボス）」の健康ポイントを付与します。