

特定健康診査（特定健診）について

40歳から75歳未満の被保険者の方に、メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）に着目した特定健康診査を実施しています。

- ・対象者 40歳から75歳未満の被保険者の方で、令和4年3月31日までに当組合に加入し、受診日にも被保険者の方
- ・費用 無料（当組合で負担します。）
- ・受診場所 東京都の地区医師会加入の医療機関（※全部の医療機関ではではありませんのでご注意ください）
- ・受診方法 受診方法及び実施時期はお住まいの地域（区市町村）により異なります。
一般的な受診方法は以下のとおりです。
 - ①特定健診を希望する病院・診療所に、特定健康診査を行うか否か、行うとした場合の実施の期間を確認して受診日を予約してください。
 - ②受診日に、当組合からお送りする受診券と被保険者証（保険証）を病院・診療所に提出して受診してください。
 - ③特定健康診査の結果、生活習慣病のリスクが高い方は、生活改善のために特定保健指導を受けていただくことになります。
- ・有効期限 令和5年3月31日まで
- ・受診券送付時期 対象者全員に令和4年6月上旬以降に送付します。
- ・その他 年度内に75歳の誕生日を迎えられる方は、誕生日の前日までに受診してください。
当組合では医療機関の紹介を行っておりませんのでご了承願います。
本年度も4国保組合による会場型健診も引き続き実施いたします。

特定保健指導について

特定健診・人間ドック等の結果によってメタボリックシンドロームなどにより生活習慣病（心筋梗塞、脳卒中など）を発症するリスクが高いと判断された被保険者は生活習慣病の発症や重症化を防止するため、保健指導により食生活の改善・運動等の支援を行っています。

メタボリックシンドロームとは、内臓肥満に高血圧・高血糖に脂質代謝異常が組み合わさり、心臓病や脳卒中などの動脈硬化性疾患を招きやすい病態のことをいいます。単に腹囲が大きいだけではメタボリックシンドロームには当てはまりません。

生活習慣病とは、生活習慣が原因で発症する疾患のことです。偏った食事、運動不足、喫煙、過度の飲酒、過度のストレスなど好ましくない習慣や環境が積み重なると発症のリスクが高くなります。

該当者には、当組合の保健師から、特定健診・人間ドックの受診後に案内が届きます。

特定保健指導は当組合の保健師と電話等で日時や場所を指定していただき、そこで面談を行います。

初回面談後、一人ひとりに合った目標を設定して、一定期間電話やメール等でサポートします。

簡易郵便健康診断について

専門業者に委託して、がん等の未然予防のための検査を行います。

- ・検査項目 大腸がん、歯周病リスク検査
- ・対象者 令和4年4月1日現在で40歳から74歳の被保険者
- ・健診回数 年1回
- ・健診方法 検査専門事業者に委託して実施
- ・健診費用 無料（当組合で負担します。）
- ・受診方法 ①特定健診受診券と検査キットを同封して郵送します。
②検体を取り、同封されている専用の封筒にて検査機関に送付します。
- ・健診結果 検体を提出された方には検査機関から検査結果を送付します。
検査の結果、要検査の方には希望に応じて病院の紹介等を行います。
要検査となった方は、医療機関の受診の有無について追跡調査を行います。
- ・その他 人間ドック、特定健康診査、一般健康診断補助と重複して受診できます。
保険料滞納者は検査の対象外とします。