

健康診断 **人間ドック** 積極的に受診しましょう。

令和5年度の健診事業について、当健保組合では以下のような補助を行っています。
年に1度は必ず受診して自分の健康状態をチェックしましょう!!

健診事業種別		対象者	補助金額
健康診断	一般健診 胃検診無	被保険者	6,000円
	一般健診 胃検診有		7,200円
	オプション 婦人科検診		3,000円
人間ドック	日帰りドック 一泊二日ドック	35歳以上	被保険者 及び 被扶養者
	オプション 婦人科健診 脳ドック	40歳以上	20,000円
			3,000円
特定健診	40歳から74歳までの方	被扶養者	全額健保組合負担
特定保健指導	動機づけ支援	特定保健指導 該当者	被保険者及び 被扶養者
	積極的支援		

お知らせ文書については、令和5年4月下旬に事業所宛てに送付しますのでご確認ください。

1. 健康診断（青色用紙）

- ① 「令和5年度健康診断指定施設一覧表」の中からお希望の医療機関をお選び下さい。
- ② 事業所単位で申込書・申込名簿を作成し当健保組合に提出して下さい。
- ③ 当健保組合から医療機関へ申込みます。

※ 申込書・申込名簿の提出締切日は5月31日となっていますのでよろしくお願いします。

2. 人間ドック（緑色用紙）

- ① 「令和5年度人間ドック指定施設一覧」の中からお希望の指定施設をお選び下さい。
- ② 指定施設に直接電話をして予約を取り、健保組合にご連絡下さい。
- ③ 「人間ドック利用申込書」を送付しますので、記入して健保組合へ提出して下さい。
- ④ 当健保組合で「人間ドック受診券」を発行し、郵送します。

* 特定保健指導について

特定保健指導とは、特定健診の結果メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）の危険があり生活習慣病を発生するリスクが高いと判断された人に実施される生活習慣改善のための支援です。特定健診の受診結果でレベルに応じた特定保健指導を受けることができます。

申込方法

- ① 特定保健指導の対象者の方は「令和5年度被扶養者特定健診実施医療機関一覧」の中からお希望の医療機関をお選び下さい。
- ② 医療機関に直接電話をして予約をお取り下さい。
- ③ 当健保組合に予約した旨をご連絡下さい。
- ④ 当健保組合で「特定保健指導利用券」を発行し、ご自宅へ郵送します。

特定保健指導は生活習慣改善のためのきっかけと捉え、積極的な利用をお願いします。

* 組合運営サポート事業「禁煙サポート事業 卒煙プログラム」について

このプログラムは、通院や診察ではなく遠隔・オンラインでの禁煙プログラムとなります。専用の禁煙支援アプリを使用して効果的に禁煙をサポートします。1回あたりの指導時間も30～40分で6ヶ月の長期対応で心理的依存の克服や、中断や脱落が多くなる4～6ヶ月頃もケアします。申込期限は令和6年2月28日までとなります。参加費は無料ですので、禁煙を希望する方は、ぜひ、この機会にご参加下さい。

詳しくは同封のポスター又はホームページをご覧ください。健保組合までお問い合わせ下さい。

* 被扶養者に該当しなくなった方の届出はお済みですか？

被扶養者が就職したときなど被扶養者に該当しなくなった場合には、すみやかに「健康保険 被扶養者（異動）届」を提出して下さい。届書には該当しなくなった扶養家族の保険証と高齢受給者証、限度額適用認定証の交付を受けている方はそれらの証も併せて添付して下さい。