

必ず受けよう!

令和8年度

40歳から74歳までのみなさんへ

特定健康診査

特定保健指導

「時間がない」「面倒」「自分は健康」などの理由で、特定健康診査や特定保健指導を受けるのをやめていませんか？
生活習慣病は自分でも気づかぬうちに症状が進行し、気づいたときには病状が悪化して取り返しのつかなくなることもあります。また、悪化すれば治療が長引き、医療費も膨大になります。

特定保健指導とは…?

健診の結果、生活習慣病のリスクが高い方で生活習慣を改善することにより予防が期待できる方には、特定保健指導が行われます。

医師や保健師、管理栄養士などによるアドバイスを受けて一緒に取り組むことができます。なお、**特定保健指導に係る費用は全額共済組合が負担**します。

組合員だけでなく…

特定健康診査・特定保健指導につきましては、組合員本人だけではなく、その**被扶養者も対象**となります。

生活習慣を改善しなかった場合



生活習慣病は予防・改善が可能です。
特定保健指導を上手に活用しましょう!

死の四重奏



これらは互いに合併しやすく、動脈硬化や心筋梗塞などを引き起こしやすいことから「死の四重奏」ともいわれます。



こうなる前に…

特定保健指導の対象となった場合、指導を受けて、みんなでポイントをGETしよう!

特定保健指導は
費用無料

PepUp

令和8年度

特定保健指導率 チャレンジ

のお知らせ

令和8年度の定期健康診断などの結果により新たな保健指導対象者が決定することから、令和7年度に引き続き「令和8年度特定保健指導率チャレンジ」を実施します!

所属所全体の保健指導終了率が60%以上となった場合、Pepポイントを獲得できますので、**健康診断や人間ドックを受けて特定保健指導の対象となった方は、所属所全員でポイントを獲得するためにも、ぜひ保健指導をご利用ください。**対象者にはご案内が届きます。

所属所の特定保健指導終了率が60%以上となった場合

所属所のPep Up登録者全員に**500 Pepポイント**をプレゼント!

ポイント進呈時期: 令和9年12月頃(予定)

※特定保健指導の実施状況を国へ報告(令和9年10月末)後に指導率が確定するため

令和8年度の
保健指導が対象