

これからも健康で働くために

今すぐ特定保健指導を受けましょう!!

～特定保健指導の対象となったあなたへ～

生活習慣病の前段階である「メタボリック・シンドローム」のリスクがあります。
糖尿病、心筋梗塞、脳卒中などの疾病は、いつ襲ってくるかわかりません！
まずは、この特定保健指導で健康への第一歩を踏み出してみませんか？

特定保健指導は以下3つの実施方法から選べます！

休日や仕事終わりのスキマ時間を活用したい方 ➡ ①スマホアプリ



全てのサポートがスマホアプリで完結します♪

初回面接は平日・土日祝6:00～23:00に実施でき、忙しいあなたへオススメです！

詳しくは別紙「スマホ1台 カラダ改善プログラム」をご確認ください

※アプリのダウンロード方法等詳細は、申込受付後に委託業者からお知らせします。

お好みの場所を指定し、指導員と直接お話したい方 ➡ ②指導員の訪問

希望の日時・場所（自宅・カフェなども可）に保健師等が訪問して

初回面接を実施します。

また、今なら期間限定で吉本芸人が特定保健指導を続けるコツを紹介する動画を配信中！

詳しくは別添「『笑って健康』プロジェクト」をご確認ください！



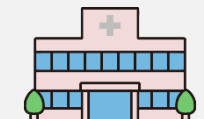
① ②の申込期限 **令和**年**月**日 (**)**

③近所の検診機関（病院など）に初回面接の予約を行う！

実施機関へ直接予約をして、特定保健指導利用券・今年度の健診結果表・マイナ保険証等を持参してください。

※ 共済組合への事前の申込み等は不要です！

特定保健指導の
実施機関一覧はコチラ ➡



③初回面接実施期限 **令和9年3月31日(水)**

当組合では、特定保健指導の対象者選定を適切に行うため、健康診断結果に加え、保険診療の受診情報（レセプト情報）を利用する場合があります。

レセプト情報により生活習慣病に関する服薬が確認された場合には、特定保健指導の対象外となることがあります。

なお、本案内をもって、当組合が保有するレセプト情報を対象者選定に利用することについて、同意いただいたものとして取り扱わせていただきます。

“生活習慣病”という名の爆弾は、いつ爆発するかわかりません。

爆発した時には、取り返しのつかないことになるかもしれません。

カラダに不調がないからと言って先延ばしせず、特定保健指導でご自身の健康を見つめ直してみませんか？



〒060-8578 札幌市中央区北4条西6丁目2番地 北海道自治会館5階

北海道市町村職員共済組合 福祉課厚生係

☎ 011-330-2567

✉ kousei@hokkaido-kyosai.jp