

特定保健指導の内容

健診結果を分析し、基準を超えた方は特定保健指導を実施します。

iDA健保組合と契約したバリューHR より特定保健指導の案内が届きますので、積極的に保健指導を受けましょう。

①動機付け支援

今年度よりfitbitかフォミュラー食の選択ができます。個別面接を原則1回行い、対象者が自らの生活習慣を振り返り行動目標を立て行動に移し、その生活が継続できることを目指した支援。3ヶ月後に通信等(原則としてICTを活用)を利用して評価を行います。

②積極的支援

今年度からfitbitかフォミュラー食の選択ができます。動機付け支援に加え、3カ月以上の定期的・継続的な支援(原則としてICTを活用)を行い、対象者が自らの生活習慣を振り返り行動目標を立て行動に移し、その生活が継続できることを目指した支援。3ヶ月後に通信等を利用して評価を行います。

※ 特定保健指導に該当された方は、ご自身の健康のためにも保健指導を積極的に受ましよう。
また、保健指導実施率は建保運営においても大切ですのでご理解のほどお願いします。