

メルマガで元気に！

ココロとカラダの
健康サポート

健康応援マガジン



第12号テーマ:健康診断の結果を振り返りましょう!

健康づくりアドバイス ~ トリプルリスクに注目しましょう!



健診でよく耳にする「**血圧・血糖・脂質**」はトリプルリスクと言われ、生活習慣の乱れや体重増加と関連しながら「**糖尿病や心疾患・脳疾患**」などの重病を招いてしまいます。トリプルリスクと体重を基準値内にして、重症リスクから自分の明日を守りませんか?

皆さんのトリプルリスクと体重のリスク状況 (2022年度データ)



※収縮期血圧と拡張期血圧の正常基準値以外割合



※空腹時血糖とHbA1cの正常基準値以外割合



※コレステロールと中性脂肪の正常基準値以外割合



※体重 (BMI) の正常基準値以外割合

健診で「経過観察」や「要医療」の判定を受けている方は生活習慣を見直し、リスクを改善しましょう! ただし、「要医療」の判定を受けている方は必ず医療機関での受診をお願いします。



ご家族の健診予約をお願いします ~ 補助を活用しましょう!

ご家族の健診予約はお済みですか? 扶養に入っている方であれば、「婦人科検診」や「配偶者以外のご家族の健診」も、一部は健保の補助対象です。ぜひ、右の申し込み手順を参考にご家族の方もご受診ください!



申込みの手順

①健保HPの「2023年度健康診断のお知らせ」にアクセス



②次の画面で「被扶養者(家族)、任意継続被保険者とその扶養者の方」をクリック

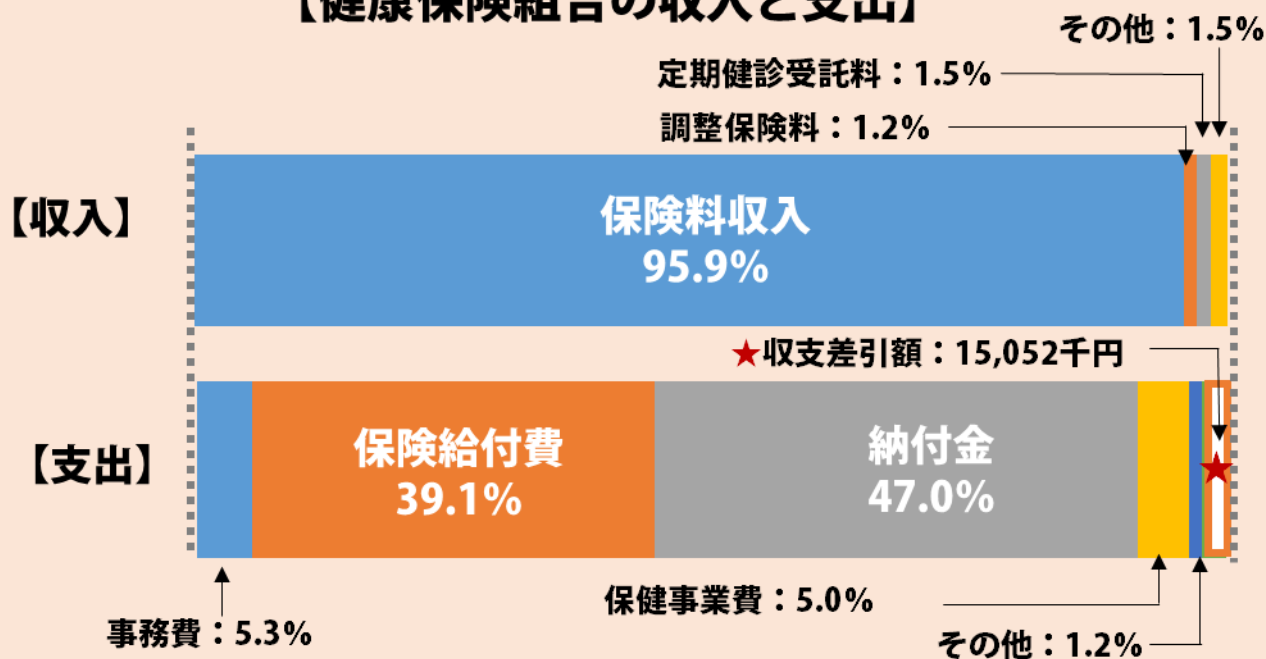
③次の画面で補助要項をご確認のうえ、受診方法を選んで予約してください。

健保から決算のお知らせ ~ 2022年決算が可決されました



事業報告及び、収入支出決算が組合会において承認され、決定いたしました。ここでは一部を報告します。皆さんの保険料がどのように使われているのか、一度詳しく確認してみませんか。詳細は健保ホームページをご覧ください。

【健康保険組合の収入と支出】



決算残金 (収支差引額)	法定準備金	15,052千円
処分内訳	2022年度末現在 法定準備金積立額合計	114,168千円



決算資料の確認方法

健保HPのTOPページ「予算・決算のお知らせ」からご覧ください。



※決算資料の閲覧には健康保険組合用のID・PWが必要ですのでご注意ください。