

健診を受けただけで満足していませんか？

健診結果を確認しましょう！

健診は「受けたらおしまい」ではありません。大切なのは、「健診結果をこれからの生活にどう活かすか」です。健診結果に記載された数値や判定の意味を理解して、今の自分の体の状態をきちんと確認しましょう！

A 異常なし

受けた検査項目は、基準の範囲内で異常はみられません。引き続き健康の保持・増進に努めましょう。

B 軽度異常

軽度の異常がみられます。この段階で生活習慣に気を付けて、健康的な生活を心がけましょう。

C 要再検査・生活改善

基準の範囲から外れた結果がみられます。よくない生活習慣を見直し、改善に取り組みましょう。なお、再検査は指示のとおり受けましょう。

D 要精密検査・治療

精密検査や治療が必要な段階ですので、早めに医療機関を受診し、適切な対処や治療に取り組みましょう。



C・Dの方で、医療機関未受診の方

当組合の保健師より受診勧奨のご案内を送付しています。大変心配な方もおりますので、ご案内が届いた方は特に、速やかに医療機関を受診ください。

50～64歳の方には！

健診結果より下記の基準に該当された50～64歳の方には委託業者((株)カルナヘルスサポート)より生活習慣病重症化予防プログラムの案内をご自宅にお送りしております。該当された方は生活習慣の改善のため、ぜひこの機会にお申込みください。

【血糖値】

HbA1c 6.5%以上または
空腹時血糖126mg/dl以上または
随時血糖200mg/dl以上

【血圧】

収縮期血圧140mmHg以上または
拡張期血圧90mmHg以上

【脂質】

中性脂肪300mg/dl以上または
LDL 140mg/dl以上または
HDL 35mg/dl未満

■プログラムの流れ

●生活習慣や治療の状況を伺うお電話

お伺いした携帯電話へカルナヘルスサポートからお電話をさせていただきます。

(発信番号:050-5578-8808)

●タブレットや自己管理用の機器の送付

遠隔面談用のタブレット・自己管理用の機器などを送付いたします。

【面談について】
平日の夜や土・日も対応可能で事業所やご自宅など好きな場所で面談できます。

●自己管理用の機器を用いた面談

お送りしたタブレットを用いて遠隔面談を行います。面談では、自己管理用の機器などの使用方法や、検査値をよりよくコントロールするためのサポートをいたします。

●約4か月間のサポート

約4か月間、自己管理用の機器(下記参照)などをお使いいただきながら、お電話で検査値をよりよくコントロールするためのサポートをいたします。

終了

■自己管理用の機器について

健診結果が以下の基準に当てはまる場合は対象の機器をお使いいただけます。どの機器をお使いいただくかは電話にてご案内いたします。



血糖値該当者
「24時間持続血糖測定器」



血圧該当者
「血圧計」



脂質該当者
「スマートウォッチ」