

職別国保の保健師による 特定保健指導

今こそ健康改善のチャンスです！

○ 特定保健指導のご利用は完全無料です！

費用は職別国保が全額負担いたしますので、個人負担金はありません。

○ 保健師がご自宅へ訪問します！（組合事務所での面接も可能です。）

職別国保の保健師（職員）が専門的な視点から、あなたに合った無理のない生活改善の方法を一緒に考え、サポートします。

○ 今ならご自身の生活改善で、数値の正常化が期待できます！

医療が必要な状態になる前に改善できると、医療費がかからず経済的にもお得です。

私たちがサポートします！



職別国保保健師 松川

はじめまして、こんにちは。京都府建設業職別連合国民健康保険組合で保健師をしています松川です。特定保健指導は、がんばった成果が必ず出ます！脱メタボを目指して、健康な体をゲットしましょう。私たち保健師があなたの健康づくりへのサポートをします。お申込、お待ちしておりますね！！

職別国保保健師 清水

こんにちは。京都府建設業職別連合国民健康保険組合で保健師をしています清水です。特定保健指導では、被保険者の皆様が無理なく健康づくりを進めていけるよう、お一人お一人に合った方法を共に考え、お手伝いさせていただきたいと思っております。ぜひ一緒に頑張りましょう！

職別国保 保健師による特定保健指導の流れ

1 お電話でお申込み ※ご予約は職別国保に直接お電話ください。 **TEL 075-801-0478**

受付時間 9:00~17:00 (土日祝除く)

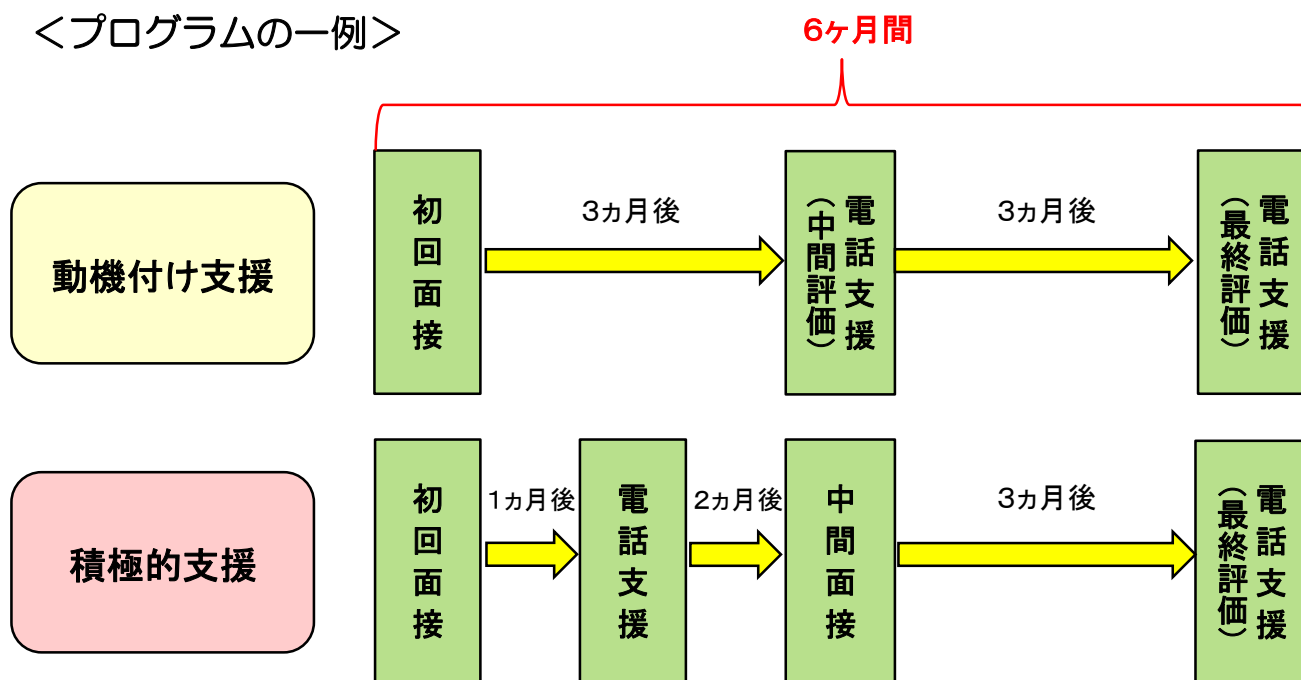
※ お申込みの際は、【被保険者証】と【特定保健指導利用券】をご用意ください。
以下のようなこととお伺いします。

- ・ 特定保健指導利用券番号 (同封の利用券(A4水色)に記載)
- ・ お名前・ご連絡先
- ・ ご希望の初回面接日時 (9:30~16:30までの時間帯(土日祝除く))

2 特定保健指導スタート(期間:6ヶ月間) ※ 完全無料です。

健診結果を確認しながら、ご自身の現在の健康状態を知っていただき、無理のない生活改善の目標を決め、6ヶ月間取り組んでいただきます。期間中は、保健師があなたに合った情報提供・サポートをいたします。

<プログラムの一例>



京都府建設業職別連合国民健康保険組合

京都府京都市中京区壬生坊城町24-1

■ お申し込み・受付ダイヤル

TEL: 075-801-0478

受付時間 9:00~17:00(土日祝除く)

FAX: 075-811-3521

<http://www.syokubetu-kokuho.or.jp/>

■ 阪急電車「大宮駅」下車 徒歩5分

