

# 健康フェスタ・特定保健指導 を開催します

## 1. 健康フェスタ

当組合では、平成26年度も健康に関する情報を広く知ってもらうためのイベント「健康フェスタ」を開催いたします。健康フェスタは、普段なかなか体験する機会のない体組成や骨密度などを測定することもでき、歯科検診も無料で受診することができます。

それ以外にも年齢を問わず楽しめるような内容となっておりますので、忘れがちな健康についてももう一度考えてみませんか。是非ご家族やご友人をお誘い合わせのうえ、ご参加ください。

### 健康フェスタ概要

**対象者** 当組合の組合員及びその家族

#### 開催日程

日程	会場
平成 26 年 11 月 2 日(日)	高崎商工会議所
平成 26 年 11 月 9 日(日)	関東信越税理士国保組合 保健センター
平成 26 年 11 月 30 日(日)	茨城県立県民文化センター

午前の部 9:30～12:00 午後の部 13:00～16:00

#### 内容

体組成や骨密度等の「計測コーナー」、管理栄養士による「ミニ栄養講話」や「無料歯科検診コーナー」などを設置予定



#### 参加方法

健康フェスタへの参加を希望される方は、本誌に同封の「健康フェスタ事前参加申込書」にてお申し込みください。

詳しくは、同封のチラシ「健康フェスタを開催します」をご覧ください。

事前申込をされた方へは、来場当日にプレゼントを用意しておりますので、多くの方のお申し込みをお待ちしております。

\* 健康フェスタは事前申込をされない場合でも、当日参加受付が可能です。

## 2. 特定保健指導(初回面接)

当組合では、健康フェスタに合わせて特定保健指導の初回面接を下記のとおり開催いたします。

特定保健指導は、特定健診の受診結果からメタボリックシンドロームに該当又はその予備群と判定された方に対し、生活習慣の見直しや生活習慣病予防のための支援を行うものです。

特定保健指導の利用料は無料(全額組合負担)となりますので、対象者の皆様におかれましては、この機会に是非ご利用いただき、ご自身の生活習慣の改善にお役立てください。

### 特定保健指導(初回面接)実施概要

**対象者** 特定保健指導対象者  
(特定健診を受診した結果、「メタボ該当」又は「予備群該当」となった方)

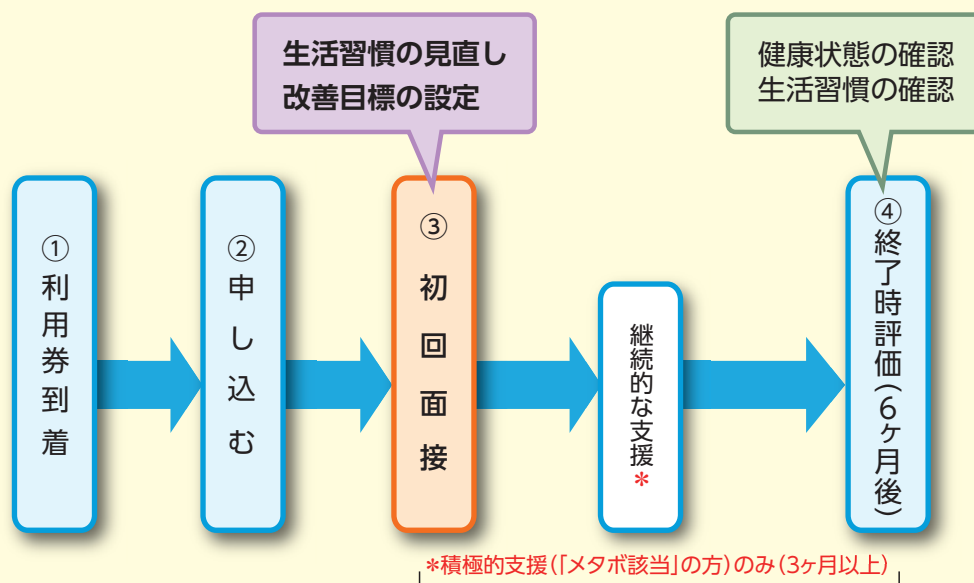
**開催日程** 前頁健康フェスタと同時開催

**内容** 初回面接として、下記の内容を予定しております。

午前の部	午後の部	内 容
9:30	13:00	○受付(体重測定)
9:50	13:20	○健康講話
10:10	13:40	○栄養講話 ○目標立て及び今後の流れ説明
11:20	14:50	○終了

**指導期間** 初回面接から終了時評価まで、約6ヶ月間

#### 特定保健指導の流れ



**費用** 無料(全額組合負担)

約6ヶ月間

**申込方法** 対象者の方には別途ご案内及び申込書をお送りいたします。