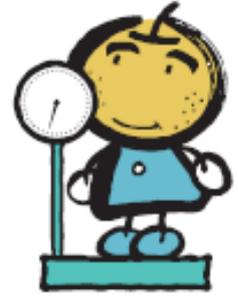


白井市国民健康保険 特定保健指導の流れ



特定健診を受診

特定保健指導は、健診結果のリスク数に応じて2つのグループに分かれます。

①生活習慣病のリスクが
中等度の人
「動機づけ支援」

②生活習慣病のリスクが
高い人
「積極的支援」

初回面談後、
自分で生活習慣の改
善に取り組みます

初回面談後、
2～3回のサポート
を受けて生活習慣の
改善に取り組みます

健診結果に特定保健指導のご案内を同封します。
保健師や管理栄養士とともに生活習慣の振り返りをして内臓脂肪蓄積の
原因を探り、生活習慣改善策を一緒に考え、取り組んでいきましょう。

3か月経過後にアンケートを送付します。3か月間の自主的な取り組みを振り返りましょう。

白井市の特定保健指導に参加
すると、生活習慣改善のコツ
がとてもよくわかるよ♪
ぜひ、参加してね！

