

健診を 年1回 受けることが健康への第一歩です

健康診断は忘れず定期的に受けましょう

毎日のように接する健康情報も、自分自身の健康状態を把握してこそ生かせるものです。

定期的な健康診断受診と、栄養バランスの良い食生活

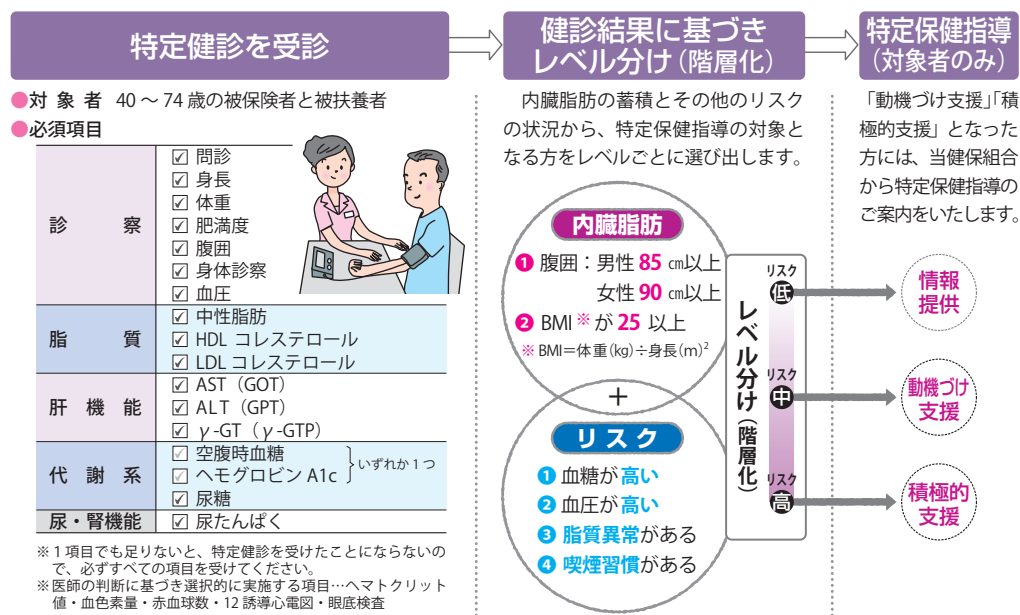
活の習慣、適度な運動が合わさって、健康状態の把握と維持を図ることにつながります。

特定健診の結果に基づいて保健指導が行われます

健保組合では、40歳以上の方には健康診断（※1）の検査数値に基づき中程度以上のリスクレベルの場合、食べすぎや運動不足などの生活習慣の見直しによってメタボリック・シンドロームの予防、解消を促す特定保健指導を、専門家に委託して行っています。（※2）

予防、指導が及ばず、高脂質、高血糖、高血圧などに至った方は早期の受診を心がけ、リスクの高まりを抑えてください。

※1 特定健診の検査結果は、健保組合が行う保健事業の人間ドック等及び会社を通じて提供される被保険者の定期健康診断から得ています。
※2 (株)全国訪問健康指導協会（三井住友信託銀行(株)本店・芝ビル健診受診者の一部は、同社健康推進センター）に委託、実施します。



病気を放置していると、医療費がますますかさんでいく…

厚生労働省「国民健康・栄養調査結果（平成24年）」によると、5年前よりいくぶん減少しているものの、多くの糖尿病を疑われる方があり、「強く疑われる」方の3割以上が治療を受けていないとされています。

自覚症状がない、あるいは、病気を抱えているのに放置していると、右記のように医療費はどんどん増えていきます。また、通院など治療にかかる時間も増えていくことになります。

早めに治療を始めて病気の進行を抑えれば、体にもお財布にも負担が小さくて済みます。

糖尿病が…

	男性	女性
強く疑われる	15.2%	8.7%
可能性を否定できない	12.1%	13.1%

糖尿病をはじめ、動脈硬化、腎臓などの病気は、初期の段階では自覚症状がないことがほとんどです。しかも年齢が上がるにつれ病気になる確率は高まります。定期的に検査を受け続けられれば、重大な病気になる前に

例 糖尿病の場合

〔1年間の医療費と自己負担3割の目安〕

※金額は一般的な例であり、個々のケースにより異なります。



*糖尿病腎症が進行して人工透析が必要になり「特定疾病」の認定を受けると、自己負担は月1万円（上位所得者は2万円）で済みます。都道府県の助成が受けられる場合もあります。

病気の芽をつむことができます。

ぜひ、年に1回、数時間の時間を作って健診を受けるようにしてください。

定期的なヘルスチェックを早めの健診で

当健保組合では、被保険者・被扶養者（ただし受診年度末に満20歳以上）の方に、専門的な項目で総合的かつ精密に検査を受診いただけるよう、人間ドックの受診費用の補助制度を設けています（被扶養者の方〈および任意継続被保険者の方〉には、検査項目を絞った一般健診コースも設けています）。

概要は下記のとおりですが、詳細は当健保組合ホームページ（裏表紙ご参照）、または事務委託先の(株)イーウェル「健康サポートセンター」のウェブサイト（下記ご参照）をご覧ください。

人間ドック等事務委託先 (株)イーウェル 健康サポートセンター
TEL:0570-057091(お問い合わせ 受付時間9:30～17:30 休業日:日曜日・祝日、12/29～1/4)
URL <https://www.kenkobox.jp/>

■受診対象者と受診コース

	お勤めの方	任意継続の方
被保険者（本人）	イーウェル人間ドック （日帰り：Aコース、2日以上：Cコース）	①イーウェル人間ドック （日帰り：Aコース、2日以上：Cコース） ②イーウェル一般健診A1コース
被扶養者（ご家族）	①イーウェル人間ドック （日帰り：Aコース、2日以上：Cコース） ②イーウェル一般健診A1コース	①イーウェル人間ドック （日帰り：Aコース、2日以上：Cコース） ②イーウェル一般健診A1コース

①または②のいずれか1つのみを年度内（4月～3月）に1回で受診いただけます。

■健診内容と当健保組合からの補助、自己負担

	イーウェル人間ドック	イーウェル一般健診A1
内容	●Aコース（日帰りベーシック） ●Cコース（2日以上）	●イーウェル一般健診A1コース ●補助対象となる指定のがん検査 ・胃部X線検査（男女とも） ・前立腺がん検査（PSA・男性のみ） ・マンモグラフィ、乳房エコー検査、子宮頸部細胞診検査（女性のみ）
当健保組合からの補助と自己負担	健診費用総額（オプション検査等を含む）から5,000円を引いた金額に対して40,000円を上限として補助。残額が自己負担。	自己負担3,000円 （+指定外オプション検査費用） ＜指定外オプション検査は全額自己負担＞

■早めのご利用をお願いします

今年度分の申込は来年2月末まで、受診は来年3月末までとなります。

昨年度の月別実績では年度末の2月、3月に利用が集中しています（年間の約4分の1）。

また秋から年末には申込み件数が減少します。

例年の健診施設で受診を予定されている場合も、申込みとともに、受診時期も早めにしていただくようお願いします。

■平成25年度月別実績（人間ドック・一般健診計）

