

被扶養者(任意継続被保険者)の皆様方へ

令和4年度 健康診断のご案内

健康管理の第一歩は定期的な健診から！

当健康保険組合では、ご家族や任意継続被保険者のみなさんの疾病予防事業として人間ドックなどの健康診断を実施しています。

健康診断の第一の目的は、がん・心臓病・脳卒中・糖尿病などの生活習慣病を早期に発見することにあります。

※ 年1回の健康診断の受診は法律により義務化されています。必ず受診してください。

そこで、当健康保険組合では、“3種類の健康診断”を用意しています。

次のいずれか(A・B・C)の健診を選び、早めの受診をお願いします！！

A 特定健診（メタボ健診）

「受診時間が短く、自己負担なしで受けられます」

- 同封の「受診券」でお近くの契約先医療機関で受診することができます。
 - ※ 事前予約のうえ、受診願います。
 - ※ 契約健診機関は当健保組合ホームページ（トップページ）「特定健診実施施設検索」により検索できます。（または、当健康保険組合へ照会ください。）
- 費用は健康保険組合が全額負担します。
- 受診方法等は同封の「特定健康診査等のご案内」（緑色）をご覧ください。

B 家族巡回健診

「お住まいの近くの会場で充実した健診が受けられます」

- 契約先は（一財）京都工場保健会です。
- 受診方法等は同封の「2022年度 健康診断受診ガイド（水色）」をご覧ください。
 - ※ 受診申込みは「健康診断申込用紙」に必要事項を記入いただき送付ください。
 - ※ 健康保険組合よりの補助がありますが、一部自己負担がありますのでご注意ください。
【例】基本検査のみでの自己負担額は4,100円（健保組合が8,000円補助します。）
- 巡回健診会場（日程）は全国にわたっています。
今回、同封した「健康診断会場一覧」は近畿地区のみとさせていただきました。全国の「会場一覧」は、当健保組合ホームページ（お知らせ一覧）「2022年05月09日：巡回健診会場一覧（全国版）」に掲載していますのでご参照ください。



■ お問い合わせ先（契約健診機関）
（一財）京都工場保健会 事業推進課 被扶養者健康診断係 ☎ 0120-89-1290

C 人間ドック

「より詳細に健康状態を調べたい方に適しています」

- 基本検査のみの場合で、健康保険組合が20,000円補助します。(婦人科健診・脳ドックにも別途補助があります。)
- 実施方法等は当健康保険組合または被保険者の方が勤務する事業所でご確認ください。
- 当健康保険組合ホームページ(→健康づくり▶人間ドック(脳ドック))もご参照願います。

上記の3種類の健診では、それぞれ実施する健診項目に違いがあります。A・Bについては同封のパンフレットに掲載していますので参照願います。または、当健康保険組合へ照会ください。

その他

- パートなどの勤務先や市町村が実施する健康診断を受診された方は、「健診結果の写し」を提出いただくことで受診済にカウントされます(特定健診の全項目を満たしている場合のみ)。
- 当健康保険組合へ電話連絡(☎06-6482-3288)をいただきますと“返信用封筒と簡単な質問票”をお送りします。ご返送願います。
- ★ 返信いただいた方には「記念品(QUOカード)」を進呈いたします(自宅へ郵送)。

**1年に一度の健診で、病気を
早期発見することは重要です。**

がんや生活習慣病はコロナの収束を待ってくれません。



日本人の死亡原因の約6割は糖尿病などの生活習慣病が占めています。生活習慣病を予防するために「特定健診」を行っています。また、健診結果から、保健師や管理栄養士などが生活習慣を見直すサポート「特定保健指導」を行っています。

新型コロナウイルス感染症の重症化リスクを下げるためにも、特定健診と特定保健指導を利用し、いつまでも健康で元気に生活する習慣を身に付けましょう。

今回、案内しています家族健康診断(保健指導)は内臓脂肪型肥満に着目し、糖尿病や心疾患という生活習慣病予防のための健康診査です。自分の身体の状態を把握するには最良の機会となります。

補助金制度もあり安価での受診が可能となっています。さらに、生活習慣の改善が必要な方へは無料でのアドバイス(保健指導)を実施しています。

- **健康診断の受診により、ご自身の健康状態を把握し生活習慣を改善することが、重症化予防や免疫力強化のための第一歩となります。**
- **今後の円満な家族生活を築くためにも必ず、年に一回は、健康診断を受けましょう！！**