

健診予約がまだの方へ



JR健保の健診、利用しないと「ねこに小判」。

- ✓ 40歳以上ならご家族向け特定健診は、毎年**0円**。
35歳以上なら自己負担5,000円で人間ドックを受けられる機会もご提供！
- ✓ ご家族向け特定健診や人間ドックでは、**無料で婦人科系がん検診**を受けられる！

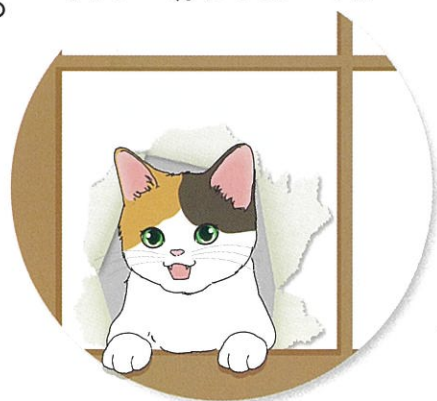
⚠ 被保険者(社員)の方は、年齢にかかわらず、会社の定期健康診断を毎年受診してください。人間ドックの申込も会社まで。

生活習慣病はねこをかぶりがち。

- ✓ 生活習慣病は自覚症状がなく、かくれたまま進行することが多い。
- ✓ 健診で確認しておけば、状況が悪くなる前に対応できる！

⚠ 何らかの自覚症状がある場合は、健診を待たず、すみやかに医療機関を受診してください。

からだの中で静かにトラブル発生してるかも！



健診予約、急がなニャン♪



ねこの手も借りたいくらい忙しい人ほど、早めの予約が吉。

- ✓ 予約時期が遅いと、予約が混み合って希望の日程がとりづらくなるおそれあり。
- ✓ 誕生日や家族の記念日に受けるなど、イベント化すると、毎年予定を立てやすい！

ご家族(被扶養者)・任意継続被保険者の方

健診のお申込方法

●インターネット

右の二次元コードからJR健保のサイトにアクセス。「申込はこちら」よりログイン後、画面に従って必要事項を入力してください。



●ハガキ

JR健保からお届けした黄色の封筒に入っている申込ハガキをご利用ください。



お問い合わせ先
(受付業務委託先)

ウィーメックス株式会社 健康検診部
TEL 0120-507-066

受付時間 月～土 9:00～17:30(日・祝日・年末年始除く)

申込期限

2025年
2/10(月)まで

※健診のお申込には条件があります。詳しくはJR健保のホームページをご確認ください。

健診を受けたその後

ねこもしゃくしも 健診結果を確認&適切な対応を。



要精密検査・要治療

病気の原因を突き止めるための詳しい検査や治療が必要

至急、**医療機関へ**

要再検査

異常な数値がからだの問題によるものなのかどうかを判別するため、もう1度検査が必要

なるべく早く**医療機関へ**

特定保健指導

生活習慣の改善で病気の予防ができる段階。**保健師などのプロからアドバイスが無料**でもらえる！

ぜひ**ご利用を！**

毎年の変化にも着目

基準値内であっても、数値が急に悪くなった・年々悪くなっていると、いった場合は、からだの中で変化が起こっているかもしれません。今のうちに生活習慣の見直しを。

健診受診率と保険料の深い関係

40歳以上の方には、国により特定健診の実施が定められています。また、JR健保では支出の約4割を高年齢者医療のための負担金として国へ納めており、実は、**特定健診の受診率が低いと、ペナルティとして負担金が増額される仕組み**になっています。一方、**健診受診率の目標を達成すると、負担金が減る可能性も…！**

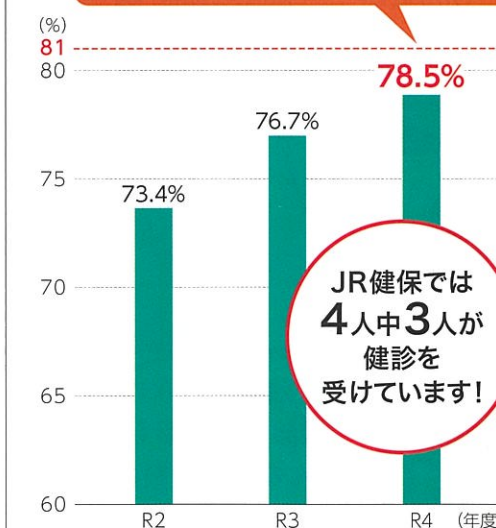
健診受診率の目標をクリア

負担金減額の対象となる
評価ポイントを獲得

保険料率をキープ！

■ JR健保の特定健診受診率

国が定めた受診率の目標 **81.0%**
惜しい！ 達成まであと2.5ポイント！



JR健保では
4人中3人が
健診を
受けています！

あなたの健康を守るため、そして加入者みなさんの負担を減らすためにも、
健診受診にご協力をお願いします

パート先等の
健診を受けた方

もう1度健診を受けなくても、
健診結果をご提出いただくと、お礼としてプレゼントがあるニャン♪

