

●人間ドック(日帰り)

利用できる人	35歳以上の被保険者及び被扶養者
主な検査項目	身体計測、一般理学検査、呼吸器系検査、循環器系検査、腎機能検査、胃腸系検査、肝機能検査、糖尿病検査、血液系検査、眼科、外科、婦人科など ※医療機関によっては、胃部検査の内、胃カメラについてはオプションになります。
申込方法	希望日の10日前までに医療機関で予約し、受診券(申込書)を健保組合へ提出
受診者負担金	●日帰り：10,000円+受診料総額分にかかる消費税 ……当日窓口にてお支払いください。

●脳ドック

利用できる人	35歳以上の被保険者及び被扶養者
申込方法	希望日の10日前までに医療機関で予約し、受診券(申込書)を健保組合へ提出
受診者負担金	●15,000円+受診料総額分にかかる消費税 ……当日窓口にてお支払いください。

●スマート脳ドック

利用できる人	30歳以上の被保険者及び被扶養者
申込方法	<ul style="list-style-type: none"> <li>●smartdoc@tobu.co.jpに職場名、氏名、資格情報の記号・番号を送信 健保からの返信にクーポンコードが付いてきます</li> <li>●スマートドック(https://smartdock.jp)にアクセス</li> <li>●トップ画面「近くのクリニックを探す」をクリックして希望のクリニックを選択</li> <li>●「空き枠を確認して予約する」を選択し、希望の日時を選択</li> <li>●スマートドックの会員登録・WEB問診票の回答をする</li> <li>●お支払方法の設定画面でクーポンコードを入力 ※お会計金額に割引金額が適応されていることをご確認ください。</li> <li>●「予約確定ボタン」をクリック 登録メールアドレスに予約完了のお知らせが届きます</li> </ul>
受診者負担金	●3,000円



●乳がん/子宮がん検診

利用できる人	女子で20歳以上の被保険者及び被扶養者
申込方法	希望日の10日前までに医療機関で予約し、受診券(申込書)を健保組合へ提出
受診者負担金	●乳がん検診：500円+受診料総額分にかかる消費税 ●子宮がん検診：1,500円+受診料総額分にかかる消費税 ……当日窓口にてお支払いください。

●生活習慣病予防/家族健診

利用できる人	<ul style="list-style-type: none"> <li>●1次検診は希望者(ただし、25・30・35・40・45・50・55・59歳の方は全員対象)</li> <li>●被扶養者の配偶者で35歳以上の希望者または34歳以下でもとくに希望する方</li> <li>●2次検診は1次検診の結果、再検査が必要と認める方</li> </ul>
申込方法	社報でお知らせします。なお、任意継続被保険者は健保組合で案内を送付いたします。
受診者負担金	●生活習慣病予防/家族健診：任意継続者は当日受付にて1,000円をお支払いください。
健診機関及び実施時期	●健診機関：葛飾健診センター ●1次検診：5月～6月 ●2次検診：6月～10月
検査方法	●1次検診：集団検診車による巡回検診 ●2次検診：葛飾健診センター

皆さんも病気の予防、健康づくりのために積極的にご活用ください。

●保健指導宣伝事業

項目	実施時期	内容
「健保だより」の配付	8・3月	被保険者全員に配付
「医療費のお知らせ」の通知	毎月	Pep Upで通知
育児書の配付	年間	第一子誕生の際、被保険者に育児書「わくわく育児」を配付
Pep Up	年間	健康管理ツール「Pep Up」を利用して健康を自己管理する

●疾病予防事業

項目	実施時期	内容
日帰り人間ドック		35歳以上の被保険者及び被扶養者の希望者に受診料を補助
脳ドック	年間	35歳以上の被保険者及び被扶養者の希望者に受診料を補助
乳がん検診子宮がん検診		20歳以上の被保険者及び被扶養者の希望者に受診料を補助
スマート脳ドック	●1回目募集 4月1日～20日 ●2回目募集 10月1日～20日	1回目受診期間 4月～7月 2回目受診期間 10月～12月 30歳以上の被保険者及び被扶養者の希望者に受診料を補助 受診者負担金3,000円
生活習慣病予防健診 家族健診	6月	一次検診は被保険者の希望者に受診料を補助。25歳、30歳、35歳、40歳、45歳、50歳、55歳、59歳については全員対象(無料)。二次検診(指定医療機関は無料) 35歳以上及び34歳以下でも特に希望する被扶養者を対象に受診料を補助
大腸がん検診	11月	35歳以上の被保険者及び被扶養者の配偶者で希望者に受診料を補助 34歳以下の希望者は実費(2,000円+消費税)を支払い受診可能
インフルエンザ予防接種	11月	被保険者の希望者
健康電話相談	年間	健康、医療相談を電話にて無料で実施
生活習慣病受診サポート	年間	糖尿病などの受診推奨
ReLIFE(保健指導)/ICT	年間	生活習慣病予防健診の年齢指定受診者25歳・30歳・35歳のうち保健指導対象者に実施
家庭常備薬等の有償斡旋	4・9月	(株)アーテム・白石薬局(株)による有償斡旋 セルフメディケーションの推進

ReLIFE(保健指導)/ICTについて

生活習慣病予防健診40歳未満の年齢指定受診者(25・30・35歳)の方は受診の結果、保健指導対象となった場合は保健指導を受けていただきます。

健診結果通知の保健指導欄に「動機づけ支援」・「積極的支援」が表示されます。それ以外の方は生活習慣を見直すきっかけとしましょう!

メタボリックシンドローム(特定健診)			
メタボ判定	基準該当		
保健指導	積極的支援		
計測	腹囲 男性85以上 女性90以上	○	90.0
血圧	BMI 25以上		24.0
脂質	収縮期(最高) 130以上		128
血糖	拡張期(最低) 85以上	○	90
	中性脂肪 150以上	○	229
	HDLコレステロール 40未満		80
	空腹時血糖 110以上		95
	HbA1c 6.0以上		5.5

ReLIFE(保健指導)/ICT

※対面となる場合もあります。

●対象年齢：25歳、30歳、35歳

初回面談

●支援時期

- ・約1か月後……TEL・メール・SMS
- ・約3か月後……TEL・メール・SMS