

(ご家庭に持ち帰ってみんなで読みましょう)

毎年の健康診断！ ご家族全員の健康のため、 病気の早期発見のため！ 必ず受診を！！

被扶養者のみなさん！！
特に注目！！

被保険者の方は会社の健康診断がありますが、会社勤務をしていない方は、健康診断の受診機会を見逃しがちです。

オークマ健康保険組合では3つの健康診断を提供しています。
私は健康だから大丈夫と過信は禁物！ 健康診断は毎年受診しましょう！！



健康診断を受けるメリット

健康への意識が高まる！！

健診結果を見れば健康状態に問題がないかどうか分かります。健診を受けず、自分は健康だろうと過信するのではなく、健診を毎年受けて、自信を持って自分は健康だと言えるようにしましょう。そうすることで不健康にならないよう健康に対する意識も自然と高まります！



身体の危険信号をいち早く察知できる！！

健診を毎年受けることで、徐々に健診結果が悪化しているなど、自覚症状がない身体の危険信号をいち早く見つけることができます。健診結果から、生活習慣の改善や病気の早期発見・早期治療につなげていきましょう！



大切な時間とお金を節約できる！！

病気になると治療・手術・通院で、肉体的・精神的・時間的・経済的に負担がかかります。健診には時間とお金がかかりますが、病気の発症や重症化を予防できれば、トータルで時間とお金の節約につながります。健診は自分の人生のための投資だと考え、毎年受診しましょう！



当健保組合が提供する健康診断

	特定健康診査 (裏ページに詳細)	共同巡回健診 (裏ページに詳細)	半日人間ドック (ホームページをご確認)
対象者	40 歳以上 74 歳以下の ・被扶養者 ・任意継続被保険者	74 歳以下の ・被扶養配偶者 (女性)	35 歳以上の ・被保険者 ・被扶養者
特色	・メタボリックシンドロームに特化した健診 ・身体計測、血圧、血液検査等が主	・半日人間ドックに近い検査に加え、子宮頸がん、乳がん検査も受診できる	・一般的な健康診断に加え、がん、生活習慣病等の発見を目的とした検査を追加
自己負担	無 料	3,000 円	10,000 円

「特定健康診査」、「共同巡回健診」、「半日人間ドック」のいずれかを
年に1回は必ず受診しましょう！



無料で受診できます！特定健康診査！

対象者の方へ「受診券」を6月下旬に郵送します！
無料で受診できます！ぜひ受診ください！

特定健康診査（特定健診）は、40歳以上74歳以下の被保険者及び被扶養者を対象とした健診です。高血圧や糖尿病、脂質異常症などの生活習慣病の発症や重症化の予防を目的としています。

毎年受診することで、昨年とデータを比較して、悪化している項目があれば生活改善に役立てることができますので、ぜひ受診しましょう！

※ 各事業所（会社）に勤務中の被保険者の方は、各事業所での定期健康診断が特定健診を兼ねています。



【特定健康診査の申込方法】

【注意】受診券の有効期限は2024年1月31日です

1. 受診する健診機関を決める

受診券の案内に記載されている健診機関一覧またはQRコードから健診機関を決める。
（当健保ホームページの一番下「特定健康診査の健診機関検索」からも検索できます）

2. 予約する

受診したい健診機関へ電話し、「特定健診を予約希望です。
特定健診の受診券を持っています」と伝え、予約してください。

3. 健診機関で受診する

健診当日は「健康保険証」と「特定健康診査受診券」を健診機関の窓口に表示してください。



婦人科健診もあります！共同巡回健診！



対象者の方へ「申込書」を6月下旬に郵送します！
人間ドック並みの健診内容が3,000円で受診できます！ぜひ受診ください！

共同巡回健診は、74歳以下の被扶養配偶者（女性）を対象とした、特定健康診査よりも詳細な健診を行いたい方におすすめの健診です。

自己負担3,000円で人間ドック並みの検査を行うことができます。また女性を対象としているため、子宮頸がん検査や乳がん検査などの項目も含まれています。

【共同巡回健診の申込方法】

1. 受診する健診会場を決める

案内に記載されている日程表を確認し、都合の良い会場をお選びください。

2. 予約する

インターネット（スマホ・PC）もしくは案内に同封のハガキで予約してください。

3. 健診会場で受診する

健診日1週間前までに届く受付時間票や受診票、検体容器を持参し、健診会場へお越しください。



各会場とも定員があります。会場予約は先着順ですので、申込はお早めをお願いします！