住友ファーマ健康保険組合

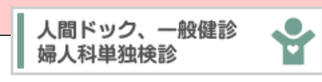
『2026年度 保健事業カレンダー』

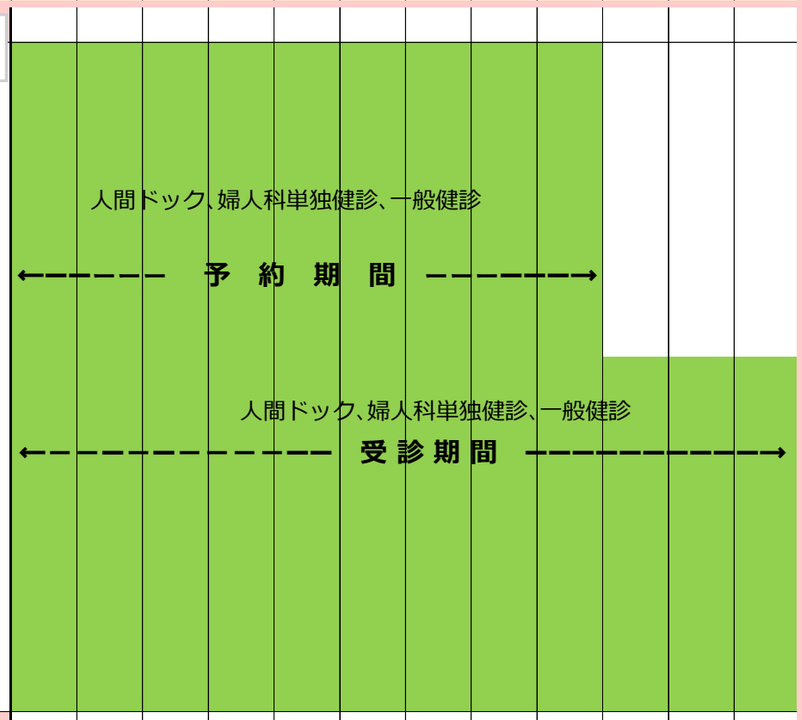
これらの事業を通じて、事業主とともに「健康宣言の実践」を進めていきます！

健保ホームページへのリンク
スマホからはこちら ⇒

実施時期目安（緑色 ■ 部分）

区分	No.	保健事業名	対象者	費用	実施時期 等
健診		日帰り人間ドック			人間ドック、一般健診 婦人科単独検診
	1	<オプション検査> ・子宮頸がん（女性） ・乳がん(ﾏﾝﾓｸﾞﾗﾌｨ又はｴｺｰ)（女性） ・ピロリ菌 ・前立腺がん(PSA)（男性） ・骨密度検査（女性） ・脳検査	被保険者(30歳以上) 被扶養配偶者(30歳以上)	5,000円 (脳検査を行う場合は9,000円)	年度内１回 予約：2026年3月14日 ～2026年12月31日 受診：2026年4月1日 ～2027年3月31日 ※予約期間は 2026年12月31日 までです。 計画的に受診ください。 (予約後の日程変更は可能です)
		婦人科単独検診			
	2	・子宮頸がん ・乳がん(ﾏﾝﾓｸﾞﾗﾌｨ又はｴｺｰ)	被保険者（女性）	無料	
		一般健診			
	3	<オプション検査> ・子宮頸がん（女性） ・乳がん(ﾏﾝﾓｸﾞﾗﾌｨ又はｴｺｰ)（女性） ・ピロリ菌 ・前立腺がん(PSA)（男性） ・骨密度検査（女性）	被扶養者(30歳以上) 任意継続者(30歳以上)	無料	
		口腔検診			
	4	歯科健診、歯科矯正相談、インプラント相談等	被保険者・被保険者 任意継続者	無料	年度内１回 (株)歯科健診センターと提携する全国の歯科医院
		会社の定期健康診断時に合わせて行う事業（事業主との共同事業）			
	5	特定健診	被保険者	無料	年度内１回 事業主による定期健康診断時
	6	大腸がん検診	被保険者(35歳以上)	無料	
	7	胃検診	被保険者(年齢制限なし)	無料	
	8	前立腺がん検診	被保険者(50歳以上、男性)	無料	
保健指導		生活習慣見直しサポート（特定保健指導）			
	9	特定健診結果より基準に該当する方を対象に、生活習慣改善のカウンセリングをweb面談にて実施	基準に該当する被保険者 (年齢制限なし)	無料	年度内１クール
	10		基準に該当する被扶養者 (30歳以上)	無料	年度内１クール
		生活習慣見直しサポート（重症化予防保健指導）			
	11	特定健診結果より、生活習慣の改善が必要な方を対象にweb面談にてカウンセリングを実施	重症化リスクが高いと考えられる被保険者	無料	年度内１クール
		受診勧奨			
	12	生活習慣病リスクがあるが医療機関未受診の方に、事業主の産業保健スタッフと連携して早期の医療機関受診を促す。	生活習慣病リスクの高い医療機関未受診者	－	適宜
予防接種		予防接種費用補助			予防接種補助
	13	インフルエンザ 他 (詳細は健保ﾎｰﾑﾍﾟｰｼﾞをご覧ください)	被保険者・被扶養者	(補助限度額あり)	（回数制限あり）
禁煙		禁煙キャンペーン			
	14	禁煙外来受診又は禁煙補助剤購入費用を上限20,000円まで補助	被保険者	(補助限度額20,000円)	１回
健康づくり		退職後の健康管理に関する情報提供			
	15	退職後の健康管理に関する情報をホームページに掲載	退職後の健康管理が視野に入った被保険者	無料	随時改訂
		KENPOSによる健康情報提供・管理			
	16	健康応援webサイト「KENPOS」□ ・健康情報の提供□ ・個人の特定健診結果の経年データ、検査概要、生活習慣改善ヒント等の提供	被保険者・被扶養者	無料	随時
		Smile Point (当健保のインセンティブ制度)			
	17	健康促進行動に伴いポイントを獲得 (詳細は健保ﾎｰﾑﾍﾟｰｼﾞをご覧ください) 貯まったポイントを家庭常備薬や健康グッズ等の商品と交換できる。	被保険者	無料	随時
		ウォーキングキャンペーン			
	18	健康づくりのためのウォーキング奨励月間 (Smile Point獲得あり)	被保険者 被扶養者(30歳以上)	無料	５月・１０月 (各１か月間)
		体重測定キャンペーン			
	19	健康意識向上のための体重測定奨励月間 (Smile Point獲得あり)	被保険者 被扶養者(30歳以上)	無料	６月 (１か月間)
常備薬		家庭用常備薬補助			
	20	Smile Pointを用いた家庭常備薬、健康グッズ等の斡旋	被保険者	(獲得ﾎﾟｲﾝﾄの範囲内は、無料で商品交換)	案内時
健康相談		電話健康相談			
	21	外部の専門相談員による、電話健康相談	被保険者 被扶養者	無料	随時
情報提供		育児指導情報誌配布			
	22	育児指導情報紙を1年間配布	出産者 （被保険者・被扶養者）	無料	出産後1年間
		健康管理セミナー等（事業主との共同事業を含む）			
	23	健康への関心を高め、健康保持・増進を促すセミナー等	被保険者	－	案内時





この他、健保ホームページ等による情報提供、事業主と健保の定期的なコラボヘルス会議、社員食堂調査による業者への提言、医療費適正化のための受診行動適正化レターや後発医薬品に関する理解促進のための情報提供、などの事業を行っています。

特定健診

特定健診とは、生活習慣病の予防のために、メタボリックシンドロームに着目して行う健診のことです。

- 被保険者(社員)は事業主が実施する定期健康診断時に受診しています。
- 任意継続の方、被扶養者の方は、以下の健診結果を特定健診データとして利用いたしますので、必ず受診してください。

対象者		年齢	特定健診受診方法
被保険者	被保険者 (任意継続除く)	全て	定期健康診断
	任意継続	30歳以上	一般健診 または 人間ドック
被扶養者	配偶者	30歳以上	一般健診 または 人間ドック
	配偶者以外	30歳以上	一般健診

Ⓑ 特定保健指導 検査基準値

検査項目		基準値
血圧	最高血圧(mmHg)	130 以上
	最低血圧(mmHg)	85 以上
血糖	空腹時血糖(mg/dL)	100以上
	HbA1c(NGSP値%)	5.6 以上
脂質	中性脂肪(mg/dL)	150 以上
	HDLコレステロール(mg/dL)	40 未満
	LDLコレステロール(mg/dL)	ー

生活習慣見直しサポート（特定保健指導）

特定健診の結果から、生活習慣病の 発症リスク が高い方に対して専門スタッフが行う生活習慣を見直すサポート事業です。

将来の自分の健康のための無料カウンセリングです。対象となった方には、個別に案内いたしますので必ず受講してください。

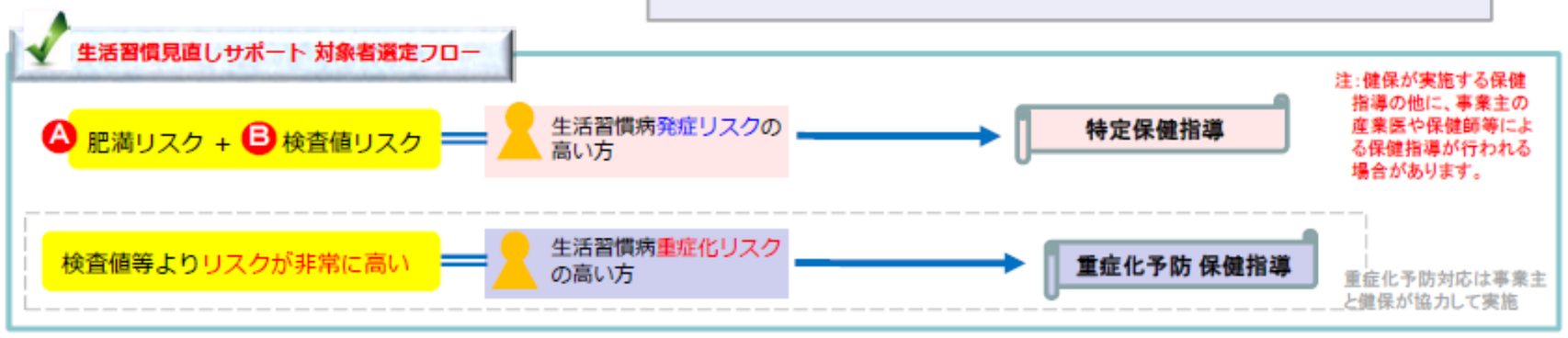
<対象者の基準>　（当健保）

Ⓐ 肥満リスク 腹囲	該当する検査値 ①血糖 ②脂質 ③血圧	受診＋服薬	④ 喫煙	年齢 ～64歳	年齢 65～74歳
男性　≧85cm 女性　≧90cm	2つ以上	なし	あり・なし	積極的支援	動機付け支援
	1つ	なし	あり		
			なし		
上記以外で BMI≧25	3つ	なし	あり・なし	積極的支援	動機付け支援
	2つ	なし	あり		
			なし		
	1つ	なし	あり・なし		

サポート内容

・「3ヵ月間、面談1回」 または 「6ヵ月間、面談３回」

生活習慣見直しサポート（重症化予防保健指導）

特定健診の結果から、生活習慣病の 重症化リスク が高い方に対して専門スタッフが行う生活習慣を見直すサポート事業です。

生活習慣見直しサポート 対象者選定フロー