



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	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
健診	日帰り人間ドック																
	1	<オプション検査> ・子宮頸がん(女性) ・乳がん(マンモグラフィ又はIHC)(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)	3,000円 (脳検査を行う場合は7,000円)	人間ドック、一般健診 婦人科単独検診 年度内1回 予約：2020年3月14日 ～2020年9月30日												
	婦人科単独検診																
	2	・子宮頸がん ・乳がん(マンモグラフィ又はIHC)	被保険者(女性)	無料	受診：2020年4月1日 ～2021年3月31日												
	一般健診																
	3	<オプション検査> ・子宮頸がん(女性) ・乳がん(マンモグラフィ又はIHC)(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	※ 予約期間は 2020年9月30日 までとなっていますので、計画的に受診ください。(予約後の日程変更は可能です)												
	口腔検診																
	4		被保険者	無料	年度内1回 各事業所ごとの口腔検診												
	5	口腔健診, 歯石除去, 歯科保健指導	被扶養者 任意継続者	無料	年度内1回 ファミリー歯科検診 (関西、関東、中部、福岡、札幌)												
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)																	
6	特定健診	被保険者	無料														
7	大腸がん検診	被保険者(35歳以上)	無料	年度内1回													
8	胃検診	被保険者(年齢制限なし)	無料	事業主による定期健康診断時													
9	前立腺がん検診	被保険者(50歳以上、男性)	無料														
保健指導	特定保健指導																
	10	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(約6カ月間)												
	11		基準に該当する被扶養者(30歳以上)	無料	年度内1クール(約6カ月間)												
	重症化予防保健指導																
	12	生活習慣病で、生活習慣の改善が必要な方を対象にカウンセリングを実施	基準に該当する被保険者	無料	年度内1クール(約4カ月間)												
	受診勧奨																
13	生活習慣病リスクがあるが医療機関未受診の方に、レター等で早期の医療機関受診を促す。	基準に該当する被保険者	-	年度内1回													
情報提供書																	
14	健診結果に応じた情報提供書を発行	被保険者・被扶養者	-	年度内1回													
予防接種	予防接種費用補助																
	15	・インフルエンザ他 (詳細は健保ホームページをご覧ください)	被保険者・被扶養者	(補助限度額あり)	予防接種補助 (回数制限あり)												
禁煙	禁煙																
	16	禁煙外来受診又は禁煙補助剤購入費用を上限10,000円まで補助	被保険者	(補助限度額10,000円)	1回												
退職後の健康管理に関する情報提供																	
17	58歳の方を対象に、退職後の健康管理に関する情報提供冊子を配布	基準に該当する被保険者	無料	年度内1回													
KENPOSによる健康情報提供・管理																	
健康づくり	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																
	18		被保険者・被扶養者	無料	随時												
Smart Life Point (スマートライフポイント)																	
19	健康促進行動に伴いポイントを獲得(詳細は健保ホームページをご覧ください) 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																	
20	健康づくりのためのウォーキング奨励月間(Smart Life 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																	
21	健康意識向上のための体重測定奨励月間(Smart Life 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																
	22	Smart Life Pointを用いた家庭常備薬、健康グッズ等の斡旋	被保険者	(獲得ポイントの範囲内で、無料で商品交換)	案内時												
健康相談	電話健康相談・メンタルカウンセリング																
	23	外部の専門相談員による、電話健康相談、電話および面談によるメンタルカウンセリング	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																
	24	育児指導情報誌を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)																	
25	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、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。

保健事業カレンダー 補足説明

※ 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

一人ひとりが、前向きに行動し、
健康宣言を実践していきましょう！

[「大日本住友製薬の健康宣言」へのリンク](#)



※ 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。

対象となった方には、個別に案内いたします。将来の自分の健康のために、無料サービスの特定保健指導を活用ください。

<保健指導対象者の基準> (当健保)

①肥満リスク

腹囲: 男性85cm、
女性90cm以上
または BMI:25以上

該当あり

該当なし

②検査値

検査項目		<特定保健指導>基準	<重症化予防>基準
血圧	最高血圧(mmHg)	130以上	160以上
	最低血圧(mmHg)	85以上	100以上
血糖	空腹時血糖 (mg/dL)	100以上	126以上
	HbA1c(NGSP値%)	5.6以上	6.5以上
脂質	中性脂肪(mg/dL)	150以上	1,000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)	-	180以上

特定保健指導

服薬

重症化予防

なし

該当項目あり