

## 東洋製罐健康保健組合の保健事業

### 保健事業のスローガン

**「自分のカラダをキチンと知ってセルフケア」～自分の健康を守るのは貴方自身です～**

各種の健康診断を通じて、自分のカラダを知り、疾病予防(セルフケア)につなげていく活動を推進しています。

健康診断を通じて危険因子を見つけ出し「発症予防」「早期受診」「病気の進行阻止」を支援します。

カラダも機械も、壊れる前の早めの予防(定期点検)と治療(修理)が必要です。病気が重くなると医療費が高くなるだけでなく、入院等で働けなくなったりと、あなたの周りの方にも心配や迷惑をかけてしまいます。

**主な保健事業** ※本人とは当健保に加入している従業員・役員、**家族**とは本人の被扶養者、**任意継続加入者**とは任意継続被保険者とその被扶養者

#### 【全ての方対象(当健保加入者全て)】

- ① **健康診断の受診促進(40歳以上は特定健診含む)・・・気軽に健康診断を受け自分のカラダの状態を知りセルフケアに努めましょう**
  - ・ 会社の定期健康診断時に、健保負担で胃部X線(ABCリスク検査移行中)・大腸癌・眼底検査・前立腺がん健診を実施 (本人)  
※対象者:30歳と35歳、40歳以上の本人全員 (但し、前立腺がん検査は55歳以上)
  - ・ 日帰り人間ドック、その他オプション検査 (本人30歳以上 1回/年) 費用上限4万円(税込)まで健保補助(ドック・単独どちらか1回)
  - ・ 単独健診(脳ドック・大腸内視鏡・胸部CT・胃部内視鏡 等) (本人30歳以上 1回/年) 費用上限4万円(税込)まで健保補助
  - ・ 婦人科健診 全額健保補助 (本人:全年齢 1回/年)
  - ・ 家族向け健診(施設/巡回/在宅) (家族・任意継続加入者:30歳以上 1回/年)  
特定健診・一般健診・婦人科健診・便潜血は 全額健保補助、一部オプション検査費用は自己負担2割
  - ・ 個人別健康情報誌(クピオ)の配布(医療機関からの健診結果報告者) (本人・家族・任意継続加入者)
- ② **特定保健指導の着実な実施**
  - ・ 生活習慣病(メタボリック症)を防ぐ健康指導の実施
- ③ **契約保養施設の利用促進 ～ オフタイムは心身ともにリフレッシュ!**
  - ・ セラヴィリゾート泉郷、ラフォーレ倶楽部、ルスツリゾートの全国宿泊施設利用促進
- ④ **育児誌「赤ちゃんと!」を無料配布 (子どもの出生扶養申請による)**
  - ・ 子ども誕生から1年間、育児誌「赤ちゃんと!」を送付し子育て支援する

#### 【本人(当健保に加入している従業員・役員)対象】

- ① **家庭用常備薬の無償配布**
    - ・ 医薬品の無償配布 (2,000円以内/本人)
  - ② **事業主との協働(コラボヘルス)の推進**
    - ・ 活動量計による運動習慣向上 (本人)
    - ・ 保険適用の禁煙外来受診終了者への補助 (本人)
    - ・ オンラインによる禁煙外来(保険適用外)の補助 (本人)
  - ③ **感染予防**
    - ・ インフルエンザ予防接種補助 (1,000円/本人)
  - ④ **体育活動奨励**
    - ・ 各事業所毎のリクリエーション、スポーツ施設の契約料一部負担等で心身のリフレッシュを支援する(本人・家族)
- **事業主契約の健康相談ダイヤル(外部委託)もご利用いただけます**
- ・ 国内からの電話、Webによる24H365日の健康相談窓口 0120-27-3268の利用促進

**『健康がすべてではない しかし 健康を失うとすべてを失う』**

**『人生において健康がすべてではないが 健康がなければ全てがない』 ヨーロッパの諺**