

健保 だより

2008
健康管理
特集号

Vol.173

TOPICS

- 「健康診断は健康づくりの第一歩」…………… P.2
- 当健保組合の健康診断…………… P.4
- 「健康調査票」と「健康診断個人票」…………… P.6
- 健康診断の検査項目…………… P.8
- 健康管理ファイルの活用テクニック…………… P.9
- 健康診断と保健指導の委託機関一覧…………… P.10
- 禁煙コンテストのお知らせ…………… P.12

※著作権法の規定により写真を掲載できません。

健康保険組合はみなさんの健康を応援します!!

名古屋薬業健康保険組合

<http://www.meiyaku-kenpo.or.jp/>

従来、健診は病気の「早期発見・早期治療」を主目的として実施されてきました。しかし、これからは「日頃の健康づくりの成果を健診で確認すること」を基本に、全員受検することが大切です。

本年4月より、健康保険組合をはじめとする医療保険者に40～74歳の方々に特定健診と特定保健指導の実施が義務づけられたことにより、まさに健診は多くの人にとっての“当たり前”になりつつあります。

健診の
申し込みは
お済みですか？

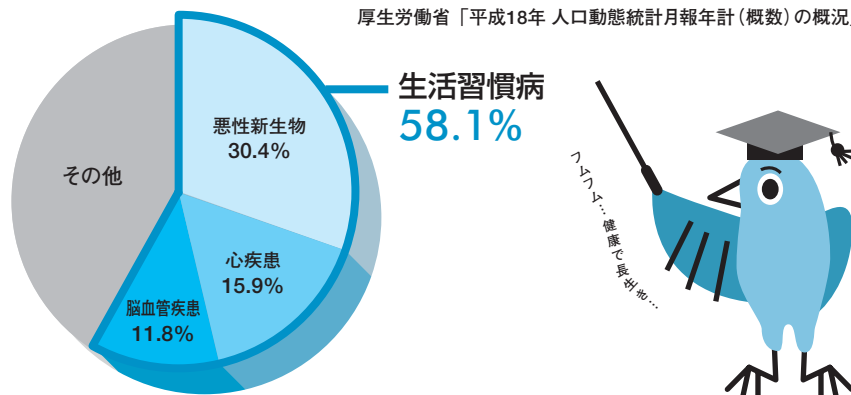
健診は、健康づくりの
第一歩です！

日本人の約6割が生活習慣病で亡くなっています

みなさんは、「健康寿命」という言葉をご存知ですか？高齢化、長寿社会などという言葉を目にしますが、病気で亡くなる方のほうが多いのが現実です。単に長生きではなく、“健康で長生き”することが重要です。

主な死因別死亡数の割合（平成18年度）

厚生労働省「平成18年 人口動態統計月報年計（概数）の概況」より



メタボリックシンドロームに焦点

新しい健診は、メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）に焦点を当てています。メタボリックシンドロームは、内臓脂肪型肥満に加え「高血糖」「脂質異常」「高血圧」のうち2つ以上を併せ持った状態をさし、将来的に心筋梗塞や脳卒中といった病気を発症するリスクが高くなります。

そのため、メタボリックシンドロームを発見し、早い段階で改善に努めることが重要視されています。



安くない代償

生活習慣病を発症して入院するとすれば、身体的・精神的負担は大きく、経済的負担も想像以上のものとなります。また病気の種類によっては後遺症が残るなど、病後の社会生活を大きく制限しかねないこともあります。

脳卒中

医療費総額 約200万円
自己負担額（3割） 60万円

心疾患（心筋梗塞）

医療費総額 約150万円
自己負担額（3割） 約45万円

大腸がん

医療費総額 約100万円
自己負担額（3割） 約30万円

※いずれも高額療養費に該当します。

参考：谷康平『こんなにかかる医療費』（新日本保険新聞社、2007年）

定期的に健診を受けることで分かる健康になるためのヒント

毎年の健診結果をきちんと整理していますか？健診結果は、そのときだけ確認するものではありません。過去数年間の変化（経年変化）を見ることで、健康状態を確認することが大切です。



（例）体重と血圧の経年変化

男性（身長170cm）の例

年齢	体重（単位：kg）	BMI 指数	血圧（単位：mmHg）	
			収縮期（最高）	拡張期（最低）
20歳	63.9	22.1	117	78
25歳	63.8	22.1	114	79
30歳	67.3	23.3	120	80
35歳	69.5	24.0	122	82
40歳	70.1	24.3	124	82
45歳	71.4	24.7	130	84
50歳	72.8	25.2	131	87

BMI指数＝体重（kg）÷身長（m）²

標準体重＝身長（m）²×22（BMI指数）

※BMI指数の「22」とは病気になる確率が最も低い指数といわれています。

●年々、少しずつながら体重増加、血圧上昇の傾向にある。特に30歳を境に20歳代の頃にはみられなかった体重の増加が顕著に現れる。

このような30歳代からの肥満傾向に着目し、当組合では総合健診の対象年齢を満35歳以上に加え、満30歳の被保険者および被扶養者の方としています。

「肥満」特に「内臓脂肪型肥満」になると、脂肪細胞が分泌しているさまざまな物質のうち、悪玉物質が増加し体に悪影響を及ぼします。放置すると動脈硬化が進み、命に関わる心疾患や脳血管疾患のリスクが高くなります。また、年齢とともに（特に30歳からは要注意）基礎代謝が低下し脂肪が蓄積しやすくなるため、日々の健康管理がさらに重要になってきます。

寸暇を惜しむと後悔する?!

健診を受けていない方のなかに、次のような理由をあげられる方はいらっしゃいませんか？

理由 その1

忙しくて…

一般的な健診の場合、半日で済むものがほとんどです。「忙しい」を理由に健診を受けず、病気の芽を放置した結果、一生を棒に振るケースも見られます。ご自身の健康を後回しにせず、1年のうち半日程度は時間を作って必ず受検するように心掛けてください。



理由 その2

健康だから

生命にかかわる生活習慣病の多くが、初期段階では無症状のことが多く、自分ではなかなか気づきません。健康だと思っても、大きな病気が潜んでいる可能性を否定できません。それらの病気を発見するには、やはり健診が一番効果的です。ご自身の健康を過信せず、定期的に健診を受けましょう。

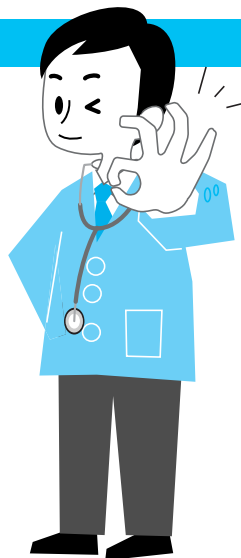


当組合が実施している健診については次ページをご覧ください。

ご存知のように、本年4月から生活習慣病の元になるメタボリックシンドロームに焦点を当てた「特定健診・特定保健指導」がスタートしました。

当組合が実施する健診は特定健診で必須となる項目をすべて網羅しているうえ、過去の健診結果や疾病統計をもとに充実した検査内容で実施しております。ご家族(被扶養者)のみなさんも、ぜひ受検してください。

健診後は、結果をもとに改善に取り組み、次の健診で成果を確認しましょう！



健保の 健診受けて 改善!

健保の健診

～あなたはどの健診を受けますか？～

若い方
向け

基本健診（旧定期健診）

労働安全衛生法の定期健診をベースにしたもっともベーシックな健康チェック。毎年定期的に受け、過去からの変化を知ることによって病気を予防することができます。

中高年
の方向け

総合健診（旧生活習慣病健診）

大きな病気も小さなうちに発見して適切な処置をすれば、身体的にも家計的にも負担が少なくて済みます。生活習慣病やガン対策を含めたトータル的な健診です。

主婦
の方向け

New! 特定健診

40歳以上のご家族を対象に行う健診です。

人間ドック

自覚症状のない大きな病気の芽の発見に役立ちます。自分の健康を過信せず、身体の総点検をしてみましょう。

歯科健診

「歯は健康の入口」という言葉があるように、歯の健康は身体の健康と密接な関係があるとされています。近年は歯周病が増加傾向にあります。定期的な歯の健康チェックもお忘れなく!!

名称		対象者	一部負担金	健診費用の取扱い方法	
1	基本健診	満35歳未満 (満30歳を除く)の 被保険者・被扶養者	3,000円	委託実施分	健診費用は、一部負担金を除き当組合が負担します。一部負担金は、直接健診機関に支払ってください。
				補助実施分	受検の際に、健診費用全額を支払ってください。補助限度額(7,000円)から一部負担金を控除した実費を補助します。
2	総合健診	満30歳と満35歳 以上の被保険者・ 被扶養者	8,000円	委託実施分	健診費用は、一部負担金を除き当組合が負担します。一部負担金は、直接健診機関に支払ってください。
				補助実施分	受検の際に、健診費用全額を支払ってください。補助限度額(男性23,000円・女性28,000円)から一部負担金を控除した実費を補助します。
3	特定健診	満40歳以上の 被扶養者のみ	1,000円	委託実施分	健診費用は、一部負担金を除き当組合が負担します。一部負担金は、直接健診機関に支払ってください。
				補助実施分	受検の際に、健診費用全額を支払ってください。補助限度額(男性5,000円・女性12,000円)から一部負担金を控除した実費を補助します。
4	人間ドック	満35歳以上の 被保険者・被扶養者	—	委託実施分	補助限度額(入院20,000円・外来10,000円)を当組合が負担します。検査料金から補助限度額を差し引いた金額を受検者の負担としますので、直接健診機関に支払ってください。
				補助実施分	受検の際に、健診費用全額を支払ってください。検査費用のうち、入院は20,000円・外来は10,000円を限度に補助します。
5	歯科健診	被保険者・ 被扶養者	500円	委託実施分	一部負担金は500円とし、残額は組合負担とします。 なお、一部負担金は、後日一括して事業主宛納付方依頼します。
				補助実施分	補助限度額(2,000円)から一部負担金を控除した実費を補助します。そのうち受益者一部負担金は、500円とします。

※年齢は本年度(4/1～翌年3/31)内の到達年齢です。

※対象年齢にあわせ、1～4の健診のうちいずれか1つを毎年度1回受けてください。

■ 健診は受けた後が大切!

定期的な健診は、健康管理において大変重要な役割があります。しかし、単に受けるだけではその役割を十分に活かせません。健診結果を受け取ったら、経年変化を確認して、異常があれば日常生活における改善を行ってこそ、真の健康管理と言えます。

また、健診はその時点の健康状態をチェックするものですから、将来にわたり健康を保証するものではありません。身体の状態は時間の経過とともに変化します。ご自身の健康を維持するためにも毎年、定期的に受検することが大切です。

重要!

精密検査(追求検査)は必ず受けてください

第1次健診で異常の疑いがある方は、より詳細な検査を実施しないと正確な判断ができません。ご自身の身体の状態を知るチャンスと思って必ず受検しましょう。

健診委託機関実施分の費用は、**全額当組合が負担**します。補助実施分については、当組合で算定した額を限度に補助します。

重要!

健診の事後指導もお任せください

健診結果を最大限に活かすため、当組合では食事や運動について積極的なアドバイスを行っています。将来の健康を見据え、必ず受けるようにしてください。

● 健診委託機関実施分は、**全額当組合が費用を負担**し実施します。

● 補助実施分は、次の額を限度として補助します。

個別指導 1人あたり2,100円

集団指導 1日あたり10人以上実施の場合は21,000円

特定保健指導

「総合健診」・「特定健診」・「人間ドック」の健診データを基に階層化した結果、「動機づけ支援」および「積極的支援」に該当された方を対象に病気になるための特定保健指導を実施します。**費用は全額当組合が負担**します。

特定保健指導は原則として健診委託機関で実施します。

なお、特定保健指導が実施できない健診委託機関および補助実施分については、当組合より対象者の方へ「特定保健指導の実施について」を後日、ご案内いたしますので、右記の特定保健指導委託機関よりご希望の機関をお選びください。

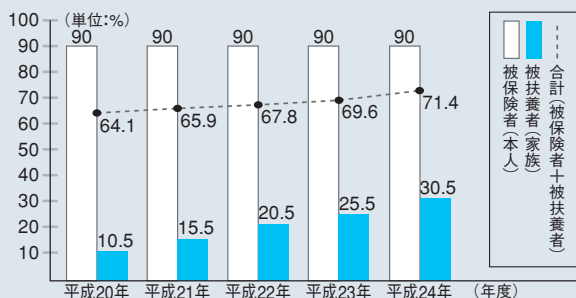
特定
保健指導
委託機関

- 1 コナミスポーツ&ライフ(運動指導タイプ)
- 2 保健同人社(電話相談タイプ)
- 3 ジェネラス(栄養指導タイプ)
- 4 保健教育センター(訪問指導タイプ)

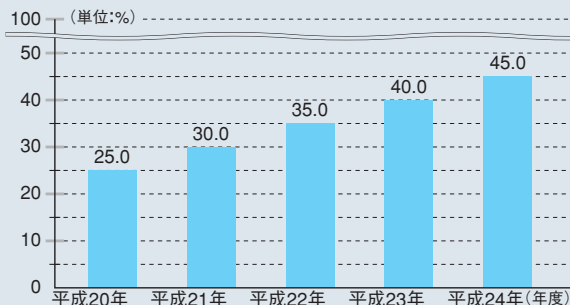
みんなで5ヵ年計画を達成しよう!

当組合では、平成24年度までの特定健診・特定保健指導の実施について以下のような目標設定をしています。この達成には、みなさんの健康意識が欠かせません。みなさんの健康サポートを強化することはもちろん、中長期的に見て、健全な健保財政を維持するためにも達成にご協力ください。まずは、ご家族(被扶養者)のみなさんの受検率UPがポイントとなります。

① 当組合の「特定健診」目標実施率



② 当組合の「特定保健指導」目標実施率



③ メタボリックシンドロームの該当者と予備群の減少率

平成20年度と比較して5年後の減少率は10%以上を目標にしています。



Q 私45歳の主婦ですが、昨年まで「がん検査」も充実した業健保の総合健診(旧:生活習慣病健診)を受けていましたが、今年からは総合健診とは別に特定健診を受けないといけませんか?

A その必要はありません。当組合の総合健診では、特定健診の検査項目をすべて網羅しておりますので、総合健診を受検すれば、特定健診も受検したことになります。

Q 私は40歳の主婦(被扶養者)ですが、パート先で健康診断(労働安全衛生法の定期健診)を受けていますが、特定健診も受けないといけませんか?

A パート先での健診結果を当組合にご提供いただければその必要はありません。特定健診では、被扶養者の方がパート先等で、労働安全衛生法に基づく定期健診を受けられ、健診結果を所属の医療保険者に情報提供された場合は、当該医療保険者が特定健診を実施したと見なされる仕組みになっております。健診データをご提供いただいた方には、特定保健指導の要否を見極め、必要な方には、特定保健指導を無料で実施させていただきます。ご提供いただきました健診データは、個人情報保護法などにより適切に管理してまいります。

5ヵ年計画の詳細は、当組合ホームページ<http://www.meiyaku-kenpo.or.jp/>をご参照ください。

健康の健診を受ける際に必要となる健康調査票などについては次ページをご覧ください。

「健康調查票」&「健康診斷個人票」

効果的な健診を実施するために

を必ずご使用ください!

健康調查票

将来、発症する病気のリスクをある程度予測するアイテムとして作成されたものです。

また、保健指導などで適切なアドバイスを受けるために、とても大切な情報となりますので、できるだけ詳しくご記入ください。

- 必要事項をご記入のうえ、「健康診断（第1次健診）個人票」とともに、受検する健診機関にご提出ください。
ただし、基本健診を受検される方は、原則として「健康調査票」の提出は必要ありません。

[illegible]

- ① 受検前にご自身で記入しておいてください。
ただし、過去に受検実績のある方は予め印字してありますので、内容をご確認ください。
- ② 既往歴や家族歴などを確認することで、検査数値の異常性、遺伝的な要素を把握します。
- ③ 内臓脂肪の蓄積は、生活習慣が大きく影響します。みなさんの生活状態をお聞きし、メタボリックシンドロームの診断および、的確な保健指導に役立てます。
- ④ 喫煙状態についてお聞きします。喫煙歴は特定保健指導対象者をグループ分けする際の判定基準のひとつです。（喫煙はメタボリックシンドロームの原因にもなります。）
- ⑤ 普段、健康管理で気を付けていることをお聞きします。「規則正しく食事をする」「週末は運動をしている（ウォーキングを1時間など）」等具体的に記入してください。
- ⑥ 健康上気になっていることをお聞きします。「血圧が高い状態が続いている」「ダイエットしているのにやせない」「血糖値が高いが、甘いものがやめられない」等どんなことでも結構です。

※当組合が実施しております各種健康診断は、事業主に実施を義務付けている労働安全衛生法の定期健診の法定検査項目をすべて包括して実施しておりますので、健診結果（個人票）および健康調査票は各者がデータを掌握する必要から複写（受検者・事業所・健保組合・健診機関）になっています。ただし、次に該当する場合は「事業所用」データは提供いたしません。

① 特定健診を受けられたご家族の健診結果 ② 精密検査等の追求検査の健診結果 ③ 健康調査票の記入データ

ご協力お願いします



各書類の提出に

4月からスタートした「特定健診」では、的確な診断をするためにみなさんの健康状態や生活状態を「健康調査票」にご記入いただくことにいたしました。また、受検後の検査データをすべて当組合の健康管理システムにより管理するため、専用の「健康診断個人票」を必ずご使用ください。

年に1度の健診をより効果的なものとするために、当組合専用の「健康調査票」と「健康診断個人票」のご提出にご協力をお願いいたします。なお、補助実施分にかかる第一次健診（総合健診・特定健診・人間ドック）のデータおよびパート先などで実施された労働安全衛生法の定期健診のデータをもとに、当組合で特定保健指導を実施させていただきますので健診後は、速やかにデータの提供をお願いいたします。

健康診断（第1次健診）個人票

健診機関が異なっても過去のデータを反映でき、経年変化を見ながら健康づくりに活かすための大切な用紙です。

- 受検者記入欄をご記入のうえ、「健康調査票」とともに、受検する健診機関にご提出ください。

検査数値の見方は「健康管理ファイル」の中「こんな検査でこんな病気がわかる」にも記載されていますので、参考にしてください。

- ① 受検前にご自身で記入しておいてください。ただし、過去に受検実績のある方は予め印字してありますので、内容をご確認ください。
- ② 今回の健診結果が記入されます。裏面には各検査項目の部位・所見コード表、疾病コード表が表示してあります。
- ③ 各検査の判定区分コードです。精密検査・再検査・経過観察の対象になったときは、必ず再度検査を受けてみましょう。
- ④ 特定健診・特定保健指導の実施にあたり、「特定保健指導レベル」・「メタボリックシンドローム判定」を新設しました。健診の結果などにより、自分はメタボリックシンドロームに該当するのか、特定保健指導が必要なのか一目了然です。
- ⑤ 前回・前々回の結果が表示されます。結果を見比べることで自分の健康状態の傾向や、異常の予兆をつかむことが可能になります。健診は現在の数値に異常がなくても経年変化をしっかりと認識しておくことが大切です。

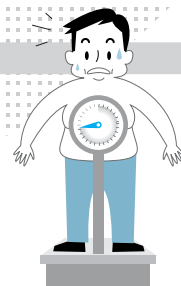
検査データは、保健指導や治療を受ける際に必要な情報となります。
できる限り多く集積し、健康管理ファイルに保管いただきますようお願いいたします。

みなさんの「健康調査票」および「健康診断個人票」に記入された事項につきましては、当組合の定める「個人情報の保護に関する基本方針（プライバシーポリシー）」に則り、厳重に管理いたします。なお、当組合では健診事業を実施するにあたり、事業所に応分の費用を負担していただき共同で実施、健診データも共同で利用することとしております。（詳しくはホームページ「健診事業の公表について」をご覧ください）。

当組合の健診実施検査項目は次ページをご覧ください。

健診の実施 検査項目

当組合が実施する各種健診では、労働安全衛生法の法定検査項目やメタボリックシンドロームに着目した特定健診の検査項目がすべて含まれています。さらに、「総合健診」では生活習慣病やガンの検査も含めトータル的に実施しています。



●第一次健診の実施検査項目表

検査項目		当健康保険組合					検査項目		当健康保険組合				
		総合健診	基本健診	特定健診	特定健康診査	定期健診			総合健診	基本健診	特定健診	特定健康診査	定期健診
1 問診・診察	① 既往歴調査						6 肝・胆道系	⑥ TTT	○				
	② 業務歴調査							⑦ 総蛋白 (TP)	○				
	③ 自覚症状の有無検査	○	○	○	○	○		⑧ アルブミン (Alb)	○				
	④ 他覚症状の有無検査							⑨ A/G比	○				
2 身体計測	① 身長 BMI指数 (肥満度) (標準体重)	○	○	○	○	※4	7 腎・泌尿系	① 尿蛋白 [半定量]	○	○	○	○	○
	② 体重	○	○	○	○	○		② 尿潜血	○	○			
	③ 体脂肪率	○						③ 尿素窒素 (BUN)	○				
	④ 腹囲	○	○	○	○	※5		④ クレアチニン (CRT)	○				
3 視聴覚検査	① 視力	○	○			○	8 瞬・糖代謝系	⑤ 尿酸 (UA)	○				
	② 聴力 [オーディオメーター 1000・4000Hz]	○	○			※6		① 尿糖 [半定量]	○	○	○	○	○
4 呼吸器・循環器系	① 眼底カメラ検査	○				※3		② 血糖 (空腹時)	○	○	○	○	※2 ※7
	② 血圧測定	○	○	○	○	○		③ ヘモグロビンA1c	○			※2	※2 ※7
	③ 胸部X線撮影							④ 血清アミラーゼ	○				
	① 直接 (2方向)	男					9 血液系 (貧血検査)	① 白血球数 (WBC)	○				
	② 間接 (正面)	女	○			○		② 赤血球数 (RBC)	○	○		※3	※7
	喀痰細胞診					※8		③ 血色素量 (Hb)	○	○		※3	※7
	④ 心電図検査	○	○			※3 ※7		④ ヘマトクリット値 (Ht)	○			※3	
5 脂質代謝系	① 総コレステロール (T-Chol)	○					10 消化器系	① 消化器X線撮影	○	※1			
	② 中性脂肪 (TG)	○	○	○	○	※7		② 腹部超音波検査	○				
	③ HDLコレステロール	○	○	○	○	※7		③ 便潜血 (免疫学的検査・2回法)	○				
	④ LDLコレステロール	○	○	○	○	※7	11 婦人科検査	① 乳房検査 ① 視触診					
6 肝・胆道系	① AST (GOT)	○	○	○	○	※7		② マンモグラフィ	○		○	(女子付加)	
	② ALT (GPT)	○	○	○	○	※7		③ 超音波検査			○	(女子付加)	
	③ γ-GT (γ-GTP)	○	○	○	○	※7		② 子宮検査	○				
	④ ALP	○					実施検査項目数		男性 40 女性 42	21	14 16	14	7
	⑤ ZTT	○											

※1 受検者の希望により内視鏡検査に変更可

※2 血糖値 (空腹時) もしくはヘモグロビンA1cのいずれかを実施

※3 医師の判断に基づき選択的に実施

※4 20歳以上は医師の判断により省略可

※5 次の (1) ~ (4) に該当する場合は省略可

(1) 40歳未満 (35歳除く) の方

(2) 妊娠中の女性その他の場合であって、その腹囲が内臓脂肪の蓄積を反映していないと判断された方

(3) BMI (体重 (kg) ÷ 身長 (m) ÷ 身長 (m) が20未満の方

(4) 自ら腹囲を測定し、その値を申告された方 (BMI22未満の方に限る)

※6 45歳未満 (35歳除く) の方は②以外の方法で実施

※7 40歳未満 (35歳除く) の方は医師の判断により省略可

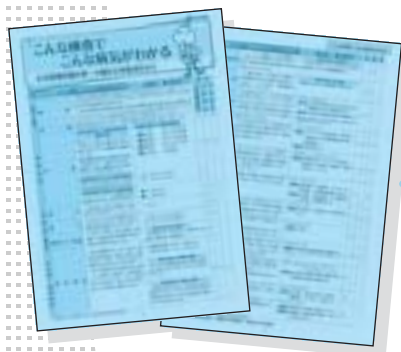
空腹時血糖もしくはヘモグロビンA1cのいずれかの実施で可

※8 胸部X線撮影で所見のない場合は医師の判断により省略可

健康管理ファイル活用テクニック

当組合では、被保険者および健診を受けられた被扶養者のみなさまに「健康管理ファイル」を配布しています。これは**特定保健指導の「情報提供」の基礎資料としての役割も含め当組合独自で作成したものです**。すでに多くの方にご活用いただいておりますが、このファイルには健康の保持・増進に必要な情報が盛り込まれているほか、健診結果等を集積できる機能を備えています。

必要なとき、すぐ手に取れる場所に保管し日々の健康管理にお役立てください。
なお、まだこのファイルをお持ちでない方は、会社のご担当者様にお申し出ください。



こんな検査で こんな病気がわかる

4~7P



健診で受けた検査やその結果について今の自分がどんな健康状態にあるのかを知りたいときは、このページをご覧ください。

メタボリック シンドローム対策

18~26P

メタボリックシンドロームについて、食生活と運動の両面から無理なくアプローチできるようアドバイスしています。シートを使って実際に試してみましょう。



健診の記録 受診の記録 ページ

34~36P



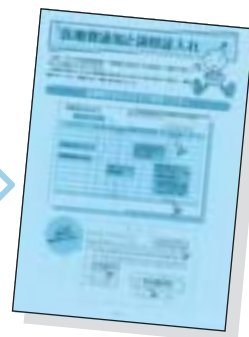
あわせて健診結果も保管できます。過去の健診結果と見比べて、「経年変化」をチェックしましょう。「健診結果の記録」や「医療機関での受診記録」は、いざという時に大切な情報になります。

医療費通知と領収証の 保管スペース

37P



当組合では、3ヵ月ごとにみなさんの医療費を「医療費のお知らせ」として通知しています。医療機関で受診した際に発行される領収証と見比べ、医療費のチェックをしましょう。また、医療費控除を受ける際に領収証が必要になりますので、このページにまとめて保管すると便利です。



その他役立つ情報盛りだくさん!

ファイル本体の表紙裏には半透明のポケットが付いています。診察券や薬の記録などを入れて保管するのも便利です。各自用途に応じてご利用ください。

当組合の健診委託機関は次ページをご覧ください。



及び保健指導委託機関一覧

平成20年4月1日現在

地区	健 診 機 関 名 称	所 在 地	電 話 番 号	実 施 区 分						
				基本 健診	総合 健診	特定 健診	人間 ドック	事後 指導	特定 保健 指導	インフル エンザ 予防接種
愛 知	名 古 屋 公 衆 医 学 研 究 所	名古屋市中村区長蔵町4-23	052(412)3111	◎	◎	◎	○	◎	○	／
	国 際 セ ン ト ラ ル ク リ ニ ッ ク	名古屋市中村区那古野1-47-1 名古屋国際センタービル10F	052(561)0633	◎	◎	◎	○	◎	○	◎
	名駅前診療所保健医療センター	名古屋市中村区名駅南2-14-19 住友生命名古屋ビル2F	052(581)8406	○	○	○	○	○	○	○
	テルミナセントラルクリニック	名古屋市中村区名駅1-1-2 名古屋ターミナルビル8F	052(587)0311	◎	◎	◎	○	◎	○	◎
	名 古 屋 東 栄 ク リ ニ ッ ク	名古屋市中区栄2-11-25	052(201)1111	○	○	○	／	／	／	◎
	加 藤 内 科 胃 腸 科	名古屋市中区丸の内3-16-16	052(962)3585	○	○	○	○	○	○	◎
	中 日 病 院	名古屋市中区丸の内3-12-3	052(961)2496	○	○	／	／	◎	／	／
	オリエンタル労働衛生協会	名古屋市千種区今池1-8-4	052(732)2200	◎	◎ ^{※4}	○	○	◎	○	◎
	愛 知 健 康 増 進 財 団	名古屋市北区清水1-18-4	052(951)3919	◎	○	○	○	○	／	◎
	中京クリニカル（一時休止）	名古屋市熱田区白鳥3-6-17	052(671)8001	／	／	／	／	／	／	／
	名古屋セントラルクリニック	名古屋南区千竜通7-15-1	052(821)0090	◎	◎	◎	○	◎	○	◎
	ひまわり健診センター	名古屋西区則武新町3-8-20	052(571)0801	○	○	○	○	○	○	◎ ^{※2}
	メドック健康クリニック	名古屋市昭和区安田通4-3	052(752)1125	○	○	○	○	◎	／	○
	光 生 会 病 院	豊橋市吾妻町137	0532(61)3000	○	○	○	○	◎	○	○
	オリエンタル蒲郡健診センター（新規契約）	愛知県蒲郡市拾石町前浜40-10	0533(67)0101	○	○	○	／	／	／	／
	岡崎市医師会公衆衛生センター	岡崎市竜美西1-9-1	0564(52)1664	◎	◎	◎	○	◎	○	／
	あけぼのクリニック（旧美合病院健診部）	岡崎市美合町字平端24	0564(57)1511	◎	○	○	／	◎	／	◎
	豊 田 健 康 管 理 ク リ ニ ッ ク	豊田市竜神町新生151-2	0565(27)5550	◎	◎ ^{※4}	◎ ^{※4}	○	◎	／	／
	三 河 安 城 ク リ ニ ッ ク	安城市相生町15-1	0566(75)7515	◎	◎ ^{※4}	◎ ^{※4}	○	◎	○	◎
	知 多 ク リ ニ ッ ク	半田市本町7-20	0569(22)3231	○	○	○	○	◎	○	／
	半田市医師会健康管理センター	半田市神田町1-1	0569(27)7885	◎	◎	◎	／	◎	○	／
	中京サテライトクリニック	豊明市沓掛町石畑180-1	0562(93)8225	◎	◎ ^{※4}	◎ ^{※4}	／	◎	○	／
	愛知県厚生連長久手農村健診センター	愛知県長久手町平池901	0561(62)3168	◎	○	◎ ^{※4}	／	◎	○	／
	和 合 セ ン ト ラ ル ク リ ニ ッ ク	愛知県東郷町大字春木字白土1-1884	052(805)8000	◎	◎	◎	○	◎	○	◎
	瀬 戸 健 康 管 理 セ ン タ ー	瀬戸市共栄通1-48	0561(82)6194	◎	◎	◎	○	◎	／	／
	日進おりど病院予防医学推進・研究センター	日進市折戸町西田面110	0561(73)3030	○	○	○	○	○	○	○
	山 下 病 院	一宮市中町1-3-5	0586(45)4511	○	○	○	／	○	／	／
	愛知集団検診協会愛知健診所	津島市藤里町2-3-1	0567(26)7328	◎	◎	◎	○	○	○	◎
岐 阜	操 健 康 ク リ ニ ッ ク	岐阜市数田南1-4-20	058(274)0330	○	○	○	／	○	／	○
	岐阜県労働基準協会連合会	岐阜市日置江4-47	058(279)3399	◎	◎	◎	○	◎	○	◎
	岐 阜 県 産 業 保 健 セ ン タ ー	多治見市東町1-9-3	0572(22)0115	◎	◎	◎	○	◎	○	／
	木沢記念病院健康管理センター	美濃茂市古井町下古井590	0574(25)2181	○	○	○	／	○	／	◎
三 重	四 日 市 健 診 ク リ ニ ッ ク	四日市市生桑町菰池450-3	0593(30)7722	◎	◎ ^{※4}	◎ ^{※4}	○	○	／	◎
	近畿健康管理センター三重事業部	津市納所町42-1	059(225)7426	◎	◎	○	○	／	○	／

地区	健 診 機 関 名 称	所 在 地	電 話 番 号	実 施 区 分							
				基本 健診	総合 健診	特定 健診	人間 ドック	事後 指導	特定 保健 指導	インフル エンザ 予防接種	
静岡	聖隷沼津健康診断センター	沼津市本字下一丁田895-1	055(962)9882	◎	○	○	○	◎	○	◎	
	結核予防会静岡県支部	静岡市南瀬名町6-20	054(261)2512	○	／	○	／	／	／	／	
	静岡健康管理センター	静岡市駿河区登呂3-1-1 静岡新聞放送会館15F	054(282)1109	○	○	○	○	○	○	○	
	静岡予防医学協会総合健診センター	藤枝市善左衛門2-11-5	054(636)6460	◎	◎ ^{※4}	◎ ^{※4}	○	○	／	◎	
	聖隷健康診断センター	浜松市中区住吉2-35-8	0120(938)375	◎	◎	◎	○	／	○	／	
北海道	北海道労働保健管理協会	札幌市白石区本郷通3南2-13	011(862)5088	◎	○	◎ ^{※4}	○	◎	／	／	
宮城	結核予防会宮城県支部	仙台市青葉区宮町1-1-5	022(221)4461	○	○ ^{※3}	○ ^{※3}	○	／	／	○	
埼玉	川久保病院健診センター（一時休止）	さいたま市浦和区東高砂町29-18	048(882)2916	／	／	／	／	／	／	／	
千葉	千葉社会保険病院	千葉市中央区仁戸名町682	043(261)2211	○	／	○ ^{※3}	○	／	／	／	
東京	オリエンタルクリニック	豊島区西池袋1-29-5山の手ビル3F	03(3988)1292	◎	◎	○	○	◎	○	／	
	春日クリニックⅡ	文京区小石川1-12-16	03(3816)5840	◎	◎	◎	○	◎	○	◎ [※]	
	オリエンタル労働衛生協会東京支部 オリエンタル上野健診センター	台東区上野1-20-11鈴乃屋ビル	03(5816)0711	○	○	○	／	／	／	○	
	品川クリニック（新規契約）	港区港南2-16-3 品川グランドセントラルタワー1階	03(6718)2816	◎	◎	◎	○	◎	／	／	
神奈川	結核予防会神奈川県支部中央健康相談所	横浜市中区中村町3-191-7	045(251)2527	◎	◎ ^{※3}	◎ ^{※3}	／	○	○	◎	
	結核予防会神奈川県支部かながわクリニック	横浜市中区元浜町4-32県民共済ビル4F	045(201)8521	／	○	○	○	○	○	／	
富山	社会保険高岡病院	高岡市伏木古府元町8-5	0766(44)1181	◎	○	○	／	◎	○	◎	
大阪	近畿健康管理センター大阪事業部	大阪市淀川区西中島5-13-9 新大阪森ビル3F	06(6304)1513	◎	◎	○	○	／	○	／	
	関西検診協会	大阪市淀川区西中島4-4-21	06(6308)3908	◎	◎ ^{※4}	◎ ^{※4}	／	○	／	◎	
	オリエンタル労働衛生協会大阪支部	大阪市中央区久太郎町1-9-26 船場ISビル	06(6266)6440	◎	◎	○	○	◎	○	◎	
	M・Oクリニック	大阪市西区南堀江1-18-21 M・Oビル	06(6533)6760	◎	◎	◎	／	○	○	◎	
兵庫	兵庫県予防医学協会	神戸市東灘区御影本町6-5-2	078(856)7200	◎	◎ ^{※4}	◎ ^{※4}	／	◎	／	○	
福岡	結核予防会福岡県支部福岡結核予防センター	福岡市中央区大名2-4-7	092(761)2544	○	○	○	○	○	○	○	
宮崎	宮崎市医師会成人病検診センター	宮崎市大坪西1-2-3	0985(52)5111	○	○	○	／	／	／	／	

★実施区分欄の◎印は、出張健診が可能な健診機関です。

※1 —— インフルエンザ予防接種については「春日クリニック」文京区西片1-15-10 TEL:03(3813)0080にて実施

※2 —— インフルエンザ予防接種については「ひまわりクリニック」(所在地等は同じ)にて実施

※3 —— 女性は不可

※4 —— 女性は出張不可

● 健診の申込みについて ● 健診委託機関で受検を希望される方は、会社のご担当者様にお申し出ください。

各健診機関へのアクセスは、当組合ホームページ(<http://www.meiyaku-kenpo.or.jp/>)より確認できます。(一部不可)

● 特定保健指導委託機関

名称	支援内容の特色	名称	支援内容の特色
株式会社コナミ スポーツ&ライフ	全国にある運動施設を活用し、 運動指導を中心に支援	株式会社ジェネラス	主に女性スタッフによる相談が 多く栄養指導等中心に支援
株式会社保健同人社	電話相談による会話を取り入れた 方法を主にした支援	株式会社保健 教育センター	保健師などが自宅等へ訪問し支援

けんぽ

Information

平成20年春

健康ウォークを開催しました

■「水と緑の楽園と名勝木曽川堤桜」コースを満喫

去る4月5日(土)に、愛知県下の健康保険組合と共同で健康ウォークを開催しました。

国指定天然記念物の見事な桜を觀賞しながらのウォーキングは好評で、参加者は前年を上回る4,500名以上の多くの方々にご参加いただきました。また当日は天候にも恵まれ、芝生でお弁当を楽しむご家族も多く見られました。

今回は10月4日(土)を予定しています。詳細は夏号にてお知らせいたします。ぜひご参加ください。



「らくらく禁煙コンテスト」に参加しませんか?

「禁煙したいけどきっかけがない・・・」「何度も挑戦したけど、禁煙できなかった・・・」そんな人におすすめなのが、このコンテスト。ただタバコをがまんするのではなく、行動科学に基づいた禁煙プログラムにしたがって、段階的にタバコをやめられるように工夫されています。

ぜひこの機会に禁煙にチャレンジしてみませんか?まずは気軽に参加してみてください。

今回より、
参加料4,000円
のうち半額を当組合が負担しています!



申込み受付期間 6月23日(月)まで 参加一部負担金 お一人様2,000円
コンテスト実施期間 平成20年7月18日～8月28日

●申込み方法

	個人申込	団体申込
振込取扱票の 通信欄 記入方法	健康保険組合名(名古屋薬業健康保険組合と記入) 保険証の「記号・番号」 教材の送付先の氏名・郵便番号・住所・電話番号	健康保険組合名(名古屋薬業健康保険組合と記入) 申込代表者の保険証の「記号・番号」 申込代表者の氏名・郵便番号・住所・電話番号
参加一部負担金の振込先	●振込先/振替番号 00820-0-63122	●加入者名/株式会社 法研中部
申込書の提出	必要ありません (郵便振替にて申込み完了となります。)	郵便振替にて申込代表者が参加者分をまとめて振込、 所定の申込書を株式会社法研中部へ提出してください。 送付先 〒460-0002 愛知県名古屋市中区丸の内3-7-19 法研中部ビル 株式会社 法研中部「らくらく禁煙コンテスト」係

※団体で申込まれる場合の「申込書」は当組合ホームページよりダウンロードできます。

<http://www.meiyaku-kenpo.or.jp/>

禁煙成功者の認定と 記念品

禁煙者全員に「成功者証」と「記念品(図書カード500円分)」が贈呈されます。さらに抽選で若干名様に旅行券(5万円相当)が当たります。

個人情報の取り扱いについて

禁煙コンテスト参加において、参加者の経過や結果等は当組合にも通知されますので予めご了承ください。当コンテストにて知り得た個人情報は個人情報保護法により適切に管理し、事業の目的以外には使用いたしません。