



QOL (生活の質) の維持・向上のために

健診でご自身の健康度を把握しましょう!!

毎年健診を受診することで、ご自身の健康状態を把握し、健康を維持することは、仕事や生活をする基礎となります。健康状態の把握を若い時から継続することで、ご自身の体調の変化に気づきます。

日立健保では、人間ドック補助や健診とセットで受診するがん検診等 (オプション) の補助制度の充実と、生活習慣改善 (特定保健指導) によるメタボ改善プログラム等をご提供しています。

ぜひご自身の QOL (生活の質) の維持・向上のためご活用ください。

主な健診メニュー

基本健診	対象年齢 (年度末)	受診機関
人間ドック	35歳以上	・健保契約健診機関 ・健保契約外の健診機関
ミニドック	30歳以上	・健保契約健診機関のみ ※健保契約外の健診機関で受診した場合、補助対象外となります。
レディース健診	30歳以上 (女性のみ)	

対象者が多い地域では巡回健診も実施しています!!



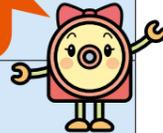
がん検診等 (オプション) メニュー

部位検診	対象年齢 (年度末)	検査内容
子宮頸がん検査	25歳以上 (女性のみ)	医師による内診 (または経膈超音波)、および医師採取による頸部細胞診
乳がん検査	30歳以上 (女性のみ)	乳房X線 (マンモグラフィ)、乳房超音波 ※「乳房X線・乳房超音波」を同日・同健診機関にてセット受診の場合の健保補助額を変更しました。
胃がん検査	30歳以上のレディース健診受診者のみ	上部消化管X線 (バリウム)、または上部消化管内視鏡 (胃カメラ)
腹部検査	30歳以上	腹部超音波
甲状腺機能検査	35歳以上	甲状腺ホルモン (TSH、FT ₃ 、FT ₄ 等)
動脈硬化度検査	35歳以上	頸動脈超音波、血圧脈波
肝炎ウイルス検査	35歳以上	HBs抗原、およびHCV抗体
肺がん検査	35歳以上	胸部CT
ABC検診 (胃がんリスク検診)	35歳以上	ヘリコバクターピロリ抗体検査およびペプシノゲン法検査、ABC判定
脳MR検査	35歳、40歳以上3歳ごと	頭部MRI、およびMRA
前立腺がん検査	50歳以上 (男性のみ)	腫瘍マーカー (PSA)
歯科検診	16歳以上	問診、口腔内検査 (歯周病等) 保健指導 (口腔内清掃指導等)

肺がん検診は対象年齢を35歳以上に引き下げました



ABC検診を新規追加しました (ABC検診って何?と思われた方は8~9ページをご覧ください)



※詳細は日立健保ホームページをご覧ください。

ご家族 任継 特退の方へ

2018年2月下旬から3月中旬にかけて『2018年度健診ガイド』を送付いたしました

- 健診受診に関するお問い合わせは下記コールセンターまでお電話ください。
- 今回から「健診ガイド」には契約健診機関の一覧を同封しておりません。お手数ですが、日立健保ホームページでご確認ください。

URL : <http://www.hitachi-kenpo.or.jp>

※日立健保ホームページを閲覧する環境がない方は、下記コールセンターまでお電話ください。



日立健保健診コールセンター

TEL : **0120-047-489**

受付時間 : 9時~17時 (土・日・祝日を除く)

電話番号が変わりました!

おかけ間違いのないようお確かめください

※旧番号 (TEL:0120-35-1110) ではお受けできませんのでご注意ください。

特定保健指導を活用した生活習慣改善で 将来の健康を見据えよう

下の判定チャートで特定保健指導に該当しましたら、専門家のアドバイスを受けながら生活習慣を改善するプログラムを実施することで、現在の健診結果から将来想定される生活習慣病を防ぎ、将来の健康度を維持することができます。

特定保健指導の対象者

区分	従業員	従業員以外
必須	ポイント年齢※の該当者	-
任意	ポイント年齢※以外の該当者	該当者

※ポイント年齢 : 35、40、43、46、49、52、55、58歳

生活習慣改善 (特定保健指導)



2017年度に受診した健診結果で確認してみよう!!