

必ず持ち帰り、奥さまにお渡しください

Copyright (c) Seibu Health Insurance Society All rights reserved



KENPO
DAYORI

健保だより

西武健保ホームページからもご覧になれます。http://www.seibu-kenpo.or.jp

No.1004

2015.1.23

西武健康保険組合



2015年度「巡回主婦健診」のご案内（西武健保にご加入の奥さまへ）

西武健保では、ご家庭の奥さまに、明るく、健康的な生活をお送りいただきたいとの思いから、毎年「巡回主婦健診」を実施しております。「巡回主婦健診」は、“疾病の早期発見・治療”と“生活習慣の改善”、そして“ご家族の幸せ”のために、ご家庭の奥さまに定期的に受診していただきたい健康診断です。大切なご家族のため、そして自分自身のためにも、年に一度の健診を習慣にして、健康な日々を送りましょう。

（11月以降の日程につきましては、9月上旬発行予定の「健保だより」でお知らせいたします。）

「巡回主婦健診」受けていますか??

西武健保にご加入している奥さまは、積極的に「巡回主婦健診」を受けましょう！



今は元気だから大丈夫！

忙しくて、なかなか受診する機会がなくて…

お金がかかるんでしょう？

こんな理由で健診を受けていない方はいませんか？

「症状がない＝健康」とは限りません。年に一度の機会を逃さずに、毎年「巡回主婦健診」を受診しましょう。

西武健保の「巡回主婦健診」は、受診費用が**無料**（西武健保が全額負担）、しかも**1年間を通じて全国各地の施設で実施**いたします。

NEWS

2015年度より、“乳がん検査”につきましては、「巡回主婦健診」もしくは従来の「乳がん検診」から選択することができるようになりました。



◆ 対象者

健康保険証カードをお持ちの「被扶養者(妻)」に限ります。

◆ 受診期間

4月4日(土)～2016年3月17日(木)

【健診機関】

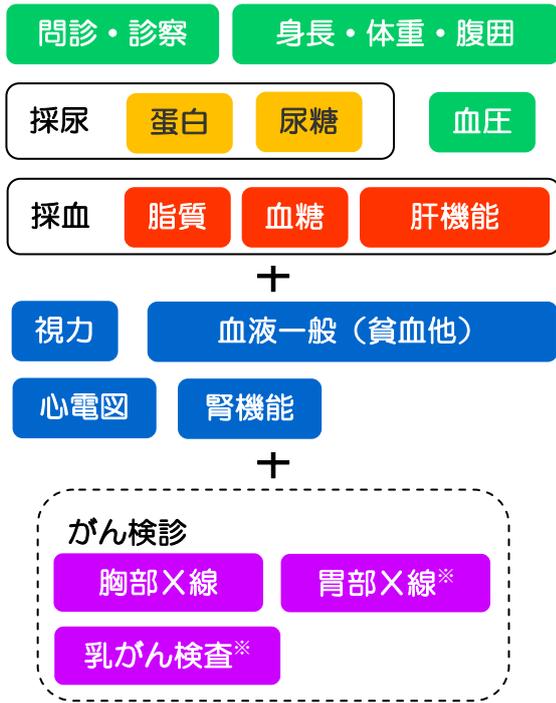
医療法人社団 あさひ会

西早稲田クリニック

☎03-3232-6465



◆ 健診項目



特定健診

生活習慣病健診



西武健保の巡回主婦健診では、「特定健診」と「生活習慣病健診（「がん検診」含む）」の両方が受けられます。



※胃部X線検査は、40歳以上の希望者のみ実施いたします。

（2016年3月31日までに40歳以上になる方も対象となります）

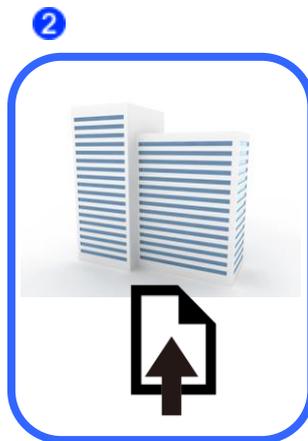
※乳がん検査は、「巡回主婦健診」が従来の「乳がん検診」のどちらかを選択することができます。

🕒 所要時間は約1時間～2時間です。

◆ 受診方法



1 「巡回主婦健診日程表」から希望の日程と会場を選び、「巡回主婦健診申込書」の必要事項をご記入ください。



2 所属している会社の担当者を経由して、受診日の2ヵ月前までに西武健保へ届くようにご提出ください。



3 受診日の10日ほど前に、健診機関よりご自宅へ案内書が届きますので、内容をご確認いただき、同封されている問診票をご記入ください。



4 受診当日、『問診票』と『健康保険証』をご持参ください。

※ 先着順に受付を行いますので、お早めにお申し込みください。

※ 健診機関の都合により、日程が変更になる場合があります。その際は受診日の20日ほど前までに健診機関より電話連絡がありますので、ご了承ください。

※ 案内書が郵送されない場合は、西武健保へご連絡ください。

◆ 注意事項

- ・ 受診は1年度1回です。巡回主婦健診を受診した年度内に、人間ドックの補助を受けることはできません。
- ・ 巡回主婦健診を受診すると、特定健康診査を受診したことになりますので、重ねて受診する必要はありません。
- ・ 申込書の提出をもって、健診機関が西武健保に健診結果を通知することに同意したものとさせていただきます。（「高齢者の医療の確保に関する法律」による記録の保存のため、健診機関から西武健保に特定健康診査のデータが送られます。）
- ・ 受診日に西武健保の資格を喪失している場合は利用できません。



病気を早期に発見するには、無症状のうちから定期的な健康診断を受けることが大切です。大切な人のため、そして自分自身のためにも、年に一度の機会を有効に活用し、積極的に受診しましょう。



健診を受診したあとは・・・

👑 健診結果に目を通しましょう！

健診結果の「数値」だけで一喜一憂したりしていませんか？健診は「受診する」ことが目的ではありません。「結果にきちんと目を通す」ことも大切です。

健診結果では、まず数値が基準値の範囲内に収まっているかを確認します。さらに、過去数年間の検査結果と比較して、検査数値の変化を確認することが大切です。

また、基準値の範囲内であっても、年々検査数値が悪化しているようでしたら要注意です。体重の変化や中性脂肪の上昇などがあれば、運動が不足していないか、食習慣は乱れていないかなど、生活習慣を見直し、改善していきましょう。

👑 異常が見つかったら…

「要精密検査」「要再検査」と判定されたからといって、即病気ということではありません。二次検査は、健診で指摘された異常が、生活習慣の乱れによるものなのか、背後に病気が隠れていないかを詳しく調べるのが目的です。

受けずにいると、病気の早期発見・早期治療のせっかくのチャンスを逃してしまいます。怖がったり、面倒がらずに必ず受診しましょう。