

健保だより

2026.9

NO. 93

GYM

法人契約開始(9月1日～)

エイズスポーツクラブ岡山(岡山市)
スポーツクラブ ルネサンス(倉敷市・福山市)

※ 詳しい内容は組合HPをご確認ください。
(福利厚生ページにリンクがあります)
www.okayama-jihan-kenpo.or.jp



自宅が
スポーツクラブに
早変わり！

法人オンライン会員も利用できます。
月会費 1か月分無料

巡回レディース健診のご案内(再通知)

今年の今年の6月に被扶養者になっている「女性」の方に、巡回レディース健診をご案内していますが、お申し込みがまだの方に再度のご案内をします。ぜひ、この機会を利用して健診を受けてみましょう。

自己負担:1,000円で基本検査が受けられます。オプション検査(一部)も対象になります。

- ・ 対象は、健康保険の被扶養者となっている「女性」に限る
- ・ 生活習慣病予防健診を、今年度受診済(予定)の方は対象外

お問い合わせは、健保組合(Tel086-250-2292)までお願いします。

生活習慣病重症化予防について

健康保険組合では、定期健康診断や人間ドックを受診したデータに基づき、一人ひとりのお体の状態に合わせて、生活習慣病の専門医が作成した支援プログラムを提供しています。

検査値からわかるお体の状況の説明、モニタリング、今後どの様な検査項目を確認したら良いか、生活習慣の改善の工夫を説明しています。

費用については、全額組合で負担しますので、個人負担はありません。

検査結果等から対象の皆様に対して、健保組合からご案内をお送りしています。

保健師・看護師・管理栄養士が、インターネットを利用した遠隔面談や電話サポートを6か月実施します。

支援対象になった方は、この機会に是非ご利用していただき、健康な前期高齢者を目指しましょう。



自己管理用の機器について

健診結果が以下の基準に当てはまる場合は対象の機器をお使いいただけます。
どの機器をお使いいただくかは電話にてご案内いたします。

血糖値

HbA1c 6.5%以上
または
空腹時血糖 126mg/dl以上
または 随時血糖 200mg/dl以上
「24時間持続血糖測定器」



血圧

収縮期血圧 140mmHg以上
または
拡張期血圧 90mmHg以上
「血圧計」



脂質

中性脂肪 300mg/dl以上
または
LDL 140mg/dl以上
または HDL 35mg/dl未満
「スマートウォッチ」



編集後記

9月となり、秋の気配が少しずつ近づいてきました。皆さんは「スポーツ」「読書」など、どんな秋を楽しみますか？

私は…迷わず「食欲の秋」と言いたいところですが、今年は「健康の秋」を加えようと思います。

(し)