

石原産業健康保険組合ご加入の皆様へ

～特定保健指導ってご存知ですか～

参加費
無料!!

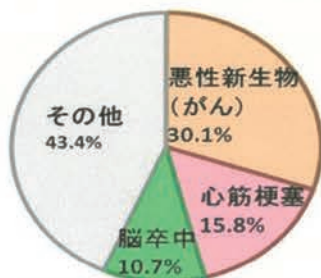
特定保健指導のご案内

生活習慣病予防に必要なダイエット支援です!!

日本人の死因の6割は3大生活習慣病が占めています。

生活習慣病の乱れ
・運動不足 ・栄養の過剰摂取

生活習慣病
◎肥満(メタボやメタボに近い人)
◎高血圧
◎脂質異常症
◎糖尿病



厚生労働省人口動態統計年報(H21年度)

動脈硬化 → 脳卒中・心臓病

保健指導管理室「いちご」では、メタボやメタボに近い人を対象に特定保健指導(個別・集団指導)を行っています。

特定保健指導とはどんなものか。

35歳から74歳の人の石原産業健康保険組合ご加入の皆様が対象です。健康セミナーとは目標体重・腹囲を自分で決めて無理なく続けられる自分にあつた目標・計画をスタッフのサポートのもと立案し半年間やってみるというものです。健康セミナーの内容: 例)健康診断の見方・メタボってなに・外食の選び方・有酸素運動って何? リバウンドしない体重減少とは..

人間ドックについてお申し込み・お問い合わせは裏面へ

四日市羽津医療センター健康管理センター
保健指導管理室「いちご」のメンバーです。



人間ドックが安く受けられます!

石原健康保険組合様にご加入のご本人・ご家族のみなさま必見!

●2018年 11月～2019年 2月

- 石原産業様人間ドックの料金 ¥36,000⇒¥30,000(税込み)
- 人間ドックスペシャルコース(女性用) ¥43,180⇒¥35,000(税込み)
- 人間ドックスペシャルコース(男性用) ¥43,776⇒¥35,000(税込み)

※石原健康保険組合様に申請していただくと¥20,000の補助がでます。
今年度より30歳を迎える被扶養者(ご家族)様に限り¥35,000の補助が出るようになりました。

※2017年度の被扶養者(ご家族のみなさま)の健診率は被保険者石原産業の従業員の皆様)に比べ40%弱と低い状況であり、石原産業様にお勤めの従業員・ご家族(35歳以上が対象)健康管理のため 健診率の向上に協力させていただきたいと思っております。

★予約制となります。下記の電話番号まで希望日をご連絡下さい。

TEL: 059-331-1211
(受付時間 平日 9:00～17:00)

四日市羽津医療センター 健康管理センター

【人間ドックの内容】

診察・問診(特定健診用含む)・身長・体重・BMI・標準体重・肥満度・腹囲・血圧・視力・聴力・尿検査(糖・蛋白・潜血・沈査)・便潜血反応検査(2日法)・血液検査(空腹時血糖・ヘモグロビンA1c・血球容積値・血色素測定・赤血球数・白血球数・血小板数・末梢血液像・MCV・MCH・MCHC・総コレステロール・中性脂肪・HDLコレステロール・LDLコレステロール・nonHDLコレステロール・総蛋白・アルブミン・A/G比・総ビリルビン・GOT・GPT・γ-GTP・アルカリフォスファターゼ・LDH・血清アミラーゼ・クレアチニン・eGFR・尿酸)眼底カメラ(両眼)・眼圧・肺機能検査・心電図(12誘導安静時)・腹部超音波検査・胸部X線・胃部X線(※胃カメラに変更の場合は+5400円になります。)

★女性用スペシャルコースには、上記人間ドックの内容に加えて乳腺エコー検査・子宮頸がん検査がセットになった期間限定の女性専用コースを設定しました。

◎男性用スペシャルコースには、上記人間ドックの内容に加えてピロリ菌抗体検査・腫瘍マーカー3種セット(CEA・α-フェトプロテイン・CA19-9)がセットになった期間限定の男性専用コースを設定しました。