

2024年度各種がん検診補助金請求書

この用紙で申請できる項目	対象者			上限金額
	被保険者	任意継続者	被扶養者	
乳がん検診	○	○	○	8,800円(税込)
子宮頸がん検診 (医師が認めた場合のみ体部也可)	○	○	○	5,500円(税込)
地方自治体の各種がん検診	×	○	○	なし

Pep UpでのWEB申請を
お勧めしています。

■太枠内を記入して下さい。

補助金請求額 *上限金額までの実費額を記入	円
--------------------------	---

健保記入欄

決定金額						円
------	--	--	--	--	--	---

保険証の記号・番号				-					
事業所名(会社名)									
被保険者氏名	姓		名						
委任欄 ※任意継続者は記入不要	この補助金の受領を事業主に委任します。 記入日: 年 月 日 被保険者氏名(自署):								

必須
空白の場合補助できません

現住所	〒								
連絡先(会社・自宅・携帯)	☎		※記載内容に不明な点があった場合、電話連絡もしくは返却いたします。						

受診者区分	☐ 1 本人(被保険者)	☐ 2 家族(被扶養者)
フリガナ		
受診者氏名	姓	名
生年月日	☐ S・ ☐ H 年 月 日	

※該当する受診項目番号にチェックを入れてください。

●乳がん・子宮頸がん検診

区分	受診項目	金額	受診結果
被保険者	☐ 49 子宮がん検診(□頸部・□体部)		
任意継続者	☐ 59 乳がん検診(□マンモグラフィ・□超音波)		

区分	受診項目	金額	受診結果
被扶養者	☐ 48 子宮がん検診(□頸部・□体部)		
	☐ 58 乳がん検診(□マンモグラフィ・□超音波)		

●地方自治体実施がん検診内訳(乳がん検診は上欄へ記入)

区分	受診項目	金額	受診結果
任意継続者	☐ 60 地方自治体実施がん検診		
被扶養者	☐ 61 地方自治体実施がん検診		
(内訳)	胃がん検診		
	大腸がん検診		
	肺がん・結核健診		
	その他()		
	その他()		

●領収書は裏面にテープ・のり等で留めてください。

領収書には、下記内容を明記してもらってください。
①受診者氏名 ②受診接種年月日 ③受診内容 ④金額

申請書送付先

※申請書と領収書の写しは、必ずお手元に保管ください

社 内 便：神戸)神戸製鋼所健康保険組合 保健グループ宛
郵送先住所：〒657-0845 神戸市灘区岩屋中町5丁目2-20



つなげる、つながる “かぞくの未来”

けんこう家族

KENKO KAZOKU

2024
SPRING



CONTENTS

- 特定健診の受け方について.....P1~9
 - ・毎年受けよう特定健診
 - ・神鋼記念会 家族巡回健診
 - ・灘ドック健診クリニック/新神戸ドック健診クリニック
 - ・全健協 レディース健診
 - ・お近くの医療機関(集合契約)での受診
 - ・パート先等で受けられた健康診断結果を提出
- Pep Upについて.....P10
- その他健康サポート事業のご案内.....P11~15

神鋼健保ガイドで制度をまとめて確認
ホームページにて掲載中
<https://www.kenpo.gr.jp/kobeseikou/index.html>



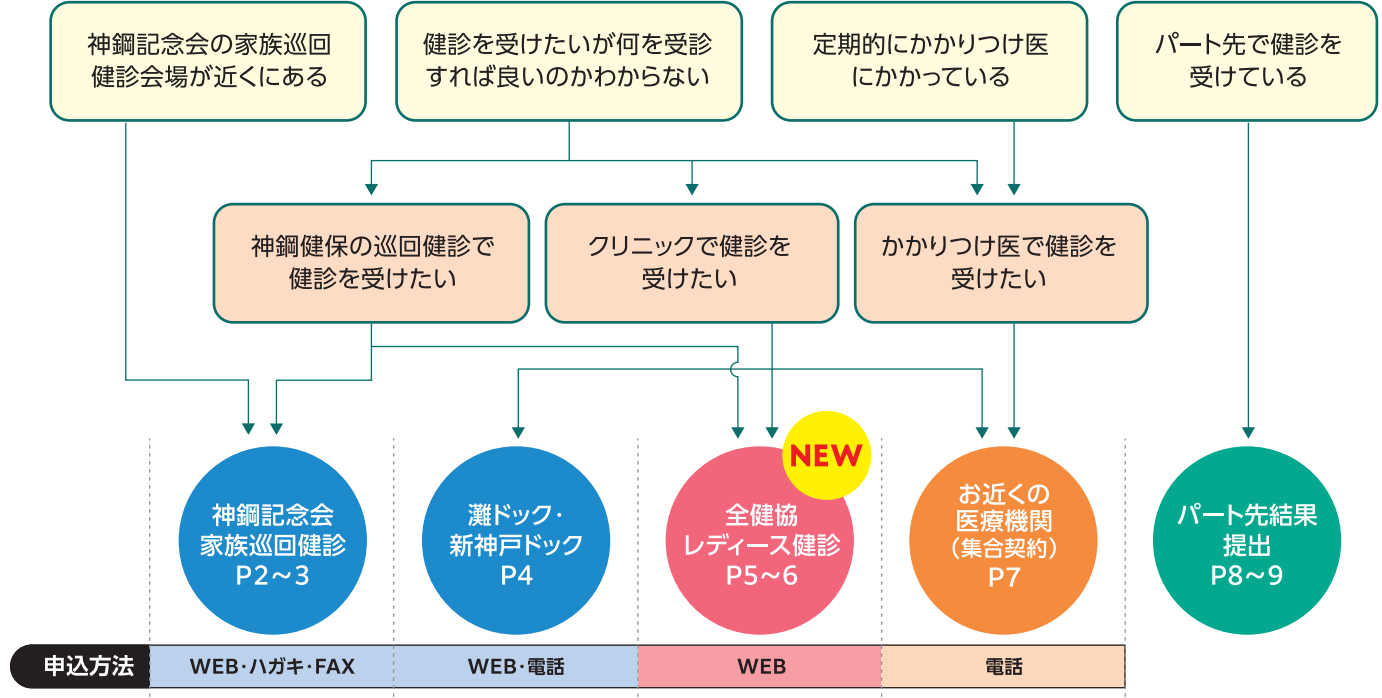
毎年受けよう! 特定健診

対象:35歳~74歳の被扶養者・任意継続者

特定健診はメタボリックシンドロームに着目し、糖尿病や脂質異常症等の生活習慣病の発症や重症化を予防することを目的に、当健保では**35~74歳**の方を対象に毎年実施しています。1年に1回受診することで、小さな不調にも気づくことができます。

無料

■ 健診の受け方(おすすめ)



■ 健診機関別 検査項目一覧

			神鋼記念会 家族巡回健診	灘ドック	新神戸 ドック	全健協 レディース健診	お近くの 医療機関 (集合契約)	パート先 結果提出 必要項目
特定健診 基本部分	計測等	問診	○	○	○	○	○	○
		自覚症状及び他覚症状	○	○	○	○	○	○
		身長	○	○	○	○	○	○
		体重	○	○	○	○	○	○
		BMI	○	○	○	○	○	○
	血中脂質 検査	LDLコレステロール	○	○	○	○	○	○
		HDLコレステロール	○	○	○	○	○	○
		non-HDLコレステロール	×	×	○	○	いずれか	いずれか
		GOT	○	○	○	○	○	○
		GPT	○	○	○	○	○	○
	血糖検査	血糖	○	○	○	○	○	○
		ヘモグロビンA1C	○	○	○	○	いずれか	いずれか
		糖	○	○	○	○	○	○
	尿検査	蛋白	○	○	○	○	○	○
		赤血球	○	○	○	×	△	△
特定健診 詳細部分	貧血検査	血色素量	○	○	○	×	△	△
		ヘマクリット値	○	○	○	×	△	△
	心電図検査	心電図検査	○	○	○	×	△	△
		眼底検査	×	×	○	×	△	△
		血清クレアチニン	×	×	○	×	△	△
無料 オプション 項目	乳がん 検診	マンモグラフィ	○ 会場限定	○※	○ 一方向	○ ほぼ全会場	×	×
		超音波検査	○	○	○	○	×	×
	子宮頸がん検診(細胞診)	大腸がん検診	○	○	○	○	×	×
		子宮頸がん検診(細胞診)	○ 会場限定	○ 経膣超音波あり	○ 経膣超音波あり	○ ほぼ全会場	×	×
	歯科健診	歯科健診	○	×	×	×	×	×
インフルエンザ予防接種	インフルエンザ予防接種	インフルエンザ予防接種	○ 秋以降	○ 秋以降	×	×	×	×

○ 受診可能
△ 医師が必要と認めた場合
× 受診不可



特定保健指導の案内
案内が届いた方は保健指導を受けて生活習慣の見直しをしてください。
●Pep Upに登録されている方はPep Upでお知らせがあります。
●Pep Upに登録されていない方は郵送で案内が届きます。(郵送で届いた場合は2種類の委託業者から選択)

上記の他、有料で検査項目を追加することができます。(受診場所により追加できる項目は異なります。)
※39歳以下は超音波検査、40歳以上はマンモグラフィ2方向(但し、変更可能)

神鋼記念会 家族巡回健診

NEW 加古川体育館にて巡回バスによる子宮頸がん検診実施!

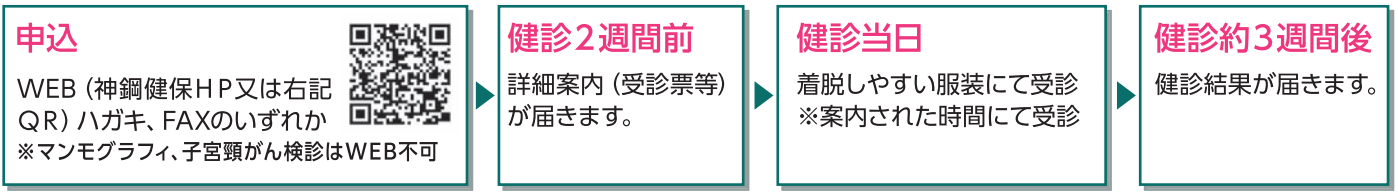
Pepポイント対象 (詳しくはP10をご覧ください) 1,500P

■ 対象者・健診項目

対象者 (年齢は2025年3月末時点)		特定健診		無料オプション検査※4				有料オプション
		基本部分 ※1	詳細部分 心電図・貧血検査	乳がん検診※2 超音波検査	子宮頸がん検診※2※3 マンモグラフィ※3	大腸がん検診	歯科健診	
被扶養者	35~74歳	◎ 必ず受診	○	○	★ 会場限定 先着申し込み	○	○	○
任意継続者	20~34歳 (定員20名/日)	×	×	○	×	×	○	×

- ※1 特定健診項目:問診、身長、体重、腹囲、血圧、血液検査、尿検査、診察
- ※2 乳がん検診は女性検査技師、子宮頸がん検診は女性医師が実施します。
- ※3 マンモグラフィ、子宮頸がん検診は会場限定で実施します。事前申込が必要です。
- ※4 超音波検査、大腸がん検診、歯科健診をご希望の方は当日受付でお申込ください。
- ※5 昨年からの骨密度測定は有料となりました。
有料オプション検査は申込書(健診2週間前に送付)に記載のうえ、当日受付時にお渡しください。

■ 申し込みから健診結果到着までの流れ



FAX巡回健診申込用紙 078-261-4355 神鋼記念会総合健康管理センター行

よくあるお問い合わせはこちら

神鋼健保HP又は、QRをご参照ください。



その他のお問い合わせは下記よりお問い合わせください。
【お問い合わせ】
神鋼記念会総合健康管理センター TEL078-261-4356
【制度に関するお問い合わせ】
神戸製鋼所健康保険組合 TEL078-261-6514

保険証記号		保険証番号	
ご住所	〒 -		
平日に連絡がつく電話番号	自宅 携帯	神鋼記念会総合健康管理センター (078-261-4356)より連絡する場合があります。	
フリガナ①	生年月日①(西暦)		
参加者氏名①			
フリガナ②	生年月日②(西暦)		
参加者氏名②			

*同住所の加入者の方で希望会場が同じ場合、人数分ご記入ください。
*個人情報健診以外の目的では使用しません。

ハガキ キリトリ ✂
・ご希望会場欄に○を付けてください。
・時間のご希望はお伺いできません。

	会場名	希望
①	姫路・西はりま地場産業センター	
②	ふれあいの郷 生石研修センター	マンモなし ★マンモあり
③	加古川まちづくりセンター	
④	神鋼加古川 体育館	マンモなし ★マンモあり
⑤	明石市生涯学習センター	
⑥	兵庫建設会館 (アクシス兵建)	マンモなし ★マンモあり
⑦	神戸市立垂水区文化センター	

★マンモありをご希望された方へ
マンモグラフィが定員に達した場合、同会場にてマンモグラフィ無しでご案内します
★神鋼加古川体育館を選択された方へ
子宮頸がん検診を希望される方は○を付けてください
子宮頸がん検診が定員に達した場合、同会場にて子宮頸がん検診無しでご案内します

ハガキ キリトリ

ハガキ キリトリ

■ 健診会場 日程

受付時間 9:30～11:30 13:00～15:00 受付時間外の入場はできません。

●=子宮頸がん検診実施あり
★=マンモグラフィ実施あり

地 区		会場名 (P は駐車場)		実施日
姫 路 市		①	姫路・西はりま地場産業センター (JR・山陽姫路駅より南へ徒歩5分 P:有料)	6月27日(木)
高 砂 市		②	ふれあいの郷 生石研修センター (車で加古川バイパス「加古川西ランプ」より5分 P:無料)	7月10日(水) ★
加古川市	加 古 川 町	③	加古川まちづくりセンター (JR加古川駅より徒歩3分、サンライズ加古川5階 P:なし)	7月2日(火)
	別 府 町	④	神鋼加古川体育館 (山陽別府駅より徒歩25分、JR東加古川駅より車15分 P:無料①体育館前、②道路挟んで向い野球場側)	7月11日(木) ●★ 7月16日(火) ●★ 7月18日(木) ●★
明 石 市		⑤	明石市生涯学習センター (JR・山陽明石駅より徒歩5分 P:有料)	6月28日(金)
神 戸 市	西 区	⑥	兵庫建設会館 (アクシス兵建) (地下鉄西神中央駅より徒歩5分 P:無料)	7月8日(月) ★ 7月9日(火) ★
	垂 水 区	⑦	神戸市立垂水区文化センター (JR・山陽垂水駅より北東へ徒歩3分 P:有料)	7月1日(月)

申 込 締 切
は実施日の
3週間前
までにお願
いします
(厳守)

※台風接近や豪雨等の悪天候でも健診は実施します。お越しの際はお気をつけてお越しください。
健診当日に開催会場等を確認される場合は神鋼記念会総合健康管理センターTEL078-261-4356 (平日8:30-17:00) までお問い合わせください。

真岡市・習志野市・横浜市・藤沢市・桑名市・尼崎市・加古川市・神戸市須磨区・広島市・下関市にお住まいの方へ
10月～11月に実施予定です。詳細は9月頃にご案内します。

ハガキ キリトリ

郵便はがき

料金受取人払郵便

6 5 1 - 8 7 9 0

295

神戸市中央区脇浜町1丁目4-47

社会医療法人神鋼記念会
総合健康管理センター
巡回健診室 宛

乳がんマンモグラフィ検査・子宮頸がん検診を追加受診できます。
以下ご理解の上、お申し込みください。

乳がんマンモグラフィ検査

地域限定 ②生石研修センター ④神鋼加古川体育館
⑥兵庫建設会館

対 象 者	35歳以上
定 員	70名/日 先着順での申し込み
申込方法	★印のついたヶ所に○をご記入の上、FAXあるいはハガキ投函してください。 ※WEB申し込み不可
費 用	・マンモグラフィ：無料 ・マンモグラフィと超音波検査：3,500円(税込) ・2つの検査を受けられる方は、費用補助限度額を超えるため自己負担が発生します。 ・クレジットカード、電子マネー、PayPay払いのみ(現金払い不可)
注意事項	定員(70名/日)に達した場合はマンモグラフィを受診することが出来ません。その場合はマンモグラフィ無しでご案内します。予めご了承ください。

子宮頸がん検診

地域限定 ④神鋼加古川体育館

対 象 者	35歳以上
定 員	70名/日 先着順での申し込み
申込方法	○をご記入の上、FAXあるいはハガキ投函してください。 ※WEB申し込み不可
費 用	無料
注意事項	定員(70名/日)に達した場合は子宮頸がん検診を受診することが出来ません。その場合は子宮頸がん検診無しでご案内します。予めご了承ください。

制度に関するお問い合わせ先 神戸製鋼所健康保険組合

TEL 078-261-6514

灘ドック健診クリニック

- 4月～翌年3月まで、1年中受診ができます。
- 35歳以上の被扶養者・任意継続者も乳がん・子宮頸がん検診の単独受診ができます。
- 女性スタッフによる婦人科・乳がん検診や女性専用日を設けてありますので、安心してご受診いただけます。
- 健保の補助を利用し、人間ドックの受診も可能です。
- 有料のオプション検査も多数ございますので、ご相談ください。

■ 健診予約のお申込み

お電話

078-261-6773
直通(平日 8:30～17:00)

WEB
予 約

健診の詳細・ご予約はこちらから
総合健康管理センター 専用サイト
https://shinkohcc.jp/checkups/shinkodependent

■ 健康診断 (年度内、1回の費用補助)

対 象		35歳以上の 「被扶養者」・「任意継続者」	20～34歳の 「被扶養者」・「任意継続者」
受 付 時 間		人間ドック受診以外の方 月～金曜日 10:30／11:00 13:00／13:30 第1・第3土曜日 8:30～11:00 人間ドック受診の方 月～金曜日、第1・第3土曜日 8:15～9:30	
無 料	特定健診基本部分	必ず受診 ◎	×
	特定健診詳細部分 心電図・貧血検査	○	×
	大腸がん検診(便潜血検査)	当 日 お 渡 し ○	×
	インフルエンザ予防接種 ※1	○	○
	乳がん検診 ※2	単 独 受 診 可 ○	単 独 受 診 可 ○
有 料	子宮頸がん検診(頸部細胞診+経膈超音波) ※3	単 独 受 診 可 ○	単 独 受 診 可 ○
	人間ドック ※4	補 助 利 用 27,423円(税込) ◆胃カメラへの変更 +3,300円(税込) ◆詳細は、当センターのホームページをご確認ください(上記QRコード)	38,500円(税込)
ご希望により有料で検査項目が追加できます。ご予約時にご連絡ください。2023年度より骨密度検査は有料になりました。例) 胸部X線検査、各種血液検査など			

- ※1) 11月以降の実施となります。健診を受ける方の特典としており、インフルエンザ予防接種だけの受付はできません。
※2) 39歳以下は「乳腺超音波」、40歳以上は「マンモグラフィ2方向」(但し変更可能)
※3) 実施可能日は変動し、実施人数に制限がありますので、予約時にご確認ください。
※4) 35歳以上の方は、特定健診の補助を利用し、人間ドックをご受診いただけます。
但し、他の医療機関で健保補助を受けた場合は、対象外となりますのでご了承ください。

■ アクセス

- JR「灘駅」徒歩約7分／阪急「春日野道駅」徒歩約7分／阪神「岩屋駅」徒歩約10分 ● 有料駐車場あり

MAP



新神戸ドック健診クリニック

- JR新幹線・地下鉄 新神戸駅すぐ
- 当施設は、男女別導線となっており、胃部検査は胃カメラが標準となります。

項目	定価	当健保加入者全員	(税込)	
			神鋼健保補助※利用でさらにお得に受診できます 35歳以上の「被扶養者」 「任意継続者」	20～34歳の「被扶養者」 「任意継続者」
1日ドック(基本コース)	50,600	⇒ 48,400円 ⇒	41,360円	補助なし
マンモグラフィ2方向	10,120	⇒ 9,900円 ⇒	1,100円	
マンモグラフィ1方向+乳腺超音波	11,440	⇒ 11,000円 ⇒	2,200円	
マンモグラフィ2方向+乳腺超音波	14,080	⇒ 13,200円 ⇒	4,400円	
子宮頸がん検診+経膈超音波	5,720	⇒ 5,500円 ⇒	ご負担なし	
腫瘍マーカー前立腺検査(PSA)	1,540	⇒ 1,320円	補助なし	
血圧脈波検査(血管老化度検査)	3,300	⇒ 3,080円		
肝脂肪量測定(ATI)	3,300	⇒ 3,080円		
大腸内視鏡検査	24,200	⇒ 23,100円		

※神鋼健保補助:特定健診、乳がん検診、子宮頸がん検診の費用補助

Pepポイント対象
(詳しくはP10をご覧ください)
1,500p

お申込みTEL
078-261-6736

1日ドックのコース内容は、
下記ホームページを
ご参照ください。
URL:https://shinkobedock.jp/

全健協 (全国健康増進協議会) レディース健診

NEW 2024年度より
受診場所を拡充!

Pepポイント対象
(詳しくはP10をご覧ください)
1,500P

全国に健診
会場あり!

同じ会場で複数日程
開催あり!

乳がん・子宮頸がん検診も
受診できる!

■ 申し込みから健診結果到着までの流れ



※神鋼健保以外の健保組合の方も受診されます。
 ※キャンセル、変更は予約週の翌週木曜日以降に実施健診機関に連絡してください。
 ※会場や日程の変更、中止の場合には、実施健診機関から連絡があります。
 ※一部の会場では男性も受診が可能です。
 ※健診当日には、必ず「健康保険証」をご持参ください。持参がないと受診ができません。

**4月3日10時より
申込開始**

■ 申込方法

① HPIにアクセス《PC・スマホ共通》

ユーザーIDとパスワードを入力してログイン

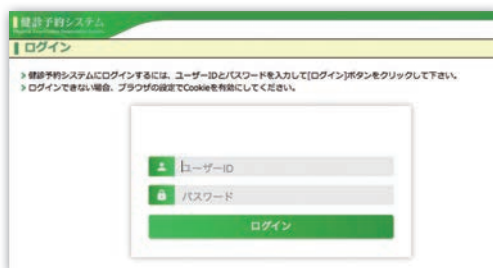
<https://www.zenkenkyo-yoyaku.net/mn>

06280127

sk24zeyoyaku



スマートフォン用
QRコード



② 健診を受診される方の情報を登録

「健康診断のお申込み」をクリックし、情報を入力します。

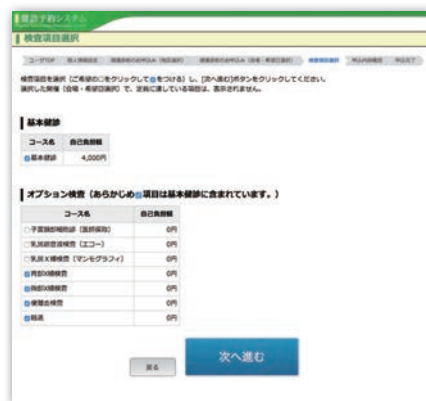


③ 希望の会場・日程を選択

選択会場にて予約が確定します。



④ 受診項目を選択



⑤ 申込内容確認画面で内容を確認し、「申込」ボタンをクリック

ご登録のメールアドレスに予約確定確認メールが届きます。これでお申込み手続きは完了です。
変更・キャンセルは、予約週の翌週木曜日以降に予約確定確認メールに記載されている実施健診機関にご連絡ください。
 予約確認確定のメールは、次のアドレスで自動配信されます。no-reply@zenkenkyo-yoyaku.net 受信拒否設定の解除をあらかじめお願いします。

健診の項目

■ 特定健診(基本部分)

問診、身長、体重、腹囲、血圧、血液検査、尿検査、診察

■ オプション検査(ご希望により追加が可能!)

検査項目	自己負担(税込)
胃部X線検査(間接撮影)	5,500円
大腸がん検診(便潜血)	無料(健保負担)
乳がん検診 マンモグラフィ又は超音波検査	どちらか一方の場合は無料 ※両方受診の場合は3,500円
子宮頸がん検診(細胞診)	無料(健保負担)
HPV検査(子宮頸がん検診を受ける方のみ)	5,500円
腹部エコー	5,500円

※オプション項目は一部自己負担が発生します。健診当日に受付にてお支払ください。
 ※健診会場によっては乳がん検診(マンモグラフィ)の実施がありません。乳がん検診(マンモグラフィ)をご希望の方は申込時に よくご確認の上、申してください。

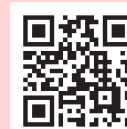
健 診 会 場

近隣の健診会場は
こちら



お問合せ先

一般社団法人 全国健康増進協議会：
 zenkenkyo-yoyaku@zenkenkyo.net
 HP：https://www.zenkenkyo.net (「全健協」で検索)



個人情報の取り扱いについて

<https://www.zenkenkyo.net/privacypolicy/>

受 診 日 M E M O

あなたの受診日は 月 日 () : ~ です。

持参するもの

- 健康保険証
- 受診票・問診表
- 検査キット
-

ご都合が悪くなりましたら、早めに担当実施機関へ連絡しましょう。



お近くの医療機関での受診

(集合契約の医療機関)

健康保険組合連合会を通じて、集合で契約している医療機関が利用できます。(4月～翌年3月末)

対象 被扶養者および任意継続者(35歳以上)

受診する医療機関によっては、窓口負担(100円～3千円程)が発生していました。

より多くの方に受診していただくために、2023年4月より **全額健保負担** になりました！

特定健診(基本部分) ~~上限8,000円~~
特定健診(詳細部分) ~~上限3,800円~~

2023年4月～
全額健保負担

Pepポイント対象
(詳しくはP10をご覧ください)
1,500P

1万円相当の健診が**無料**！



A)全国の健診機関 B)全国市町村(国保)の健診機関

○ 受診できる項目(必須) △ 医師が必要と認めた場合のみ実施

35～39歳の方は、特定健康診断実施に関する契約状況により、受診できない医療機関がありますので、予約時にご確認ください。

健診項目	特定健診																
	基本部分										詳細部分						
	問診	自覚症状及び他覚症状の検査	身長	体重	腹囲	BMI	収縮期血圧	拡張期血圧	TG(中性脂肪)	HDLコレステロール	LDLコレステロール	LDL/HDLコレステロール	GOT	GPT	Y-GTP	血糖	ヘモグロビンA1c
集合契約	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○

STEP 1

医療機関の選択 《受診できる医療機関WEBでの確認方法》

当健保組合のホームページ「家族の健康診断」をクリックする。



健診・医療機関検索画面TOP

検索結果画面(イメージ)



STEP 2

申し込み

「集合契約による特定健診の受診」と医療機関に告げて、予約をしてください。

STEP 3

受診

「受診券」、「健康保険被保険者証(保険証)」をご持参してください。
(健康保険被保険者証は資格確認のため必要です)

STEP 4

支払い

窓口でのお支払いはありません。
※特定健診以外の項目(がん検診など)を受診した場合は、従来通り窓口負担が発生します。

STEP 5

健診結果の確認

医療機関から健診結果が届きます。

受診券の使える医療機関で受診したにもかかわらず、**特定健診費用について料金が発生した場合は**、当健保組合までご連絡ください。

パート先等で受けられた健康診断結果を提出

Pepポイント対象
(詳しくはP10をご覧ください)
1,500P

パート先等で受けられた健康診断の結果が、特定健診の項目を満たしていれば、当健保組合へ提出するだけで Pep Up のポイント(1,500P)受け取ることができます。Pep Upに登録がまだの方は登録されないとポイントを受け取ることができないので、ご注意ください。
※集合契約受診券使用、神鋼記念会家族巡回健診、灘ドック健診クリニック、神神戸ドック健診クリニック、全健協のレディース健診による健診等を受診された方は、健康診断結果が健保組合に届くため結果送付不要です。

健診日	対象者	対象年齢	提出期日
2023年度(2023年4月1日～2024年3月31日)	被扶養者	35歳以上(2024年3月31日時点)	2024年6月末日
2024年度(2024年4月1日～2025年3月31日)	任意継続被保険者	35歳以上(2025年3月31日時点)	2025年6月末日

申請方法 以下1)～4)の手順に従ってください。

2023年度分

(2023年4月1日～2024年3月31日)

2024年度分

(2024年4月1日～2025年3月31日)

1) 申請する健診結果の年度を○で囲んでください。

2) 受けられた健診詳細項目が下記表の特定健診の全ての項目を満たしているか、✓点でチェックしてください。

1つでも項目を満たしていなければ、提出することはできません。その場合は同封の受診券を使用し、特定健診を受けてください。

健診項目	問診	自覚症状及び他覚症状の検査	計 測				血 圧		血中脂質検査				肝機能検査			血糖検査 (どちらか)		尿検査	
			身長	体重	腹 囲	B M I	収縮期血圧	拡張期血圧	T G (中性脂肪)	H D L - コレステロール	L D L - コレステロール	H D L / L D L - コレステロール	G O T	G P T	Y - G T P	血糖	ヘモグロビンA1c	糖	蛋白
チェック欄	記入	問診票 下記									どちらか								

3) 下記太枠内を記入および下記問診票の該当するところに○印を付けてください。(健康診断結果に記載がある場合でもお願いします。)

保険証記号	保険証番号
ご住所	電話番号 (平日に連絡がつく番号) TEL ()
フリガナ	
受診者氏名	

1-3	現在、a からcの薬の使用の有無(医師の判断・治療のもとで服薬中のものを指す。)	
1	a. 血圧を下げる薬	①はい ②いいえ
2	b. 血糖を下げる薬又はインスリン注射	①はい ②いいえ
3	c. コレステロールや中性脂肪を下げる薬	①はい ②いいえ
4	医師から、脳卒中(脳出血、脳梗塞等)にかかっているといわれたり、治療を受けたことがありますか。	①はい ②いいえ
5	医師から、心臓病(狭心症、心筋梗塞等)にかかっているといわれたり、治療を受けたことがありますか。	①はい ②いいえ
6	医師から、慢性腎臓病や腎不全にかかっているといわれたり、治療(人工透析など)を受けていますか。	①はい ②いいえ
7	医師から、貧血といわれたことがあります。	①はい ②いいえ
8	現在、たばこを習慣的に吸っている。 (※「現在、習慣的に喫煙している者」とは、条件1と条件2を両方満たす者である。条件1:最近1か月間吸っている 条件2:生涯で6か月間以上吸っている、又は合計100本以上吸っている)	①はい ②以前は吸っていたが、最近1か月間は吸っていない(条件2のみ満たす)
9	20歳の時の体重から10kg以上増加している。	①はい ②いいえ
10	1回30分以上の軽く汗をかく運動を週2日以上、1年以上実施	①はい ②いいえ
11	日常生活において歩行又は同等の身体活動を1日1時間以上実施	①はい ②いいえ
12	ほぼ同じ年齢の同性と比較して歩く速度が速い。	①はい ②いいえ

13 食事をかんで食べている時の状態はどれにあてはまりますか。

- ①何でもかんで食べることができる
②歯や歯ぐき、かみあわせなど気になる部分があり、かみにくいことがある
③ほとんどかめない

14 人と比較して食べる速度が速い。

- ①速い ②ふつう ③遅い

15 就寝前の2時間以内に夕食をとることが週に3回以上ある。

- ①はい ②いいえ

16 朝昼夕の3食以外に間食や甘い飲み物を摂取していますか。

- ①毎日 ②時々 ③ほとんど摂取しない

17 朝食を抜くことが週に3回以上ある。

- ①はい ②いいえ

18 お酒(日本酒、焼酎、ビール、洋酒など)を飲む頻度

- ①毎日 ②週5～6日 ③週3～4日 ④週1～2日 ⑤月に1～3日

- ⑥月に1日未満 ⑦やめた ⑧飲まない(飲めない)

(※「やめた」とは、過去に月1回以上の習慣的な飲酒歴があった者のうち、最近1年以上酒類を摂取していない者)

19 飲酒日の1日当たりの飲酒量

日本酒1合(15度・180ml)の目安・ビール(5度・約500ml)、焼酎(25度・100ml)、ワイン(14度・180ml)、ウイスキー(43度・60ml)、缶チューハイ(7度・約350ml)

- ①1合未満 ②1～2合未満 ③2～3合未満 ④3～5合未満 ⑤5合以上

20 睡眠で休養が十分とれている。

- ①はい ②いいえ

21 運動や食生活等の生活習慣を改善してみようと思いますか。

- ①改善するつもりはない
②改善するつもりである(概ね6か月以内)
③近いうちに(概ね1か月以内)改善するつもりであり、少しずつ始めている
④既に改善に取り組んでいる(6か月未満)
⑤既に改善に取り組んでいる(6か月以上)

22 生活習慣の改善について、これまでに特定保健指導を受けたことがありますか。

- ①はい ②いいえ

4) 当健保組合へ送付してください。(本ページを記入後、封筒としてご使用ください。)

①受診券 (紛失した場合は不要)、 ②本ページ、 ③健診結果の写し

送付先 お問い合わせ先 〒657-0845 神戸市灘区岩屋中町5丁目2-20 【社内便】神戸健保組合 保健グループ 神戸製鋼所健康保険組合 保健グループ 担当: 竹原 【電話】078(261)6514

※毎月5日頃を締切として、翌月月末までにポイント付与予定です。健診結果送付前に Pep Up へ登録いただくようお願いいたします。

のりしろB

のりしろBと貼り合わせる

のりしろC

のりしろCと貼り合わせる

料金受取人払郵便
局 承認
3005
差出有効期限
2025年3月
31日まで
(切手不要)

神戸市灘区岩屋中町5丁目2-20

神戸製鋼所健康保険組合

保健グループ 行



657-8790



健康もポイントもGET!

約 **年間最大4,000ポイント!**

Pep Upは「医療費通知」や「健康ニュース」、季節イベントなど多彩なメニューで健康を総合的にサポートします。

加入者の74%が登録されています!ぜひご登録ください!

健康イベント&Pepポイント

特定健診を
受けると

1,500ポイント

+

結果が基準値内ならさらに付与!

BMI(18.5 - 24.9) ▶▶▶ **200ポイント**

収縮期血圧(129mmHg以下) ▶▶▶ **100ポイント**

拡張期血圧(84mmHg以下) ▶▶▶ **100ポイント**

NEW 5/10~6/8



1,000ポイント

NEW 7/1~7/31



300ポイント

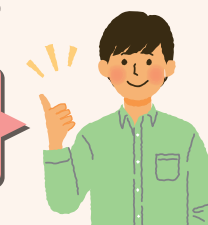
日々の記録
(体重・血圧)

合計 **730ポイント**

1日各1ポイント

その他: Pep Up主催のウォーキングラリー ふれんどウォーク(歩いてポイントを貯めよう!)

初回登録された方全員に**300ポイント**をプレゼント!



ポイント交換はお早めに!

ポイント付与された日から **3年経過したポイント**は随時失効されます。

初回登録方法

<2024年度新規加入者の方>

会社経由で配布の登録案内通知をご用意ください。



<書類を紛失した方>

右記Formsに必要事項を記入してください。(健康保険証を用意ください)



スマホまたはPCから登録



神鋼健保 Pep up



健保加入者全員

- | | |
|---------|--|
| 接種期間 | 2024年10月1日～2025年2月28日 |
| 費用補助額 | 1回接種5,000円、2回接種(12歳以下のみ)7,000円までの実費額(年度内に1回) |
| 補助申請方法等 | ①「Pep Up」よりWEB申請。(10月申請開始)
※被保険者および35歳以上の被扶養者のアカウントどちらからでも申請可能です。
※「WEB申請ありがとうポイント」つきましては、終了いたしました。
②けんぽだより秋号もしくはホームページ掲載の申請書にて申請 |
| 注意事項 | 秋のけんぽだより・当健保ホームページをご覧ください。接種をお願いいたします。 |



歯科健診

健保加入者全員

- | | |
|-------|---|
| 受診内容 | 歯・歯周組織・軟組織・顎関節等のチェック・健診結果に基づいた
口腔保健指導と生活習慣指導※治療や歯石除去、レントゲン検査等は除く |
| 費用補助額 | 3,850円までの実費額(年度内に1回)
※保険証を使用した場合は、補助できません。 |

今年度から受診票はご自身で印刷していただくものになります。
お手元に従来の受診票がある場合は、そちらも利用可です。

補助申請方法等

① 下記QRコードか当健保組合
ホームページ歯科健診ページより
【歯科健診受診票】と【医療機関
宛の歯科健診実施のお願い】を
印刷する。

<https://www.kenpo.gr.jp/kobeseikou/contents/hoken/kenshin/shika.html>



② 医療機関へ予約。当日、印刷した【**歯科健診受診票**】と【**医療機関宛の歯科健診実施のお願い**】を持参して受診する。
(窓口にて立替払いしてください)

③ 費用請求
Pep Upから申請してください。
(歯科健診受診票の画像を添付していただきます。) P14参照
もしくは、原本を当健保組合保健グループへ送付



便潜血検査

上のような検査キットを用い、2
 日間にわたりスティックの先に
 少量の便を採取します。肉眼では
 わからない便中の微量の出血の
 有無をチェックすることで、がん
 やポリープを発見できます。
 検査結果が陽性だった場合は、す
 みやかに精密検査を受診してく
 ださい。

Pep Upからの補助金申請

約2分で
完了!



乳がん・子宮頸がん検診・地方自治体がん検診(被扶養者のみ)・歯科健診・インフルエンザ予防接種は、Pep Upから申請いただけます。
初回登録がまだの方P10をご参照ください。



注：領収書は受診内容・受診者氏名・受診日・料金内訳を必ず記入してもらってください。
(内容・内訳については診療明細書を領収書と合わせて添付いただいても大丈夫です)

注意事項

- ①補助金申請は毎年4月～翌3月分を翌年度4月30日までに提出してください。インフルエンザ予防接種申請については同年度内3月10日になります。
- ②保険証を使用した場合は補助金は対象外になります。
- ③自覚症状があった場合は、検診ではなく保険証を使用して受診してください。(3割負担)
- ④すべて国内受診分に限ります。

支払いについて

原則10日頃(Pep Upは毎月20日頃)を締切とし翌月給与に合算されます。ただし、事業所によっては翌々月の給与合算になる場合もあります。任意継続者の方は保険料引き落としのゆうちょ銀行口座に振り込みます。



各種検診補助金についてのお問い合わせは

【TEL】 078-261-6506/6514

申請書送付先 ※必ず封筒に入れて送付してください。

【郵 送】〒657-0845 神戸市灘区岩屋中町5丁目2-20 神戸製鋼所健康保険組合 保健グループ 宛
【社内便】神戸) 神戸製鋼所健康保険組合 保健グループ 宛

----- き り と り

差出有効期限
2025年3月
31日まで
(切手不要)

7003

中京局
承認

郵便がき

6048790

555

メスプ細胞検査研究所

条下る瓦町 550
メスアピル内