

事業主・事業所ご担当者各位

伊藤忠連合健康保険組合

2026年度 保健事業のご案内

拝啓 時下ますますご盛栄のこととお喜び申し上げます。
平素は当組合の事業運営に格別のご高配を賜り、厚く御礼申し上げます。

さて、2026年度に実施する保健事業につき、下記の通りご案内いたします。
当組合の事業を健康経営の推進や社員の皆様の健康づくりにお役立てくださいますようお願い申し上げます。(2026年度の新規事業や変更点を青字で記載しています。)
尚、各事業の詳細につきましては、当組合ホームページに順次掲載いたしますのでご確認をお願いいたします。尚、被保険者向けには、4月20日発行予定「健保ニュース 2026年春号」にてご案内いたします。

敬 具

記

1. 疾病予防・体育奨励について

▽ 各種健診に補助金制度があります。(補助額、健診項目は別表参照)

2024年度より「高齢者の医療の確保に関する法律」(以下「高確法」という)及び「健康保険法」第150条の改正(令和4年1月施行)により、被保険者等の健康の保持増進のため40歳未満の健診結果情報の収集を開始いたしました。

- ① 人間ドック (40歳以上の被保険者・被扶養者)
- ② 本人検診 (30歳以上40歳未満の被保険者)
- ③ 家族検診 (40歳未満の被扶養者)
- ④ 婦人科検診 (40歳以上の被保険者・被扶養者)

尚、年齢は年度内(4月1日から翌年3月31日)到達年齢とします。
詳しくは、当組合ホームページ(事業所ご担当者様のページ)をご覧ください。

(健保契約健診機関)

健診費用のうち当組合補助額相当分は、直接健診機関から当組合に請求されますので、健診費用の補助金請求は必要ありません。健保契約健診機関で受診される場合は、「利用書」の発行手続きを行ってください。2026年度より、「利用書」は全て健診機関に直送します。
健診当日は、当組合の加入資格が確認できる「マイナ保険証、及び資格情報のお知らせ」または「資格確認書」を提示いただきご受診いただくようになりますのでご注意ください。
尚、「事業所宛通知書(利用書交付一覧)」は引き続き事業所に送付いたします。
基幹システムの変更に伴う移行期間の手続き方法は以下の通りです。ご不便をおかけし恐縮ですが、ご理解とご協力をお願いいたします。

申請期間	事業所担当者専用 サイト(旧コミュニティサイト)	MY HEALTH WEB Web申請	(予防1) (予防2) 郵送申請※
～2026年3月27日まで	○	-	○
2026年3月28日～5月7日	-	-	○
2026年5月8日～	-	○	○

※(予防1)「健診実施承認願(事業所担当者用)」及び、(予防2)「受診者名簿」を添付し、当組合に郵送。

※次の契約健診機関は、2026年3月31日をもって契約を終了いたします。

(16) 千代田診療所 健康管理センター、(41) 若竹会セントラル総合クリニック 健診センター、(80) セントラル病院、(94) 財)宮城県予防医学協会健診センター、(119) 太田総合病院附属太田熱海病院、(137) 富山市立富山市民病院、(139) 滋賀保健研究センター、(162) 福井健康管理協会県民健康センター、(170) ヨナハ健診クリニック、(177) パークサイドクリニック、(199) 榛原総合病院健診センター、(207) 白十字総合病院 健診センター、(213) 社団法人那覇市医師会生活習慣病検診センター、(215) 財団法人日産厚生会診

療所、(222) 医 進興会 進興クリニック、(235) 東京西徳洲会病院、(236) 羽生総合病院、(238) 皆野病院、(239) 古河病院、(240) 四街道病院、(241) 鎌ヶ谷総合病院、(242) 館山病院、(243) 湘南藤沢徳洲会総合病院、(285) 向陽脳とせぼね・循環器内科クリニック、(288) 多摩海上ビル診療所、(292) クロス病院健診センター、(294) 医療法人沖縄徳洲会 湘南厚木病院(308) 山形医師会山形市医師会健診センター、(312) 志聖会総合犬山中央病院、(315) めぐみ会田村クリニック健診室、(316) めぐみ会南大沢メディカルプラザ健診室、(334) 鉄友会宇野病院健診センター、(335) 光生会病院総合健診センター、(353) 青森保健生活共同組合あおり協立病院、(360) 健会高知検診クリニック、(371) 松山市医師会健診センター、(372) 順風会 健診センター、(378) ヤマナ会広島生活習慣病がん健診センター幟町、(379) 広島生活習慣病がん健診センター東広島、(380) 阿知須共立病院 総合健診センター、(385) 医療法人エム・エム会クリニック広島健診

(健診代行会社利用：ネットワーク健康診断サービス・パッケージ健康診断サービス)
効率的な健康診断の実施・運営に向け、当組合では健診代行機関のウェルネス・コミュニケーションズ(株)と「ネットワーク健康診断サービス」及び「パッケージ健康診断サービス」の契約を締結しています。既に約 30 の事業所が導入されており、健診運営、事務効率が大幅に改善されたと大変ご好評をいただいております。健診予約や進捗管理、支払処理、健診結果が一元化される仕組みとなっておりますので、まだ本サービスを導入されていない事業所におかれましては、将来に向けご検討をお願いいたします。詳細は同封のチラシをご覧ください。

▽特定健康診査（以下「特定健診」という）

40 歳～75 歳未満の被保険者、被扶養者を対象にメタボリックシンドロームに着目した健診で、「高確法」で実施が義務付けられており、特定健診の対象となる被保険者数が 10 名以上の事業所には、国から「健康スコアリングレポート」が発行されます。国の目標受診率は、2029 年度までに「90%」を達成することが求められておりますが、当組合の 2024 年度受診率は「83.7%」という結果でした。その内訳は、被保険者が「95.4%」、被扶養者が「44.9%」となり、被保険者は国の目標を達成しているものの、依然として被扶養者の受診率の低さが課題となっております。被扶養者の受診促進策として、「無料」で受けられる簡易人間ドックコースや、早期予約、早期受診された方へのインセンティブギフトによる推進を継続し、2026 年度の当組合目標受診率を「87.2%」に高めて参ります。

▽特定保健指導（委託先：(株)ベネフィット・ワン、(株)フィッツプラス、スギウェルネス(株)等）

特定健診で生活習慣病のリスクが高いと判定された方に対する保健指導です。特定健診とともに「高確法」で実施が義務付けられています。腹囲（または BMI）と追加リスク（血圧・血糖・脂質・喫煙歴）の組み合わせにより階層化を行い、医療機関を受診され投薬（血圧・血糖・脂質）のない方を対象に「積極的支援」「動機づけ支援」の判定を行います。服薬（血糖・脂質）の有無と喫煙状況については、「特定健診の問診票」の回答を用いますので、現況を正しく回答くださいますようお願いいたします。

この特定保健指導は、まずオンライン面談等による初回面談を実施し目標設定を行った後、約 3 ヶ月間の専門家による支援を受けながら健康度を高めていただくプログラムです。費用は全額健保が負担いたします。この特定保健指導と前述の特定健診については、実施状況により国から健保組合への金銭ペナルティやボーナスが設けられていることや、健康経営優良法人（ホワイト 500、ブライト 500）の認定、健康企業宣言（金・銀）の認定取得を目指し健康経営を推進される事業所においては重要度の高い事業となります。

2024 年度の実施（終了）率は、「34.2%」と残念ながら、前年度、全国平均を下回る結果となりました。この特定保健指導の国の目標は、2029 年度までに「60%」を必達することが求められておりますため、2026 年度の当組合目標実施（終了）率を「47.1%」と高めて推進して参ります。特定保健指導対象者の抽出は月次で行い、事業所ご担当者様にご案内いたしますので、引き続き対象となられた方への積極的な参加勧奨と途中終了防止へのご協力をお願い申し上げます。

尚、特定保健指導の対象になられた方が健診後に医療機関を受診され、血圧・血糖・脂質の投薬を受け医師の指導を優先される場合、特定保健指導の対象から除外することが可能です。該当される方がおられましたら、
当組合ホームページ/健康支援プログラム/特定保健指導ページ に掲載する
「服薬開始の申出フォーム」<https://form.qubo.jp/e04n1hocw4wp> より、お申し出いただくようご案内ください。

▽インフルエンザ予防接種の補助

毎年 10 月から 12 月に受けた被保険者（本人）・被扶養者（家族）を対象に、2,000 円を上限として補助します。2026 年度より、郵送での申請に加え、MY HEALTH WEB からの WEB 申請が可能になります。申請期間は、10 月から翌年 2 月末日までです。

※尚、年度末の 3 月末日までの補助金支給を希望される場合は 1 月末日までに申請ください。

▽ 体育奨励施設利用補助

当組合が法人契約を締結している、「セントラルスポーツ」「ティップネス&コ・ス・パ」「ルネサンス」「コナミスポーツ」「LAVA International」の会費補助を行っています。法人月会費には月 3000 円を補助、都度利用の場合には 1 回 1,000 円を月 3 回まで補助します。尚、「LAVA International」は法人月会費のみの取り扱いとなり、都度利用はございません。

3. 広報誌の発刊について <委託先：(株)法研>

▽ 被保険者向け

当組合機関誌「健保ニュース」は、年 2 回（春・秋）発行致します。各事業所に被保険者数分を送付いたしますので、被保険者の皆様へお配りください。尚、健保ニュースの PDF 版をホームページ及び「MY HEALTH WEB」に掲載いたしますのでご活用ください。

▽ 被扶養者向け

- ・「被扶養者総合健診案内」及び「健康情報誌」を 4 月下旬に、30 歳以上の被扶養者様、及び 30 歳未満の被扶養配偶者様のご自宅へお送りします。
- 直接ご自宅にお送りしますので、常に最新のご住所の登録をお願いします。

▽ こどもの適正医療に関する広報

0~3 歳のお子様がいるご家庭に適切な医療の受診や抗菌薬処方等に関する広報誌をお送りします。

4. 契約保養所について

▽ エクシブ <契約先：(株)リゾートトラスト>

ハイクオリティなホテルがリーズナブルな宿泊料金で利用できる会員制リゾートホテル、「エクシブ」「リゾートピア」「サンメンバーズ」等をご利用いただけます。ご予約は、以下の予約サイトよりお申し込みください。

予約サイト URL: [エクシブ 法人予約](https://reserve.resort.co.jp/reservation/cmc/co_top.html)
https://reserve.resort.co.jp/reservation/cmc/co_top.html

尚、エクシブのお得なプランや最新情報は、LINE アカウントより配信します。空室状況や予約ページにもアクセスできます。
LINE「エクシブ 伊藤忠連合健康保険組合」ID：@819nskb

予約方法	抽選予約（毎日抽選）	先着順予約（空室は即予約可）
予約受付開始日	ご利用希望日の 1カ月前同日～4日前まで	ご利用希望日の 3週間前 同曜日～4日前まで
食事	夕・朝食は任意選択	1泊2食制（夕・朝食付き）
利用制限	年間（4月～3月）1名様あたり1回まで ※1回につき2泊3室まで	年間（4月～3月）回数制限無し ※宿泊数 室数の制限なし
予約専用ID・パスワード （半角英数字）	ID：itr00001 パスワード：knp6097	ID：ITR00002 パスワード：KNP6097

▽ 星野リゾート

星野リゾートの施設を特別料金でご利用いただけます。

URL: <https://www.hoshinoresorts.com/gp/corporate-sp/>

5. 健康ポータルサイト「MY HEALTH WEB」（被保険者対象） <委託先：(株)法研>

健康ポータルサイト「MY HEALTH WEB」では、健康意識の啓発と行動変容を目的とした健康情報や健康促進資格情報のお知らせの掲載や各種キャンペーンを実施しています。ログインやライフログの記録、各種保健事業に積極的に参加すると、健康ポイントが付与されます。貯まった健康ポイントは抽選で賞品が当たります。

基幹システムの変更に伴う掲載データの入れ替え作業のため、MY HEALTH WEB の運用を 2026 年 4 月 20 日から 5 月 7 日まで一時停止いたします。再開は、5 月 8 日を予定しています。停止期間中はご利用いただけませんので、ご注意ください。

【MY HEALTH WEB でできること】

- ・「WEB 申請機能」2026 年 5 月 8 日より WEB 申請機能を追加いたします。
本機能についての詳細については、3 月下旬頃別途お知らせします。

NEW

事業所管理画面 WEB 申請機能	被保険者画面 WEB 申請機能
登録住所の変更・確認	登録住所の確認
振込口座の登録・変更・確認	振込口座の登録・変更・確認
契約健診機関の利用書申込・承認	契約健診機関の利用書申込
契約健診機関の利用書申込状況の確認	契約健診機関の利用書申込状況の確認
各種補助金（健診・インフルエンザ）の 申請・承認	各種補助金（健診・インフルエンザ）の 申請

・「ウォーキングキャンペーン」：春と秋の年 2 回開催します。
キャンペーンサイト内では、連合型の健保組合の特徴を活かし、事業所別、年代別、個人別、任意チームでのランキングを表示し 38 万歩達成に向けて競い合います。

- <春開催> エントリー期間： 2026 年 5 月 11 日～ 5 月 31 日
開催期間： 2026 年 5 月 17 日～ 6 月 30 日
WEB マップ： 北陸地方を巡る
- <秋開催> エントリー期間： 2026 年 10 月 19 日～11 月 14 日
開催期間： 2026 年 11 月 1 日～12 月 16 日
WEB マップ： 中国地方ぐるっと一周

・「well-being プログラム」：特設サイト内に表示する 6 種類のカテゴリのオンデマンド動画から、お好きな 3 つを選択いただき動画を視聴していただけます。2026 年度のカテゴリは、①マインドフルネス、②ロコモ予防、③食生活栄養、④睡眠、⑤女性の健康、⑥飲酒です。カテゴリ内は 3 つの章で構成されており、各章の動画（15 分）を視聴後ミニテストに正答すると、健康ポイントを付与します。動画の視聴と確認テストを実施いただくことで、生活習慣改善のきっかけづくりを図ります。

- エントリー期間： 2026 年 5 月 18 日～ 7 月 10 日
開催期間： 2026 年 5 月 1 日～ 7 月 31 日

- ・「医療費情報」「ジェネリック医薬品差額情報」「お薬情報」「資格情報のお知らせ」を表示。
- ・30 歳以上の特定健診結果の経年で表示し、生活習慣病リスク判定とアドバイスを表示。
- ・ライフログ、チャレンジ登録：体重、歩数、血圧等を記録管理し自身の健康を可視化。
- ・MY HEALTH CLUB：健康管理や医療コストの節約に役立つ記事や動画を配信。
- ・健保ニュースや家庭内常備薬斡旋販売、各種キャンペーンのご案内を掲載。
- ・「健康ポイント」：ロゲイン時やライフログの記録、各種保健事業への参加でポイントを付与。
5 月 1 日～翌年 4 月末日までのポイント合計で 3000 ポイントを 1 口とし、毎年 5 月に、豪華賞品の当たる抽選会を実施。



6. こころとからだの健康相談 <委託先：ティーペック株>

日常生活での健康不安から、病気の予防、治療のフォローまでのサポート機能を取り揃えています。

▽ 24 時間健康相談サービス：専用ダイヤル 0120-911-053（通話料無料）

医師・保健師・看護師等の有資格者が、24 時間・年中無休で健康・医療・介護・育児・メンタルヘルス等のご相談に応じます。チャットボットによる自動応答での相談サービスもございます。

▽ メンタルヘルスカウンセリングサービス 専用ダイヤル 0120-911-053（通話料無料）

職場、家庭のストレスなどに関して臨床心理士などの心の専門家によるカウンセリングサービスを提供します。

- ・電話相談：9：00～22：00・年中無休（1 回 20 分が目安）
- ・WEB 相談：24 時間・年中無休（返信は数日を要します）
- ・面談（対面・オンライン面談・電話継続）の予約
電話による受付 月～金 9：00～21：00、土 9：00～16：00（日・祝日・12/31～1/3 を除く）
Web による受付 24 時間・年中無休（受付後、日程調整のお電話があります）

▽ 二次検診機関の手配サービス 専用ダイヤル 0120-016-043（通話料無料）

健康診断・がん検診・人間ドック等の結果、「要精密検査」と判定された方に、二次検診機

関の受診手配や情報提供を致します。

- ▽ 生活習慣病受診サポートサービス 専用ダイヤル 0120-002-594 (通話料無料)
糖尿病、高血圧症、脂質異常症、高尿酸血症等の生活習慣病に関するご相談にお答えします。更に合併症が怖い糖尿病については、糖尿病専門医の受診手配や、専門医がいる医療機関をご案内します。
- ▽ 専門医電話相談サービス 専用ダイヤル 0120-911-053 (通話料無料)
各分野の専門医に相談できます。診断書や検査データの提出は不要です。
- ▽ セカンドオピニオン手配サービス 専用ダイヤル 0120-884-048 (通話料無料)
がんなどの重い病気と診断されたとき、納得のいく治療方針や治療方法を選択するためのセカンドオピニオンを手配します。専門医との面談手配のほか、病状等により外出が難しい場合は、専門医とのオンライン面談あるいは電話相談の手配も可能です。
- ▽ 受診手配サービス 専用ダイヤル 0120-884-048 (通話料無料)
通院先の医療機関では対応できない専門的な治療が必要な場合に、その治療を受けられる医療機関を探し、受診手配します。
- ▽ 「ドクターが薦める専門医」情報提供サービス 0120-884-048 (通話料無料)

7. 家庭用常備薬の斡旋販売 <委託先：アーテム㈱、白石薬品㈱>

- ▽ 疾病予防の一助となるよう家庭用常備薬や健康用品を市販価格より安価で提供しています。ご家庭に医薬品等を常備いただき、日頃の健康管理や応急時の備えをお願いします。購入に関するご案内は、機関誌と「MY HEALTH WEB」にて年に2回行います。

8. 重症化予防・肥満対策事業 (被保険者対象)

- ▽ 肥満対策事業 「ボディメイクプログラム」 <委託先：(株)ルネサンス>
2024年度より第三期データヘルス計画が始まり、保険者に肥満解消率(BMI 25以上を減らす)が求められるようになったことに伴い、BMI 25~27程度の方を対象にした、ボディメイクプログラムを実施しています。ルネサンスNo.1パーソナルトレーナーであり、大人気ユーザーのユウジ氏によるキックオフセミナーで動機付けを行い、Tシャツの似合うからだづくりを目指す2か月間のプログラムです。
キックオフセミナー参加者には糖質と塩分に配慮した冷凍宅食ナッシュ 6食をプレゼント！さらに一定の基準をクリアした方には、追加プレゼントがございます。
毎日忙しい方のためのユウジ式運動・食事メソッドを学び、5分程度の取組みを毎日続けることで起こる体の変化を体感し、BMI 25未満を目指します。
40歳以上で2025年度の健診でBMIが25~27程度の方(特定保健指導対象者、受診勧奨該当者除く)及び、35歳以上39歳以下で特定保健指導の基準に該当する方を対象に個別にご案内し、先着100名にて受付をいたします。
- ▽ オンライン禁煙プログラム <委託先：(株)リンケージ>
直接医療機関へ通院することなく、PCやスマホ、タブレットのビデオ通話機能を利用して医師のオンライン診察を受けることができる禁煙プログラムを2026年度より自己負担なしで提供します。約2か月間に全4回のオンライン診察を受診いただいた後、4回のフォローアップメールにて禁煙継続状況を回答いただけます。禁煙補助薬は、自宅や職場等、指定の場所に配送いたします。2026年5月11日より先着50名にて受付をいたします。
- ▽ ノンスモ禁煙サポートプログラム <委託先：(株)リンケージ>
1日の喫煙本数が少量の方や、オンラインで禁煙ができるのか試してみたいという方に向けた1週間or2週間のトライアルプログラムです。自己負担はございません。禁煙のきっかけづくりにお役立ていただけますと幸いです。2026年5月11日より先着50名にて受け付けをいたします。
- ▽ 重症化予防プログラム「Mystar」 <委託先：(株)PREVENT>
生活習慣病を医療機関にて治療中の30歳以上の方の中で、心疾患、脳疾患、糖尿病腎症の発症予測を行い「高リスク」と判定される方を対象に、モニタリング機器を用いて歩数、塩分摂取量、脈拍、血糖トレンドなどを計測し生活習慣をみえる化。医療専門職による病状を悪化させないサポートプログラムを提供します。自己負担はございません。尚、本プログラムの参加にはかかりつけ医の承諾が必要です。

▽ 歯周病対策事業 「かんたん歯科✓チェック」 <委託先：(株)ai-Health>
 スマートフォン・タブレットを活用した行動支援アプリと歯科セットを用いて、正しい口腔のセルフチェックを学ぶプログラムを実施します。本プログラムは、長期間宇宙に滞在する飛行士の口腔健康維持のために開発されたセルフケアプログラムが基になる学習&ケアプログラムで、歯科医に行かなくてもセルフケアをしっかりと学ぶことでお口の健康を守ります。
 「手鏡で歯の状態を観察」+「歯垢の確認」+「咀嚼ガムを使って咀嚼検査」、全40問の質問で、現在のお口の健康状態を判定。年度末年齢が35歳、40歳で1年間歯科未受診の方を対象に個別にご案内し、先着100名にて受付をいたします。またアプリの実施で治療が必要と判断された方には「歯科検診」をご案内いたします。

▽ 受診勧奨通知 <委託先：(株)JMDC>
 30歳以上で健診結果の数値が治療を要するレベルに該当しているにも拘わらず、まだ医療機関を受診していない方を対象に医療機関の受診を勧めるご案内を年2回お送りします。この「受診勧奨通知」を受けとられた方は、高血圧、脂質異常、高血糖等を放置したままにすると動脈硬化が進行し、心疾患や脳疾患を発症するリスクが高い方々です。該当者からご相談がありました際には、早めの受診を促していただきますようご協力をお願いいたします。

NEW

▽ 食習慣改善事業 「あすけんチャレンジプログラム」 <委託先：(株)asken>
 ヘルスケア健康アプリの中で認知度・評価の高い「あすけんアプリ」の法人プランを導入し、兼ねてからの課題である食習慣の改善に向けた取組みを強化いたします。アプリ利用期間中にチャレンジ期間を設定し、日々の食事の記録付けを促し専門家のアドバイスによる栄養バランスの改善を図ります。
 春と秋の年2回開催し、先着200名にて募集をいたします。

<春開催> エントリー期間： 2026年4月20日～5月15日
 アプリ利用期間： 2026年5月1日～7月31日
 <秋開催> エントリー期間： 2026年10月19日～11月14日
 アプリ利用期間： 2026年11月1日～1月31日



9. 適正服薬の取組み（被保険者対象） <委託先：(株)JMDC>

薬を複数又は長期間服用する事で引き起こされる副作用や有害事象が生じている被保険者を対象に「ポリファーマシー通知」を送付します。適正服薬に戻すことで、有害事象の改善や重症化を防止し、医療費の適正化を図ります。「ポリファーマシー通知」を受け取られた方は、お薬を処方された「かかりつけ医」にご相談くださいますようお願いいたします。

10. がん検診精密検査勧奨通知（被保険者対象） <委託先：(株)JMDC>

ネットワーク健康診断サービスを利用し統一判定化されたがん検診結果により、便潜血検査が陽性（要精密検査・要再検査）に該当し未受診の方を対象に大腸がん精密検査勧奨通知を送付します。本通知を受けとられた方から相談がありました際には、早めの医療機関受診を促進くださいますようご協力をお願いいたします

11. 介護・健康・子育て支援教室

「ふれあい健康事業推進協議会」に加盟し、他の健保組合と共同でオンライン教室を被保険者とそのご家族を対象に行っています。講座内容やお申込み先 URL は、当組合ホームページをご覧ください。

<http://www.itcrengo.or.jp/member/health/kaigo.html#cat21Health02>

NEW

▽ 新講座 オンデマンドコース のご紹介（2026年3月17日公開予定）

- | | | |
|---|--|---|
| <p><健康対策系></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 骨格メソッドヨガ 2. 脂肪燃焼ヨガ 3. 睡眠改善ヨガ 4. EYE ヨガ | <p><介護対策系></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 施設介護 2. おひとり様介護 3. 高齢家族の安全 | <p><子育て支援系></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 子育てと仕事の両立 2. 食物アレルギー対応 3. 赤ちゃんと一緒にヨガ |
|---|--|---|

NEW

▽ 新講座 LIVE 配信型コース のご紹介（2026年3月17日より公開予定）

- <健康対策系>
- | | |
|---------------|-------------|
| 1. カスハラ×セルフケア | 9月9日（水）19時～ |
| 2. 肩甲骨ヨガ | 5月予定 |
| 3. 腰痛改善ヨガ | 11月予定 |
| 4. 疲労回復ヨガ | 6月予定 |

<介護対策系>

1. 遠距離介護 7月11日(土)10時～
2. 時系列介護準備 10月7日(水)19時～

<子育て支援系>

1. 子育てと仕事の両立(実践編) 12月12日(土)10時～
2. キッズ参加型ヨガ 8月予定

12. コラボヘルス推進

当組合では、効率的かつ効果的な保健事業を実施するため、保健事業の計画(データヘルス計画)を策定し、PDCAサイクルに沿って目標達成の成否を確認しながら、保健事業の改善に取り組んでいます。健康づくりの取組みをよりいっそう推進していくためには、事業主との連携(コラボヘルス)が不可欠であると考えており、健診結果等の分析や各種保健事業の実施は、各事業所が推進する「健康経営」と一体的に行うことで、保健事業の改善が進み実効性が増します。また、健康経営の推進により従業員の方々がより健康になることは、生産性の向上や企業価値の向上に留まらず、優秀な人材の確保にまで繋がるといわれています。日々の生活習慣の積み重ねが将来の健康リスクにつながるため、各種保健事業を積極的に活用いただき、健康経営との相乗効果で従業員の皆さまの健康づくりを推進して参りましょう。

▽「コラボヘルスの覚書」を締結し、一步深めた健康経営を推進しませんか？

被保険者の中長期的な生活習慣病予防、がん予防、メンタルヘルス対策のため、事業所、健保組合、双方の健康管理事業の効率化及び充実化を図るとともに、双方の健康増進施策の企画、実施、及び効果検証を行うことを目的とし、保険者がおこなう各種保健事業の参加状況や推進状況を共有し、一步深めた健康経営を推進する事業所を募集しています。この取り組みには、事業所内の健康経営推進体制が整備されていることや「コラボヘルス推進の覚書」の締結、従業員の皆様への事前周知が必要です。希望される場合は保健事業課までご連絡をお願いします。

<添付>案内チラシ

- ・あすけんチャレンジプログラム、Well-being プログラムのご案内
- ・被扶養者健診案内、ウォーキングキャンペーンのご案内
- ・オンライン禁煙プログラム、ノンスモ禁煙プログラムのご案内
- ・こころとからだの健康相談のご案内
- ・リゾートトラストのご案内
- ・パッケージ健康診断サービスのご案内

【年間スケジュール】

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
MY HEALTH WEB	4/20-5/7 開鎖	5/8~ 再開 WEB申請機能追加										
健保ニュース	春号					秋号						
被扶養者健診総合案内 被扶養者健診受診促進案内 被扶養者向けキャンペーン	案内		案内			早期予約早期受診キャンペーン						
運動習慣改善 ウォーキングキャンペーン	募集		ウォーキング グキャン ペーン			募集		ウォーキング グキャン ペーン				
食習慣改善 仮) あすけんチャレンジ	募集		あすけんチャレンジ			募集		あすけんチャレンジ				
生活習慣改善 Well-beingプログラム	募集		Well-being プログラム									
こどもの適正医療に関する広報	郵送											
肥満解消対策 ボディメイクプログラム	募集			ボディメイク プログラム								
オンライン禁煙プログラム	募集		オンライン禁煙外来					継続フォロー				
ノンスモ禁煙サポート プログラム	募集		禁煙トライアル			継続フォロー						
歯周病対策 Oral Health Careチェック	募集		Oral Health Care チェック		継続フォロー							
	募集		歯科健診		継続フォロー							
重症化予防プログラム Mystar	募集		主治医承諾・追加検査			モニタリング機器での計測・記録、保健指導						
受診勧奨通知	通知					通知						
適正服薬対策 ポリファーマシー通知	通知											
大腸がん受診勧奨通知	通知					通知						
介護・健康・子育て支援教室	オンライン講座 通年開催											

以 上
担当：保健事業課
TEL03-3662-9953

別表：健康診査の補助金について

<p>30 歳 以上 40 歳 未 満</p>	<p>本人検診（被保険者）（12,000 円を限度に補助する） <u>受診対象者</u> 30 歳以上 40 歳未満の本人（被保険者）</p> <p><u>健診項目</u> 定期健康診断 法定項目+特定健康診査項目を基本検査項目とし、 上乗せオプション項目は各事業所が決定</p> <p>（基本項目） 問診：既往歴（喫煙歴・服薬歴含む）、業務歴・自覚症状・他覚症状・問診票（特定健康診査 22 項目*）、診察：理学的所見、身体計測：身長・体重・BMI・腹囲、視力：矯正／裸眼、聴力：オージオメータ（1000、4000Hz）、眼底、循環器：血圧（収縮／拡張）、心電図 12 誘導、呼吸器：胸部 X 線・喀痰検査、尿検査：尿糖・尿蛋白、血液一般：血色素量・赤血球数・ヘマトクリット、肝機能：AST (GOT)・ALT (GPT)・γ-GT (γ-GTP)、脂質：空腹時中性脂肪（または随時中性脂肪）・HDL コレステロール・LDL コレステロール（または Non-HDL コレステロール）、血糖：空腹時血糖（または随時血糖）・HbA1c、腎機能：血清クレアチニン検査（eGFR）</p> <p><u>費用</u> 例 1. 総額 18,144 円－補助額 12,000 円＝受診者負担額 6,144 円 例 2. 総額 12,000 円－事業主健診相当額 6,000 円＝補助額 6,000 円</p>
	<p>家族検診（被扶養者）（15,000 円を限度に補助する） <u>受診対象者</u> 40 歳未満の家族（被扶養者）ただし、乳幼児及び就学者除く</p> <p><u>健診項目</u> 特定健康診査項目、子宮がん検診（希望制）を基本検査項目とし、上乗せ項目は受診者が決定</p> <p>（基本項目） 問診：既往歴（喫煙歴・服薬歴含む）・自覚症状・他覚症状・問診票（特定健康診査 22 項目*）、診察：理学的所見、身体計測：身長・体重・BMI・腹囲、眼底、循環器：血圧（収縮／拡張）・心電図 12 誘導、尿検査：尿糖・尿蛋白、血液一般：血色素量・赤血球数・ヘマトクリット、肝機能：AST (GOT)・ALT (GPT)・γ-GT (γ-GTP)、脂質：空腹時中性脂肪（または随時中性脂肪）・HDL コレステロール・LDL コレステロール（または Non-HDL コレステロール）、血糖：空腹時血糖（食後の場合は随時血糖）・HbA1c、腎機能：血清クレアチニン検査（eGFR）、子宮がん（女性）：子宮頸部細胞診</p> <p><u>費用</u> 例. 総額 18,144 円－補助額 15,000 円＝受診者負担額 3,144 円</p>
<p>40 歳 以上</p>	<p>人間ドック（28,000 円を限度として補助する） <u>受診対象者</u> 1. 40 歳以上の本人（被保険者） 2. 40 歳以上の家族（被扶養者）</p> <p><u>健診項目</u> 定期健康診断 法定項目+特定健診項目を含む総合的機能健診または生活習慣病健診</p> <p>（基本項目） 問診：既往歴（喫煙歴・服薬歴含む）、業務歴・自覚症状・他覚症状・問診票（特定健康診査 22 項目*）、診察：理学的所見、身体計測：身長・体重・BMI・腹囲、視力：矯正／裸眼、聴力：オージオメータ（1000、4000Hz）、眼底、循環器：血圧（収縮／拡張）、心電図 12 誘導、呼吸器：胸部 X 線・喀痰検査、尿検査：尿糖・尿蛋白、血液一般：血色素量・赤血球数・ヘマトクリット、肝機能：AST (GOT)・ALT (GPT)・γ-GT (γ-GTP)、脂質：空腹時中性脂肪（または随時中性脂肪）・HDL コレステロール・LDL コレステロール（または Non-HDL コレステロール）、血糖：空腹時血糖（または随時血糖）・HbA1c、腎機能：血清クレアチニン検査（eGFR）</p> <p><u>費用</u> 本人（被保険者） 例 1.（総額が 34,000 円以下の場合） 総額 27,552 円－事業主健診相当額 6,000 円＝補助額 21,552 円 例 2.（総額が 34,000 円以上の場合） 総額 40,000 円－補助額 28,000 円＝受診者負担額 12,000 円</p>

<p>費用 家族（被扶養者）</p> <p>例 1.（総額が 28,000 円以下の場合） 総額 27,552 円－補助額 27,552 円＝受診者負担額 0 円（補助額上限 28,000 円）</p> <p>例 2.（総額が 28,000 円以上の場合） 総額 40,000 円－補助額 28,000 円＝受診者負担額 12,000 円（補助額上限 28,000 円）</p>
<p>婦人科検診（乳がん・子宮頸がん）（15,000 円を限度として補助する）</p> <p><u>受診対象者</u></p> <p>1. 40 歳以上の女性の本人（被保険者） 2. 40 歳以上の女性の家族（被扶養者）</p> <p>費用 補助額 15,000 円上限</p> <p>* 契約健診機関でおこなう婦人科検診項目は原則、マンモグラフィー、乳房超音波、子宮頸部細胞診です。 * 婦人科検診の補助額が上限に満たなかった場合の残額と、人間ドックの受診者負担との調整補助は不可</p>
<p>特定健康診査（受診者負担なし）</p> <p><u>受診対象者</u></p> <p>40 歳以上 75 歳未満の家族（被扶養者）</p> <p><u>特定健診項目</u></p> <p>問診：既往歴（喫煙歴・服薬歴含む）・自覚症状・他覚症状・問診票（特定健康診査 22 項目*）、 診察：理学的所見、身体計測：身長・体重・BMI・腹囲、眼底、循環器：血圧（収縮／拡張）・ 心電図 12 誘導、尿検査：尿糖・尿蛋白、血液一般：血色素量・赤血球数・ヘマトクリット、 肝機能：AST (GOT)・ALT (GPT)・γ-GT (γ-GTP)、脂質：空腹時中性脂肪（または随時中 性脂肪）・HDL コレステロール・LDL コレステロール（または Non-HDL コレステロール）、血糖： 空腹時血糖（食後の場合は随時血糖）・HbA1c、腎機能：血清クレアチニン検査（eGFR）</p> <p>費用 補助額 健診実費相当額</p>

※「市区町村等の地方自治体を実施（補助）する健診」、「特殊健診、および行政指導による健診」は補助対象外

（2026 年 3 月現在）

New

あすけんチャレンジプログラム 参加者募集



続けるほど
結果が出ます！

お申し込みはこちらから <https://form.qubo.jp/y4tv87lilznj>

令和8年度から導入した新規事業「あすけん」は、食べたものを記録すると栄養素の過不足判定グラフに加えて栄養士監修のアドバイスも表示。ご自身の食生活を「見える化」することで食生活の改善が見込める、デジタルヘルスケアサービスです。



well-being プログラムってなに？

- エン트리ー期間 2026年5月18日～7月10日
- 開催期間 2026年6月1日～7月31日
- 参加対象者 MY HEALTH WEB に登録されているすべての方
- 参加費 無料 ※インターネット接続にかかる費用および閲覧機器はご自身でご負担ください。
- 参加方法 MY HEALTH WEB にログイン後、「well-being プログラム」バナーよりエントリーください。

特設サイトに表示する6種類のカテゴリから、あなたの好きな3つのカテゴリを選んで、ご都合のよいタイミングで視聴していただくプログラムです。

通勤時等の隙間時間に15分程度の動画を視聴することで、無理なく健康度を高めていきましょう！

カテゴリ内は3つの章で構成されています。各章の動画(15分程度)を視聴後、ミニテスト(各章3択1問)に正答すると健康ポイントが100ポイントもらえます。

3つの章でテストをすべて正解すると計300ポイントが獲得できます！
選択した3つカテゴリの各章すべてに正答すると、合計900ポイントが獲得できます！

※6種類のカテゴリ動画をすべて視聴することも可能ですが、健康ポイントの付与は900ポイントを上限とさせていただきます。

カテゴリ	タイトル	各章	講師	健康ポイント
① マインドフルネス	ご自宅で一人でも始める初めてのマインドフルネス	1) マインドフルネス入門 2) マインドフルネス入門実践 3) 2種類の瞑想	ヨガ・エネルギー・セッション認定 瞑想指導師 宮崎 祐	100P 100P 100P
	今日から始めるロコモ対策	1) ロコモとは？ セルフチェックで状態把握 2) 今すぐできる！ ロコモ予防の基本的な体操 3) ロコモを予防・食事・運動	伊奈内院副院長・整形外科科長 石橋 秀明	100P 100P 100P
	管理栄養士が教える日々の健康食事法	1) エネルギー収支 2) 食事ととる時間とスピード解読 3) 五大栄養素と加工食品	管理栄養士 福岡 恵理	100P 100P 100P
② 睡眠	体適睡眠術～新しい時代を私らしく生かす	1) 睡眠が健康や美容に与える影響/日本人の睡眠事情 2) 質のよい睡眠をとるための習慣 3) おやすみ前のリラクゼーションテクニック	(株)スリーピース 体感セラピスト 三橋 美穂	100P 100P 100P
	「女性のやすせ (FUS)」	1) 女性のやすせ「FUS」(ワズス)とは？ 2) 運動習慣がない人でも取り組みやすいエクササイズ① 3) 運動習慣がない人でも取り組みやすいエクササイズ②	順天堂大学 田村 好史先生 室伏 由佳先生	100P 100P 100P
	アルコール依存症について	1) アルコール依存症とは？ 2) アルコール依存症の症状 3) アルコール依存症の治療と回復	公認心理師・臨床心理士 阿部 吉身	100P 100P 100P
カテゴリのポイント獲得上限				900P
最終アンケート				100P
合計最大				1000P

well-being プログラムサイトに関する問い合わせ
MY HEALTH WEBヘルプデスク TEL:03-5213-4467

well-being プログラム事業に関する問い合わせ
保健事業課 TEL:03-3662-9953

チャレンジ達成基準をクリアした人に 最大1000ポイントの 健康ポイントを付与します！

チャレンジ達成基準

- 食事記録 (朝・昼・夕食すべて) を10日間
- カロリー適正: 3日間
- 副菜適正: 5日間
- 脂質適正: 3日間
- 塩分適正: 2日間



あすけん管理栄養士・カウンセラー・栄養士 (仮称) さん @asken Inc.

※本事業を実施するにあたり、当健保組合が管理する個人情報、本事業の実施および効果検証のための関係資料の作成を目的として健康保険組合および委託先の株式会社askenが共同利用いたします。また、加入事業所と健康保険組合が双方の健康管理事業の効率化および充実を図るとともに、双方の健康増進施策の企画、実施、および効果検証を行うことを目的とした「コラボヘルスの実証」を締結する事業所に属する参加者においては、本事業への参加者情報、および参加状況を事業所と共有し、事業所より参加動向や継続フォローを行います。本件にご同意をいただいております。

2026年度

ウォーキングキャンペーンのご案内

当健保組合が今年度実施するウォーキングキャンペーンの概要をお知らせします。

- 参加対象者 被保険者全員
- 参加方法 MY HEALTH WEBにログイン後、ウォーキングキャンペーンバナーよりエントリー
- 参加費 無料

開催スケジュール

第1回 2026年春マップ (北陸地方を巡る)	第2回 2026年秋マップ (中国地方ぐるっと一周)
<p>エントリー期間 2026年5月11日(月)～ 2026年5月31日(日)</p> <p>開催期間 2026年5月17日(日)～ 2026年6月30日(火)</p> <p>歩数入力期限 2026年6月21日(日)まで</p>	<p>エントリー期間 2026年10月19日(月)～ 2026年11月14日(土)</p> <p>開催期間 2026年11月18日(日)～ 2026年12月16日(水)</p> <p>歩数入力期限 2026年12月22日(火)まで</p>

申込・参加方法

MY HEALTH WEB にアクセスします。
<https://itcrengo.mhweb.jp>
 初回登録がまだの方は、健康ポイント算定期間の関係上、5月1日以降に登録してください。

- 「ウォーキングキャンペーン」のバナーをクリック
 - 登録完了
 - 歩数記録
- 毎日「MY バイタル」に歩数を入力します。スマートフォン（ヘルスケアアプリ）やウェアラブル端末と連携すると、入力の手間が省けて便利です。
 ※1日3万歩以上の場合は、一律3万歩として反映されます。 ※翌日に過去14日分が反映されます。
 ※入力できるのは、春が6月21日(日)まで、秋が12月22日(火)までです。

特典とランキング機能

達成賞	期間中に38万歩を達成すると、健康ポイント500ポイントがプレゼントされます。キャンペーン開始日(5/17,11/1)と終了日(6/30,12/16)に体重を記録すると、さらに100ポイント付与されます。
事業所ランキング	事業所平均歩数で競います。1～3位の事業所の達成者にはボーナスポイントがあります(5名以上の参加がある事業所が対象)。
任意チーム	5名以上でチームを結成できます。代表者がチーム名とパスワードを登録し、メンバーがそれを選択して「チーム参加用パスワード」を入れるとチームメンバーになります。ランキング1～3位のチームにはボーナスポイントがあります。
その他	写真や日記の投稿が可能で、良い写真は将来の健康ニュースの表紙に採用される場合があります。

40歳以上の被扶養者さま限定! 健診早期予約キャンペーン

令和8年度の健診予約を9月末までにされ、12月末までに受診された方の中から、400名様に「giftee Box 5,000円分のギフトが当たるキャンペーン」を行います。

当健保組合から被扶養者さまのご自宅へ、「被扶養者健診総合案内」をお送りしてご案内していますが、おトクに健診を受診できるチャンスとしてご家族にお声がけください。

ちよつと待って！



市区町村の健診を受けているから私は受けなくても大丈夫！

市区町村が実施する無料健診は、「がん検診」が主体です。当健保組合の健診項目と比べてみてください！

40歳以上の被扶養者さま限定

ウェルネス生活習慣病無料健診

生活習慣病は自覚症状がないまま進行します。何年も健診を受けていない皆さまはおられませんか？

簡易人間ドックとして充実した内容です。配偶者以外の被扶養者の方も受診可能！

- 特徴**
 - 人間ドックの簡易版が、自己負担ゼロ円で受けられます！
 - 健診は全国約1,200カ所の健診機関からお選びいただけます
 - 遠出なくとも、ご自宅の近くのクリニックで受診することができます
- 検査項目**

診察・身体計測、尿検査、貧血検査、血小板、血糖検査、血脂質検査、肝機能検査、眼底検査、生化学検査、心電図(安静時)、肺がん検査(X線直接撮影)、胃がん検査(ペプシノゲン【血液検査】、またはペプシノゲンおよびピロリ菌検査)、大腸がん検査、婦人科健診(乳房超音波、マンモグラフィ、子宮頸部細胞診)

※胃がん検査はバリウムまたは胃カメラに変更(差額は自己負担)です。
 ※腹部超音波検査を追加オプションにできます(差額は自己負担)。

自己負担額 0円

予約受付期間 令和8年4月22日～令和9年1月31日



こちらからもアクセスできます

ご家族におススメください！

ウェルネス生活習慣病健診

39歳以下の被扶養配偶者さまは自己負担1,000円で受診できる健診コースがあります。

お申し込み先 TEL 0120-551-272 (受付時間: 月～金 8:30～19:30)
 URL <https://i-wellness-p.com/j00/j00101.jst>

- サイト利用登録
- ID・パスワード設定
- ログイン
- 予約申込

※初回登録の際は、被保険者の氏名・番号が必要です。
 ※これまでにi-Wellness を利用されたことがある方は、ご登録のメールアドレスでのログインが可能です。

オンライン診療で 卒煙チャレンジ！



オンライン 禁煙 プログラム

Road To Smoking Cessation

参加者募集中！

スマホ  で診療、

通院 の必要 なし ！

お薬 は指定場所に **配送**

参加費用 **0円** で確実に **卒煙** ！

募集期間：2026年5月11日(月) 9:00 ~ 定員に到達した日(最終12月31日※)

募集人数：被保険者 先着 50名

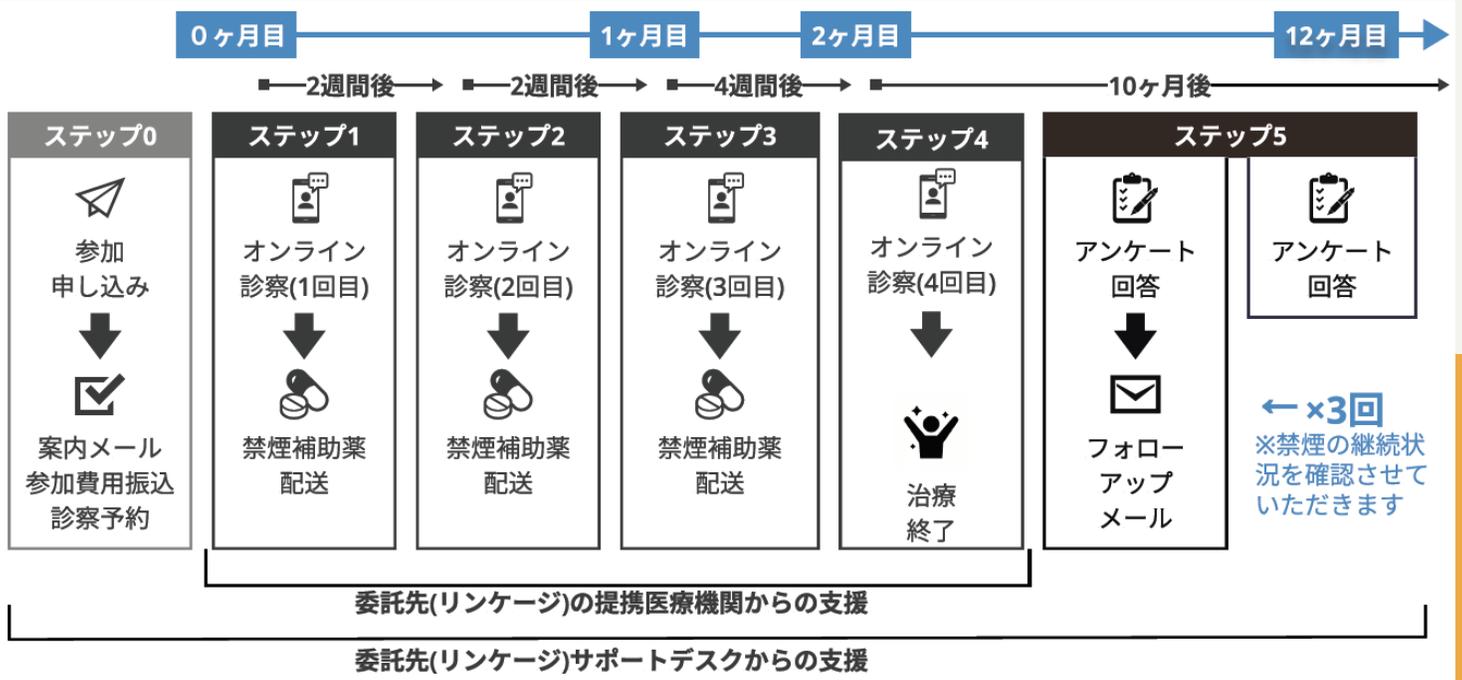


【プログラムに関するお問い合わせ先】
株式会社リンケージサポートデスク
TEL：0120-33-8916
メール：sd@linkage-inc.co.jp

【事業に関するお問い合わせ先】
伊藤忠健康保険組合
TEL：03-3662-9953

詳細は裏側へ ➡

プログラムの流れ



スマホを使ったオンライン診療での禁煙治療です。
お医者さんや専門スタッフが一緒に禁煙チャレンジをサポートしますので辛くならないプログラムです。

先着人数

先着 **50** 名

参加費用

定価 ~~62,700~~ 円 (税込)

0 円



通院不要



待ち時間無

オンライン診察デモ
動画はこちら



お申し込みはこちら！



URL : <https://bit.ly/4bT3RYd>

※当プログラムにて通常使用する禁煙補助薬「チャンピックス錠」は出荷停止の状況が続いております。出荷が再開されるまでは「ニコチネルパッチ」を処方し実施いたしますので、予めご了承のうえお申込みください。



【プログラムに関するお問い合わせ先】
株式会社リンケージサポート
TEL : 0120-33-8916

【重要】個人情報の利用にあたっての同意について
オンライン禁煙プログラム申込サイト、オンライン面談システムD-CUBEを通じて取得する参加者の個人情報（記号、番号、氏名、性別、生年月日、住所、オンライン診療の実施状況、処方薬情報等）は、本事業の実施及び効果検証のための関係資料の作成を目的として健康保険組合及び委託先である㈱リンケージが共同利用致します。また、加入事業所と健康保険組合が双方の健康管理事業の効率化及び充実化を図るとともに、双方の健康増進施策の企画、実施、及び効果検証を行うことを目的とした「コロナヘルスの覚書」を締結する事業所に属する参加者においては、本事業への参加者情報、及び進捗状況を事業所と共有し、事業所より参加勧奨や継続フォローを行います。これらの目的以外で第三者に提供することはありません。以上につき同意をいただいた上でお申込みください。

禁煙補助薬は、ニコチンガム or ニコチネルパッチ
の2種類から選べます

まずは気軽に 禁煙体験！



ノンスモ 禁煙

サポートプログラム

Road To Smoking Cessation

参加者募集中！

通院 の必要なし！

お薬 は指定場所に **配送**

禁煙情報 でサポート

参加費用 **0円** で **禁煙体験！**

募集期間 2026年5月11日(月) 9:00～定員に到達した日 (最終12月31日※)
募集人数：被保険者 先着 50名



【プログラムに関するお問い合わせ先】
株式会社リンケージサポートデスク
TEL：0120-33-8916
メール：sd@linkage-inc.co.jp

【事業に関するお問い合わせ先】
伊藤忠健康保険組合
TEL：03-3662-9953

詳細は裏側へ ➡

ノンスモ禁煙サポートプログラムのご案内

禁煙サポート
メール受信



ニコチンガムor
ニコチネルパッチで
禁煙体験※



チャット相談や
メールフォロー



※ ノンスモ禁煙サポートプログラムはニコチンガムを2週間分(48個)、
またはニコチンパッチを1週間分(7枚)がご指定の場所に配送されます。

プログラムの流れ

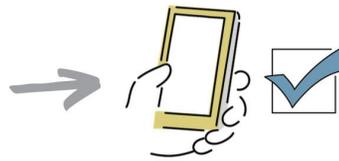
Step1. 禁煙補助薬 (ニコチンガム or ニコチネルパッチ) の服用 & サポートメール (10日間)



申込み

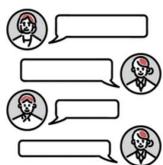


サポートメール配信・補助薬の配送
チャット相談



アンケート(1ヶ月後)

Step2. リンケージサポートデスクによる継続サポート (6ヶ月間)



禁煙体験後も月1回、
フォローメールを配信。
チャット相談は随時可能。

通院や面談なし / チャットで相談
ニコチンガム・ニコチネルパッチは郵送

参加費用

定価 10,000円
(税別)

⇒ **0円**

参加費用は
全額健保が負担します。

プログラムのご紹介
動画はこちら



お申し込みはこちら！
お好きなコースをお選びください

ノンスモ禁煙
サポート (ガム)



URL : <https://bit.ly/42tj4eY>

ノンスモ禁煙
サポート (パッチ)



URL : <https://bit.ly/3HS7Gj6>

【重要】個人情報の利用にあたっての同意について
ノンスモ禁煙サポートプログラムサイトD-CUBEを通じて取得する参加者の個人情報(記号、番号、氏名、性別、生年月日、住所、実施状況、処方薬情報等)は、本事業の実施及び効果検証のための関係資料の作成を目的として健康保険組合及び委託先である㈱リンケージが共同利用致します。また、加入事業所と健康保険組合が双方の健康管理事業の効率化及び充実化を図るとともに、双方の健康増進施策の企画、実施、及び効果検証を行うことを目的とした「コーポヘルスの覚書」を締結する事業所に属する参加者においては、本事業への参加者情報、及び進捗状況を事業所と共有し、事業所より参加動向や継続フォローを行います。これらの目的以外で第三者に提供することはありません。以上につき同意をいただいた上でお申込みください。



【プログラムに関するお問い合わせ先】
株式会社リンケージサポート
TEL : 0120-33-8916

伊藤忠連合健保こころとからだの健康相談



のお友だち追加で
いざという時に
すぐ相談！

チャットボット健康相談

をはじめとした各種サービスが
LINE から簡単にアクセス可能！

自分やご家族のちょっとした不調・気になる症状について・・・



いつでも気軽に
チャットボットで
健康相談



電話健康相談に
簡単アクセス



受診可能な
医療機関などを
簡単検索



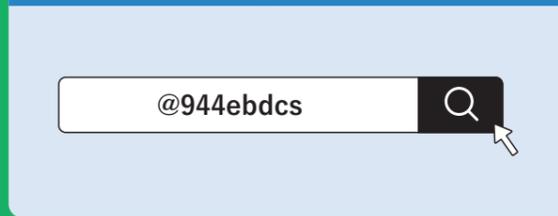
健康に役立つ
情報を配信

LINE アプリを開く ▶ 友だち追加

「QRコード」から登録



「検索」から登録



【ご利用に際して】

ご利用の際の諸条件や、地域・内容により、ご要望に添えない場合があります。
詳細は弊社ホームページよりご確認ください。

<https://www.t-pec.co.jp/notice/>

サービス提供会社：ティーベック株式会社



個人情報の取扱いについて

ティーベック株式会社は、ご利用者よりいただく個人情報を電話受付対応、必要に応じた面談の実施、医療機関の予約手配等に伴うサービスを業務委託を受けた範囲内において適切に実施するため、利用いたします。また、ご利用者の同意を得ている場合、法令に基づく場合を除き、取得した個人情報を委託先以外の第三者に提供いたしません。詳しくは、ホームページ（個人情報の取扱い）ティーベック株式会社（<https://www.t-pec.co.jp/privacy/>）からご確認ください。なお、ティーベック株式会社は、サービス提供において収集された個人データを、サービス品質改善および広報マーケティング目的のためにご利用者の識別を可能にしない方法（ホワイトペーパーや営業資料における統計データなど）にて加工を行った上で、統計情報として作成、利用、公表を行うこととします。

フォームナンバー入ります

ご利用案内

24時間電話健康相談サービス

メンタルヘルス カウンセリングサービス

二次検診機関の手配サービス／生活習慣病受診サポートサービス

専門医電話相談サービス

セカンドオピニオン手配サービス・受診手配サービス

「ドクターが薦める専門医」情報提供サービス



電話で



オンラインで



対面で

「いつでも」「どこでも」気軽に使える相談窓口

こころとからだの専門家が寄り添い、あなたの豊かな暮らしをサポートします

伊藤忠連合健康保険組合

ティーベックのYouTubeチャンネル



ティーベックのサービス紹介や利用イメージなどの動画をYouTubeで公開しております。

ティーベック医療機関検索



日本全国の「専門医のいる医療機関」「大学病院」「地域の病院」「クリニック（開業医）」等を無償で検索できます。また、夜間・休日に受診できる医療機関も検索できます。

ご利用案内の内容を Web 上で確認、スムーズにサービス利用できます
詳しくは中面をご覧ください





こころとからだの健康をサポートします

いつでもお気軽にご利用ください。

日常の相談に

家族の健康が気になる



24時間電話健康相談サービス

ご自身やご家族の健康・医療についてのご相談に、医師や保健師・看護師等の有資格者が、24時間365日対応します。

受付時間 24時間・年中無休

こころの不安を相談したい



メンタルヘルス カウンセリングサービス

こころの悩みに心理カウンセラーが対応します。対面・オンライン面談・Web・電話とご希望の方法でのご相談が可能です。

■スポットカウンセリング(予約不要)

ご利用方法 : 電話・Web

相談受付時間 : 電話 9:00~22:00・年中無休(1回あたり20分が目安)
Web 24時間・年中無休(返信は数日を要します)

■継続カウンセリング(予約制)

ご利用方法 : 対面・オンライン面談・電話(1回あたり50分が目安・おひとり年間5回まで)

*初回利用時に、ご利用方法をいずれか1つ選択していただきます。利用途中での変更は原則不可

予約受付時間 : 電話 月~金 9:00~21:00・土 9:00~16:00(日・祝日・12/31~1/3を除く)
Web 24時間・年中無休(受付後、日程調整の電話をいたします)

予防の相談に

二次検診を受けたい



二次検診機関の手配サービス

特定健診、がん検診、人間ドック等の健診、その他の検診の結果、「要精密検査」等と判定された方に、二次検診機関の受診の予約手配や情報提供を行います。

受付時間 月~土 9:00~18:00(日・祝日・12/31~1/3を除く)

生活習慣を見直したい



生活習慣病受診サポートサービス

予防から治療サポートまで、生活習慣全般に関するご相談にお応えします。更に合併症が怖い糖尿病については、「ドクターが薦める糖尿病の専門医」への受診手配や、糖尿病の専門医等がいる医療機関をご案内します。

受付時間 月~金 9:00~16:00(土日・祝日・12/31~1/3を除く)

治療時の相談に

大きな病気が見つかった



専門医電話相談サービス

『紹介状などを準備してセカンドオピニオンに行くほどではない。だけど、主治医以外の医師に話を聞いてみたい。』そんなとき、各分野の専門医*にご相談できます。ヘルスカウンセラーが適切な専門医との電話相談を予約手配します。

*予約制/相談時間: 約15分間 ※専門医: 各専門領域において、その時点で科学的に証明された最も効果の高い治療(標準治療)を国民に提供できるとともに、先端的な医療を理解し情報を提供できる医師

受付時間 月~土 9:00~22:00(日・祝日・12/31~1/3を除く)

セカンドオピニオン手配サービス

この治療でよいか、ほかに治療法はないのか。納得できる治療を選択するためのセカンドオピニオンを手配します。

受診手配サービス

通院先の医療機関では対応できない専門的な治療が必要と主治医が判断した場合に、その治療を受けられる医療機関を探し、受診手配します。

「ドクターが薦める専門医」情報提供サービス

ドクターたちにより推薦・選考された専門医*をご案内します。ご案内にあたり、看護師が病名やご希望地域等をお聞きした上で、適切な専門医のプロフィール情報をご提供します。

*大学教授や総合病院の病院長などを経験した医師たちで構成する評議員会において、推薦・選考された専門医

受付時間 月~土 9:00~18:00(日・祝日・12/31~1/3を除く)

サービスのご利用方法

伊藤忠連合健康保険組合

伊藤忠連合健保こころとからだの健康相談

相談料無料

ご本人と配偶者およびそのいずれかの被扶養者の方々にご利用いただけます

Webサイト(plus Baton)から

サービス内容や利用方法がWeb上で簡単に確認できます。サービスご利用の際もスムーズです。

☆ブックマークをお勧めします☆



<https://consult.t-pec.co.jp/service/884048>

チャットボット健康相談はこちらから

https://app.chatplus.jp/chat/visitor/3159fab2_91?t=btn&bw=480

健康、医療に関する不安や疑問に、チャットボットが自動回答します。

こんな相談テーマに対応!

- ・子どもの相談(0~6歳)
- ・女性・男性に多いからだの悩み
- ・こころの悩みや不調の相談
- ・季節限定の相談(花粉症・熱中症・インフルエンザ)
- ・からだの相談(ちょっとした不調・健診結果の見方)
- ・惨事(予期せぬ事故/災害)ケア



直接お電話から

お電話でのサービスは、下記専用ダイヤルへ直接のお電話でもご利用可能です。

24時間電話健康相談サービス
メンタルヘルス カウンセリングサービス
専門医電話相談サービス

0120-911-053

二次検診機関の手配サービス

0120-016-043

生活習慣病受診サポートサービス

0120-002-594

セカンドオピニオン手配サービス

受診手配サービス

「ドクターが薦める専門医」情報提供サービス

0120-884-048

通話料無料

Webでご利用いただく専用サイトが『plus Baton』としてより便利に!

plus Baton(プラスバトン)とは?



plus BatonはPCやスマホから手軽に利用できるヘルスケアサービスサイトです。

健康相談など各種サービスの利用はもちろん、医療機関をスムーズに探せる「かんたん病院検索」や、健康に役立つコラムなども掲載しています。

健康相談

病院検索

健康コラム

ご利用は簡単3ステップ!



※画面はイメージです

1 二次元コードを読み取る

2 利用したいサービスの希望の利用方法を選択

3 タップしてすぐ相談

Webから申込みを行うサービスのご利用には、メールアドレス等の利用登録が必要です。既に登録済みのメールアドレスは使用できませんので、別のアドレスでご登録ください。

伊藤忠連合健康保険組合

会員制リゾートホテル

「エクシブ」のご案内

皆様は契約保養所として
会員制リゾートホテル「エクシブ」をはじめ、
リゾートトラスト株式会社が運営する
完全会員制*リゾートホテル「ベイコート倶楽部」など
全国各地のリゾートホテルをご利用いただけます。

*メンバー様及びそのゲスト様以外ご宿泊になれませんが、
一部のレストラン等は一般のお客様も一定の条件のもとでご利用になれます。



グランドエクシブ浜名湖 外観

契約保養所おすすめポイント

- ポイント1** 法人契約により会員様もしくは会員様のご紹介者様のみご利用になれる会員制ホテルが利用できます。
- ポイント2** 宿泊料金は通年同額でご利用になれる1室単位のルームチャージ制です。定員内であれば何名様で利用しても同じ料金で宿泊になれます。*食事代は別途申し受けます。

《予約方法》ご利用希望内容、ご利用状況によって予約受け付けの条件が異なります。

	予約受付期間	食 事	利用回数
抽選予約	宿泊希望日 1カ月前同日～4日前	夕食・朝食任意	年間(4～3月) 1名様あたり1回まで ※1回あたり2泊3室まで予約可
先着予約	宿泊希望日 3週間前同曜日～4日前	全日 1泊2食(夕食・朝食付)制	泊数・室数の制限なく 何度でも利用可

利用対象者

伊藤忠連合健康保険組合に加入する被保険者・被扶養者
※上記いずれかの方が「利用代表者」としてお申し込み、当日の来館が必須です。
※加入資格がない方も同行者としてご利用いただけます。

利用対象ホテル

ベイコート倶楽部、エクシブ、リゾーピア、サンメンバーズ
ホテルトラスティ、ザ・カハラ・ホテル&リゾート 横浜

利用対象グレード

ホテルによりご利用になれるグレードが異なります。
ベイコート倶楽部：ベイスイート・ラグジュアリースイート
エクシブ：スタンダード(A・CB)・ラージ(C・EC)・スイート(E)
※エクシブ湯河原離宮・鳥羽別邸はスタンダード(CB)、エクシブ箱根離宮・有馬離宮はラージ(EC)までが対象です。

その他、詳細は予約サイトログイン後のインフォメーション画面をご確認ください。

LINE 公式アカウントから 予約サイトへ簡単アクセス!

▼ 友だち追加はこちら ▼

— Point 1 —
空室状況や、
予約サイトへ
スムーズにアクセス

— Point 2 —
お得なプランや
季節の情報を
お届け

— Point 3 —
限定特典が
受けられる
※開催は不定期です。

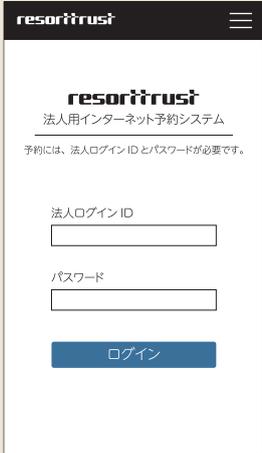
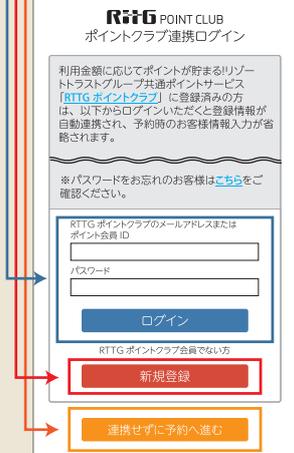
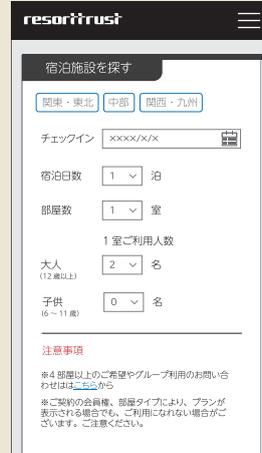


ID: @819nskb

お申し込みからご宿泊当日までの流れ

STEP1 申し込み	法人用インターネット予約システムから申し込み ・「抽選予約」、「先着予約」それぞれ専用のID・パスワードでログイン ・お申し込み情報を入力 ※入力項目の文字数が不足する場合は「備考欄」へご入力ください。 ※抽選予約はお申し込み完了後、抽選を実施します。落選の場合はお申し込みは取り消しとなります。
STEP2 予約手配	結果回答は、予約センターより通常3営業日以内にメールで回答 ・応募者多数の場合、ご回答までお時間を要する場合があります。 ※ご予約の手配可否、手配内容は「正式返信」を必ずご確認ください。 ※お申し込み完了時の返信は「正式返信」ではございません。この段階ではまだ予約確定ではございません。
STEP3 利用確認	健康保険組合にて組合加入者資格の確認 ※確認時、加入資格のない方のお申し込みが発覚した場合、予約センターより予約受付不可のご連絡を差し上げます。 ご予約成立後であってもお取り消しとなりますので、予めご了承ください。
STEP4 利用当日	ご予約ホテルへチェックイン ・ご利用代金はチェックアウト時に全額ご精算ください。 ※当日のキャンセル、緊急の際はご予約ホテルへ必ずご連絡ください。

ご予約の流れ ※主な画面を抜粋

- 1** 右下のメニューより「宿泊ご予約」をタップ
 
- 2** 専用のID・パスワードでログイン
※半角英数字
 
- 3** RTTGポイント連携ログイン画面
 登録済みの方
 未登録の方で登録ご希望の方
 登録不要の方
 
- 4** 宿泊施設を探す
 
- 5** 詳細を入力
 



お問い合わせ番号が表示されるとお申し込み受け付けが完了となりますが、ご予約確定ではありません。予約センターがお申し込み内容を確認し、予約結果をメールでお送りします。必ず予約結果のメールをご確認ください。



ログインに必要な専用のID・PWは「健保ニュース」・「被扶養者健診総合案内」をご確認ください。
 ※抽選予約/先着順予約で必要となるID・パスワードが異なります。
 ※ペイコト倶楽部のお申し込みは「抽選予約」申し込みインフォメーション内にてご確認ください。

※ログイン後に表示されるリゾートインフォメーションは、所属の法人・団体で定められた利用規程です。必ずご確認ください。

予約サイトはこちらから

スマートフォン・パソコンからお申し込みになります。

エクシブ 法人予約

検索



※写真はイメージです。※ホテルのご利用は、ご契約会員権の利用規程に準じます。

【伊藤忠連合健康保険組合 加入事業所ご担当者様へ】

健診の予約から精算まで、マルっと健診業務をお任せ。
加入事業所様向けの健康診断代行パッケージサービスのご案内です！



医療機関紹介



予約代行



精算代行



結果一元化

健診業務を一括代行！

サービス導入前



- × 補助申請、提携外機関の対応が煩雑
- × 医療機関への支払、補助金申請が大変
- × 従業員の予約/受診状況が把握できない
- × 健診結果管理、事後措置が出来ていない

サービス導入後



- 利用書発行不要！最大1,300機関で申込可能！
- 請求処理を一本化！健保補助申請も不要です！
- 予約/受診状況はポータルサイトで可視化！
- 統一フォーマットのデータにて確認可能です！

健康診断メニュー & 料金体系

健保推奨パッケージ健診として、
下記の基本3コースをご用意しております。

健保補助がつかえる

- 1 基本健診**
法定項目・特定健診項目を網羅した基本コース
- 2 生活習慣病健診**
基本健診コースにがん検診を追加した人気のコース
- 3 オリジナル人間ドック** (医療機関が設定する人間ドックとは異なります)
人間ドック学会推奨項目を満たした総合健診コース

上記の他、健保補助適用外※の「定期健診」や「深夜業健診」なども対応可能！
独自の検査項目等のカスタマイズも可能です！

初期費用

0 円

+

従量課金

事務手数料・消費税込み
コース負担金 × 受診件数のみ！
★独自オプションやパッケージ外のコースを除く

※健保補助適用外コースの場合、全額事業所負担となります。

<参考>

導入企業情報

※2026年2月時点

導入社数：7社

対象者数：約7,500名

※深夜健診含む



ウェルネス・コミュニケーションズ株式会社

会社概要

設立	2006年7月3日
事業内容	健診ソリューション事業 健康管理クラウド事業 医療機関等支援事業
資本金	12.9億円（7月31日時点）
代表者	代表取締役社長 松田泰秀
株主	SOMPOホールディングス株式会社 LHP Holdings, L.P.（ロングリーチグループ関連会社） 株式会社アドバンテッジ リスク マネジメント 株式会社ベルシステム24ホールディングス 伊藤忠商事株式会社 伊藤忠テクノソリューションズ株式会社
従業員数	216名（2025年4月1日現在） ※出向者および臨時従業員数を含む

まずはお気軽にお問い合わせください！



お問い合わせはこちら ▶



法人営業本部
sl@wellcoms.jp



コーポレートサイト
<https://wellcoms.jp>

【東京本社】
〒107-6014東京都港区赤坂1-12-32 アーク森ビル14階
TEL 03-5544-9898（代表） FAX 03-5544-9897