

# 2019年度 保健事業のご案内

東京電力健康保険組合では、皆さまの健康を維持・増進することを目的に、さまざまな事業を行っています。  
各種補助など、知っているのと得する情報もたくさんあります。  
ぜひご利用ください。

- 【対象者】**
- 被保険者：東電健保に加入している本人
  - 被扶養者：被保険者に扶養されている家族
  - 任意継続加入者：退職後、継続して東電健保に加入している被保険者および被扶養者

東電健保HPの  
保健事業ページに  
Access!



## 各種健診・予防接種費用の補助 健診の費用補助は、下記のいずれかを年度内1回限りです(歯科健診を除く)。

項目	対象者			内容	自己負担	備考
	被保険者	被扶養者	任意継続加入者			
人間ドック	●	●	●	自覚症状のない病気の早期発見のため、多項目の検査を実施します。	10,000円	契約健診機関での受診のみ対象となります。 詳細は、東電健保HP「健康診断」「契約健診機関一覧」を検索してご利用ください。
東電一般健診 (巡回・集団健診)		●	●	被保険者が会社で受診する健康診断と同様の検査項目で、胃部X線・胸部X線・便検査のがん検査も実施します。 なお、希望により、乳がん、子宮頸がん検査を選択できます。	4,000円	●東電一般健診は、契約健診機関での受診のみ対象となります。 詳細は、東電健保HP「健康診断」「契約健診機関一覧」を検索してご利用ください。 ●巡回・集団健診は、該当地域の対象者にダイレクトメールでご案内します。 詳細は、東電健保HP「巡回集団健診・健診機関割当日程」からも検索できます。
東電簡易健診		●	●	国で定めた特定健診の検査項目で健康診断を実施します。 なお、希望により、乳がん、子宮頸がん検査を選択できます。	無料	契約健診機関での受診のみ対象となります。 詳細は、東電健保HP「健康診断」「契約健診機関一覧」を検索してご利用ください。
特定健診 (市区町村健診)		● 40歳～74歳	● 40歳～74歳	国で定めた特定健診の検査項目で健康診断を実施します。	無料	受診に際しては、所定の受診券が必要ですので、必ず東電健保までお電話ください。 ●内線：944-3910 ●外線：03-6363-3451 なお、前年度に利用されている方については、年度初め4月にご自宅に受診券を送付します。
婦人科 単独検診	● 女性のみ			事業主健診を受診した場合に、乳がん・子宮頸がん検査を契約健診機関で受診できます。	無料	契約健診機関での受診のみ対象となります。 詳細は、東電健保HP「健康診断」「契約健診機関一覧」を検索してご利用ください。
風疹予防接種	● 19歳以上	● 19歳以上	● 19歳以上	19歳以上で、抗体検査の結果、風疹抗体価が低いと判定された方で、風疹予防接種を受けた場合、費用補助を行います。 <b>補助上限額10,000円/人(消費税込み)</b>	上限額 超過分	昭和47年4月2日～昭和54年4月1日生まれの男性につきましては、厚生労働省の対策により風疹の抗体検査および予防接種費用の全額が補助対象となりますので、特別な事情のない限りは健保補助の対象外とします。また、自治体等の補助がある場合は、公的補助を優先してください。 申請は「東電健保マイページ」より被保険者が申請を行ってください。 <b>接種期間：2019年4月1日(月)～2020年3月31日(火)</b> <b>申請期間：2019年5月7日(火)～2020年4月10日(金)必着</b>
インフルエンザ 予防接種	●	●	●	医療機関等でインフルエンザ予防接種を受けた場合、費用補助を行います。 <b>補助上限額2,000円/人(消費税込み)</b>	上限額 超過分	1人につき1回のみ申請ができます。申請は「東電健保マイページ」より被保険者が申請を行ってください。申請方法等については、今後、東電健保HPでお知らせします。 <b>接種期間：2019年10月1日(火)～2020年1月31日(金)</b> <b>申請期間：2019年10月1日(火)～2020年2月14日(金)必着</b>
歯科健診	●	●	●	全国の提携歯科医院で「無料歯科健診」を受診できます。 健診メニュー：歯の予防健診、矯正相談、審美歯科治療相談、インプラント治療相談(1人何回でも受診できます)	無料	健診の結果、治療が必要となる場合は保険診療へ進むことができますが、その際は必ず本人の意思確認が必要となります。 提携歯科医院と受診方法は東電健保HP「歯科健診」から検索し、インターネットで予約してください(電話での申し込みは受け付けておりません)。



## ■その他保健事業の内容

項目	対象者			内容	自己負担	備考
	被保険者	被扶養者	任意継続加入者			
特定保健指導	● 40歳～74歳の該当者	● 40歳～74歳の該当者	● 40歳～74歳の該当者	特定健診の結果により、生活習慣病予防のための保健指導を実施します。 ※一部タブレットまたはスマートフォンを利用したWEB面談を実施。	無料	生活習慣病は自覚症状がないまま進行するため、健診は個人が生活習慣を振り返る絶好の機会と位置づけ、行動変容につながる保健指導を行います。 ご自身の健康に関わる重要なプログラムとなりますので、対象の方は、ぜひ積極的にご参加ください。 対象の方へは東電健保が委託している保健指導会社よりご連絡をさせていただきます。
糖尿病性腎症重症化予防	● 該当者	● 該当者	● 該当者	健診結果により、教育型（入院または通院）の保健指導を実施します。または、保健指導資格者が指定の場所へ出向き面談、タブレットを利用した面談を実施するプログラムをご案内します。	無料	
高血圧重症化予防	● 該当者	● 該当者	● 該当者	健診結果の『血圧』の検査数値が高く、すでに医療機関を受診されている方へ、生活習慣改善の面談を実施します。	無料	
脂質異常重症化予防	● 該当者	● 該当者	● 該当者	健診結果の『脂質』の検査数値が高く、すでに医療機関を受診されている方へ、生活習慣改善の面談を実施します。	無料	
生活習慣病受診勧奨	● 該当者	● 該当者	● 該当者	健診結果（『血糖』『血圧』『脂質』）の数値が高いにもかかわらず、まだ医療機関を受診されていない方へ、受診勧奨を行う面談を実施します。	無料	
若年層向けの保健指導	● 39歳以下の該当者	● 39歳以下の該当者	● 39歳以下の該当者	39歳以下で生活習慣病予備群となる方へ、早期に生活習慣改善を促すための面談を実施します。	無料	
高齢者電話保健指導		● 63歳～73歳	● 63歳～73歳	63歳～73歳の奇数年齢の対象者に、電話による保健指導や健康相談を実施します。	無料	
オンライン禁煙外来	● 該当者			喫煙による疾病リスクの低減に向け、スマートフォンやタブレットを使って、喫煙者が病院に行かずに医師の診療を受けることができるオンライン禁煙外来プログラムを紹介し、禁煙をお手伝いします。	無料	
睡眠時無呼吸症候群(SAS)検査	● 該当者			睡眠時無呼吸症候群の早期発見・早期治療により、生活習慣病やメタボリック症候群の予防・改善、自動車事故などの事故防止等につなげます。	無料	
こころとからだの健康相談	●	●	●	健康に関する不安や心配に電話でお応えする「ファミリー健康相談」（24時間・年中無休）や、メンタルヘルスの相談を、電話または面接によるカウンセリングが受けられます。	無料	
体育施設	●	●	●	健康増進のための健康づくりの場として、スポーツクラブ5施設、プール1施設、提携契約施設1施設と契約し、利用補助を行っています。	施設により異なる	
契約保養施設	●	●	●	保養・休養・リフレッシュを目的に、保養施設、日帰り温泉施設、国内ツアー、提携契約施設と契約し、利用補助を行っています。	施設により異なる	
健康増進イベント	●			社員の健康意識の醸成や健康づくり活動の推進として、各事業所単位で健康づくりに関するセミナー（運動指導、生活習慣病予防、食事・栄養指導、メンタルケア、体力測定、歯科健診等）を実施しています。	無料	

### ■注意事項

- 健康診断受診当日、および体育施設・契約保養施設利用日には、必ず健康保険証を受付にご提示ください。
- 東電健保の資格がない方は、保健事業の制度をご利用できません。

