

【郵送式】大腸がん・子宮頸がん検査をご活用ください

当健保組合では、大腸がん・子宮頸がんの予防のため、郵送式のがん検査を実施しています。子宮頸がんは20代後半から急増する、若い人にも注意が必要ながんです。大腸がんは男女ともに罹患数の多いがんで、どちらも初期は自覚症状がないため、早期発見が大事です。

検査費用は無料で、ご自宅でご都合のよい時に検査ができます。折り込みの案内をご確認いただき、ぜひご活用ください！

■対象者

被保険者および
被扶養配偶者

■申込締切

令和5年9月30日(土)
消印有効



被扶養者のみなさん、年一回の健診をご受診ください

家事や育児で日々忙しく過ごされている被扶養者のみなさん、健診を毎年受けていますか？「健康には自信があるから」と、健診の受診を後回しにされていませんか？その“健康”をこれからも長く維持できるよう、年に一度の健診をぜひご受診ください。

メタボリックシンドロームの予防を目的とした「特定健診」は、40～74歳の方が対象です。血圧や血糖値などは数値が悪くても、自覚症状はほとんどありません。年に一度の健診で定期的に体の状態をチェックすることで、病気の早期発見が可能です。

「特定健診」の受診につきましては、当健保組合のホームページでご確認ください。



中国しんきん健康保険組合

検索

トップページ > 保健事業 > 疾病予防事業 > 特定健診
<https://www.chugokushinkin-kenpo.or.jp>

スポーツの秋は、“レッツウォーキング！”で体を動かしましょう！

毎年恒例の“レッツウォーキング！”を今年度も開催します。ウォーキングは、思い立ったら誰でも手軽に始められる有酸素運動です。運動不足の解消に、心身のリフレッシュに、ぜひご参加ください。多くのみなさんのご参加を心よりお待ちしております。詳細は折り込みの記録表をご確認ください。

目標（80万歩）を達成された方および記録表（A4写し）を提出された方には、それぞれ“達成賞”・“参加賞”を贈呈します。



■対象者 被保険者

■実施期間 令和5年9月1日(金)～令和5年11月30日(木)

■達成目標 期間内に80万歩達成

■実施手順 ウォーキングを実施し、記録表に記入後、記録表（写し）を各事業所担当者に提出する。

■提出締切日 令和5年12月6日(水)