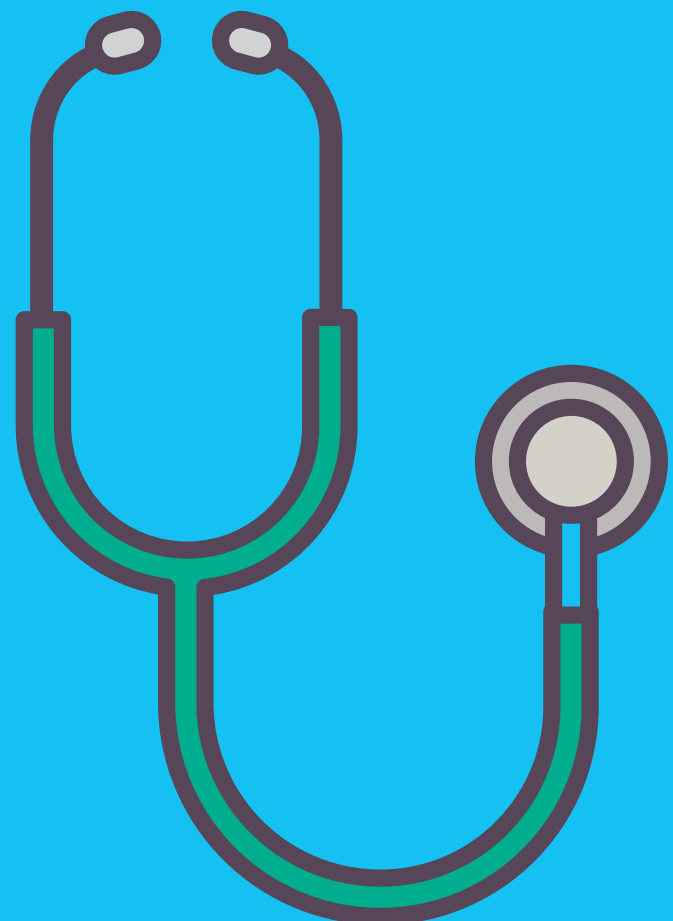


# 健康づくりに関する サービスガイドブック



いつまでも健康でいるために、大切なご家族と一緒に

## OKIバリュー健診を受診しましょう！

OKI健保は、病気の早期発見・早期治療、予防、健康の維持・増進に役立つサービスを各種取り揃えております。ご家族のみなさまの健康づくりの為に役立て下さい。

# OKI健保が提供する主なサービス

OKI健康保険組合では、ご家族も利用できるサービスをご用意しています。

令和6年4月現在

利用できる人 **本** 本人＝被保険者 **家** 家族＝被扶養者 **任** ＝任意継続被保険者

## OKIバリュー健診 **本 家 任**

がん検査も充実したOKI健保独自の健診内容です。  
自己負担2,000円で受診できます。  
ご家族そろって、年1回の健康チェックをしてみませんか？



「OKIバリュー健診」は3つのコースからなり、基本コースと巡回レディースコースは、自己負担2,000円で人間ドック並みの検査項目に加え、充実したがん検査が受診できます。  
特定健診コースは、生活習慣病に特化した項目を無料で受診できるコースです。健診の機会が少ないご家庭のご家族も是非、希望のコースを定期的に受診してください。

| コース        | 内 容                                                                                                                         | 対 象 者*                 | 自己負担額                       |
|------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|-----------------------------|
| 基本コース      | ・がん検査を加えたOKI独自の健診内容です。<br>・委託の健診代行機関が契約する全国約300の健診機関で受診できます。<br>・オプションで脳ドックの選択が可能です。                                        | 30歳以上の方<br>または既婚女性     | 2,000円<br>(脳ドックは<br>費用の25%) |
| 巡回レディースコース | ・全国のホテル、公共施設など地域のランドマークとなる施設が主な会場です。<br>・子宮がん、乳がん検査を含み健診機関で実施の基本コースと同等の健診内容です。<br>・申込者多数の会場は、定員に達し次第申込み終了です。郵送かWEBでお申込み下さい。 | 30歳以上の女性<br>または既婚女性    | 2,000円                      |
| 特定健診コース    | ・健保連が契約する全国の健診機関で受診できます。                                                                                                    | 40歳以上の被扶養者<br>および任意継続者 | 無 料                         |

※受診日当日にOKI健保加入者であること。保険資格がなく受診された場合は全額自己負担額となりますのでご注意ください。

## 特定保健指導 **本 家 任**

健診の結果、メタボ該当者及び予備軍と判定された方が『特定保健指導』の対象となります。特定保健指導は、管理栄養士や保健師などの専門職が対象者の生活に合った取り組み方法や健康目標を一緒に見つけるオーダーメイドのサポートです。

|      |                   |
|------|-------------------|
| 対象者  | 40歳～74歳の被保険者と被扶養者 |
| 実施期間 | 通年                |
| 費用   | 無料                |
| 実施者  | OKI健保が委託する会社      |



■被保険者(社員)  
健保と会社の協働事業です。会社から連絡がある場合もあります。

■被扶養者(家族)と任意継続被保険者  
委託会社よりご案内をお送りします。



## 郵送検診 **本 家 任**

がんは早期発見が第一です。  
お忙しい方も、ご家庭で気軽に  
がん検査が受けられます。  
検査費用は無料です。



詳しくは、同封の「郵送検診のご案内」または健保ホームページをご覧ください。

検査項目のご案内

| 検査              | 対象者          | 自己負担額    |
|-----------------|--------------|----------|
| 胃がんリスクチェックABC検査 | 18歳以上の加入者    | 無 料      |
| 大腸がん検査(2日法)     | 30歳以上の加入者    | 無 料      |
| 前立腺がん検査         | 50歳以上の男性加入者  | 無 料      |
| 子宮けいがん検査        | 20歳以上の女性加入者  | 無 料      |
| 睡眠時無呼吸検査        | 加入者であればどなたでも | 機器返送料金のみ |

※検査はそれぞれ年度内に1回受けることができます。  
※お申込み後受診されなかった場合には費用代800円をご負担いただきます。  
睡眠時無呼吸検査の機器は貸し出しの為、紛失破損の場合は、機器代金をいただきます。

## 無料歯科検診 **本 家 任**



全国の歯科医師と提携している「歯科健診センター」と契約し、「無料歯科健診」を実施しています。一般歯科健診、歯科矯正相談などが受けられます。歯科のかかりつけ医がない方におすすめです。

歯科健診センター



|      |                                                                       |
|------|-----------------------------------------------------------------------|
| 対象者  | 被保険者と被扶養者                                                             |
| 実施期間 | 通年                                                                    |
| 所要時間 | 約15分                                                                  |
| 費用   | 無料 ※健診は無料ですが、精密検査や治療が必要になった場合は「保険診療」扱い(有料)になります。                      |
| 申込方法 | 歯科健診センターウェブサイト「歯科医師検索」からお申込ください。<br>受診については、同ウェブサイトの「注意事項」をよくお読みください。 |

※健診を受けた歯科医院で精密検査や治療を受ける義務はありません。

## インフルエンザ・ワクチン 予防接種の補助 **本 家 任**

1回の接種で1,000円を補助します！

※詳しくはOKI健保ホームページをご覧ください。

|       |                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|-------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 補助金額  | 接種された方一人あたり1,000円<br>・2回接種の場合2,000円/人<br>・地方公共団体等より全額補助があった場合は対象外<br>・接種金額が地方公共団体等による補助金差し引き1,000円未満の場合は実費金額を補助                                                                                                                                                                    |
| 補助対象者 | 接種日に加入資格がある方                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| 補助方法  | 【立替払いなし】Web利用券方式<br>・Web申請で発行された利用券とOKI健保健康保険証を提出<br>・接種会場で補助額を引いた接種料金を支払います<br>・契約医療機関での接種に限り(東振協の契約医療機関)<br>【立替払いあり】申請書方式<br>・申請書と領収書を当健保へ提出後、補助金を支給します。<br>・申請方法は以下のどちらかになります。<br>①従業員の方が会社内のイントラネット上でオンライン申請。<br>②OKI健保インターネットホームページから申請書をダウンロードし、必要事項を記入し、領収書と一緒に社内メールで健保へ送付。 |

## ベネフィット・ステーション **本 任**

フィットネスでの運動習慣、保養地でリフレッシュ  
こころもからだも健康的に日常生活のさまざまなシーンでお得なサービスがあります。



●旅・レジャー関連の情報として

OKI健保では、ベネフィット・ステーション以外にもラフォーレ倶楽部・由布院倶楽部、東急ハーヴェストクラブと直接契約しています。詳しくは健保ホームページをご覧ください。

## こころとからだ の相談サービス **本 家 任**



|                                                                                       |                                    |
|---------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------|
| ● 電話カウンセリング相談時間                                                                       | ● 対面カウンセリング受付時間                    |
| 月曜～金曜 9:30～21:30<br>土曜 11:00～19:00<br>(日祝・年末年始を除く)<br>※電話カウンセリングは、お一人様1日1回の相談のみとなります。 | 月曜～金曜 10:00～17:00<br>(土日祝・年末年始を除く) |

● WEB カウンセリング  
https://www.kokoro-soudan.net/  
法人契約コード **okigroup** を入力し、ユーザー登録してください。  
※沖縄電気工業健康保険組合の被保険者本人および被扶養者(18歳未満を除く)がご利用いただけるサービスです。詳細は、健康保険組合のホームページをご覧ください。業務委託先(株)フィスメック

健康相談 **24時間365日**  
からだの健康医療に関するご相談  
ご相談の受付・予約  
**0120-783-292**  
WEBカウンセリング ご相談の受付電話  
QRコード

## 家庭用常備薬幹旋 **本 任**

特納品の限定販売を幹旋します。特納品とは、  
・一流医薬品メーカーが健保組合、団体等へ用意した商品です。  
・ドラッグストアで購入できるOTC医薬品と同じ効能・効果です。  
1回の購入金額が4,000円以上の場合、送料は無料になります。

| ご購入方法                      |                                                                   |
|----------------------------|-------------------------------------------------------------------|
| 郵送・FAX<br>同封の「家庭用常備薬購入申込書」 | WEB<br>委託会社の専用サイト<br>QRコード<br>お得意先コード：15077<br>お得意先パスワード：okikenpo |
| 払込取扱票、モバイル決済               | クレジット、払込取扱票、モバイル決済                                                |



ご自宅からでもインターネットで本サービスをご利用いただけます！

OKI健保

検索

<https://www.oki-kenpo.or.jp/>



インターネット版のOKI健保ホームページは  
ログインパスワードが必要です！



アクセス限定ページのログイン

ユーザー名：**okikenpo**

パスワード：●●●●●

個人向け健康ポータルサイト



マイヘルスウェブ

健康づくりの第一歩は自分の状態を知ることから。  
健診結果や医療費通知、ジェネリック医薬品差額通知はも  
とより健診結果に基づいた健康づくりをアドバイス。  
PC でも！マイヘルスウェブ検索 登録時は保険証を用意して  
読み込み下さい。

PCでも！

マイヘルスウェブ

検索

登録時は保険証を用意して読み込み下さい

無料！

本 任



健診結果も見れちゃう



健康的な生活習慣＝「健康リズム」が  
自然と身に付くアプリ



キューリズム



あなただけの生活習慣改善プラン  
あなた専用の食事・運動メニューアドバイス  
スマホでカロリー・栄養チェック  
体調・栄養バランスで選べる管理栄養士監修レシピ  
運動不足解消に！トレーニング動画  
ランニング・筋トレ・ヨガなどの運動記録  
写真撮影だけで腹囲を測定  
みんなで歩こう～歩数イベント

無料！

本 任



QRコード読取後、  
団体コード【06130975】  
健康保険証の情報を入力

OKIバリュー健診を受けずに、  
勤務先等の健診結果をご提出いただいた方へ

クオカード贈呈

私はパート・  
勤務先で  
受診します。



【対象】

40歳以上の

家 任



対象になるご家族・任意継続被保険者へ、別途秋頃に健保よりご案内します。

OKI健康保険組合

〒108-8551 東京都港区芝浦4-10-16

ホームページ  
お問い合わせ



TEL:03-5443-5437(直通)

FAX:03-3769-0959(直通)