四国中央市近隣にお住まいの
被扶養者様・任意継続者様へ

2023年度
大王健保ガイドブック

Contents

★あなたの受ける健康診断は?……P2
★当健保組合の健康診断について……P3～5
★当健保組合の施設案内について……P6・7
★メンタルヘルスについて……P8
★WellBisのご案内について……P9
★WellBisの登録方法について……P10・11
★特定健診のご案内について……P12・13
★がん検査費用補助のご案内について……P14・15
★大腸がんについて……P16・17
★子宮がん乳がん検診について……P18・19
★禁煙外来費用補助のご案内について……P20
★禁煙外来エントリーシート……P21
★禁煙外来補助申請書……P23
★がん検査費用補助申請書……P25
★特定健診問診票……P27

大王製紙健康保険組合

＼ 年に一度はからだのメンテ ／

あなたの受ける健康診断は次のどれ？

被扶養者（配偶者・2024年3月31日時点の年齢が40歳以上の家族）
任意継続被保険者

大王製紙健保会館で受診する

はい　　いいえ

配偶者・家族・任意継続者健診

お申込み先は当健保組合へ　**料金無料**

➡ 3～5ページへ

特定健診

40歳以上のみ受診できます。　**料金無料**

➡ 12～13ページへ

上記以外で健診を受けている場合は

パート先・市町村などで受けた健診結果を必ずご提出ください!

対象者
2023年4月～2024年3月の間に
パート先・市町村などで健診を受診した、
40歳以上の配偶者・家族・任意継続被保険者

提出方法
返信用封筒に入れて郵送もしくはFAXしてください。
①健診結果のコピー
②特定健診問診票（P27参照）

提出先
〒799-0403　愛媛県四国中央市三島朝日2丁目12番45号
大王製紙健康保険組合　健康管理課
FAX:0896-24-5075

大王製紙健保会館で受診する 配偶者・家族・任意継続者健診について

受診期間
2023年4月3日(月)～2024年3月29日(金)(年に１回)
年度末は混み合う為、2023年4月～9月末での受診をお勧めします。

対象者
愛媛県四国中央市近隣※にお住まいの被扶養者(配偶者・40歳以上の家族)・任意継続被保険者
※近隣の範囲：愛媛県西条市・新居浜市・四国中央市、香川県三豊市・観音寺市、徳島県三好市・三好郡・美馬市・美馬郡

検査項目
『●』…必須の検査項目　『□』…対象者のみ　『▽』…初回のみ　『☆』…40歳以上
・眼底検査…40歳以上、糖尿病・高血圧の方　・ＰＳＡ定量…45歳以上の男性のみ
・肝炎ウイルス検査…初回、35歳から5年間毎の節目検査

問診		既住歴・業務歴・喫煙歴・服薬歴・自覚症状の有無　等	●
身体測定等		身長・体重・標準体重・体脂肪率	●
		ＢＭＩ・肥満度・腹囲・血圧・脈拍	●
		視力検査	●
		眼底検査	□
		聴力検査	●
検尿		尿糖・尿蛋白・尿潜血・尿ウロビリノーゲン	●
血液検査	検血	赤血球数・血色素量・ヘマトクリット	●
		ＭＣＶ・ＭＣＨ・ＭＣＨＣ	●
		血小板数・血清鉄・白血球数	●
		桿状核球・分葉核球・リンパ球	●
		単球・好塩基球・好酸球	●
	炎症	ＣＲＰ	●
	脂質	総コレステロール・中性脂肪	●
		ＨＤＬコレステロール・ＬＤＬコレステロール	●
		ＬＤＬ／ＨＤＬ比・Ｎｏｎ-ＨＤＬコレステロール	●
	腎機能	尿酸・尿素窒素・クレアチニン	●
		ｅＧＦＲ・Ｃｃｒ	●
	電解質	Ｎａ・Ｋ・Ｃｌ	●
	肝機能	総蛋白・アルブミン・Ａ／Ｇ比・ＣＨＥ	●
		ＧＯＴ・ＧＰＴ・γ-ＧＴＰ・ＡＬＰ	●
		ＬＤＨ・総ビリルビン・直接ビリルビン	●
	膵臓	血中アミラーゼ	●
	糖尿病	空腹時血糖	●
		ＨｂＡ１ｃ（ＮＧＳＰ値）	●
	その他	ＰＳＡ定量（前立腺検査）	□
		肝炎ウイルス検査（ＨＣＶ抗体定性・ＨＢｓ抗原定性）	□
		血液型	▽
胸部		胸部レントゲン検査	●
心電図		心電図検査	●
胃部		胃部レントゲン（胃バリウム）検査	☆
超音波		甲状腺超音波検査・腹部超音波検査	□
大腸		大腸がん検査（便潜血反応２日法）	☆

※バリウムが体質に合わない方は、後日他医療機関にて胃カメラ検査を実施してください。
検査費用は健保組合にて補助いたします。（P14参照）

健診の予約から受診までの流れ

STEP1 受診日を決めて、当健保組合へ予約をする。

TEL 0896-24-5051（平日8:30～17:00）　FAX 0896-24-5075
メールアドレス ara012@daiogroup.com

※FAX・メールで予約をされる方は氏名、生年月日、保険証の記号・番号、予約希望日を記載してください。
※生理中を避けてください。妊娠中の方は主治医とご相談のうえ、受診をお願いします。

年間カレンダー

□…配偶者・家族健診日（女性のみ）
□…健診休み

※一般社員と一緒の受診となりますが、配偶者・家族健診日以外でも予約は可能です。

2023 5 May

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

2023 6 June

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

2023 7 July

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

2023 8 August

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

2023 9 September

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

2023 10 October

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

2023 11 November

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

2023 12 December

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

2024 1 January

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

2024 2 February

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29		

2024 3 March

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

昨年度健診未受診の方はできるだけ早めの受診をお願いします

STEP2 健診の注意事項

食事制限	健診前日の夜９時以降から当日の健診が終了するまで食事はしないでください。 ※少量のお水やお茶は可（胃部レントゲン検査を受ける方は、当日の朝７時以降の水分摂取をお控えください。）

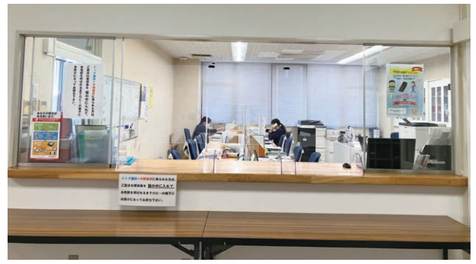
STEP3 受診当日

受付時間／場　所	8：00～8：30 / 当健保組合 2 階 健康管理課
持参物	40歳以上の配偶者・家族・任意継続被保険者　→　保険証と特定健診受診券 39歳以下の配偶者・任意継続被保険者　→　保険証
料　　金	**無　料**

STEP4 健診の流れ

当健保組合では感染予防対策を十分に行っていますので、安心して受診してください。
来室時は検温、手指消毒のご協力をよろしくお願いします。

①消毒し、非接触体温計にて検温



②受付

③健診着に着替える
2022年11月から健診着が新しくなりました。

④待合
検尿・着替えを済ませて待合でお待ちください。

⑤検査(胸部レントゲン等)
その他、検査項目は人によって異なります。

⑥採血

⑦保健指導
当日の検査結果をもとに保健指導を行います。

STEP5 健診終了

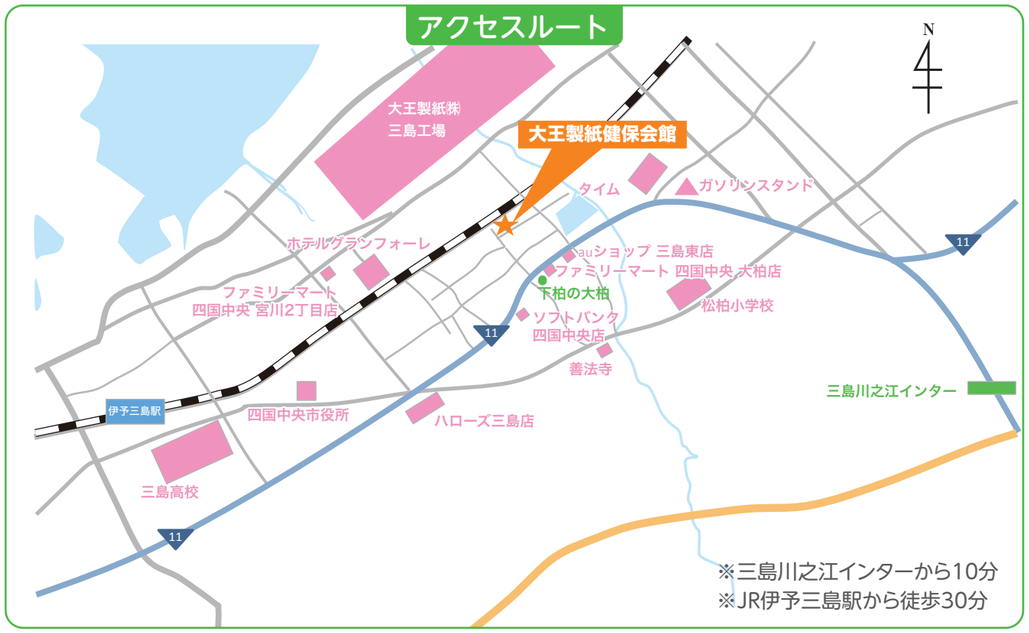
※健診は11時頃に終了します。
　ただし、健診人数が多い場合は午前中いっぱいかかることもありますので、ご了承ください。
※2～3週間以内に、健診結果を自宅に郵送します。
※健診結果成績書の再発行はしていませんので、大切に保管してください。

大王製紙健保会館の施設案内について

健診施設

～毎年約 1 万人以上の各種健診と検査実績～

大王製紙健康保険組合は昭和33年に設立し、昭和47年から組合加入従業員の健康診断を行ってきました。年間約4,000人以上のドック健診とそのフォロー健診等を毎日実施し、延べ年間約1万人以上の健診を行っています。健診項目の多くは、即日結果を出すことができ、その結果を見ながら当日に、保健師や管理栄養士が健康相談等の保健指導を行います。



開館時間　8:00～17:00
（配偶者・家族・任意継続健診の受付時間は8:00～8:30）

休 館 日　土・日・祝日・他

住　　所　〒799-0403
愛媛県四国中央市三島朝日2丁目12番45号
総務課　TEL:0896-24-5055　FAX:0896-24-5203
健康管理課　TEL:0896-24-5051　FAX:0896-24-5075

内科診療所

1階にある内科診療所は県より認可された医療機関で、奥村医師が常駐しています。医療相談を行い、必要に応じて専門医への紹介も行っています。慢性疾患(脂質異常症・高血圧・糖尿病・痛風・肝機能障害等)、貧血症、花粉症、鼻炎、風邪、インフルエンザ、頭痛、腹痛、胃腸炎、めまい、吐き気、口内炎、水虫、目薬、軽度な皮膚炎、喘息、その他の疾患等の診断・治療を行います。お気軽にご相談ください。

★診療日と診療時間　※予約制ではありません。

月に数日休診日がありますので、ホームページをご確認ください。

診療時間	月	火	水	木	金	土・日・祝
8:30 ～12:00	○	○	○	○	○	
13:00 ～17:00	○	○	○	○	○	

診療休診案内
ＱＲコード

個人負担額は、初診・再診の診察料や検査料・薬剤料等の2割負担です。
当健保組合の保険証を取得している高校生以上が利用できます。

★下記のような感染予防対策を講じて診察しています。

①受付と待合室

受付では、パーテーションを設置。待合室では、ソーシャルディスタンスを保てる仕組みにしています。

②自動精算機

自動精算機を設置し、人と人との接触機会を削減しています。
各種クレジットカード対応
（JACCS／VISA／Mastercard）

③発熱外来

ロビーに上記設備を設置し、インフルエンザ及び発熱を伴う症状のある方は、インターフォンで看護師へ連絡する仕組みになっています。

心療内科

非常勤の心療内科医：新野医師が月2回来館し、診療をしています。会社を介さずに申込み・カウンセリング（完全予約制）を受けることができます。相談内容等は守秘義務により守られますので安心してご利用ください。

診療日及び診療時間	毎月第１・３火曜日13:30～16:30 **完全予約制** カウンセリング時間約15分 ※予定は変わることがあります。

メンタルヘルスについて

◎メンタルヘルス予防動画サービス（ELPIS e-ラーニング）

5分程度の対話形式によるメンタルヘルス予防動画サービスです。
メンタルヘルスや健康、ハラスメントなどの基礎的な知識を学習できます。
1本の動画は5分程度に抑えているため、休憩中や通勤中（通勤バスや電車 ※自分で運転車は除く）の中で、手軽に視聴ができます。

視聴方法

❶ サイトにアクセス
URL：https://learning.elpis.life/

❷ ユーザー名・パスワードを入力
アカウント： daiokenpo
パスワード： daiokenpo

❸ メニューの研修コースから視聴したいテーマをクリック

❹ 動画をクリックして視聴

アカウント・パスワードは、個人のアカウントではなく、企業の共通アカウントです。
アカウント、パスワードは変更しないでください。
※他の利用者がログインできなくなります。

◎メール相談窓口（ケアーズLite）

従業員やその家族が健康や仕事、プライベートな悩みを専門医に直接相談できるメール相談窓口です。「会社の産業医には相談しにくい」「病院に行く時間が取れない」といったお悩みを専門医(産業医資格あり) に24時間いつでも相談できる窓口です。

精神科医　小児科医

相談方法

❶サイトにアクセス
URL：https://cares-lite.elpis.life/for-user/
❷相談内容もしくは相談したい先生を選択
❸必要項目を入力し相談　団体コード 「daiokenpo」

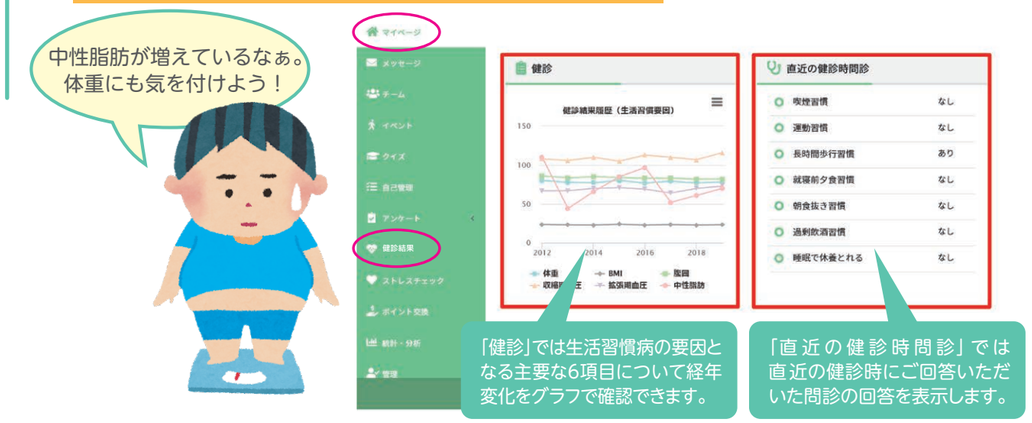
相談サイト　利用マニュアル

※視聴した後は確認テストを受けて終了となります。必ず受けてください。

利用したことや相談内容はプライバシーに配慮され、他者に知られることはありません。

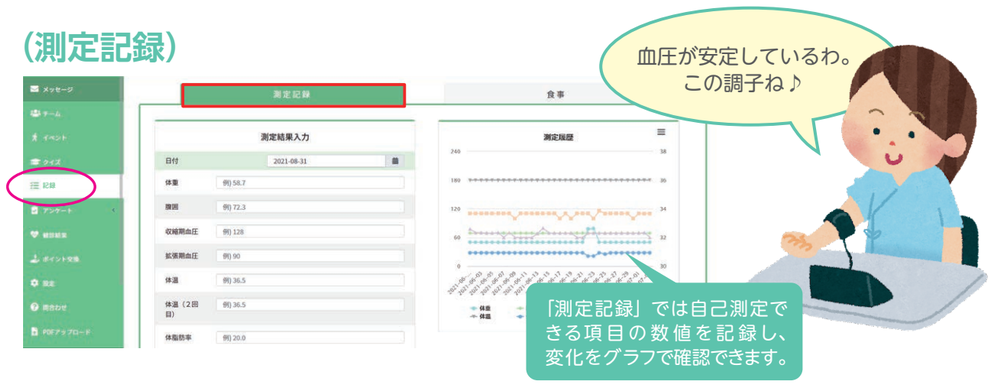
健康ポータルサイト WellBis で健康管理をしよう！

マイページで健診結果を確認



自己管理で毎日の記録

（測定記録）



（食事）

登録方法はP10へ！
※既に登録済の方は登録不要です。

～登録はお済みですか?～

WellBis（ウェルビス）登録方法

対象者
- 被扶養者（配偶者・40歳以上の家族）
- 任意継続被保険者

01 QRコード読取 または URLを入力⇒WellBisへアクセス

【QRコード】

【URL】
https://wellbis.jp/daioseishi/login

※ Internet Explorerは使用不可

Google Chrome　Microsoft Edge　Safari

02 ID・パスワードを入力

ログインID：健康保険証発行通番(9桁)
初期パスワード：生年月日(8桁)
例)西暦1989年4月2日
→ 19890402

⇒『ログイン』をクリック

03 パスワード変更画面に移る（自動）

①Eメール
②新しいパスワード
（半角英小文字と数字を組み合わせ
8桁以上で新しく設定）
③現在のパスワード
⇒『更新』をクリック

04 確認用メールが到着

メールアドレスに確認用メールが送信されますので、
URLをクリックしご確認ください。

05 「パスワードの更新が完了しました」と表示

5秒後に自動的にWellBisの
設定ページに移動します。

～以上で登録完了です～
2回目以降はご自身で設定したパスワードでログインしてください。

【お問い合わせ先】
日本予防医学協会健診サポートセンター

E-mail:wellbis@jpm1960.org
件名:大王製紙
本文:「健康保険証記号・番号」「氏名」「生年月日」
お問い合わせ内容（できるだけ詳細に記入）
※ ご返信にお時間をいただく場合がございます。ご了承ください。

メールでのお問い合わせが
できない場合は、
下記窓口にご連絡ください。
TEL 070-2175-6790
(10:00～16:00／土日祝日、年末年始除く)

特定健診の受診について（外部医療機関で受診する方）

当健保組合より送付した無料受診券を使用して、外部医療機関にて特定健診を受診する方は、以下の要領に沿って健診のご予約を行ってください。

予約・受診期間　2023年4月1日(土)～2024年3月31日(日)
※休日は医療機関によって実施していない場合があります。

対象者　40歳以上の配偶者・家族・任意継続被保険者

費　用　無　料

検査項目

『●』…必須の検査項目　『□』…医師の判断により実施

問診		身体測定等					尿検査		血液検査											心電図	眼底
									肝機能			脂質			糖尿病	貧血			腎機能		
喫煙歴	服薬歴等	身長	体重	BMI	腹囲	血圧測定	尿糖	尿蛋白	GOT	GPT	γ-GTP	中性脂肪	HDLコレステロール	LDLコレステロール	空腹時血糖又はHbA1C	赤血球数	血色素量	ヘマトクリット	血清クレアチニン	心電図検査	眼底検査
●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	□	□	□	□	□	□

※検査項目が少ないため、当健保組合の健診をおすすめします。
※がん検査等を希望される場合は、個別で受診し、費用補助制度をご活用ください。(P14～15参照)

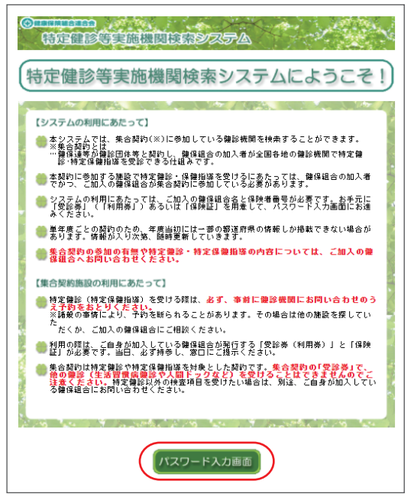
健診の申し込みから受診までの流れ

「特定健診等実施機関検索システム」にアクセス

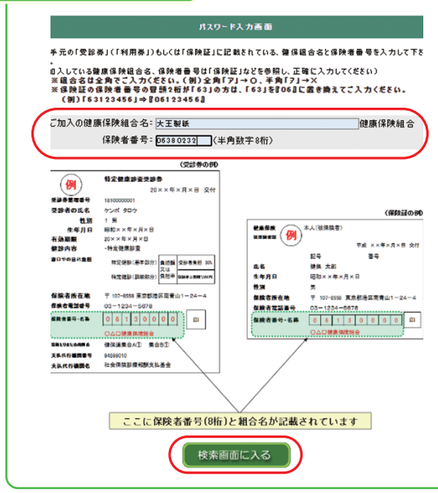
URL

http:/hoken.kenporen.or.jp/kensin/

QRコード

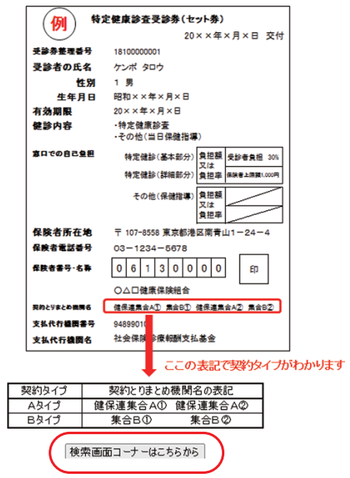


STEP 1



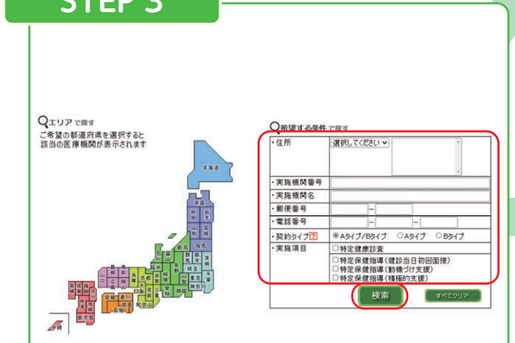
(健康保険組合名)　大王製紙
(保 険 者 番 号)　06380232　※半角入力
「検索画面に入る」をクリック

STEP 2



「検索画面コーナーはこちらから」をクリック

STEP 3



受診可能な医療機関を検索
(住　　所)　都道府県、市区町村を選択
(契約タイプ)　「Aタイプ/Bタイプ」を選択
(実 施 項 目)　「特定健康診査」にチェック
「検索」をクリック

STEP 4

受診可能な医療機関の中から、選択して電話予約します。
※画面上に、電話番号が表示されています。

STEP 5

特定健診　受診

当日は、医療機関より伝えられた持ち物を持参してください。(例：特定健診受診券、健康保険証)
健診費は特定健診受診券を利用する為、無料です。
当日の注意事項等については、医療機関によって異なりますので、各個人で確認してください。

がん検査費用補助のお知らせ

当組合の配偶者健診または家族健診（40歳以上）、任意継続被保険者健診、特定健診（40歳以上）のいずれかを受診された方を対象に、がん検査の費用補助をします。
国の統計によると日本人の2人に1人はがんにかかり、3人に１人はがんで死亡していると言われています。がん検査をうけて早期発見・早期治療をしましょう。

補助対象項目

検査種別	検査方法	補助条件と回数	補助金額	対象年齢
胃がん検査	胃カメラ検査 （胃内視鏡検査）	一次検査で ・当該検査未受診の方 ・要精密検査となった方 ※各年1回	上限 5,000円	40歳以上の ・被扶養者 ・任意継続被保険者
大腸がん検査	大腸ファイバー検査 （大腸内視鏡検査）	一次検査（便潜血検査） 受診者（年１回）	上限 15,000円	
前立腺がん検査	前立腺精密検査 （触診・超音波・ 細胞診に限る）	一次検査の ＰＳＡ検査で陽性者 （年１回）	上限 5,000円	45歳以上 （男性のみ）
子宮頸がん検査	細胞診検査	当健保組合指定病院での一次検査で二次検査となった方（1回）、当健保組合指定病院受診が不可能な方の一次検査と二次検査（各1回）※3	上限 3,000円/ 1回につき	・18歳以上 （配偶者・任意継続被保険者） ・40歳以上（家族） （女性のみ）
乳がん検査 ※1.2	マンモグラフィ検査 乳房超音波検査			

※1　マンモグラフィ検査は40歳以上、乳房超音波検査は18歳以上39歳以下を推奨
※2　マンモグラフィ検査と乳房超音波検査は、どちらか一方のみ補助対象
※3　子宮頸がん・乳がん検査の一次検査については、できる限り当健保組合指定病院で受診ください。

補助条件の詳細はQRコードで確認

対象者　左記表に記載

補助条件
・2023年度配偶者健診または家族健診（40歳以上）、任意継続被保険者健診、特定健診（40歳以上）のいずれかを受診された方
・パート先や市町村で健診を受診された方（別途添付書類必要）

提出期限　検査後、3ヵ月以内

提出書類
①2023年度がん検査 費用補助申請書（P25参照）
②領収書（写し可）
③診療明細書（写し可）
④検査結果（写し可、発行されている場合のみ提出）
※任意継続被保険者とその被扶養者については任意継続者用の申請書を使用ください。（別途同封）
⑤【パート先・市町村で健診を受診された方】
健診結果の写し・特定健診問診票（P27）

提出方法　提出書類①～⑤を郵送又はメールで申請

補助金支給　原則15日までに受付したものは翌月の20日に事業所へ振り込みます。その後、事業所が被保険者の口座へ振り込みます。
※任意継続被保険者とその被扶養者は原則15日までに受付したものは当月25日に指定口座へ振り込みます。

がん検査費用補助申請書の提出先及び問合せ

〒799-0403
愛媛県四国中央市三島朝日2丁目12番45号
大王製紙健康保険組合　総務課
E-mail：ara005@daiogroup.com　　TEL：0896-24-5055

まず最初に、大腸がんについて、正しく理解しましょう。

1

大腸がんは、日本人が患うがんの第１位です。

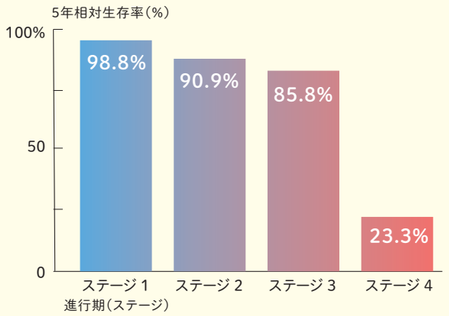
出典：国立がん研究センター がん情報サービス「がん登録・統計」

大腸がんが増えています。男性の10人に1人、女性の13人に1人が生涯のうちに1回は発症する計算です。大腸がんで死亡する方も多く、男性は年に2万8千人近くが亡くなり、がん死亡の3位。女性は約2万4千人で第1位です。

2

大腸がんは、早期発見・早期治療でほぼ治る病気です。

大腸がんの治療法は日進月歩です。早期のステージ1だと5年相対生存率は98.8%。ほとんどの人が治ると期待できます。進行してステージ4になると23.3%に下がります。早期発見に勝る「治療法」はありません。



※【5年相対生存率】がんと診断された場合に、治療でどのくらい命を助けられるかを示しています。がんと診断された人のうち5年後に生存している人の割合が、一般の日本人の5年後の生存率と比べてどのくらいなのかをパーセントで表しています。

出典：全がん協 部位別臨床病期別5年生存率（2011-2013年診断症例）

3

早期の大腸がんには自覚症状があまりありません。だからこそ、検診が大切です。

早期発見のカギは検診です。便潜血検査という方法で、身体への負担はほとんどありません。40歳になったら年に1回、欠かさずに受けてください。

がんで苦しむ人や悲しむ人をなくしたい
公益財団法人 日本対がん協会

新たに大腸がんと診断される人は男女あわせて年に約19万人※1。
亡くなる人は年に5万2千人近くにのぼります。
しかし大腸がん対策を実らせつつある国があります。
アメリカです。大腸がんによる死亡者は約5万人※2。日本とほぼ同数です。
アメリカの人口は日本の2.6倍※3、それなのに大腸がん死亡数があまり変わらないのです。

※1　2018年。含・上皮内がん。国立がん研究センターがん情報サービス「がん登録・統計」
※2　American Cancer Society, Surveillance Research, 2022　2021年厚生労働省人口動態統計確定数
※3　2021年アメリカ国勢調査局　日本の人口：2021年総務省統計局

Q 1: 大腸がんは、肉をたくさん食べるとリスクが高くなるのでは? アメリカ人のほうがよく食べるのに…

A 1: 確かに、食べる肉の量は違いますね。牛肉のステーキでも数倍以上、アメリカ人のほうが多く食べるし、豚肉なども多い。ただ、がん検診の状況がずいぶん異なります。日本では40歳以上の人に年1回、便潜血検査が勧められていますが、受診率は男性47.8%、女性40.9%。※4 アメリカでは45～75歳を対象に、年に1回の便潜血検査が勧められています。また、10年に1回の大腸内視鏡検査、5年に1回の大腸内視鏡検査、5年に1回の大腸CT検査なども推奨されています。受診率は、大腸内視鏡検査を例にとると、アメリカ対がん協会のデータでは61%。※5 検診で見つかるポリープをとることで大腸がんの予防につながっているとみられます。

※4　2019年国民生活基礎調査による都道府県別がん検診受診率データ
※5　Colorectal Cancer Facts & Figures 2020-2022より抜粋

Q 2: じゃあ、暴飲暴食しても、検診を受けていたら大丈夫なの?

A 2: そういうわけではありません。赤身の肉やハム・ソーセージなどの加工肉は大腸がんのリスクを高めるのは確実です。※6 一方で、食物繊維や カルシウムを含む食事でリスクが下がる可能性もあります。要は生活習慣に気をつけて検診を受ける、ということです。

Q 3: うちはおじいちゃんが肺がんで、おばあちゃんが大腸がんだった。母も乳がんを手術…がん家系かも知れない。

A 3: 遺伝のことですね。大腸がんも遺伝性のものがありますが、ごく一部です。家族*に大腸がんが多い場合は、専門医に相談した方がいいでしょう。遺伝カウンセリングも受ける必要があります。お医者さんにかかると、家族の病歴を尋ねられるでしょ。がんのこともあるけれど、家族にどんな病気が多いかを知ると、診療に役立つのです。生活習慣も知っておくといいですね。

＊両親、同胞（兄弟姉妹）、子ども、祖父母、叔父、叔母、甥、姪、孫など（第2度近親者）

Q 4 :家族の生活習慣も? 自分のことだって考えたこともないけれど。

A 4: 家族で大腸がんのことを話しあってみてはいかがでしょう。生活習慣のチェック・見直しにつながるし、検診のことも考えるきっかけになりますから。

大腸がんと食物関連要因との関連	
上げることが確実	下げることが確実
赤肉・加工肉 飲酒（男性） 肥満 高身長	食物繊維を含む食品 中～高強度の身体運動（結腸がん）

※6 国立がん研究センターがん情報サービスのホームページ 大腸がん関連のみ抜粋

【メモ】大腸がんの状況

日本人のがんと言えば胃がんと言われるほど、胃がんが多かったのですが、2011年をピークに減少に転じました。大腸がんは増え続け、今では胃がんよりも1万人以上、多くなり、がんを患う人の6～7人に1人は大腸がんなのです。

全国がん罹患数・率推定値1975-2015年、全国がん登録 罹患数・率2018年

監修：佐々木文郷・鹿児島大学病院消化器内科講師
垣添忠生・公益財団法人日本対がん協会長
企画：アルフレッサ ファーマ株式会社

がんで苦しむ人や悲しむ人をなくしたい
公益財団法人 日本対がん協会

2023年度 子宮がん・乳がん検診のお知らせ

2023年度の子宮がん・乳がん検診は、HITO病院と四国中央病院で無料で実施します。病気の早期発見のために必ず受診してください。当日は感染症対策にご協力ください。

検診種別	対象年齢	検　査　内　容
子宮がん検診	18歳以上	子宮頸部細胞診検査 経膣エコー検査
乳 が ん 検 診	18～39歳	乳腺エコー検査
	40歳以上	マンモグラフィ検査

※対象年齢は2024年3月31日時点の年齢

※40歳以上の方で、子宮がん・乳がん検診を受診される方は、配偶者・家族健診の受診が必須条件です。配偶者・家族健診を申し込んでいない方は、必ず健診を申し込んでください。(P3～5参照)

HITO病院で受診される方

【受 診 期 間】 2023年6月1日(木)～2024年3月31日(日)（土日祝除く）

【ご予約方法】

※QRコードを読み取り、それぞれの検査項目ごとに選択して申し込みください。必ず希望日の5日前までに申し込みしてください。

時間帯：
①子宮がん　8:15　　マンモグラフィ　10:00
②子宮がん 10:30　　乳腺エコー　　11:00
③子宮がん 14:00　　マンモグラフィ　13:30

それぞれ、申し込み限度枠がございます。
申し込みいただいた時点で予約完了となります。

※システムの都合上、申込可能な月は3ヶ月先までとなります。
3ヶ月先のご予約は取れませんので、ご理解ください。

※こちらの都合により検診が実施できなくなった場合は、予約日を変更していただくことになりますのでご了承ください。

【申 込 締 切】 2024年3月22日(金)

【問合わせ先】 TEL：0896-58-8300 (平日9:00～17:00)

四国中央病院で受診される方

【受 診 期 間】 2023年10月2日(月)～2024年3月14日(木)（月～木曜日のみ）

2023年10月2日(月)～2024年3月5日(火)は**午後のみ**実施(受付14:00)

10月

月	火	水	木
2	3	4	5
~~9~~	10	11	12
16	17	18	19
23	24	25	26
30	31		

11月

月	火	水	木
		1	2
6	7	8	9
13	14	15	16
20	21	22	~~23~~
27	28	29	30

12月

月	火	水	木
4	5	6	7
11	12	13	14
18	19	20	21
25	26	27	

1月

月	火	水	木
~~8~~	9	10	11
15	16	17	18
22	23	24	25
29	30	31	

2月

月	火	水	木
			1
5	6	7	8
~~12~~	13	14	15
19	20	21	22
26	27	28	29

3月

月	火	水	木
4	5		

2024年3月6日(水)～2024年3月14日(木)は
午前のみ実施(受付9:00・10:00)

3月

月	火	水	木
		6	7
11	12	13	14

※都合により検診が実施できなくなった場合は、予約日を変更していただくことになりますのでご了承ください。

※×印の日は受診不可となっております。

【ご予約方法】同封のハガキにご希望日(必ず第3希望まで)を記入し、2023年9月1日(金)～2024年2月15日(木)の間に、投函してください。
※申込可能な月は2ヶ月先までとなります。

予約時間の選択はできません。指定された時間に来院してください。
お申込みから2週間経過しても案内が届かない場合は、四国中央病院健康管理係までお問合せください。

【申 込 締 切】第1希望日の前月15日必着(最終締切:2月15日必着)

【問い合わせ先】TEL:0896-58-3515(平日:10:00～17:00)
内線253、118 ※直通電話はありません

禁煙外来費用補助のお知らせ

対象者 20歳以上の被扶養者、任意継続被保険者

対象期間 2023年4月1日(土)～2024年3月31日(日)

提出期限 最終診療後30日以内

補助回数 加入期間に1回のみ
(過去に禁煙外来費用補助を受けている場合は対象外)

申請条件 申し込み期間中にエントリーシート(P21)を提出後、
12週間(約3ヵ月間)の禁煙治療に成功した方

受診先 当健保組合診療所
(現在、診療所の禁煙外来が休止中の為、再開するまでは
他医療機関を利用してください。再開の際は、改めてご連絡します。)

提出書類 ①禁煙外来費用補助申請書(P23)
②領収書(写し可、調剤薬局の領収書も含む)
③診療明細書、調剤明細書(写し可)
上記書類を当健保組合へ郵送、メールまたはFAXで申請してください。
※任意継続被保険者とその被扶養者については、任意継続者用の申請書を使用ください。(別途同封)

補助金支給 原則15日までに受付したものは翌月の20日に事業所へ振り込みます。
その後、事業所が被保険者の口座へ振り込みます。
※任意継続被保険者とその被扶養者は原則15日までに受付したものは当月25日に指定口座へ振り込みます。

禁煙外来費用補助申請書の提出先及び問合せ

〒799－0403　愛媛県四国中央市三島朝日2丁目12番45号
大王製紙健康保険組合　健康管理課　禁煙担当：渡邊
TEL：0896-24-5051　FAX：0896-24-5075
E-mail：aki.watanabe@daiogroup.com

キリトリ線

禁煙外来治療　エントリーシート

私は、禁煙外来治療により『卒煙』にチャレンジすることを、ここに宣言し、エントリーいたします。

年　月　日

氏　名	
健康保険被保険者証	記号：　　番号：
会社名	
事業所名／所属部門名	
日中連絡がとれる電話番号	
メールアドレス	

◆ 外来受診予定日

外来受診予定日	年　月　日
医療機関名	

▪注意事項

愛媛県健保会館で健診を受診している方は、当健保組合診療所での禁煙外来受診が条件となります。(現在、診療所の禁煙外来が休止中の為、再開するまでは、他医療機関を利用してください。) また、禁煙外来費用補助の申請については、禁煙外来治療エントリーシート提出後に通院治療を開始することが条件となります。
治療薬の使用上の注意 (うつ等の精神疾患患者への慎重投与、服薬中の自動車運転等の危険な機械操作をさせない注意など) があるため、治療にあたってはご自身の健康状態、投薬状況、生活状況 (通勤・業務での車の使用など) を正確に医師に伝え、医師の指導に従うようにお願いします。

禁煙外来費用補助申請書

提　出　日		年　　月　　日　　最終診療後 30 日以内に提出					
①被保険者情報	健康保険 被保険者証	記　号	番　号	事業所名			
	氏名・印	（フリガナ）					
		㊞　※自署の場合は捺印不要					
	部署名						
②受診者情報	受診者氏名		続柄		年齢		
	携帯番号	※平日の日中に連絡がつく番号					

	検査項目	支払総額	受診期間	医療機関名
③受診情報	禁煙外来	円	初回診療日　　年　月　日 最終診療日　　年　月　日	

【補助金の支給】

原則１５日までに受付したものは翌月の 20 日に事業所へ振り込みます。
その後、事業所が被保険者の口座へ振り込みます。

【禁煙外来費用補助申請に必要なもの】

✓提出前にご確認ください
□禁煙外来費用補助申請書
□領収書(写し可、調剤薬局の領収書も含む)
□診療明細書、調剤明細書(写し可)

【健保組合使用欄】 補助金支給決定額	担当
¥	

キリトリ線

キリトリ線

【2023 年度】がん検査　費用補助申請書

～★健康診断を受けた方のみ補助対象となります～　　（太枠内ご記入ください）

記　入　日		年　　月　　日　　受診後３ヵ月以内に提出		
①被保険者情報	健康保険 被保険者証	記　号	番　号	事業所名
	氏名・印	（フリガナ） ㊞　※自署の場合は捺印不要		
	部署名			
②受診者	受診者氏名		続柄	年齢
	携帯番号			※平日の日中に連絡がつく番号

③検査の受診情報	健康診断受診日（必須）		年　　月　　日	
	検査項目	支払総額	検査結果（必須）	病　名 (分かる範囲で記入してください)
	胃がん検査 （ﾊﾞﾘｳﾑ・ｶﾒﾗ）	円	異常なし・再検査・経過観察・治療開始	
	大腸ﾌｧｲﾊﾞｰ検査	円	異常なし・再検査・経過観察・治療開始	
	子宮頸がん検査	円	異常なし・再検査・経過観察・治療開始	
	乳がん検査（※1） （ﾏﾝﾓｸﾞﾗﾌｨ or 乳腺ｴｺｰ）	円	異常なし・再検査・経過観察・治療開始	
	甲状腺ｴｺｰ検査 （※2）	円	異常なし・再検査・経過観察・治療開始	
	前立腺精密検査	円	異常なし・再検査・経過観察・治療開始	

(※1)ﾏﾝﾓｸﾞﾗﾌｨと乳腺ｴｺｰはどちらか一方のみの補助です。(※2)愛媛県健保会館にて健診受診者は補助対象外となります。

検査項目	対象者	補助条件	補助額
胃がん検査	35 以上の被保険者、 40 歳以上の被扶養者 ・任意継続被保険者	年１回	上限 5,000 円
大腸ﾌｧｲﾊﾞｰ検査			上限 15,000 円
子宮頸がん検査	18 歳以上の被保険者･配偶者 40 歳以上の家族 （女性のみ） ﾏﾝﾓｸﾞﾗﾌｨ…40 歳以上推奨 乳腺ｴｺｰ…39 歳以下推奨	○一次検査/年１回 ○一次検査において要精密検査となった方 /年１回	上限 3,000 円
乳がん検査 (ﾏﾝﾓｸﾞﾗﾌｨ検査 or 乳腺ｴｺｰ検査)			
甲状腺ｴｺｰ検査		加入期間中１回	上限 5,000 円
前立腺精密検査	45 歳以上の加入者 （男性のみ）	健康診断において陽性となった方	上限 5,000 円
初回検査分のみ補助対象です。胃ｶﾒﾗと大腸ﾌｧｲﾊﾞｰ検査のみ検査前後の診察も申請可。			

【がん検査 費用補助申請に必要なもの】

✓申請前にご確認ください

□がん検査 費用補助申請書
□領収書(写し可)
□診療明細書(写し可) ※検査項目が細かく記載されているもの
□検査結果(写し可) ※無い場合はかまいません

【健保組合使用欄】 補助支給決定額	担当
¥	

★被扶養者：パート先で健康診断を受けた方は別途、「健診結果」と「当組合指定の問診票」の提出が必要です。

キリトリ線

特定健診問診票

※パート等勤務先で健康診断を受診された方で特定健診等を受診しない方は、パート等勤務先の健診結果表の写しと特定健診問診票を記入し、同封の返信用封筒に入れて当健保組合まで送付してください。

保険証番号：記号　　番号　　氏　名：

該当する項目に　☑をご記入ください　　**腹囲：（　　）cm**

No.	質　問　項　目	回　答
1	現在、血圧を下げる薬を使用していますか。	□ はい　□ いいえ
2	現在、血糖を下げる薬又はインスリン注射を使用していますか。	□ はい　□ いいえ
3	現在、コレステロールや中性脂肪を下げる薬を使用していますか。	□ はい　□ 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。	□ はい　□ 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。	□ はい　□ 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。	□ はい　□ いいえ
7	医師から、貧血といわれたことがありますか。	□ はい　□ いいえ
8	現在、たばこを習慣的に吸っていますか。 ※習慣的に喫煙の目安：　「合計100本以上、又は6ヶ月以上吸っている」かつ　最近１ヶ月間吸っている	□ はい　□ いいえ
9	20歳の時の体重から10kg以上増加していますか。	□ はい　□ いいえ
10	1回30分以上の軽い汗をかく運動を週2日以上、1年以上実施している。	□ はい　□ 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時間以上実施している。	□ はい　□ 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。	□ はい　□ いいえ
13	食事をかんで食べる時の状態はどれにあてはまりますか。	□ 何でもかんで食べることができる □ 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 □ ほとんどかめない
14	人と比較して食べる速度が速い。	□ 速い　□ 普通　□ 遅い
15	就寝時の２時間以内に夕食をとることが週に３回以上ある。	□ はい　□ 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。	□ 毎日　□ 時々　□ 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。	□ はい　□ いいえ
18	お酒（日本酒、焼酎、ビール、洋酒など）を飲む頻度は。	□ 毎日　□ 時々　□ ほとんど飲まない（飲めない）
19	飲酒日の１日当たりの飲酒量は。 ※日本酒１合の目安：　ビール(500ml)、焼酎25度(110ml) (180ml)　ウィスキーダブル1杯(60ml)、ワイン2杯(240ml)	□ １合未満　□ １～２合未満 □ ２～３合未満　□ ３合以上
20	睡眠で休養が十分とれている。	□ はい　□ 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。	□ 改善するつもりはない □ 改善するつもりである（概ね6ヶ月以内） □ 近いうちに（概ね1ヶ月以内）改善するつもりであり、少しずつ始めている □ 既に改善に取り組んでいる（6ヶ月未満） □ 既に改善に取り組んでいる（6ヶ月以上）
22	生活習慣の改善について保健指導を受ける機会があれば、利用しますか。	□ はい　□ いいえ