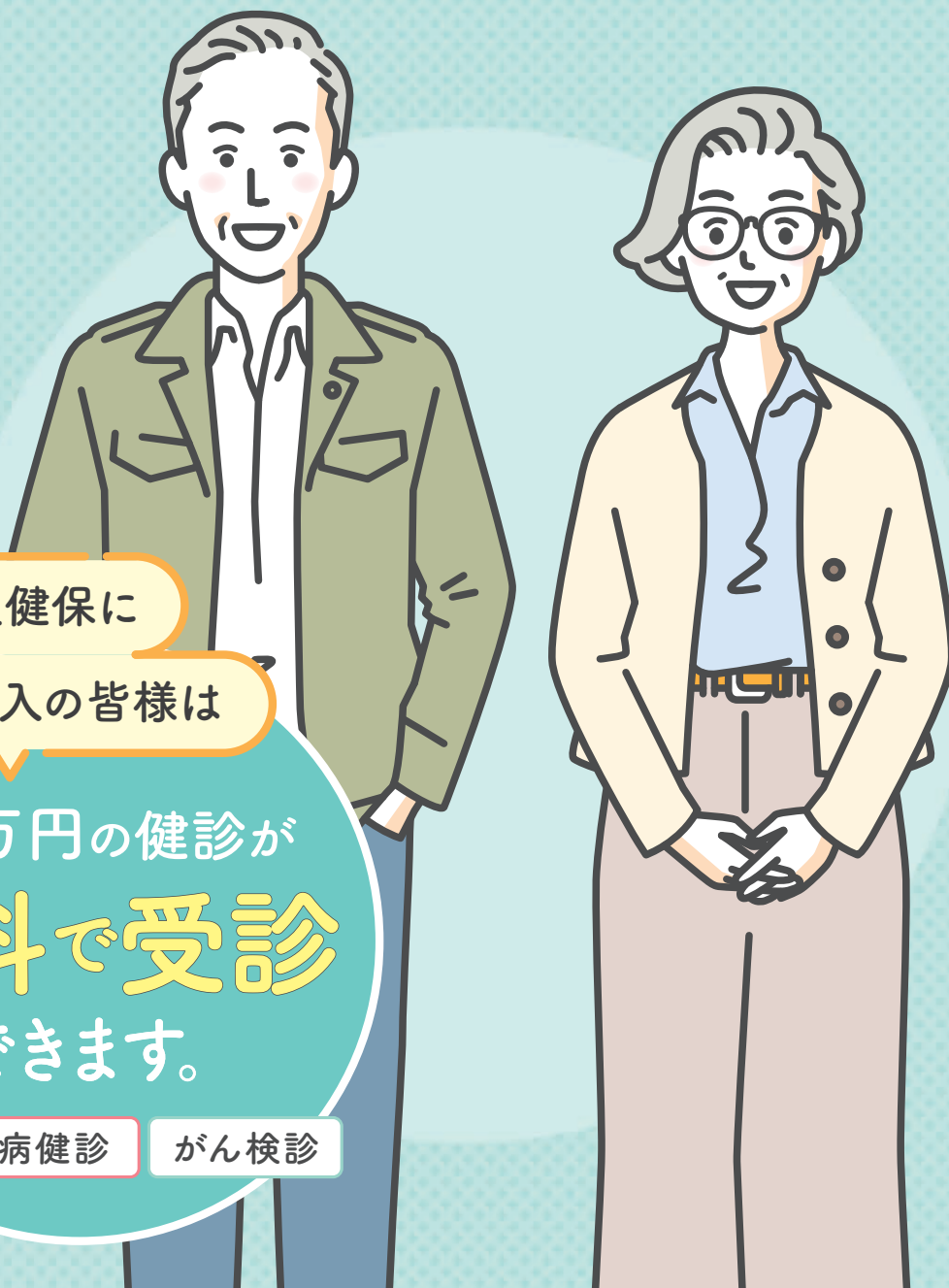


特退者・任継者

# 健康診断のご案内

## Health Check

今すぐはじめる 健康への第一歩



富士通健保に

ご加入の皆様は

約4万円の健診が  
**無料で受診**  
できます。

生活習慣病健診

がん検診

対象期間

2025年4月1日 ▶ 2026年3月31日

富士通健康保険組合



# 健康診断をおすすめする 3つの理由

理由

1

## 誰でも病気にかかります

がんをはじめとする生活習慣病は、誰にでもかかる可能性があります。若くても、自覚症状がなくても、安心とは限りません。

理由

2

## 健診なら早く見つかる

身近な医療機関で受けられる簡単な検査によって、早期のうちに発見することができます。

健診結果で精密検査を指示された場合は、必ず医療機関で受診してください。

※精密検査については健康保険の資格確認ができるものを使用しご受診ください。

※健診は、がんなどのリスクを早期発見することが期待できますが、100%病気を発見できるものではありません。日常生活で「違和感」や「自覚症状」を感じたら、速やかに医療機関で受診してください。

理由

3

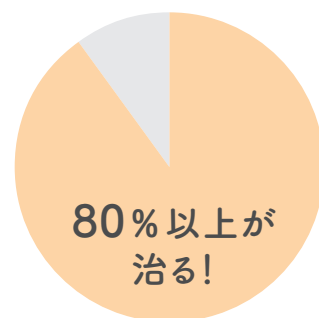
## 早期発見で80%以上が治る

がんの場合、早期発見で80%以上が治ります。治療期間、費用、生活への影響も少なくて済みます。

※ここでいう「治る」とは、診断時からの5年相対生存率です。

相対生存率は、がん以外の原因で亡くなる人の影響を除いた数値です。

出典：国立がん研究センターがん情報サービス（がんの統計2024）



命を守る大切な健診です。

この機会にぜひ受診ください。





# 健康な人生を送るために Health Check Road Map

## 自分の「健康レベル」を確認しましょう。

生活習慣病は自覚症状がほとんどないため、気づかぬうちに進行し、血管や心臓、脳などにダメージを与え、心筋梗塞や脳梗塞の原因ともなる怖い病気です。健診を受けて、自分の健康レベルを把握し、生活改善に取り組みましょう！

### Level. 1 健康



健診結果に異常がなかった方も、引き続きの健康づくりを心がけましょう！

### Level. 2 生活習慣病予備群

- ・運動不足
- ・不適切な食生活
- ・喫煙／過度の飲酒
- ・過度のストレス



## 今のうちに日々の生活習慣を見直しましょう。

### Level. 3 生活習慣病発症

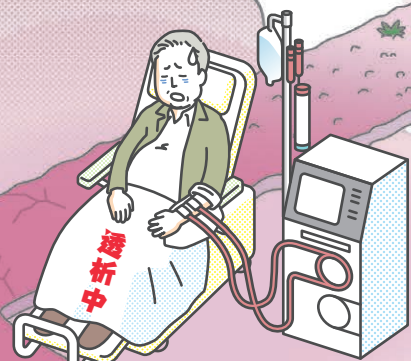
医療機関に早期受診を！！

- ・肥満症
- ・糖尿病
- ・高血圧症
- ・脂質異常症



### Level. 4 合併症発症

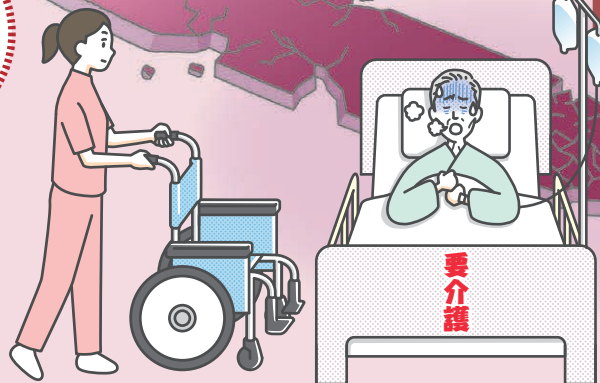
- ・心筋梗塞、狭心症等
- ・脳出血、脳梗塞等
- ・糖尿病の合併症（失明、人工透析等）



介助なしでは動けない身体に…

### Level. 5 要介護

- ・半身麻痺
- ・認知症
- ・日常生活における支障



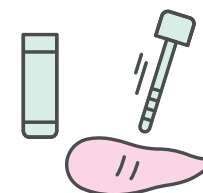
そして…



富士通健保の

## 生活習慣病健診なら 5大がんまでカバー！

### 大腸がん



ご自宅で便を採取して、医療機関に提出を行います。

### 胃がん



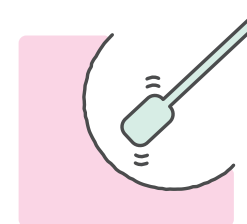
バリウムを飲用し、X線で撮影します。10分程度で終了します。

### 肺がん



胸部をX線で撮影します。5分程度で終了します。

### 子宮頸がん



子宮の入り口を、医師が専用のブラシでこすって細胞を採ります。

### 乳がん



●マンモグラフィ  
撮影台に乳房を乗せて板で圧迫し、様々な方向からレントゲン写真を撮ります。

### ●乳房超音波



超音波（エコー）機器を乳房にあて、内部の様子を確認します。

健康な生活を心がけ、  
毎年健診を受けましょう！



はじめに

# あなたに合った 受診方法が選べます

受診方法

A

## 契約健診機関で受診（全員）

### 1 健診機関を選ぶ



「契約健診機関一覧」から希望する健診機関を選択してください。

[契約健診機関一覧はこちら](#)

### 2 健診を予約



健診機関へ直接電話して予約。  
必ず「富士通健保の無料の健診」であることをお伝えください。

### 3 健診を受診



「健診依頼書」は事前に記入し、  
「健診機関指定の持ち物」と一緒にお持ちください。

受診方法

B

## かかりつけ医で受診 （全員）

※かかりつけ医等で受診いただく場合は、健診費用を一旦全額自費でお支払い後、補助金を申請してください。

富士通クリニックは、  
契約健診機関となりました。

2025年度より  
Web予約が可能です。  
申込期限：2026年2月28日



※その他の方法は、同封されている  
「契約健診機関リスト」もしくは  
健保HPでご確認ください。

# 受診可能な健診の種類

特例退職被保険者健診 任意継続被保険者健診		特例退職被保険者	任意継続被保険者	
		加入時～74歳※1	40歳以上※2	30～39歳※3
生活習慣病健診	診察・計測・尿検査・血圧測定 血液検査（肝機能、脂質、糖代謝） 心電図検査	●	●	—
	がん検診			
	肺	●	●	—
	胃	●	●	—
	大腸	●	●	—
	前立腺（男性のみ）	●	● ※50歳以上の方のみ	—
	乳房（女性のみ）	●	●	●
	子宮頸部（女性のみ）	●	●	●

## 年齢条件

※1) 75歳誕生日前日まで

※2) 2025年4月1日～2026年3月31日に40歳以上となる方（75歳誕生日前日まで）

※3) 2025年4月1日時点で30歳以上～2026年3月31日時点で39歳以下である方

## 注意事項

◎ 受診日時点で富士通健保に加入されている方が対象となります。

◎ 検査を変更・追加した場合に発生する費用は受診者負担となります。

※健診により取得した健診結果データは、富士通健保の個人情報保護ポリシーに基づき適切に管理し、富士通健保が保有する個人情報の利用目的以外には使用しません。

## お問い合わせ

健診コンタクトセンター

フリーダイヤル ミナサン! イコウ! ゴー!  
☎ 0120-373-155

受付時間 10:00～18:00（土日祝除く）

メール [blp-kenshin@dl.jp.fujitsu.com](mailto:blp-kenshin@dl.jp.fujitsu.com)

※メールはお問い合わせのみとなります。ご予約はできません。

富士通健保の健診業務は、富士通(株)100%出資のグループ会社である(株)ベストライフ・プロモーションに委託しています。

〒211-0041 川崎市中原区下小田中 2-12-5 富士通中原ビル 5階