配偶者・家族

# 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

ご加入者限定

通常4万円相当の
健康診断が
**無料で受診**
できます。

生活習慣病健診　がん検診

対象期間　2026年4月1日 ▶ 2027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

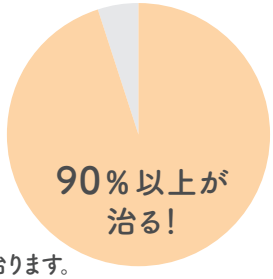
身近な医療機関で受けられる簡単な検査によって、
早期のうちに発見することができます。
健診結果で精密検査を指示された場合は、必ず医療機関で
受診してください。

※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90%以上が治る※

がんの場合、早期発見で90％以上が治ります。
治療期間、費用、生活への影響も抑えることができます。




※胃がん、大腸がん、乳がん、子宮頸がんは90％以上、肺がんは83%以上が治ります。
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2025）

**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、
気づかないうちに進行し、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！

## 今のうちに日々の生活習慣を見直しましょう。

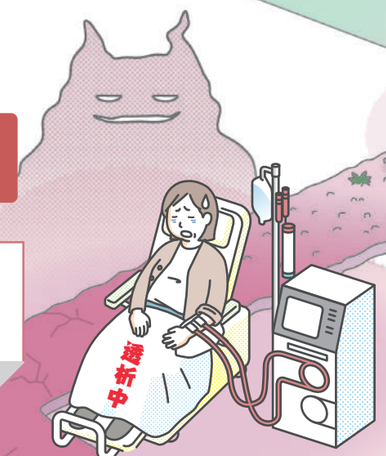
**Level. 2 生活習慣病予備群**

- 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

**Level. 3 生活習慣病発症**

医療機関に
早期受診を！！

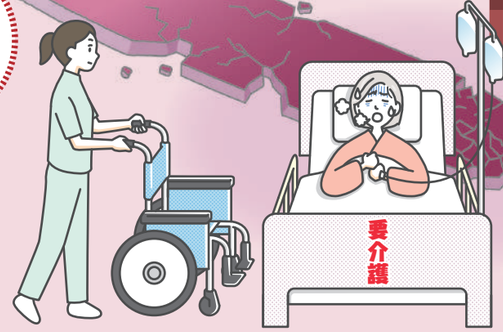
- 肥満症
- 糖尿病
- 高血圧症
- 脂質異常症




**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）

危険地帯

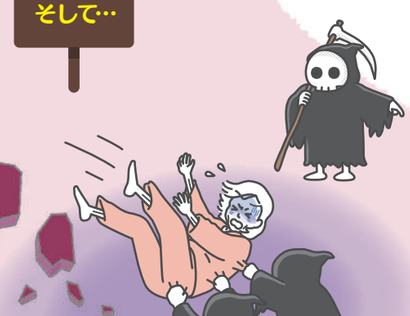



**Level. 5 要介護**

- 半身麻痺
- 認知症
- 日常生活における支障

介助なしでは
動けない
身体に…

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！

### 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。

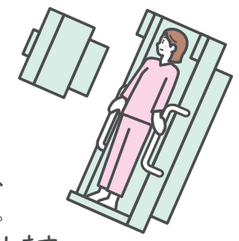
### 子宮頸がん

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。

### 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。

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）

## 受診方法 B 巡回健診で受診（女性のみ）

### 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

「巡回健診会場一覧」から
希望する健診会場を選択
してください。

巡回健診会場一覧はこちら

### 2 健診を予約

健診機関へ
「富士通健保の健診」と伝え、
ご予約ください。

Web予約はこちら（電話予約OK）

【通常予約】
2026/4/1（水）より
受付開始

ご予約にはLINE登録が必要です。
同封のLINEチラシを確認のうえご予約ください。
※ご予約にはヘルスアップF@milyとのID連携が必要です。

### 3 健診を受診

「健診依頼書」は事前に記入し、
健診機関より指定されている
持ち物と一緒にお持ちください。

健診機関より指定されている
持ち物をお持ちください。

巡回健診の
【先行予約】は
かんたん
予約はこちら→

【受付期間】
2026/3/11（水）～2026/3/31（火）

## 受診方法 C かかりつけ医等で受診（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。

参考：お住まいの市区町村で実施するがん検診も受診いただけます。

# 対象者別の健診項目

| 配偶者健診／家族健診 | | 配偶者 | | 家族 |
|---|---|---|---|---|
| | | 39歳以下※1 | 40歳以上※2 | 40歳以上※2 |
| 生活習慣病健診 | 診察・身体計測・血圧測定・尿検査・血液検査（貧血、肝機能、脂質、尿酸、糖代謝、腎機能）・心電図検査<br>※39歳以下、家族の方は健診項目が異なるため、健診依頼書でご確認ください。 | ● | ● | ● |
| がん検診 | 肺 | ● | ● | — |
| | 胃 | — | ● | — |
| | 大腸 | — | ● | — |
| | 乳房（女性のみ） | ● | ● | — |
| | 子宮頸部（女性のみ） | ● | ● | — |

**年齢条件**

※1）2027年3月31日時点で39歳以下の方

※2）2026年4月1日～2027年3月31日に40歳以上となる方
（75歳誕生日前日まで）

**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 0120-373-155 ミナサン！ イコウ！ ゴー！

**受付時間** 10：00～18：00（土日祝除く）

**メール** blp-kenshin@dl.jp.fujitsu.com

富士通健保の健診業務は、富士通㈱100％出資のグループ会社である㈱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