

健康 ガイド

2026年度版

対象者

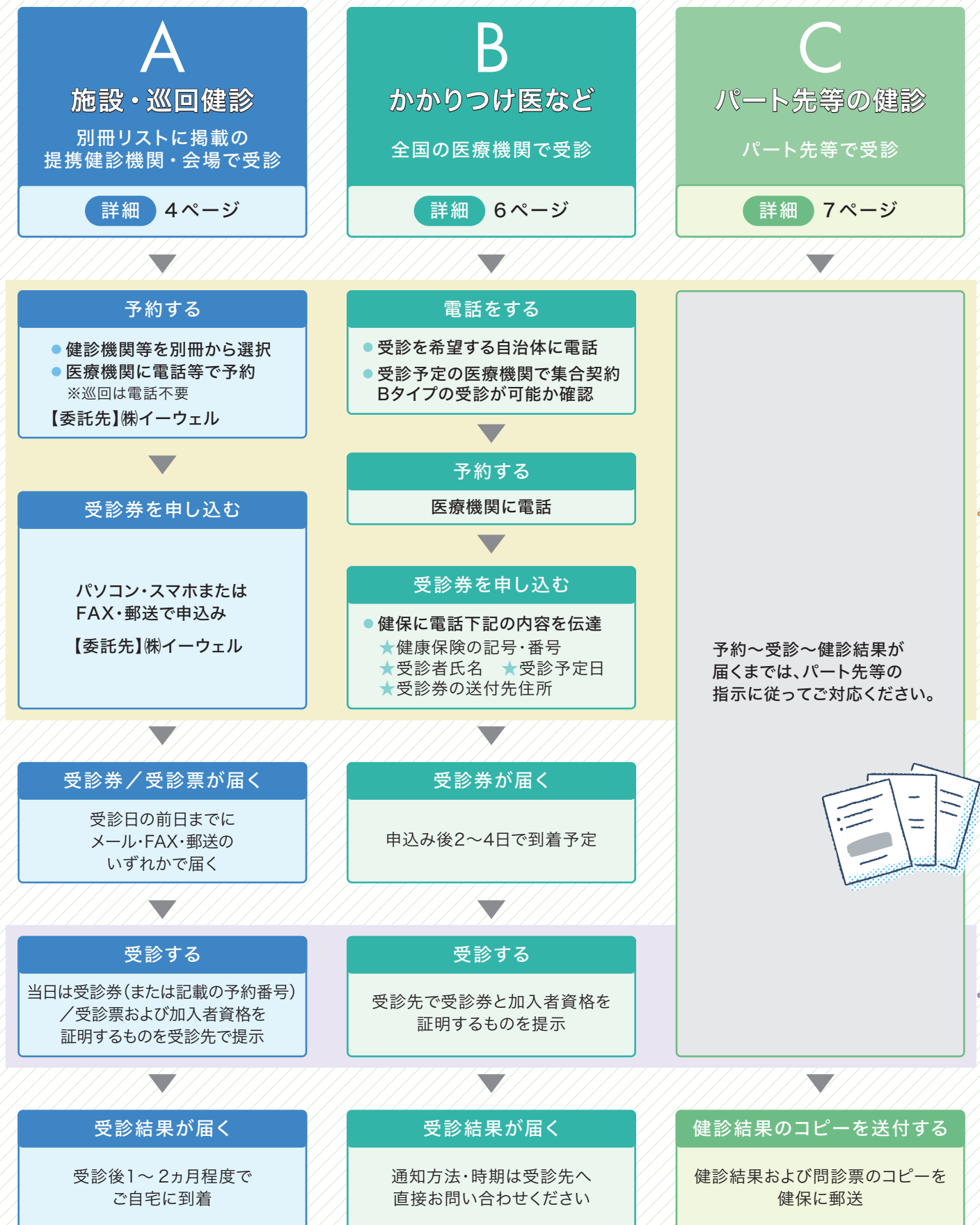
- 一般 被扶養配偶者
- 一般 被扶養者(40歳～75歳)
- 任意継続 被保険者
- 任意継続 被扶養配偶者
- 任意継続 被扶養者(40歳～75歳)

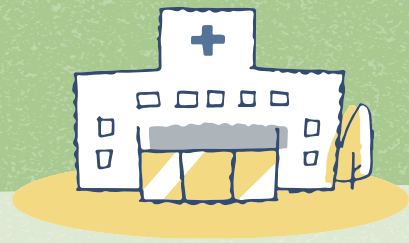
受診資格

- 受診日時点で当健保加入者として資格があること
- 任意継続の方は受診日が資格喪失予定日の前日であること

古河電工健康保険組合

あなたが受けられる健診コースのご紹介





健診予約時には健康保険の「記号・番号」が必要です

マイナ保険証(マイナンバーカード)には保険証の記号・番号が記載されておりませんので、下記の手順に従って「マイナポータル」または「資格情報」のお知らせで確認してください。

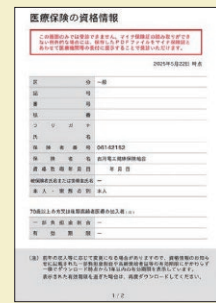
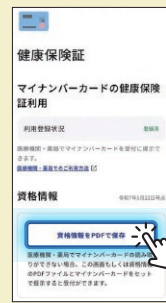
マイナポータルで確認する ※マイナ保険証をお持ちの方

① マイナポータルにログイン



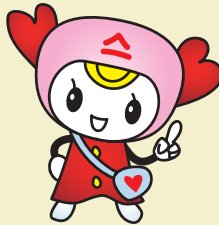
マイナポータル

② メニューから「健康保険証」を選択



資格情報のお知らせで確認する

健康マイページ内の[通知書・証明書]よりダウンロードできます。



健診受診時には古河電工健保の加入者資格を証明するため、以下のいずれかを受診先でご提示ください。

① マイナ保険証

健康保険証として利用登録したマイナンバーカード(マイナ保険証)をご提示ください。

② マイナ保険証+マイナポータルの資格情報画面(スマホ)

機器の不具合などでオンライン資格確認システムを使用できない医療機関では、「マイナポータルの資格情報の画面」をマイナ保険証とともにご提示ください。

③ マイナ保険証+資格情報のお知らせ

機器の不具合などでオンライン資格確認システムを使用できない医療機関では、「資格情報のお知らせ」をマイナ保険証とともにご提示ください。

※資格情報のお知らせの確認方法は健保HPよりご確認ください。

④ 資格確認書 ※マイナ保険証をお持ちでない方

マイナ保険証をお持ちでない場合は、健保組合から交付された「資格確認書」をご提示ください。



A 施設・巡回健診 (委託先：イーウェル)

施設	
受診資格	<ul style="list-style-type: none"> ● 受診日時点で当健保加入者として資格があること ● 任意継続の方は受診日が資格喪失予定日の前日であること
受診場所	<ul style="list-style-type: none"> ● 別冊の医療機関リストよりお選びください
受診までの流れ	<ul style="list-style-type: none"> ● パソコン・スマートフォンまたはFAX・郵送でお申し込みいただけます。詳細は別冊のご案内よりご確認ください。
オプション	<ul style="list-style-type: none"> ● 一部オプションは全額補助、一部オプションは上限1万円まで健診受診時に健保組合が負担します。 ※詳細は下記をご確認ください
補足	<ul style="list-style-type: none"> ● 健診結果から生活習慣病のリスクが高いと判定された方には「保健指導プログラム(無料)」について別途書面にてご案内します。

オプションについて

制度変更に伴い、右記のオプションがお選びいただけます。それぞれご確認ください、上限を超えた分につきましては医療機関の窓口でお支払いいただきますようお願いいたします。
※各料金については、受診先の医療機関にご確認ください。

がん検診補助金申請書の提出は不要です

医療機関の窓口でお支払いいただくオプションの料金は、健保組合の補助額を超過した分の金額(=自己負担分)となります。
そのためがん検診補助金申請書は不要ですので、ご承知おきください。

オプション項目

- 胃部X線
- ABC検査
- B型肝炎検査(HBs抗原)
- C型肝炎検査(HVC抗原)
- 子宮頸部細胞診検査 ※女性のみ
- マンモグラフィ ※女性のみ
- 乳房エコー検査 ※女性のみ
- 腹部エコー検査
- 前立腺がん検査(PSA) ※男性のみ
- 骨密度検査

※最新の医療機関リストは「KENPOS」を参照ください。

巡回	
受診資格	<ul style="list-style-type: none"> ● 受診日時点で当健保加入者として資格があること ● 任意継続の方は受診日が資格喪失予定日の前日であること
受診場所	<ul style="list-style-type: none"> ● 別冊の会場リストよりお選びください
受診までの流れ	<ul style="list-style-type: none"> ● パソコン・スマートフォンまたはFAX・郵送でお申し込みいただけます。詳細は別冊のご案内よりご確認ください。
オプション	<ul style="list-style-type: none"> ● 一部オプションは全額補助、一部オプションは上限1万円まで健診受診時に健保組合が負担します。 ※詳細は下記をご確認ください
補足	<ul style="list-style-type: none"> ● 健診結果から生活習慣病のリスクが高いと判定された方には「保健指導プログラム(無料)」について別途書面にてご案内します。

補助金額

全額

がん補助金として合計で
上限10,000円まで補助



B かかりつけ医など(全国の医療機関)

受診資格

- 40歳以上の方のみ
- 受診日時点で当健保加入者として資格があること
- 任意継続の方は受診日が資格喪失予定日の前日であること

受診までの流れ

- ① お住まいの自治体に受診券の利用可否を確認
※受診券=「集合契約Bタイプ」の受診券とお伝えください。
- ② 医療機関に受診予約
- ③ 健保組合に受診券発行依頼
【連絡先】045-311-1463
【お伝えいただくこと】
 - ★健康保険の記号・番号
 - ★受診者氏名
 - ★受診予定日
 - ★受診券の送付先住所
- ④ 受診券が届く
- ⑤ 受診券をもって受診
- ⑥ 健診結果が届く

通知方法・時期は
受診先へお問い合わせ
ください。



補足

- 健診結果から生活習慣病のリスクが高いと判定された方には「保健指導プログラム(無料)」について別途ご案内します。



C パート先等の健診

受診資格

- お勤め先で受診される方
- 受診日時点で当健保加入者として資格があること
- 任意継続の方は受診日が資格喪失予定日の前日であること

受診までの流れ

① 予約～受診～健診結果の受け取りまでをお勤め先の指示に沿って実施

② 健診結果を健保組合に提出

ご提出いただくことで健診を受診したことになります。

〈送付するもの〉

1. 健診結果のコピー
2. 特定健診問診票（欄外に健康保険の記号・番号をご記入ください）

〈提出先〉

〒220-0073

神奈川県横浜市西区岡野2-4-3

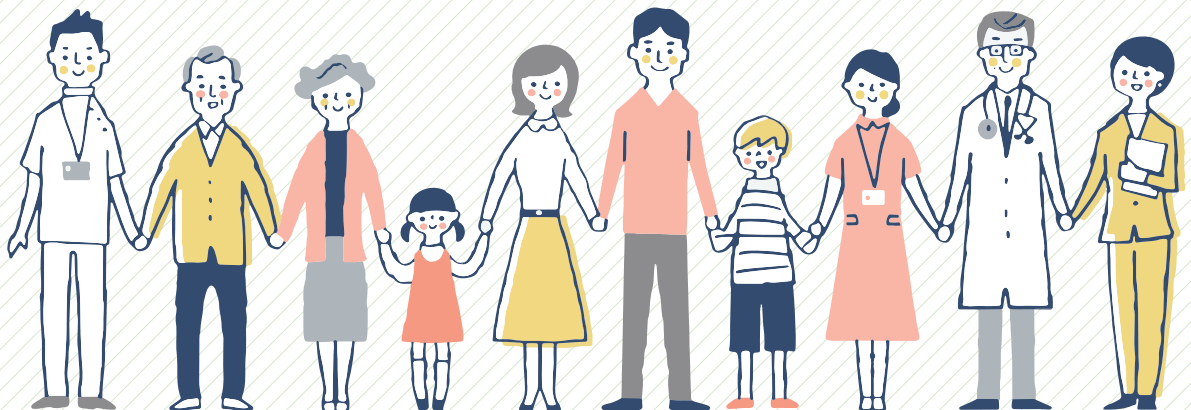
古河電工健康保険組合 宛



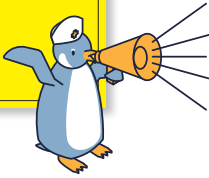
補足

● Pep Upで1000ポイントをプレゼント

一般被扶養者（一般被扶養配偶者含む）の方が健診結果を提出するとPep Upポイント1,000円分をプレゼントします。



これからの健康ルール



健診を生活習慣のきっかけにしよう。

毎年健診を受けよう

あなたは毎年健診を受けていますか？ 健診の目的は病気の早期発見・早期治療だけではありません。健診を受けて、自分のからだの状態を確認し、**気になる結果が出たら、食事や運動などの生活習慣を改善するきっかけにする。**それが健診を受ける本当の意味です。

健診結果がよくなかった人はぜひ、来年はリベンジを。異常なしだった人はぜひ、来年もその状態をキープしましょう。



コスパ最強! 健保の健診を活用しよう

あなたが加入している健康保険組合には、**40~74歳の加入者全員に特定健診を受けさせる義務があります。**また、がん検診や人間ドックも安価に受けることができるようになっています。さらに、メタボのリスクが高かった人には特定保健指導、重症化予防が必要な人には支援体制もあります。

健保の健診はこんなにおトク!

費用が
安く済む!

多くの
健診機関
から選べる!

健診後も
フォローが
受けられる!

被扶養者の健診も健保におまかせ!

健康保険組合が実施している健診は**配偶者等の「被扶養者」も対象です。**職場の健診を受ける機会のない被扶養者の方もしっかりカバー。特定健診はもちろん、女性に多い乳がん・子宮頸がん検診も安価で受けられます。

対象年齢の方には健康保険組合から健診のお知らせが来ますので、必ず申し込みましょう!



健診を受ける人が少ないと保険料が上がるかも!?

健康保険組合には、高齢者の医療費を義務的経費として国に納めています。健診を受けない人が多いと、その額が増えるしくみになっているため、健康保険料率を引き上げて対応せざるを得ない状況になる可能性があります。

特定健診とは?

特定健診はメタボリックシンドロームの早期発見・改善を目的とした健診で、主に肥満度、糖尿病、脂質異常(コレステロール、中性脂肪)、高血圧、肝機能などを調べます。医師が必要と認めた場合は、心電図、眼底検査、貧血検査が行われます。健診結果はみなさんにお返しするとともに、健康保険組合の保健事業計画などにも使われています。また、自動的に個人のマイナポータルに登録され、本人同意のもと、医療現場で活用することもできます。

がんで死なないための決め手は、がん検診!

がん検診を受けよう

がんは日本人の死亡原因第1位。がんを完全に予防するのは難しく、やはり検診による早期発見・早期治療が決め手となります。とくに国が推奨している5つのがん検診(胃がん・肺がん・大腸がん・乳がん・子宮頸がん)は死亡率を低下させることが科学的に証明されています。

がんは早期発見できれば治る確率も高くなります。通常健康診断だけではなく、ぜひ、がん検診も定期的に受けるようにしてください。



健診コースの紹介

保健事業の制度変更

健康お役立ち情報

絶対受けておきたいのはこの5つ

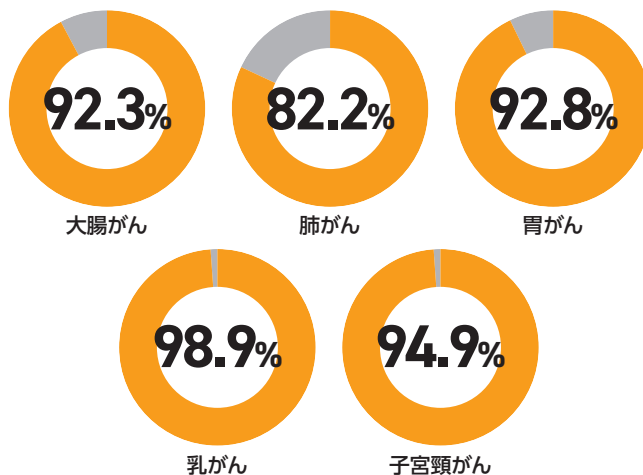
この5つのがん検診は国が推奨している対策型がん検診といわれるもので、対象年齢の方は公的補助が受けられるようになっていきます。健康保険組合の健診やオプション、自治体のクーポン券などを利用して、ぜひ受けておきましょう。

国が推奨している5大がん検診(対策型がん検診)

	受診のめやす	検査方法
胃がん	2年に1回 50歳以上	問診に加え、胃部X線検査または胃内視鏡検査 ※胃部X線検査は40歳以上も可
肺がん	1年に1回 40歳以上	問診および胸部X線検査
大腸がん	1年に1回 40歳以上	問診および便潜血検査
乳がん	2年に1回 40歳以上	問診およびマンモグラフィ
子宮頸がん	2年に1回 20歳以上	問診、視診、子宮頸部細胞診および内診 ※HPV単独検査の場合は30~60歳・5年に1回

早期発見できれば治る確率も高くなる

■早期(1期)に発見できた場合の5年相対生存率



※「国立がん研究センター がん対策研究所 がん登録センター 2014-2015年生存率集計」ネット・サバイバル(2023年公表)による

「要精検」になったら勇気を出して受診を

「要精密検査」となっても、実際はがんでない場合も多いです。とはいえ万が一のとき、早期発見につなげるためにも勇気を出して病院に行きましょう

対策型がん検診と任意型がん検診

上記5つの対策型がん検診以外のがん検診(腫瘍マーカー、PSA、CT、PETなど)は任意型がん検診といわれます。個人のリスクを減少することを目的として医療機関が任意で提供しているものです。このような最新のがん検診の方が、がんが見つかりやすいのではと思うかもしれませんが、検査を行うことの不利益性と死亡率減少の有効性については証明されていません。まずは安価で科学的根拠のある、5つのがん検診を受診することをおすすめします。

2026年度の保健事業の制度変更

1 人間ドック、がん検診、脳血管系疾患等検査の変更

補助対象者の変更

	現行(2025年度まで)	2026年度より
被保険者(社員)	全員	全員
被扶養者	全員	配偶者全員 配偶者以外は40歳以上

人間ドック関係の補助額の変更

	現行(2025年度まで)	2026年度より
人間ドック	検査費用の5割(上限25,000円)	検査費用(上限25,000円)
脳検査オプション	検査費用(上限10,000円)	検査費用(上限10,000円)
PET検査オプション	検査費用(上限10,000円)	検査費用 PET含む(上限10,000円)
その他オプション	検査費用の5割(上限10,000円)	

人間ドック、がん検診、脳血管系疾患等検査の補助対象検査の変更

		現行(2025年度まで)	2026年度より
人間ドック	人間ドックコース	基本検査項目を網羅したコース ※コース内の基本検査項目以外も含む	基本検査項目を網羅したコース ※コース内の基本検査項目以外も含む
人間ドックオプション検査	人間ドックオプション検査	人間ドックコース以外に追加で同時に受検する全ての検査	人間ドックコース以外に追加で受検し、がん検診補助金対象及び脳血管系疾患等検査補助対象となる検査
がん検診	肺	胸部エックス線、喀痰細胞診、胸部CT	胸部X線、胸部CT、喀痰細胞診、MRI、MRA
	消化器	大腸内視鏡、腹部エコー	内視鏡変更、ペプシノゲン、ピロリ菌、ABC、大腸内視鏡、腹部超音波、B型肝炎、C型肝炎、甲状腺血液、甲状腺超音波、MRI、MRA
	乳腺	触診、マンモグラフィ、超音波	触診、乳房マンモグラフィ、乳房超音波、MRI、MRA
	婦人科	子宮頸部細胞診、子宮体部細胞診、HPV	子宮頸部細胞診、子宮体部細胞診、HPV経膣超音波、MRI、MRA
	前立腺	PSA	PSA
脳血管系疾患等検査	その他	アミノインデックス、便潜血、PET	アミノインデックス、便潜血、骨密度、眼底、PET、CT、MRI、MRA
	脳検査等	MRI、MRA、超音波、LOX-index、CT	MRI、MRA、超音波、LOX-index、CT

人間ドック、がん検診、脳血管系疾患等検査の契約医療機関の変更

	現行(2025年度まで)	2026年度より
契約医療機関数	7都道府県42医療機関(人間ドックのみ)	24都道府県176医療機関*

*人間ドック(オプション検査含む)、がん検診単独、脳血管系疾患等検査単独、それぞれで契約健診機関が異なることがあります。最新情報は、「KENPOS」、または、「古河電工健康保険組合のホームページ」を参照ください

KENPOSから人間ドックが 予約できるようになりました。



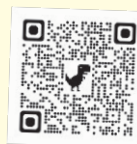
KENPOSに人間ドックの予約機能を搭載
最新の契約医療機関がここからチェックできる
空いた時間にスマホでさっと予約ができて便利

参考 KENPOSは健康マイページから確認できます

受診可能期間 2026年4月～2027年2月

予約可能期間 2026年3月はじめ～2027年2月中旬

詳しくは古河電工健保の
HPから確認してください!



健康状態を見直すために
ぜひ活用してください!



2 家族・任意継続加入者健康診断の内容の変更

予約期間、受診機関、オプション検査の取り扱いの変更

	2025年度(現行)	2026年度(2026年4月)より
予約期間	<ul style="list-style-type: none"> 施設健診:4月16日(水)~12月17日(水) 巡回健診:4月16日(水)~会場ごとの締切日 	<ul style="list-style-type: none"> 施設健診:4月15日(水)~翌年2月14日(日) 巡回健診:4月15日(水)~会場毎の締切日
受診期間	<ul style="list-style-type: none"> 施設健診:5月7日(水)~12月31日(水) 巡回健診:6月16日(月)~12月25日(木) 	<ul style="list-style-type: none"> 施設健診:4月29日(水)~翌年2月28日(日) 巡回健診:会場毎の開始日~翌年2月28日(日)
指定健保組合負担オプション検査	下記の検査は健保全額負担 <ul style="list-style-type: none"> 胃部X線検査:5,500円まで ピロリ菌検査:30歳のみ B型肝炎検査:40歳以上 C型肝炎検査:40歳以上 	下記の検査は健保全額負担 <ul style="list-style-type: none"> 胃部X線検査 ABC検査 B型肝炎検査 C型肝炎検査
オプション検査の内、がん補助金対象検査(申請不要)	下記の中を受診検査合計額の内、上限10,000円までを受診時に健保組合負担(がん補助金支給) <ul style="list-style-type: none"> 子宮頸部細胞診検査 HPV検査 マンモグラフィ 乳房エコー検査 腹部エコー検査 前立腺がん検査(PSA) 	下記の中を受診検査合計額の内、上限10,000円までを受診時に健保組合負担(がん補助金支給) <ul style="list-style-type: none"> 子宮頸部細胞診検査 HPV検査 マンモグラフィ 乳房エコー検査 腹部エコー検査 前立腺がん検査(PSA) 骨密度検査

3 遺伝子検査補助制度

人間ドック補助との併用の取り扱いの変更

	現行(2025年度)	2026年度(2026年4月)より
他制度との併用	人間ドック補助制度との併用不可	人間ドック補助制度との併用可

4 健康相談

健康相談窓口の追加

	現行(2025年度)	2026年度(2026年4月)より
健康相談窓口	電話相談	電話相談、チャット相談、オンライン診療

種類	利用者	できる相談内容	特徴	利用方法
電話相談	加入者	<ul style="list-style-type: none"> からだ、生活習慣病関連の相談 セカンドオピニオン・受診手配 二次健診機関の手配 	<ul style="list-style-type: none"> 24時間365日 専用電話 プライバシー厳守 	<ol style="list-style-type: none"> 健康マイページにログイン 「健康電話相談」をクリック 相談
チャット相談	加入者の内、希望者	<ul style="list-style-type: none"> 体調不良 メンタルヘルスケア 運動・健康増進、子育て 市販薬・薬のアドバイス 受診目安、病院情報の情報提供 	<ul style="list-style-type: none"> 24時間365日 専用アプリ「HELPO」使用 アプリの登録料・利用料は無料 医師・看護師等に対応 未病領域の健康支援に対応 	<ol style="list-style-type: none"> 健保に利用希望申請 健保より利用開始のお知らせ 専用アプリ「HELPO」をダウンロード 「HELPO」の利用登録 「相談」から利用
オンライン診療	加入者の内、希望者	(診療科目) 内科、皮膚科、アレルギー科、小児科、診療内科 (診療時間) 月~金:9時~22時 土日:9時~18時 (薬の処方) 指定薬局、自宅配送	<ul style="list-style-type: none"> 365日診療時間内利用可 専用アプリ「HELPO」使用 アプリの登録料は無料 医師による保険診療対応 診療から薬処方までワンストップ 	<ol style="list-style-type: none"> 健保に利用希望申請 健保より利用開始のお知らせ 専用アプリ「HELPO」をダウンロード 「HELPO」の利用登録 「診療」から利用



古河電工健康保険組合の保健事業

数多くある健康保険組合の中でも、有数の充実した事業を取り揃えているのが古河電工健康保険組合の強みです。その一部を紹介します。



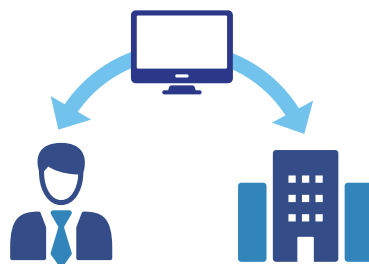
実施事業	概要	QR
特定健康診査	40～74歳の加入者を対象に、生活習慣病の予防を目的に実施	
特定保健指導	生活習慣病の高リスク者に、生活習慣の改善等を目的に、専門スタッフが指導を実施	
人間ドック補助	病気の早期発見、予防、健康意識の向上を目的に、人間ドックを受診した場合の検査費用に対し補助金を支給	
がん検診補助	がんの早期発見・早期治療を促進することを目的に、指定のがん検診を受検した場合の検査費用に対し補助金を支給	
脳血管系疾患等検査補助	脳梗塞等の重篤な疾患を早期に兆候を把握し、予防や早期治療に繋げることを目的に、指定の脳血管系疾患等検査を受検した場合の検査費用に対し補助金を支給	
遺伝子検査補助	健康管理を目的に、体質や発症リスクを解析する遺伝子検査を受検した場合の検査費用に対し補助金を支給	
家族・任意継続加入者健康診断	健診対象者に、生活習慣病の予防と早期発見、健康状態の定期的なチェック等を目的に実施	
KENPOS(ケンポス)	当健康保険組合の契約医療機関での人間ドック、がん健診、脳血管系疾患等検査、家族・任意継続加入者健康診断の予約窓口	

健康マイページのご案内

健康マイページとは？

「健康マイページ」は、健康保険組合と加入者をつなぐ、個人専用ページです。当健康保険組合に加入されている期間中、大切な情報を届け続けるツールとなっています。

利用対象者：被保険者・被扶養者(配偶者・40歳以上家族)



医療費通知

医療費、保険給付金、補助金支給のお知らせが確認できます。

健診結果

これまで受診した健康診断の健診結果が閲覧できます。

電話健康相談

健康に関することを経験豊かな専門スタッフに相談できます。

保養所

加入者の保養を目的に利用できる施設です。

Pep Up 健康ポイント

健康年齢、健康イベント、インセンティブ機能を提供する健康ポータルサイトを利用できます。

ジェネリック通知

服薬中のお薬に対するジェネリック医薬品をお知らせしています。

通知書・証明書

資格情報のお知らせなどの通知書や証明書を受け取れます。

健康診断予約サイト

人間ドック、がん検診、脳検査、対象となるご家族の健康診断の予約サイトへログインできます。

メールマガジン
(過去情報閲覧)

健康保険組合からの
お知らせ

健康トピックス
(健康話題提供)

家庭常備薬 (斡旋)

ストレッチ (効果体感)

けんぽだより (健保機関誌)

当健保組合では、資格情報のお知らせ、医療費通知、支給決定通知など全て健康マイページで通知します。

生活改善で
ポイントを
ゲット!

健康増進支援Webサービス

pepUp.

新規登録の方は
1000ポイント
プレゼント!

家族健診対象の皆様もご利用できます!

健康アプリ **pepUp.**

- 貯めたポイントで
ほしい商品と交換
- 健康年齢 &
健診結果確認
- 健康チャレンジで
ポイントが貯まる
- 自分にあった
健康記事
- 健保から
のお知らせ
- 日々の記録 &
やることリスト

PC版でご利用の方

「健康マイページ」より
お入りください。



アプリ版でご利用の方

iPhone

Android



“頑張った分だけポイントに”
続けるあなたを応援するPepポイント

健康のために続けていくのは難しく、ときどきサボってしまうかも。

でもがんばって続けた分だけPepポイントがもらえて、さまざまな商品や電子マネーに交換することができます!



交換商品例

Pepポイントを欲しいモノに交換しよう!

 新米 北海道産ゆめぴりか 2kg	 楽天ポイント 500ポイント	 fitbit Inspire3
 PayPayポイント 100円分	 新米 新潟県産新之助 2kg	 Amazon ギフトカード 5000円分
 [ツインバード] ホットシート マッサージャー	 [シロカ] スティッククリーナー	 [タニタ] 体組成計

※実態内容は健康保険組合により異なります。予めご了承ください。

健診コースの紹介

保健事業の制度変更

健康お役立ち情報

健康診断後、「要再検査」や「要精密検査」となった方は、ぜひご相談ください。

二次検診ネットワークサービスのご案内 古河電工健康保険組合のファミリー健康ダイヤル

どんな
医療機関を受診
すればいいんだ？



まさか病気？
不安だわ

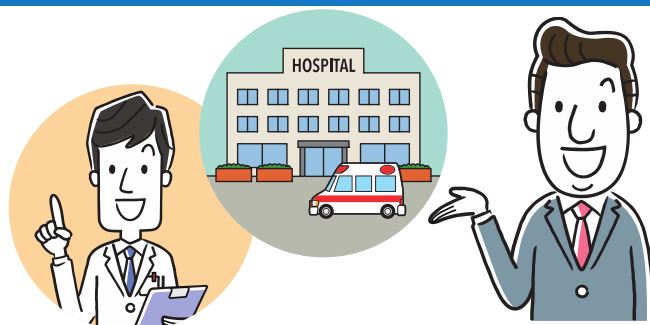
二次検診の受診から治療まで、健康診断に関するお困りごとをしっかりとサポート！

二次検診機関の手配サービス

特定健診、がん検診、人間ドック等の健診、その他の検診の結果、「要精密検査」等と判定された方に、二次検診機関の受診の予約手配や情報提供を行います。

通話料無料
0120-140-301

● 月～土 9:00～18:00(日・祝日・12/31～1/3除く)



24時間電話健康相談サービス

ご自身やご家族の健康・医療についてのご相談に、医師や保健師・看護師等の有資格者が、24時間365日対応します。

通話料無料
0120-783-105

● 24時間・年中無休



ご利用はこちらから

サービス内容や利用方法がWeb上で簡単に確認できます。
サービスご利用の際もスムーズにアクセスできます。

<https://consult.t-pec.co.jp/service/c3emtl>



プライバシーは厳守されますので、安心してご利用ください。(サービス提供会社：ティーベック株式会社) 

ご本人と配偶者およびそのいずれかの被扶養者の方がご利用いただけます

※ご利用の際の諸条件や、地域・内容により、ご要望に添えない場合があります。詳細は<<https://www.t-pec.co.jp/notice/>>をご確認ください。



個人情報の取扱いについて

ティーベック株式会社は、ご利用者よりいただく個人情報を電話受付対応、必要に応じた面談の実施、医療機関の予約手配等に伴うサービスを業務委託を受けた範囲内において適切に実施するため、利用いたします。また、ご利用者の同意を得ている場合、法令に基づく場合を除き、取得した個人情報を委託先以外の第三者に提供いたしません。詳しくは、ホームページ「個人情報の取扱い」ティーベック株式会社 (<https://www.t-pec.co.jp/privacy/>) からご確認ください。なお、ティーベック株式会社は、サービス提供において収集された個人データを、サービス品質改善および広報マーケティング目的のためにご利用者の識別を可能にしない方法(ホワイトペーパーや営業資料における統計データなど)にて加工を行った上で、統計情報として作成、利用、公表を行うこととします。

14700007(10)