2025 年度 加入者カレンダー

※内容、時期等は変更する場合がありますのでご了承ください。

赤字：新規、変更箇所

		2025									2026			
		4 月	5 月	6 月	7 月	8 月	9 月	10 月	11 月	12 月	1 月	2 月	3 月	備考
定期健康診断	全額健保補助 （年度内に 1 回）													
一般検診	9,000 円相当	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	34 歳以下の被保険者、 被扶養配偶者対象
35 歳節目人間ドック	41,000 円相当	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	35 歳の 被保険者・被扶養者対象
生活習慣病検診	20,500 円相当	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	36 歳～ 39 歳の 被保険者・被扶養者対象
人間ドック	41,000 円相当	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	40 歳以上の 被保険者・被扶養者対象
オプション検査	全額健保補助 （年度内に 1 回）													
乳がん検診	6,000 円相当	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	女性被保険者、 被扶養者（妻）、 35 歳以上の 被扶養者（母、姉など） 対象
子宮がん検診	3,000 円相当	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	
脳検査	30,000 円相当	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	50.55.60.65.70 歳の 被保険者・被扶養者対象
女性特有の 健康課題への支援	費用補助 （PepUp から請求）													
女性の骨密度検査補助	上限 3,000 円	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	40.45.50.55.60.65.70 歳の 女性被保険者・被扶養者対象
こどもにとって より良い医療の在り方	費用補助 （PepUp から請求）													
こども（中学生以下）の 予防接種費用補助	上限 4,000 円	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	中学生以下の被扶養者対象
歯科健診														
無料歯科検診案内		●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	被保険者・被扶養者対象
保健指導														
特定保健指導		●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	40 歳以上の 被保険者・被扶養者対象
39 歳特定（メタボ）保健指導		●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	39 歳の 被保険者対象
重症化予防（受診勧奨）														
生活習慣病の重症化予防		●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	被保険者対象
ガン精密検査への受診勧奨 （肺・胃・大腸・乳がん・子宮頸がん）		●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	
肝機能の要精密検査者への指導		●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	

健康ポータルサイト「PepUp」

	ポイントプログラム	2025 4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	2026 12月	1月	2月	3月	備考
イベント	ウォーキングラリー 最大 3000P×2 回			●				●						※マイナ保険証登録者は イベント参加で プラスポイント付与
	健康クイズ 500P					●								
	体重測定チャレンジ 1000P									●				
	健康 E ラーニング 500P											●		
	健診値改善チャレンジ 100P	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	
ロコモティブシンドローム対策														
	シニアウォーク（日々歩いてポイント獲得） 1 日最大 7P	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	60 歳以上の 被保険者・被扶養者対象
病気の早期発見・早期治療の促進														
	健康診断早期受診者にポイントプレゼント 4、5、6 月健診 200P 7、8、9 月健診 100P	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	
健康情報														
	わたしの健康状態 (健康年齢、健診結果)	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	被保険者及び 被扶養配偶者対象
	おすすめ健康記事 (メタボ川柳、季節のヘルスケア)	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	
	日々の記録 (体重 . 体温 . 血圧など)	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	
	健保お知らせ (キャンペーン情報、健診案内など)	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	
医療費情報														
	医療費のお知らせ・あなたの医療費推移	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	被保険者及び 被扶養配偶者対象
	給付金のお知らせ	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	
	ジェネリック通知			●			●			●			●	
	おくすり手帳	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	
	ワクチン接種記録	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	
	国税電子申告 (e-Tax) 用データダウンロード	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	

被扶養者資格調査	項目 / 実施月	2025 4 月	5 月	6 月	7 月	8 月	9 月	2026 10 月	11 月	12 月	1 月	2 月	3 月	備考
被扶養者資格調査								●	●	●				18 歳以上の被扶養者対象
スポーツクラブとの法人契約														
ルネサンス		●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	被保険者及び被扶養者対象
メガロス		●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	
レジャー施設との法人契約														
横浜・八景島シーパラダイス		●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	被保険者及び被扶養者対象
西武園ゆうえんち		●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	
マクセルアクアパーク品川		●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	
仙台うみの杜水族館		●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	
上越市立水族博物館　うみがたり		●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	
宿泊 (保養所) 施設との法人契約														
プリンスホテル		●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	被保険者及び被扶養者対象
KKR		●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	
東急ホテルズ		●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	
家庭用常備薬の斡旋														
市販薬の割引購入の斡旋		●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	被保険者及び被扶養者対象