

		20代	30代	40代	50代	60～74歳
		生活環境の変化のなかで健康の土台をつくる時期 	心身の不調が始め、ストレス管理が重要になる時期 	生活習慣病のリスクが現実味を帯び、予防が必須になる時期 	老化や重大疾患と向き合い、健康への本格的な対策が必要な時期 	健康寿命を延ばし、積極的に動き続けることが重要な時期 
施策		一般健診 ～34歳		35歳～ 人間ドック		
	・健康診断※ オプション ・乳がん・子宮頸がん検診 ・脳検査	○	○	○	○ 50、55歳	○ 60、65、70歳
	・歯科健診 ・女性骨密度健診費用補助	○	○	○ 40、45歳	○ 50、55歳	○ 60、65、70歳
	・特定健診・保健指導 ・重症化予防(要医療者への受診勧奨) ・若年層39歳特定健診	○	○	○ ○	○ ○	○ ○
				39歳		
  	PepUpポイントプログラム※ ・ウォーキングラリー大会 6、10月 ・ふれんどウォーク 通年 ・シニアウォーク 通年 ・体重測定チャレンジ 12～1月 ・日々体重記録 通年 ・健康e-ラーニング 8月 ・健康クイズ 2月 ・早期健診促進イベント 4～7月	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○
	 ・ジェネリック薬差額通知、適正服薬通知	○	○	○	○	○
	 ・こども予防接種補助	15歳以下こども				

※ 対象：被保険者(社員)、被扶養配偶者、被扶養者35歳以上