



19歳以上の被扶養者であるご家族、任意継続・特例退職被保険者のみなさま

# 年に一度の「健康診断」を習慣づけましょう!

※自己負担なく、充実した健康診断を受けることができます!

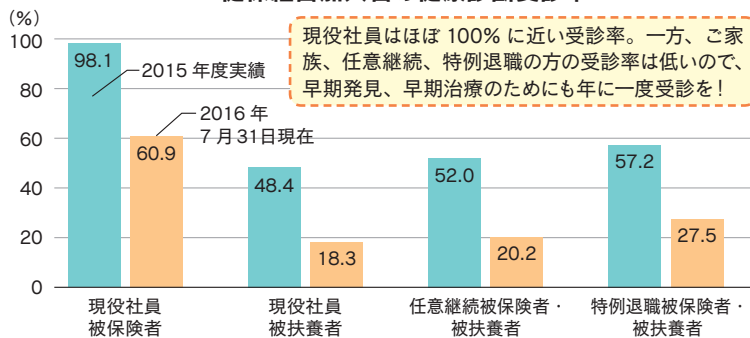
自覚できない症状や病気などの早期発見のためにも、定期的な健康診断の受診が必要となります。年に一度の「健康診断」を習慣づけましょう。近年、健診機関への予約はたいへん混み合っておりますので、お早めにお申し込みください。

★オプション検査をご希望の方は、特にお早目にお申し込みください。

**申込受付期間** 2017年2月28日(火)まで

**受診期間** 2017年3月31日(金)まで

IBM 健保組合加入者の健康診断受診率



## 「ご家族・任意継続・特例退職被保険者向け健康診断」(略称: 家族健診) 利用手順

- STEP 1** 「家族健診ヘルプデスク」へ健診予約申込みをしてください。  
日本アイ・ビー・エム健康保険組合ホームページからお申込み可能。  
家族健診申し込み をクリック (初めてご利用の方は初回登録から)  
または、[URL: <http://phrf.mrso.jp/>] にアクセス  
FAX、郵送、電話でも予約申込み可能です。  
手続きの詳細は冊子 (または PDF) 「2016年度利用者ガイド」(31頁〜) をご参照ください。
- STEP 2** 家族健診ヘルプデスクより、メール (または電話・FAX 等) で受診日決定の連絡をいたします。
- STEP 3** 予約確定後、1週間程度で (健診3日前までに) 『健康診断受診票』を郵送いたします。  
便容器等は、直接健診機関から送付されます。
- STEP 4** 健診日当日、『健康診断受診票』『健康保険証』等を持ってご受診ください。
- STEP 5** 日本アイ・ビー・エム健康保険組合より、健診結果をご報告いたします。  
(健診結果 Web サービス「すこやかサポート Plus」でご提供いたします)  
※健診機関から直接送付はされませんので、予めご了承ください。



お問い合わせ先

**(公財)パブリックヘルスリサーチセンター**  
家族健診ヘルプデスク

☎ 03 - 3808 - 1707

✉ [toiawase-kazoku@kenpo-helpdesk.jp](mailto:toiawase-kazoku@kenpo-helpdesk.jp)

電話受付時間 9:00 - 17:00 (土日祝日および休業日を除く)

### ■年齢によって健診コースが異なります。

※年齢は2017年3月31日時点  
※いずれも自己負担なしです

**20、25、30、35歳と40歳以上の方** 家族健診Aコース

**20、25、30、35歳を除く40歳未満の方** 家族健診Bコース

### ●自己負担なし (健保組合全額負担) で追加できるオプション検査もあります

健診予約時にお申し込みください。  
(健診機関によっては実施していない場合もあります)

- 胃部X線検査 (バリウム) または胃部内視鏡 (胃カメラ) 検査**  
20、25、30、35歳と40歳以上の方
- 便潜血検査2日法**  
20、25、30、35歳と40歳以上の方
- PSA 検査 (前立腺がん検査)**  
60歳以上の男性の方
- マンモグラフィ検査または乳腺超音波 (エコー) 検査**  
女性の方 ※マンモグラフィ検査は40歳以上の女性の方
- 子宮頸部細胞診検査**  
女性の方

健康診断の結果から、特定保健指導、重症化予防 (糖尿病・心疾患) に該当する方には個別にご案内いたします。健康の維持・増進のために、ぜひご利用ください。

特定保健指導委託先: 保健支援センター  
重症化予防・糖尿病プログラム委託先: 専門医ヘルスケアネットワーク

重症化予防・心疾患プログラム委託先: パブリックヘルスリサーチセンター

# 40歳以上の22%が胃がんハイリスク ～ABC検診の結果\*がまとまりました～

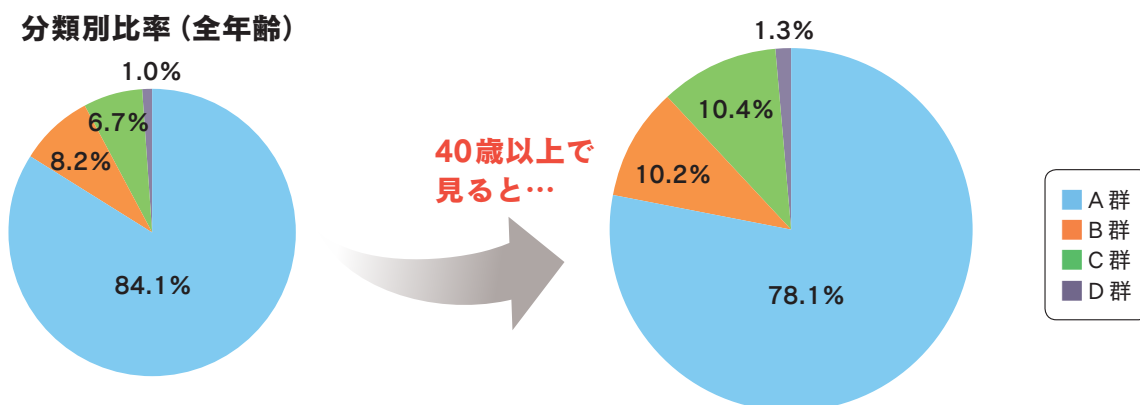
今後、「胃がん検診」の見直しを検討してまいります

\*任意継続・特例退職被保険者およびすべてのご家族を除く、現役社員が対象です。

IBM 健保組合では 2012 年から毎年、20～60 歳の 5 歳区切りの方を対象として定期健診に胃がんリスク検診（ABC 検診）を導入、2016 年をもってほぼすべての現役社員の方に受けていただくこととなります。今回、2015 年までの検診結果がまとまり、胃がんハイリスクの方は全体の 16%、40 歳以上に限ると 22%の方が該当することがわかりました。

☆ご自身の ABC 検診結果については、すこやかサポート Plus(<https://ibm.sukoyaka-support.com>) でご確認ください。

## ABC 検診結果 (2012 年～2015 年)



胃がんハイリスクと診断された B 群、C 群、D 群の方は、この機会にかかりつけ医をもち継続的な胃検診のフォローをお受けになることをお勧めします。

また、ピロリ菌に感染していない A 群の方は胃がん

発生リスクが極めて低いため毎年胃がん検診を受ける必要はなく、その受診頻度は 2～3 年に 1 回でよいとされています。ただし、自覚症状のある人、過去に画像診断を受けたことがない人は医師と相談してください。

### ABC 検診とは

血液検査による胃がんリスクのスクリーニング検査。ペプシノゲン (PG) とピロリ抗体を測定し、結果は 4 段階に分類されます。

### 《ABC 検診 4 つの群》

ABC 検診判定	正常		異常	
	A	C		
ABC 検診分類	A 群	B 群	C 群	D 群
ピロリ菌	陰性 (-)	陽性 (+)	陽性 (+)	陰性 (-)
ペプシノゲン	陰性 (-)	陰性 (-)	陽性 (+)	陽性 (+)
胃粘膜の状態	健康 定期的な消化器検診の受診をお勧めします。	少し弱っている	かなり弱っている	非常に弱っている 消化器専門医の受診をお勧めします。
胃がん危険度	低			高

## 発症リスクに合わせた効率的な胃がん検診へ

従来、定期健康診断時のオプション検診のひとつとして「胃 X 線検査」(バリウム)を実施してきましたが、今後は、ABC 検診の結果に基づいて、検査方法を見直すことにしています (対象は 40 歳以上)。

胃 X 線検査については、受診率の低迷に加え、昨今では胃がんの 99% はピロリ菌感染者から発症している

といわれること、胃 X 線検査では早期胃がんの発見が難しいことがわかってきたため、将来的に胃 X 線検査を廃止して、胃がんの発症リスクに合わせた胃内視鏡検査の導入を検討してまいります。

※ピロリ菌に感染しているからといって必ず胃がんになるわけではありません。

国が進めている「がん対策加速化プラン」の中でも、胃がんの死亡率減少効果が新たに認められた胃内視鏡検査を「対策型検診」として普及させるため、その実施体制の整備が図られています。