

健保

みんなで実践！健康名鉄 21

ニュース

2025  
12  
December

## 健診結果 確かめて・整えて・活かせ！

毎年、健康診断の受けっぱなしになってしまいませんか？  
健診結果は「未来」を予測するための指標です！

 中高年の方へ

## 健診結果が届いたらこれだけはお願い！

- 1.各検査項目の前年からの変化を確認する
- 2.医師の判定・アドバイスを確認する
- 3.「保健指導が必要」なら積極的に参加する

 若年層の方へ

## やせすぎも太りすぎもダメ！体重はバランス



※けんぽれんで公開中の「Do My Health!～ただいま、健康メディア制作中！～」の動画コンテンツを参考にしよう。詳しくは下記URLへアクセス！  
[https://www.kenporen.com/health-column/do\\_my\\_health/](https://www.kenporen.com/health-column/do_my_health/)



第5話 「やせすぎにはキケンがいっぱい！？」(女性向け)

栄養不足は、様々なリスクを高めます。

第8話 「プレコンをはじめよう！」(男性向け)

男性も家庭環境の変化を前に、バランスのよい食事を心掛けるなどの準備が大事です。

健康な未来のために、まずはPep Up等で「健診結果」を確認しましょう！



**PepUp.** 「体重測定チャレンジ」開催!  
12/15日～1/14水



飲食の機会が多い年末年始の体重管理に活用して  
Pepポイントもゲット！詳しくはHPをご覧ください。

今なら最大 1,000Pepポイントゲットのチャンス！

●体重測定チャレンジ→500Pepポイント

●インフルエンザ予防接種→500Pepポイント

まだPep Upに登録していない方はこの機会にご登録を！

登録方法はこちら



LINE「めいてつケンポ」では「なごや弁」で開催案内です！  
はじめて登録の方もこちらからご覧ください。



【令和8年1月31日(土)】で今年度分は終了です！

◆特定健診受診券(ご家族分・利用期間)

◆インフルエンザ予防接種補助券(利用期間)・補助金申請書(申請期間)

受診忘れ、申請忘れ  
にご注意ください！

## 従来の健康保険証は12月1日㈪をもって使用期限を終了しています

マイナ保険証の利用登録をしていない方には、11月中旬以降に会社経由にて資格確認書を、順次お渡ししております。

お手元に届いていない方は、お勤め先の担当者にお申し出ください。

	形状	取得方法	使用方法	管理方法
マイナ保険証	マイナンバーカード	マイナンバーカードの入手後、マイナンバーカードの保険証利用登録を行う	医療機関等に設置されているカードリーダーで読み取り	個人で管理 ①マイナンバーカードの更新(10年) ②電子証明証の更新(5年)
資格確認書	A4サイズの紙 / 有効期限あり	マイナ保険証をお持ちでない方やマイナンバーが未登録の方などに交付	医療機関等に提示(従来保険証と同様)	資格喪失者の有効期限内のものは回収、返却義務あり(従来保険証と同様)



令和6年度 被扶養者の資格確認調査にご協力いただきありがとうございました

●附則を次のとおり改める。  
この規約は、令和七年九月一日から適用する。

第六二八号 規約の一部改正  
第六二九号 組合会議員の変更  
〔就任〕  
互選議員  
久野 理(名鉄観光サービス)  
(令和七年九月二九日)

●第二九条を次のように改める。  
「理事、理事長及び監事は、無記名投票により選挙する。ただし、候補者の数が選挙すべき理事、理事長及び監事の定数を超えない場合は、この限りでない。」

●附則を次のとおり改める。  
この規約は、令和七年一〇月一日から適用する。

第六二八号 規約の一部改正  
第六二九号 組合会議員の変更  
〔就任〕  
互選議員  
松本 文徳(名鉄観光サービス)  
(令和七年一〇月二〇日)

公 告

●規約第四条別表一  
【事業所の所在地変更】  
「株式会社名鉄生活創研」の所在地を「名古屋市中村区名駅四丁目八番二六号」に、「株式会社名鉄リテールホールディングス」の所在地を「名古屋市中村区名駅四丁目八番二六号」に変更する。

第六二七号 規約の一部改正  
【就任】  
互選理事  
久野 理(名鉄観光サービス)  
(令和七年九月一九日)

【退任】  
互選議員

松本 文徳(名鉄観光サービス)  
(令和七年九月一九日)

名古屋鉄道健康保険組合  
理事長 加藤 悟司  
(令和七年九月一九日)