

健康習慣アンケート Feedback Sheet(抜粋)

アンケート実施期間：2025年09月01日～2025年09月22日

アクサ生命保険株式会社

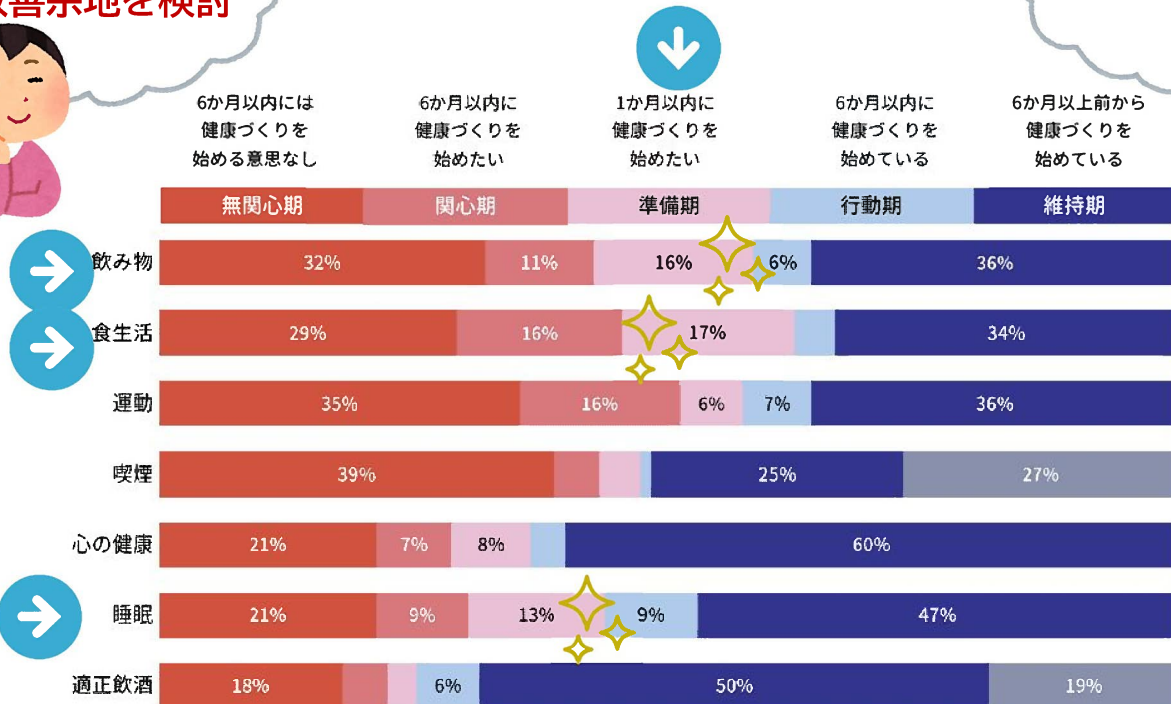
今年9月1日から9月22日まで、皆さんの生活習慣を“見える化”し、健康課題の把握・改善につなげるためにご協力いただいた アクサ生命保険株式会社様の「健康習慣アンケート」のフィードバックが届きました。アンケート結果をもとに、今後は健康に関する情報提供やサポート施策を検討してまいります。今回はその中でも、皆さんの関心が高かった項目を抜粋してご紹介いたします。

健康意識・行動(5段階)

今年の活動(施策)で注目するのは、1か月以内に健康づくりを始めたい「準備期」のみなさんです。

赤い割合(健康行動がとれていない方)を減らせるか、改善余地を検討

青い割合は健康行動がとられている理想的な方



この結果を踏まえ、「飲み物」「食生活」「睡眠」に焦点を当てて、情報提供やサポート施策を検討していきます。

「睡眠」について

すでに希望者を募った、「SAS スクリーニング検査」は、この取り組みに該当します。開催時期が4月とりましたので、「やっぱり受けてみようかな・・・」という方は、ぜひご連絡ください。

「飲み物」「食生活」について

前回の健康紙面で行ったクイズの景品(10名様まで)は健康にちょっと配慮したモノを集めています。あと3回開催定でするので、ぜひご参加ください。

健康習慣アンケート Feedback Sheet(抜粋)

アンケート実施期間：2025年09月01日～2025年09月22日

アクサ生命保険株式会社

健康づくりを促すプラス要因

健康行動を行っている方は、どんなことがきっかけで生活習慣に気を付け始めたのか、このアンケート結果で見ることができます。

生活習慣に気を付けている人のきっかけ

- 1位: 将来の目標、家族や子どもの将来のため
- 2位: 医療専門家からの勧め
- 3位: 家族の勧め

生活習慣に気を付けると仮定した場合のきっかけ

- 1位: 医療専門家からの勧め
- 2位: 家族の勧め
- 3位: 病気で苦しむ他の人を目の当たりにする

健康になることを目的・ゴールとするのではなく、「将来の目標実現のため」「家族の為に必要な手段」と認識している方ほど健康行動をとる傾向が見られました。

一方で、「医療専門家からの勧め」は、何か症状や出来事が起きてから動き出すケースが多く、予防や将来にわたっての展望を叶える為でなく、対処療法的な行動になりやすいと考えられます。

ご活用できるサポート

少しでも不安な症状がある場合は、自己診断せず、まずは専門の方に相談することが大切です。

アンケートでは、「仕事や家庭のことが忙しく、自身のケアが後回しに」という声もありました。そんな時には、アクサ生命保険(株)様の健康経営サポートパッケージをご活用ください。

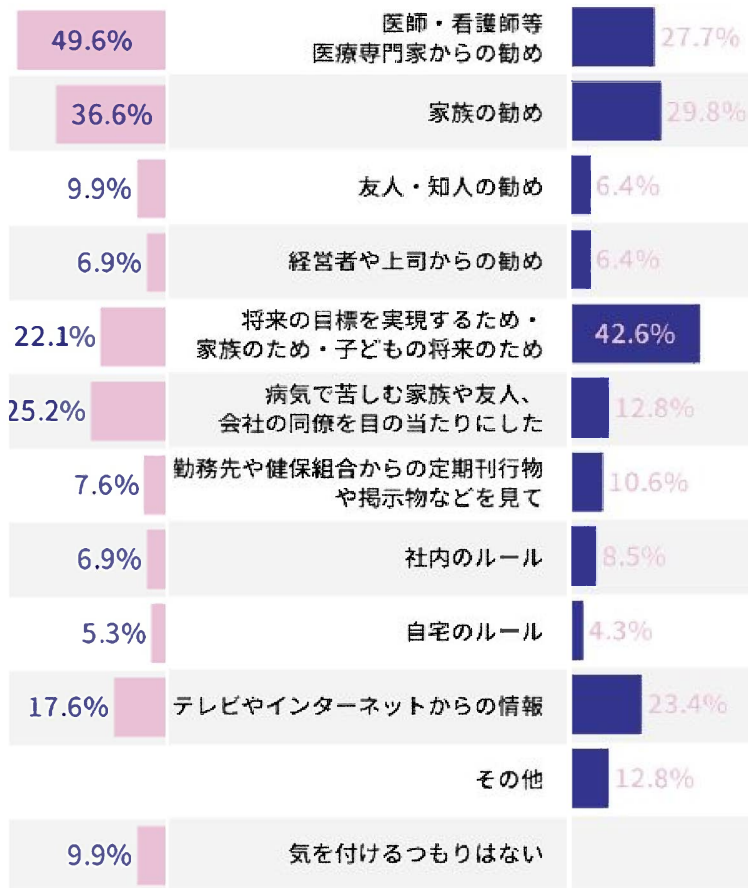
24時間電話健康相談

- ・健康だけでなく、医療・育児・メンタルヘルスまで様々なことを相談できます。
- ・完全な外部相談なので、会社に連絡が入ることはなく、安心してご利用いただけます。

アプリケーションサービス

- ・食事や栄養管理、睡眠のチェックなどできるので日常生活のセルフケアをサポートしてくれます。

*ご自身だけでなく、ご家族様と一緒にぜひご活用ください。



あなたの健康は、あなたが動くことでしか獲得できません。そして今日が一番若い日です。あなたの未来に在る大切な人のために、今この瞬間から一歩を。

生活習慣病予防健診のご案内

今年は、割引額増額
特別料金で受診できます **朗報!**

お疲れ様です。みなさまに特別料金で受診できる生活習慣病予防健診のご案内です。弊社は東三河法人会と協会けんぽに加入している関連で、特別料金で生活習慣予防検診を受診することができます。オプション検査も充実していますのでぜひこの機会にご確認ください。

ご家族（被扶養者）の方も受診することができます。ご自身の健康状態について気になる点がある方はこの機会をぜひご活用ください。

2025 年度冬季 健診実施日と申込締切

- ① 実施日: 2月17日(火)~21日(土) 〆切: 1月30日(金)
- ② 実施日: 2月27日(金)~3月3日(火) 〆切: 2月10日(火)
- ③ 実施日: 3月7日(土) 〆切: 2月18日(水)

受診時間：1時間半程

健診会場：ロワジールホテル豊橋 桜の間(豊橋市藤沢町141)

特別料金対象者：被保険者(本人) 35歳~74歳
被扶養者(ご家族) 40歳~74歳

*上記以外の方も受診できます。詳しくは、裏面または総務まで。
*年に2回(夏 or 冬)のどちらかで特別料金を使用できます。

申込方法：健康づくり委員会または、総務部までご一報ください。
TEL:0532-31-4610 又は、
TUNAG➡メニュー➡健康経営➡「生活習慣病予防検診」

★お申込み時に教えていただきたいこと★

- ①氏名(ふりがな) ②生年月日(西暦)
- ③受診希望日(第2希望まで)*時間の希望はできません。
- ④健診内容(裏面または、TUNAGのパンフレット(ダウンロード可)をご覧ください)
例:基本検査項目+オプション番号(オプションのみは不可)

*健診料金は各人にてご負担になります。
裏面をご確認いただき、健診当日ご持参ください。*

[◎ポスト投函だから今回の健診を受診しない方も申込可能◎](#)

腸内フローラ検査 特別価格 15,000 円(改善アドバイスや管理栄養士さんに電話で相談できる)

こちらの予約は、TUNAG➡チャット➡チャットルーム検索(山田真理子)へ お願いします。

基本検査項目

被保険者本人(35-74 歳)

●基本コース: **9,000 円**
(通常より 14,000 円安い)

●K コース: **5,280 円!**
(オプション検査追加は別料金)

被扶養者(ご家族)(40-74 歳)

●基本コース: **10,850 円**
(通常より 12,150 円安い)

その他の年齢の方
●基本コース: **18,000 円**
(通常より 9,000 円安い)

オプション検査項目 (選択)

基本コース項目 *は定期健診にない項目	何を調べるか	K コース	検査項目	何を調べるか	金額
診 察	医師が直接、健康状態を問診票等を参考に診察	○	腹部エコー検査	肝臓、腎臓、胆のうの炎症、結石などの病気を調べる	4,000 円
身 体 計 測	身長・体重のバランス(肥満度)により全身状態を見ます。腹囲測定も。	○	②腫瘍マーカー検査	がん細胞がつくる物質を血液から検出し、がん発見のスクリーニング。	4,000 円
視 力 検 査	裸眼視力または矯正視力の測定	○	③肝炎検査	B、C 型肝炎に感染しているか調べる	2,000 円
聴 力 検 査	オーディオメーターにより低音域及び高音域の聴力の検査	○	④前立腺がん検査	血液検査 (PSA)	2,000 円
呼 吸 器 系	胸部レントゲン撮影により肺疾病などの検査	○	⑤HPV ウイルス検査	子宮頸がんの原因であるヒトパピローマウイルス (HPV) に感染しているか調べる	3,500 円
循 環 器 系	血圧測定、心電図検査により、高血圧症、心臓障害などについて検査	○	⑥眼圧検査	緑内障の早期発見に	500 円
腎 機 能 検 査	尿中蛋白、尿素窒素 (BUN)、クレアチニンにおいて腎障害の有無の検査 ※K コースはクレアチニンのみ	○ (一部)	⑦胃 ABC 検診	2 種の血液検査を組み合わせ胃の健康度を調べる	4,000 円
消 化 器 系 *	胃部レントゲン撮影により、胃部、十二指腸の疾病の有無の検査	○	⑧BNP 検査	心不全の臨床的標的として非常に有用とされ心室機能の把握、心不全や心肥大の治療効果の確認に役立てられている	3,000 円
肝 機 能 検 査	総蛋白、LDH、GOT、GPT、AL-P、 γ -GTP、A/G 比、肝機能に関わる診断 ※K コースは GOT、GPT、AL-P、 γ -GTP のみ	○ (一部)			
高 脂 血 症 検 査	総コレステロール (T-ch)、中性脂肪 (TG)、LDL-C、HDL-C、高脂血症や動脈硬化症などを調べる	○	⑨ロックスインテックス検査	脳梗塞、心筋梗塞のリスク判定	12,500 円
糖 尿 病 検 査	尿中糖及び HbA1c 検査、血糖検査により、糖尿病の有無を調べる	○	⑩アレルギー検査	呼吸系 19 項目 食物系 20 項目	12,500 円
高 尿 酸 血 症	尿酸検査により腎障害、痛風の診断	○	⑪甲状腺機能検査	血液中の甲状腺ホルモン・甲状腺刺激ホルモンを調べ、バランスと量の以上の有無を調べる	4,000 円
貧 血 検 査	赤血球数・白血球数・血色素量・血球容積・血小板数の検査により脱水症、貧血症、栄養障害などについて調べる	○	⑫アミノインテックス検査	採血で複数のがんの可能性を評価	23,000 円
C 反応性タンパク試験*	炎症性疾患、感染症、リウマチ性疾患、心筋梗塞、悪性腫瘍などの症状の推移の検査	-	おすすめコース 【男性の方】 基本検査項目 + ①②③④ 【女性の方】 基本検査項目 + ①②③⑤	[被保険者・本人 (35-74 歳)] 【男性】21,000 円【女性】22,500 円	
膵 機 能 検 査 *	血清アミラーゼ (AMY) 検査により膵臓機能の検査	-		[被扶養者・ご家族 (40-74 歳)] 【男性】22,850 円【女性】24,350 円	
眼 底 検 査 *	網膜の状態・視神経・乳頭の状態、眼底動脈硬化の程度を調べ、同時に糖尿病性変化及び高血圧性変化の有無を調べる	○		[上記年齢以外の方] 【男性】30,000 円【女性】31,500 円	
大腸癌検査* (免疫学的便潜血反応)	食事制限の必要なく採便も簡単にすむ大腸癌のスクリーニング検査	○	*胃部レントゲンについては 75 歳以上の方の受診はできません。(2,000 円引きとなります)		