

令和4年度 健康づくりカレンダー

健康診断

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
特定健診・保健指導	対象となる方は受診券を利用して無料で受けられます！ JCBギフト券のプレゼントも♪											
人間ドック	対象となる方に対して10,000円の補助金支給♪											
婦人科検診 (乳がん・子宮頸がん)	対象となる方に対して3,000円の補助金支給♪											

※ 詳しくは、対象者にお送りした各種案内をご確認ください。

医療費適正化・疾病予防

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
医療費通知										実施		
ジェネリック通知					実施					実施		
常備薬の斡旋			実施				実施			実施		
インフルエンザ 予防接種費用補助					1人最大 1,500円 補助！					10/1~1/31 接種分を3/10までに申請		

※ 事業の実施時期や内容などは変更する場合がございます。

「Pep Up」健康イベント

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
ウォーキングラリー			開催					開催				
体重測定チャレンジ												
健康クイズ												
やることチャレンジ												

※ 詳細はその都度 Pep Up でお知らせいたします。

体育奨励イベント

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
ウォーキング大会								実施				

※ 詳細は9~10月頃にご案内いたします。

各種割引サービス

★ 「ルネサンス」利用割引



★ 「JOYFIT」利用割引

★ 「RIZAP」利用割引



★ 「関西サイクルスポーツセンター」利用割引

★ プール利用割引 (夏季)

★ アイススケート利用割引 (冬季)

※ 詳しくは、大阪港湾健康保険組合のホームページをご覧ください。

大阪港湾
健康保険組合
ホームページ

