

2026年度

《オカムラグループ健康保険組合》

35歳以上の被扶養者、任意継続被保険者の皆様へ

# 健康診断実施のご案内

申込  
期限

2026年 12月25日まで

受診  
期限

2027年 1月27日まで

知って安心！健康ライオン



- 内容をご確認いただき早めのお申込みをお願いいたします。
- 本ご案内は再発行いたしません。受診がお済みになるまで大切に保管してください。
- メールまたはSMSで通知を行う場合があります。4pをご覧ください。

スマートフォンからも  
ご利用いただけます

受付業務委託先

ウィーメックス株式会社

〒859-3226 長崎県佐世保市崎岡町3068-9  
佐世保情報産業プラザ第2棟2F

☎ 0120-507-066

受付時間：月～土9時～17時30分（日祝日年末年始除く） FAX：03-5994-2131  
\* 時間帯によっては電話のつながりにくい場合があります。予めご了承ください。

## はじめに

被扶養者（ご家族）、任意継続被保険者の皆さんに、年1回の「健康診断」のご案内です。  
現役従業員（被保険者）は、会社での定期健康診断を受診され、健康状況の確認ができますが、それと同様に被扶養者、任意継続被保険者（被扶養者を含む）の方を対象にした、健保指定の施設型健診のご案内です。

40歳以上・74歳までの方は、この特定健診と、その結果によっては特定保健指導という生活習慣病改善の指導が、国により義務化されています。

これは、内臓脂肪型肥満（メタボリックシンドローム）の該当者や、その予備群および痩せていても値が高値の方への予防、改善が目的です。

また法令では、40歳以上の方が実施対象ですが、オカムラグループ健康保険組合では、35歳以上の方に健診のご案内をしています。

是非、この特定健診に、お申込み受診いただけますようお願いいたします。

※健診費用は健康保険組合が負担します。

オカムラグループ健康保険組合  
受付業務委託先  
ウィーメックス(株)



## 個人情報の取扱いに関する同意事項

\* この健康診断を申込みされる場合は、以下の点に同意していただける方のみお申込みください。

- 申込書に記載された個人情報は受付事務処理のために受診健診機関に提出されるとともに委託元である健康保険組合に提供されます。（健康診断に関する通知をメールまたはSMSで配信する場合がございます）
- 健康診断結果は健診機関から受診者本人へ報告されるほか、健診機関からウィーメックス(株)を経由し、健康保険組合に報告されます。
- オカムラグループ健康保険組合は、健康診断結果を健康保険組合の保健事業等に利用します。

# 健康診断のご案内

## 健康診断対象者

35歳～74歳まで(2027年3月31日時点)のオカムラグループ健保に加入する下記対象者

- ・被扶養者
- ・任意継続被保険者(資格満了期限まで)

※受診日当日に当健康保険組合の資格を有している方に限ります。

※この健康診断を受診した上で、この健診項目と重複しない人間ドックを受ける場合は、別途「人間ドック利用補助金」が利用できます。詳しくは健保ホームページを参照ください。

## 申込期限

A 施設型健診 2026年12月25日(消印有効)

B 巡回レディース健診 2026年11月27日(消印有効)

※ 予約の混雑が予想されます。早めのお申込みをお勧めします。

## 受診期限

2027年1月27日

※ お申込がお済みでも受診時に当健保組合に加入していない場合は補助の対象となりませんので、ご注意ください。

## 健診機関

同封の「健診機関リスト」からお選びください。

※ 予約の混雑が予想されます。早めのお申込みをお勧めします。

## 健診コース

本紙P11の「健診項目一覧表」をご確認ください。

基本健診

費用負担：基本健診と下記オプション検査は健康保険組合の負担です。

対象	基本健診(心電図含む) 巡回レディース健診	オプション検査	
		検査項目	費用負担
共通	健保負担	胃がん	胃部X線 または 胃カメラ 健保負担
		腹部超音波 (年度45歳未満は自己負担)	
		大腸がん	便潜血 健保負担
		肝炎検査	HBs抗原検査 HCV抗体検査 健保負担
		眼底検査 健保負担	
女性	健保負担	乳がん	乳房マンモグラフィ 乳腺超音波 健保負担
		子宮がん	子宮頸部細胞診 健保負担
男性	健保負担	前立腺がん	PSA(腫瘍マーカー) (年度45歳未満は自己負担)

※ただし上記オプション検査以外の項目を希望の場合は**自己負担**です。直接健診機関にお申込みください。

※女性：乳がん検査は乳房マンモグラフィと乳腺超音波の両方を受診できます。

### 注意

項目キャンセル、受診キャンセルをされた際にキャンセル料が発生する場合がございます。

キャンセル料が発生した場合は全額自己負担となりますので、ご了承ください。

キャンセルの場合は必ず健診機関及びウィーメックス(株)へ連絡してください。

# 施設型健診の流れ

ウィーメックス(株)が提携している病院・健診センター・クリニックなどで受診します。

最初に、本紙 11p の健診項目一覧表をご確認ください。

## 方式を選ぶ ▶

健診機関との日程調整の方法を《希望日記入方式》と《直接予約方式》の2つの方式から選んでください。

面倒な日程調整をおまかせ



## 申込 ▶

インターネットか同封のハガキでお申し込みをお願いいたします。スマートフォンからもお申し込みできます。

ネットかハガキで申し込みをします



## 希望日記入方式

受診希望日・健診機関・健診内容・必要事項を、ウィーメックス(株)経由で、**健診機関が調整し、受診日を確定**します。  
 ※受診希望日は2週間より先の日付けをご指定ください。  
 日程の調整に数日から2週間程お時間がかかる場合がございますのでご了承ください。  
 希望日で調整できない場合は健診機関より日程調整の連絡が入ります。  
 お電話が取れなかった場合はご自身で健診機関へ折り返しご連絡ください。



## インターネット申込 7p

or

## ハガキ申込 9p

※当書に同封しております。



## 直接予約方式

電話予約ガイダンス 5p に沿ってご自身で、**直接健診機関に電話で予約**してください。  
 ※2週間より先の受診日で予約してください。

健康診断のご予約ですね?

ハイ!



自分で受診日を決めるから比較的スムーズに行えます

## 注意 ウィーメックスへの連絡が必須です

ウィーメックス(株)に予約内容の申込みをせず受診されると、補助は受けられず全額自費となります。

※ウィーメックス(株)では電話受付は行っていません。

## メールまたはSMS(ショートメッセージ)の配信について

インターネット(スマートフォン含む)でお申込みの際にメールアドレス登録のある方は、健診予約券とリマインド※1が**メール**で届きます。

健診予約券とリマインドのメールは以下のドメイン名※2より配信します。

@inexus.ne.jp

※健診予約券はメール本文のURLから専用サイトにアクセスしてご確認ください。

ログイン方法もメール本文をご確認ください。

※迷惑メールのフィルタ設定をされている場合は、ドメイン名「@inexus.ne.jp」からの受信を許可する設定をお願いします。

※1 受診日をお知らせする事を目的として、受診日の3営業日前にメールまたはSMSで配信します。

※2 所定のドメイン名・番号以外からメールまたはSMSをウィーメックス(株)より配信する事はありません。

ハガキでお申込みの際に、携帯電話番号を記入していただいた場合、確認書とリマインド※1が**SMS**で届きます。

確認書とリマインドのSMSは以下の番号※2より配信します。

Docomo/au/楽天:0120507066

ソフトバンク:21053

※上記以外の携帯電話会社をお使いの場合でも、いずれかの番号より配信されます。

※健診予約券はハガキで届きます。

### 書類・通知到着 ▶

健診機関からの書類と  
ウィーメックス(株)から  
下記書類・通知が届きます。

ここまできたら  
あとは健診です



#### 確認書 到着

ハガキ申込:SMSまたはハガキで届きます。  
インターネット申込:確認書は届きません。

#### 健診予約券 到着

お申込みの約2週間後に届きます。  
ハガキ申込:ハガキで届きます。  
インターネット申込:ハガキまたはメールで届きます。  
※健診当日持参しなくても受診可能ですが、スムーズに受診いただく為に持参いただく事をオススメいたします。

#### 問診票・検査キット等到着

問診票、検査キット等が  
健診機関より送付されます。

上部の **メールまたはSMS(ショートメッセージ)の配信について** をご覧ください。

### 健診機関 ▶

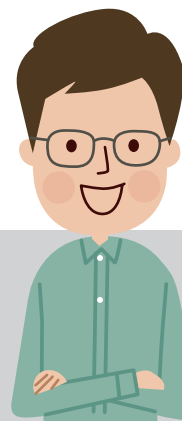
①・②いずれかと自己負担  
金をご持参ください。

①マイナ保険証

※機器の不具合等に備え、  
資格情報のお知らせまたは  
マイナポータル画面も併せて  
ご持参ください。

②資格確認書(①をお持ち  
でない方)

今年は食べ物に  
気をつけよう!



### 健診受診

### 検査結果 の到着

※今年度より特定保健指  
導の対象となる方には、  
ご案内をいたします。  
(40歳以上の方)

お間違えの  
ないように!

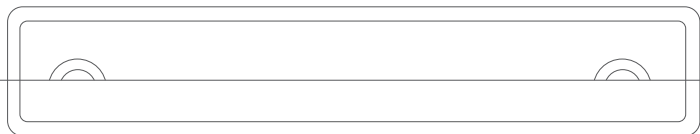
## B 巡回レディース健診

本案内の《A.施設型健診》ではなく、  
ホテルなど公共施設を利用した女性専用巡回健診をご希望の場合は、  
同封の「巡回レディース健康診断のご案内」をご覧ください。





# 予約情報メモ



ウィーメックス(株)に申込みをする際のメモとしてご利用ください。

健診機関名	
健診機関電話番号	(       )
健診機関コード	
健康保険組合名	オカムラグループ健康保険組合
代行機関名	ウィーメックス(株)

受診希望日	年    月    日
予約確定日	年    月    日
予約確定時間	時    分
予約の電話をした日	年    月    日
予約対応者	

基本健診		予約確認
基本健診コース(含心電図)		
オプション項目	[共通]	
	胃部X線	} どちらか一項目
	胃カメラ	
	腹部エコー ※45歳以上	
	便潜血	
	HBs抗原検査	
	HCV抗体検査	
	眼底検査	
	[女性のみ]	
	乳房マンモグラフィ	
	乳腺エコー	
	子宮がん(頸部細胞診)	
	[男性のみ]	
	前立腺がん(腫瘍マーカー) ※45歳以上	

健診機関により実施できない項目があります。健診機関リストでご確認ください。

健診機関への予約内容とウィーメックス(株)への申込内容が違う場合は、健診機関への予約内容に準じます。

# インターネットでの申込

インターネットからの申込画面は、以下のURLよりアクセスできます。  
スマートフォンからもご利用いただけます。

(右記二次元バーコードからアクセスできます)

ハガキで申込みの場合は  
9p をご覧ください。



画面が切り替わらない場合は  
対応ブラウザを確認いただき  
アクセス方法を変更してお試  
しください。

※アプリやブラウザによってご利用  
いただけない場合がございます。

【対応ブラウザ】Microsoft Edge, Microsoft Internet Explorer 11, Firefox37, Chrome42, Chrome42(on Android), Safari8(on iOS)

<https://www.tme.wemex.com/mestfweb/>

↳ 「S」を忘れずに入力してください。

※実際の画面とは異なる部分があります。

## 1 ウィーメックス(株)の申込サイトへ ログイン

健康診断のお申し込み画面が表示されます。

1-1 同封の申込ハガキに記載のログインID及び  
パスワード(西暦の生年月日8ケタ)を入力  
※ログインできない場合は、ウィーメックス(株) (0120-507-066)  
にお問い合わせください。  
※IDは毎年更新されます。

1-2 「ログイン」を押して次へ。

1-3 健康診断お申込の同意事項をご確認の上  
「同意する」をクリックしてください。

## 2 健診コースを確認

2-1 受診対象となっている健診コース名をご確認の上  
「次へ」をクリックしてください。

※コースの表示がない場合はすでに申込済か申込期限切れの可能性もあります。  
今年度のログインIDでログインされたかご確認ください。

## 3 受診する健診機関を選択

3-1 受診希望(または予約済)の健診機関の検索を行います。  
都道府県を選択し市区町村名を入力すると簡単に  
表示されます。健診機関ID・健診機関名・受診希  
望項目で検索することも可能です。

※健診機関IDを入力した場合、他の検索条件の入力は不要です。

3-2 「検索」を押すと、下へ検索結果一覧が出ます。

3-3 下へスクロールして、希望する健診機関を選択してくだ  
さい。

※直接予約が取れた健診機関が表示されない、または選択できない場合は、  
ウィーメックス(株)にご連絡をお願いいたします。

※健診機関情報に記載あるオプションは該当健診機関にて実施されるオプション  
となっております。



# 同封の申込ハガキでの申込

インターネットで申込みの場合は  
7p をご覧ください。

- A施設型健診をお申し込みの方は、同封の「A施設型健診の申込ハガキ」をご利用ください。  
(男性、女性でハガキの種類が異なります。)
- B巡回レディース健康診断をお申し込みの方は、「B巡回レディース健診の申込ハガキ」をご利用ください。
- 記入方法の詳細は、申込ハガキの記入例等をご覧ください。  
申込ハガキの下に記入例がございます。コース番号は申込ハガキの右側に記載されています。
- 携帯電話番号を登録されると、確認書がSMSが届きます。  
また、受診日の3日前を目安に受診日を通知するSMSが届きます。  
携帯電話番号の登録がない場合は確認書がハガキが届きます。
- 健診予約券はハガキが届きます。

## 申込ハガキイメージ

### A3判申込ハガキ(女性)

#### 巡回レディース健診 記入欄

巡回レディース健診の申込ハガキ

申込期間 平成30年11月30日  
受診期間 平成31年10月31日

0000 巡回レディース

巡回レディース健診

巡回レディース健診の申込ハガキ

申込期間 平成30年11月30日  
受診期間 平成31年10月31日

090 巡回レディース

巡回レディース健診

巡回レディース 記入例

#### 施設型 記入欄

A 施設型健診の申込ハガキ

申込期間 平成30年11月30日  
受診期間 平成31年10月31日

0004 基本健診  
0003 人間ドック

施設型健診

A 施設型健診の申込ハガキ

申込期間 平成30年11月30日  
受診期間 平成31年10月31日

0004 基本健診  
0003 人間ドック

施設型健診

施設型 記入例

### A4判申込ハガキ(男性)

A 施設型健診の申込ハガキ

申込期間 平成30年11月30日  
受診期間 平成31年10月31日

0004 基本健診  
0003 人間ドック

施設型健診

A 施設型健診の申込ハガキ

申込期間 平成30年11月30日  
受診期間 平成31年10月31日

0004 基本健診  
0003 人間ドック

施設型健診

### 注意

1. 二重の申込みは受付できません。  
・ A施設型健診とB巡回レディース健診の重複申込み。  
・ インターネット申込みとハガキ申込みなど。
2. 印刷された書込欄のみに記入をお願いします。機械で読み込むため余白に書き込みをされても対応はいたしかねます。  
印字項目以外はお申込みできません。
3. 同封の個人情報保護シールを貼って投函してください。

# FAQ よくある質問とその回答

## 予約方式について

**Q1** 直接予約方式は、健診機関に電話するだけでいいの？

**A1** いいえ。健診機関に電話予約の後にウィーメックス(株)にもインターネットまたはハガキで連絡が必要です。

**Q2** 希望日記入方式は、いくつ希望日を書けばいいの？

**A2** 出来るだけ多くの希望日をご記入ください。ご記入頂いた希望日で健診機関と調整いたしますので、第5希望まで記入頂いた方が決定がしやすくなります。希望日での調整ができない場合は、健診機関より連絡があります。

## 申込について

**Q3** 2週間より前の日付で申込みはできますか？

**A3** 日程の調整、検査キットを送付するのに2週間が必要なため、2週間より先の受診日でご予約をしてください。

**Q4** 指定外の健診コースやオプション項目の申込方法は？

**A4** 自費となりますので、直接健診機関へご相談ください。ウィーメックス(株)への申込み・連絡は不要です。また、指定外の健診コースやオプション項目の予約ができない健診機関もありますのでご注意ください。

**Q5** 1ヶ月ほど前に申込みをしましたが、決定の連絡がありません。

**A5** 申込み後2週間を過ぎても健診予約券が届かない場合は、ウィーメックス(株)までお問合せください。

**Q6** インターネット申込のログインIDがわからない

**A6** 健康診断の申込ハガキに、インターネットでの申込「ログインID」が記載されています。ご不明な場合は、ウィーメックス(株)までお問合せください。

## 変更やキャンセルについて

**Q7** 受診日を変更したい

**A7** まず直接健診機関へ連絡し、受診日を変更してください。決定しましたら、ウィーメックス(株)へ連絡票をFAXまたは郵送いただくか、お電話でご連絡ください。※キャンセルとなりますと、再度2週間より先でのお手続きとなりますのでご注意ください。

**Q8** すでに申し込んでいる健診機関を変更・キャンセルしたい

**A8** まず申込み済みの健診機関へ直接キャンセルの連絡後、ウィーメックス(株)へ連絡票をFAXまたは郵送いただくか、お電話でご連絡ください。その後、再度申込み手続きを行ってください。※キャンセルとなりますと、再度2週間より先でのお手続きとなりますのでご注意ください。

## メール・SMSについて

**Q9** ウィーメックス(株)からメールまたはSMSを配信する事はあるのか？

**A9** 健康診断に関する通知を行う場合がございます。メールはドメイン名「@inexus.ne.jp」より配信します。SMSは0120507066 または 21053 より配信します。4Pにご案内がございますので、合わせてご覧ください。

## 受診日に必要な書類について

**Q10** 健康保険の加入証明について受診日に何を持っていけば良いか

**A10** 以下のいずれかをご持参ください。

①マイナ保険証

※機器の不具合等に備え、資格情報のお知らせまたはマイナポータル画面も併せてご持参ください。

※受診日までにマイナンバーカードとの紐付け、移行を完了させてください。

※有効期限切れにご注意ください。受診日までに更新が必要です。

②資格確認書

※マイナンバーカードを保持しない方に健保が発行します。有効期間5年です。

不明な点は、こちらまでお問い合わせください。

**ウィーメックス株式会社**

**☎0120-507-066**

受付時間：月～土9時～17時30分(日祝日年末年始除く) FAX：03-5994-2131

〒859-3226

\* 時間帯によっては電話のつながりにくい場合があります。予めご了承ください。

長崎県佐世保市崎岡町3068-9  
佐世保情報産業プラザ第2棟2F

健診項目一覧表

検査項目		詳細項目	基本健診	巡回レディース健診	
身体測定診察等	医師問診・物理的所見(身体診察)		●	●	
	身長		●	●	
	体重		●	●	
	BMI		●	●	
	血圧		●	●	
	腹囲		●	●	
	視力		●	●	
胸部検査	胸部X線		●	●	
聴力	オーディオメーター(1000/4000)		●	●	
尿検査	尿糖		●	●	
	尿蛋白		●	●	
	尿潜血		●	●	
	ウロビリノーゲン		●		
血液検査	血液一般	赤血球数(RBC)	●	●	
		血色素量(ヘモグロビン)	●	●	
		ヘマトクリット(Ht)	●	●	
		血小板数(PLT/PL)	●		
		白血球数(WBC)	●	●	
	生化学検査	脂質	総コレステロール(T-Cho)	●	●
			中性脂肪(TG)	●	●
			HDLコレステロール(HDL-cho)	●	●
			LDLコレステロール(LDL-cho)	●	●
		肝機能	GOT (AST)	●	●
GPT (ALT)			●	●	
γ-GTP (γ-GT)			●	●	
腎機能		尿酸(UA)	●	●	
		尿素窒素(BUN)	●	●	
血糖	血清クレアチニン(CRE)	●	●		
	空腹時血糖(BS)	●	●		
		グリコヘモグロビンA1c(HbA1c)	●	●	
心電図	12誘導		●	●	
眼底検査	眼底		○	○	
肝炎検査	HBs抗原		△		
	HCV抗体		△		
腫瘍マーカー	前立腺がん(腫瘍マーカー)		○		
胃部検査	胃部X線		○	○	
	胃カメラ		どちらか一項目※		
腹部検査	腹部エコー		○	○	
大腸検査	便潜血		○	○	
婦人科検査	乳房マンモグラフィ		○	○	
	乳腺エコー		○	○	
	子宮がん(頸部細胞診)		○	○	

● 実施項目 ○ オプション項目 △ 肝炎検査は初めての方のみ可能  
 「健診機関リスト」備考欄に「鎮静剤を含む」と記載されている健診機関は、胃カメラ実施の際に鎮静剤の利用が可能です。

**注意** ・ 指定オプション以外の検査項目を直接個人で健診機関に申し込んだ場合、その費用は全額自費となります。  
 ・ 健診機関への予約内容とウィーメックス(株)への申込内容が違う場合は健診機関への予約内容に準じます。