

コンテンツラリー 完全攻略ガイド

各問題のヒントは以下のURLと二次元コードからもご覧いただけます！



1 インフルエンザ予防接種

ニデック健保では、年度に1回インフルエンザの予防接種費用を上限3,000円補助しています。流行に備えて、早めの対策をしましょう。

※2026年度でのインフルエンザの流行早期化に伴い、補助対象期間を例年の10月1日から9月1日へ変更しております。

年度に1回
上限3,000円
補助

申請
受付期間
2027年
～2月28日(日)

接種対象期間

2026年
9月1日(火)～2027年
1月31日(日)



ニデック健保ホームページ
インフルエンザ予防接種補助
<https://www.nidec-kenpo.or.jp/member/health/vaccination.html>

対象 ニデック健保に加入している社員・ご家族
(接種日に当健康保険組合の被保険者・被扶養者資格を有している方)

補助対象の
ワクチン

季節性インフルエンザワクチン
(厚生労働省で認可されていないインフル
エンザワクチンは補助の対象となりません。)

申請方法 KOSMO Webにログインし、電子申請。(ご家族含め複数となる場合は、まとめて申請してください。)



2 健康啓発特設サイト「健保●●●●●」

加入者さま限定で、健康に関するコンテンツをご覧いただけます。毎日の健康づくりにぜひお役立てください。



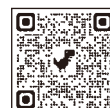
特設サイト
「スキマ時間に
健保チャンネル」

<https://www.nidec-kenpo.or.jp/member/awareness/login.php>



3 活動量について

厚生労働省は、「今よりも少しでも多く身体をうごかすこと」や、歩行またはそれと同等以上の強度の身体活動を1日60分以上行うこと(1日約**8,000歩**以上に相当)、座りっぱなしの時間が長くなりすぎないように注意すること、等を推奨しています。(健康づくりのための身体活動・運動ガイド2023より)



厚生労働省
健康づくりのための
身体活動・運動ガイド2023
<https://www.mhlw.go.jp/content/001305530.pdf>

4 医療や健診に関する情報提供サービス「●●●●● Web」



ニデック健保ホームページ
お知らせ
<https://www.nidec-kenpo.or.jp/inm/news/detail.php?id=99>



■ 健康診断の結果
■ 医療費通知
■ 給付金支給通知 など

5 がん検診について

ニデック健保の補助制度を活用し、年齢に応じたがん検診を受診しましょう。

オプション検査	対象年齢	補助額
胃がん検診(胃バリウム・胃カメラ検査)	50歳以上	12,000円→(変更後)上限 15,000円まで
大腸がん検診(便潜血検査)	40歳以上	上限2,000円まで
乳がん検診(マンモグラフィ)	40歳以上	6,000円→(変更後)上限 8,000円まで
子宮頸がん検診(子宮頸部細胞診)	20歳以上	全額補助(自己負担0円)



ニデック健保ホームページ
オプション検査 がん検診
<https://www.nidec-kenpo.or.jp/member/health/optional-exam.html>

※年齢基準日は年度末(3月31日時点)