

令和6年度(2024年4月~2025年3月)

# 生活習慣病 予防健診のご案内

付加健診の  
対象年齢を  
拡大しました!

従業員の健康と事業所の将来を守るために、毎年の健診受診は重要です!

気づかぬうちに...

## 「生活習慣病」

私たちの健康に大きく関係する生活習慣病。その多くは、  
運動不足、不適切な食生活、喫煙、過度な飲酒等の**不適切な生活の積み重ね**によって  
メタボリックシンドロームとなり、これが原因となって引き起こされます。  
放置することで症状が悪化し、元の健康な状態に戻ることが困難とされています。



自分の健康レベルの「**現在地**」を知る、それが健診。

糖尿病などの生活習慣病は、早期には自覚症状がなく、進行しているというケースが少なくありません。  
健診を受けて、自分自身の健康状態がどのレベルなのかを把握し、生活改善に向けて取り組みましょう!

❗ 事業主の皆さま 従業員皆さまに、健診受診の積極的なお声がけをお願いします。



# 健診受診後の行動が大切です!

## 危険地帯までの距離さえわかれば、後はそこから遠ざかるのみ!

健診で自身の健康状態が分かったら、改善に向けたアクションが大切。健診はあくまでも生活習慣改善の必要性や病気を発見するための手段です。

**健診結果に異常がなかった方も、引き続きの健康づくり、毎年の健診を!**

**特定保健指導<sup>\*</sup>を利用しましょう!**

### ! 事業主の皆さま

健診を受けた結果、生活習慣の改善が必要な従業員の方には、特定保健指導のご案内を事業所にお送りしています。特定保健指導のご案内を従業員の方に確実にお渡しいただき、積極的なお声がけをお願いします。



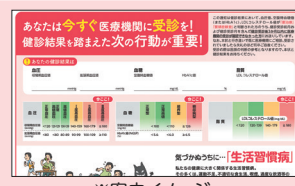
※**特定保健指導**とは…

健診を受けた結果、メタボリックシンドロームのリスクのある40~74歳までの方を対象に行う健康サポートです。健康に関するセルフケア(自己管理)ができるように、健康づくりの専門家である保健師または管理栄養士等が寄り添ってサポートします。

**医療機関に早期受診を!**

### ! 事業主の皆さま

健診の結果から医療機関への受診が必要にもかかわらず、受診していない従業員の方には、ご自宅に右の通知をお送りしています。事業主の皆さまも、従業員の皆さまの健診結果をご確認いただき、従業員の方へお声がけください。



行動に移そう!



## 生活習慣病予防健診とは?

生活習慣病の発症や重症化の予防を目的とした血液検査や尿検査、がん検診等、被保険者(ご本人)に受けていただく健診です。



### ● 血圧測定

▶ 血圧を測り、循環器系の状態を調べます

### ● 尿検査

▶ 腎臓、尿路の状態や糖尿病等を調べます

### ● 便潜血反応検査

▶ 大腸からの出血を調べます

### ● 血液検査

▶ 動脈硬化、肝機能等の状態や糖尿病、痛風等を調べます

### ● 心電図検査

▶ 不整脈や狭心症等の心臓に関わる病気を調べます

### ● 胃部レントゲン検査

▶ 食道や胃、十二指腸の状態を調べます

### ● 胸部レントゲン検査

▶ 肺や気管支の状態を調べます

肺 胃 大腸 子宮 乳房

生活習慣病  
予防健診で  
調べること

協会けんぽの生活習慣病予防健診は**5大がん**までカバー!

# 健診内容 ① 年度内にお一人様につき1回、健診費用の一部を補助します

健診の種類	検査の内容	対象者	自己負担額
一般健診	<ul style="list-style-type: none"> <li>問診・診察等・身体計測・血圧測定</li> <li>尿検査・便潜血反応検査・血液検査</li> <li>心電図検査・胃部レントゲン検査</li> <li>胸部レントゲン検査</li> </ul>	35歳~74歳の方 (75歳の誕生日の前日まで)	最高 <b>5,282円</b>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>眼底検査※医師が必要と判断した場合のみ</li> </ul>		最高 <b>79円</b>
子宮頸がん検診(単独受診)	<ul style="list-style-type: none"> <li>問診・細胞診</li> <li>※自己採取による検査は実施していません。</li> </ul>	20歳~38歳の 偶数年齢の女性の方	最高 <b>970円</b>

※一般健診項目は、どの検査項目も生活習慣病の予防に必要であるため、すべて受診していただくようになっています。  
体調不良等の理由で受けられない検査がある場合は、健診機関(医師)へご相談ください。

令和5年度から  
自己負担額が  
下がりました!

自己負担額  
最高**5,282円**  
+  
協会補助額  
最高**13,583円**  
= 一般健診  
総額最高 **18,865円**

## + 一般健診に追加できる健診 ① 単独受診はできません

令和6年度から  
5歳刻みを対象に!

健診の種類	検査の内容	対象者	自己負担額
付加健診	<ul style="list-style-type: none"> <li>尿沈渣顕微鏡検査・血液学的検査</li> <li>生化学的検査・眼底検査</li> <li>肺機能検査・腹部超音波検査</li> </ul>	一般健診を受診する 40歳、45歳、50歳、55歳、60歳、 65歳、70歳の方	最高 <b>2,689円</b>
乳がん検診	<ul style="list-style-type: none"> <li>問診・乳房エックス線検査</li> <li>視診・触診</li> <li>※視診、触診は医師の判断により実施</li> </ul>	一般健診を受診する 40歳~74歳の偶数年齢の女性の方	50歳以上 最高 <b>1,013円</b>   40歳~48歳 最高 <b>1,574円</b>
子宮頸がん検診	<ul style="list-style-type: none"> <li>問診・細胞診</li> <li>※自己採取による検査は実施していません。</li> </ul>	一般健診を受診する 36歳~74歳の偶数年齢の女性の方 ※36歳、38歳の女性は子宮頸がん検診の単独受診も可	最高 <b>970円</b>
肝炎ウイルス検査	<ul style="list-style-type: none"> <li>HCV抗体検査・HBs抗原検査</li> </ul>	一般健診を受診する方のうち、過去にC型 肝炎ウイルス検査を受けたことがない方	最高 <b>582円</b>

※受診時に協会けんぽの被保険者であることが必要です。退職等により被保険者資格を喪失した後に協会けんぽの健診を受診された場合は、後日、協会けんぽが補助を行った健診費用をお返しいただくことになります。

※検査の具体的な方法及び内容、検査の実施にあたっての注意事項等については、直接健診機関にお尋ねください。

※検査の内容やがん検診のメリット・デメリットについては、協会けんぽホームページ

(どんな検査があるの? <https://www.kyoukaikenpo.or.jp/g4/cat410/sb4020/>)をご確認ください。

※健診結果は受診者自身の今後の健診・治療及び保健師等による保健指導・健康相談並びに個人が識別されない方法での統計・調査研究にのみ利用します。

協会けんぽ  
どんな検査があるの



## 健診受診の流れ

### ① 事業主の皆さま

ホームページに健診対象者へお知らせいただくためのパンフレットを掲載しておりますので、ご活用ください。

1 案内が届いたら、従業員の皆さまに健診を受診するよう周知する

協会けんぽ 健診パンフレット

(<https://www.kyoukaikenpo.or.jp/g4/cat430/>)



2 受診を希望する健診機関に予約する

協会けんぽへの申込み手続きは不要です。

全国約3,500機関の健診機関で受診することができます。

健診機関は協会けんぽのホームページから検索することもできます。

協会けんぽ 健診機関

(<https://www.kyoukaikenpo.or.jp/g4/cat415/2001-138/>)



3 健診を受診する

受診当日は保険証及び検査容器などを忘れないよう、お持ちください。

健診当日に特定保健指導の案内があった際は、積極的に利用いただくよう従業員の方にお声がけをお願いします。

4 生活習慣の改善が必要な方は…

- 特定保健指導を利用する
- 医療機関を受診する



## 生活習慣病予防健診実施機関一覧表

### ◇長崎地区

健診実施機関名	乳がん	子宮頸がん	眼底検査	休日実施	特定保健指導	電話番号	所在地	備考
済生会長崎病院	○	○	○		○	095-820-8050	長崎市片淵2丁目5-1	
長崎掖済会病院	委託	委託	○		—	095-824-0610	長崎市樺島町5-16	
(医)重工記念長崎病院	○	○	○		○	095-801-5236	長崎市丸尾町6-17	
長崎みなとメディカルセンター	○	○	○		—	095-822-3251	長崎市新地町6-39	
(医)高原中央医院	委託	委託	委託		—	095-821-1212	長崎市諏訪町6-24	胃内視鏡検査 外部委託
長崎市医師会医療センター診療所	○	○	○		—	095-818-5600	長崎市栄町2-22	
(社福)十善会病院	○	○	○		—	095-801-2664	長崎市淵町20-5	
(医)大浦診療所	委託	委託	委託		—	095-821-1367	長崎市大浦町9-30	
(医)昭和会病院	○	委託	○		—	095-828-9777	長崎市東山手町6-51	
(医)南長崎クリニック	委託	委託	○		—	095-827-3606	長崎市松が枝町3-20	
(医)上戸町病院	委託	委託	○		○	095-879-0705	長崎市上戸町4丁目2-20	
(医)大久保病院	○	委託	○	土曜	○	095-833-0650	長崎市戸石町1470-1	
(医)たちばなベイクリニック	委託	委託	○		—	095-838-8555	長崎市網場町487-8	
(医)田上病院	委託	委託	委託		—	095-826-8186	長崎市田上2丁目14-15	
(医)長崎記念病院	○	委託	○		○	095-871-1515	長崎市深堀町1丁目11-54	
(医)小江原中央病院	委託	委託	○		—	095-846-1010	長崎市小江原2丁目1-20	
(医)光風台病院	委託	委託	委託		—	095-850-0001	長崎市鳴見台2丁目45-20	
(医)みどりクリニック	○	○	○		○	095-842-5430	長崎市城栄町32-20	
(医)光晴会病院	○	委託	○		○	095-857-3533	長崎市葉山1丁目3-12	
(医)虹が丘病院	委託	委託	○		—	095-808-1443	長崎市虹が丘町1-1	第1・3・5土曜日のみ休日実施
(医)新里クリニック浦上	委託	委託	委託		○	095-813-1234	長崎市茂里町3-20	
日本赤十字社長崎原爆病院	○	○	○		○	095-841-9612	長崎市茂里町3-15	
(医)春回会クリニック	○	○	○	土曜	○	0570-003-700	長崎市目覚町7-2	
(医)福田ゆたか外科医院	○	委託	○	土曜	—	095-843-7701	長崎市浜口町3-5	
(医)三原台病院	○	○	○		○	095-846-8585	長崎市三原1丁目8-35	第2・4土曜日のみ休日実施
聖フランシスコ病院	○	委託	○		—	095-846-2591	長崎市小峰町9-20	
(医)日浦病院	委託	委託	○	土曜	○	0959-25-0068	長崎市下黒崎町1402	

## ◇長崎地区

健診実施機関名	乳がん	子宮頸がん	眼底検査	休日実施	特定保健指導	電話番号	所在地	備考
(医)ニュー琴海病院	委託	委託	○		—	095-885-2016	長崎市琴海形上町1849-7	

## ◇西彼地区

健診実施機関名	乳がん	子宮頸がん	眼底検査	休日実施	特定保健指導	電話番号	所在地	備考
(医)時津中央クリニック	○	○	○		—	095-882-2550	西彼杵郡時津町浜田郷38-2	
(医)女の都病院	○	○	○		○	095-847-8383	西彼杵郡長与町高田郷849-18	
(医)長崎北徳洲会病院	○	○	○	土曜	○	095-813-5820	西彼杵郡長与町北陽台1-5-1	

## ◇佐世保地区

健診実施機関名	乳がん	子宮頸がん	眼底検査	休日実施	特定保健指導	電話番号	所在地	備考
(医)千住病院	委託	委託	○	土曜	—	0956-24-1010	佐世保市宮地町5-5	
長崎労災病院	○	○	○		—	0956-49-2191	佐世保市瀬戸越2丁目12-5	
(医)久保内科病院	委託	委託	○	土曜	—	0956-59-8747	佐世保市田原町11-9	
(医)松添胃腸科外科総合診療クリニック	○	委託	○	土曜	—	0956-22-6334	佐世保市光月町1-26	
(医)福田外科病院	○	○	○	土曜	○	0956-34-0151	佐世保市藤原町38-3	
(医)京町病院	委託	委託	○	土曜	—	0956-25-2255	佐世保市常盤町4-15	
佐世保共済病院	○	○	○		○	0956-22-6155	佐世保市島地町10-17	
(医)西九州健康診断本部診療所	○	委託	○		—	0956-34-4050	佐世保市卸本町252-2	検診車あり 五島地区のみ乳がん委託
(医)佐世保中央病院	○	○	○		○	0956-33-5335	佐世保市大和町15	
(医)三川内病院	委託	委託	○		—	0956-30-8011	佐世保市三川内本町290-1	
(医)杏林病院	委託	委託	○		—	0956-38-3373	佐世保市早苗町491-14	
(医)くりや内科医院	委託	委託	○	土曜	—	0956-58-7888	佐世保市指方町2217-1	
(医)佐世保国際通り病院	委託	委託	○		—	0956-37-8961	佐世保市浜田町1-6	
北松中央病院	—	—	○		—	0956-65-3101	佐世保市江迎町赤坂299	乳がん・子宮頸がん 実施不可

## ◇県北地区

健診実施機関名	乳がん	子宮頸がん	眼底検査	休日実施	特定保健指導	電話番号	所在地	備考
(ジャスコ) JCHO松浦中央病院	○	委託	○		○	0956-72-5700	松浦市志佐町浦免856-1	検診車あり
(医)北川病院	委託	委託	○	土曜	○	0950-22-2344	平戸市浦の町737	
(医)柿添病院	○	○	○		—	0950-23-2151	平戸市鏡川町278	
国民健康保険 平戸市民病院	○	委託	○		—	0950-28-1113	平戸市草積町1125-12	
平戸市立生月病院	委託	委託	○		—	0950-53-2155	平戸市生月町山田免2965	

◇ 県南地区

健診実施機関名	乳がん	子宮頸がん	眼底検査	休日実施	特定保健指導	電話番号	所在地	備考
(医)愛野記念病院	○	○	○		○	0957-27-5757	雲仙市愛野町甲3838-1	
(医)公立小浜温泉病院	委託	委託	○		○	0957-74-2213	雲仙市小浜町マリナーナ3番地2	
(医)池田病院	○	委託	○	土曜	○	0957-62-5163	島原市湖南町6893-2	
(医)泉川病院	○	委託	○		—	0957-72-2017	南島原市深江町丁2405	
(医)哲翁病院	○	○	委託	土曜	—	0957-86-3226	南島原市口之津町甲1181	

◇ 東彼・県央地区

健診実施機関名	乳がん	子宮頸がん	眼底検査	休日実施	特定保健指導	電話番号	所在地	備考
(医)諫早記念病院	委託	委託	○		—	0957-22-0370	諫早市天満町2-21	
(医)西諫早病院	○	委託	○		—	0957-25-8860	諫早市貝津町3015	
(医)宮崎診療所	○	○	○	土曜	○	0957-25-6000	諫早市久山台9-10	
(ジェイコー) JCHO諫早総合病院	○	○	○		○	0957-22-6717	諫早市永昌東町24-1	
(医)佐藤病院	委託	委託	○	土曜	—	0957-34-2062	諫早市小長井町井崎98	
(医)慈恵病院	委託	委託	○	土曜	—	0957-28-5001	諫早市多良見町化屋995	
(公財)長崎県健康事業団	○	○	○		○	0957-43-7131	諫早市多良見町化屋986-3	検診車あり
日本赤十字社長崎原爆諫早病院	○	○	○		—	0957-27-2127	諫早市多良見町化屋986-2	
(一社)日本健康倶楽部長崎支部	○	○	○	土・日祝	○	0957-43-6103	諫早市多良見町中里129-9	土日祝の実施は巡回健診のみ対応可能(要相談)
市立大村市民病院	○	○	○		○	0957-52-2163	大村市古賀島町133-22	
(医)山下外科医院	○	委託	委託	土曜	—	0957-54-7122	大村市西三城町17-18	
(医)南野病院	委託	委託	○		—	0957-54-5551	大村市東三城町33	
波佐見病院	委託	委託	○		—	0956-85-7021	東彼杵郡波佐見町榊木場郷792-1	

◇ 五島・壱岐・対馬地区

健診実施機関名	乳がん	子宮頸がん	眼底検査	休日実施	特定保健指導	電話番号	所在地	備考
長崎県壱岐病院	○	○	○		○	0920-47-1246	壱岐市郷ノ浦町東触1626	
長崎県対馬病院	○	○	○		—	0920-54-7111	対馬市美津島町鶏知乙1168-7	
長崎県上対馬病院	—	○	○		—	0920-86-4321	対馬市上対馬町比田勝630	乳がん実施不可
長崎県五島中央病院	○	○	○		—	0959-72-3181	五島市吉久木町205	
長崎県富江病院	—	—	○		—	0959-86-2131	五島市富江町狩立499	乳がん・子宮頸がん実施不可
奈良尾医療センター	委託	委託	委託		—	0959-44-1010	南松浦郡新上五島町奈良尾郷字新港1000	
有川医療センター	委託	委託	委託		—	0959-42-0320	南松浦郡新上五島町有川郷2255	
長崎県上五島病院	○	○	○		—	0959-52-3000	南松浦郡新上五島町青方郷1549-11	

◇ 検診車のみ(実施人数と地域に制限があります。詳しくは、健診実施機関へお問い合わせください。)

健診実施機関名	乳がん	子宮頸がん	眼底検査	休日実施	特定保健指導	電話番号	所在地	備考
(一財)船員保険 福岡健康管理センター	○	○	○		○	092-611-6721	福岡市東区原田3-4-10	
(一財)医療情報健康財団佐世保事務所	○	○	○	土・日祝	—	0956-37-6168	佐世保市大塔町1730-15	
(公財)労衛研	○	○	○	土曜	○	092-526-1036	福岡市南区那の川1-11-27	
(一財)日本予防医学協会 附属診療所ウエルビーイング博多	○	○	○	○	○	092-472-0222	福岡市博多区博多駅前3-19-5 博多石川ビル	土日は不定期

## 〔生活習慣病予防健診実施機関一覧表について〕

- 健診実施機関一覧表は令和5年12月現在の情報です。
- 乳がん検診・子宮頸がん検診・眼底検査欄の表示について
  - 「○」……当該健診実施機関で実施
  - 「委託」……当該健診実施機関が委託契約をしている他の医療機関で実施  
(詳しくは健診実施機関へお問い合わせください)
- 特定保健指導欄の表示について
  - 「○」……当該健診実施機関で実施
  - 「—」……当該健診実施機関で実施不可(協会けんぽの保健師・管理栄養士または専門機関により実施)
- 備考欄に「検診車あり」と記載がある健診実施機関の実施地区については、健診実施機関にお問い合わせください。

### ●胃内視鏡検査(胃カメラ)

- 胃検診については、原則、「胃部レントゲン検査(胃透視)」ですが、胃内視鏡検査(胃カメラ)に変更することが可能です。(一部実施できない健診実施機関があります)
- 胃カメラ検査をご希望の方は、健診実施機関へ予約の際にご相談ください。  
なお、胃カメラ検査を実施した場合は、別途追加料金が発生することがあります。

### 『留意事項』(必ずご確認ください)

- ご予約は健診実施機関に申込みをお願いします。(協会けんぽへのご連絡は不要です!)
- 年度内にお一人様につき1回、健診費用を補助します。  
また、労働安全衛生法に基づく「定期健康診断」として受診できます。
- 一般健診項目は、全て受診していただく必要があります。
- 予約状況によっては、年度途中で申込みを締め切る健診実施機関があります。
- 特定保健指導を案内された場合は、必ずご利用ください。

**健診当日は、保険証を必ず持参しましょう!**

# 健診対象者について

受診できる健診の種類は、下表のとおり年齢によって決まっています。

【令和6年度（2024年4月～2025年3月）生活習慣病予防健診対象者年齢一覧表】

年齢	生年月日	一般	単独 子宮頸 がん	付加	乳がん	子宮頸 がん	年齢	生年月日	一般	単独 子宮頸 がん	付加	乳がん	子宮頸 がん
20歳	H16.4.2 ~ H17.4.1	×	●	×	×	×	50歳	S49.4.2 ~ S50.4.1	●	×	●	●	●
21歳	H15.4.2 ~ H16.4.1	×	×	×	×	×	51歳	S48.4.2 ~ S49.4.1	●	×	×	×	×
22歳	H14.4.2 ~ H15.4.1	×	●	×	×	×	52歳	S47.4.2 ~ S48.4.1	●	×	×	●	●
23歳	H13.4.2 ~ H14.4.1	×	×	×	×	×	53歳	S46.4.2 ~ S47.4.1	●	×	×	×	×
24歳	H12.4.2 ~ H13.4.1	×	●	×	×	×	54歳	S45.4.2 ~ S46.4.1	●	×	×	●	●
25歳	H11.4.2 ~ H12.4.1	×	×	×	×	×	55歳	S44.4.2 ~ S45.4.1	●	×	●	×	×
26歳	H10.4.2 ~ H11.4.1	×	●	×	×	×	56歳	S43.4.2 ~ S44.4.1	●	×	×	●	●
27歳	H9.4.2 ~ H10.4.1	×	×	×	×	×	57歳	S42.4.2 ~ S43.4.1	●	×	×	×	×
28歳	H8.4.2 ~ H9.4.1	×	●	×	×	×	58歳	S41.4.2 ~ S42.4.1	●	×	×	●	●
29歳	H7.4.2 ~ H8.4.1	×	×	×	×	×	59歳	S40.4.2 ~ S41.4.1	●	×	×	×	×
30歳	H6.4.2 ~ H7.4.1	×	●	×	×	×	60歳	S39.4.2 ~ S40.4.1	●	×	●	●	●
31歳	H5.4.2 ~ H6.4.1	×	×	×	×	×	61歳	S38.4.2 ~ S39.4.1	●	×	×	×	×
32歳	H4.4.2 ~ H5.4.1	×	●	×	×	×	62歳	S37.4.2 ~ S38.4.1	●	×	×	●	●
33歳	H3.4.2 ~ H4.4.1	×	×	×	×	×	63歳	S36.4.2 ~ S37.4.1	●	×	×	×	×
34歳	H2.4.2 ~ H3.4.1	×	●	×	×	×	64歳	S35.4.2 ~ S36.4.1	●	×	×	●	●
35歳	H1.4.2 ~ H2.4.1	●	×	×	×	×	65歳	S34.4.2 ~ S35.4.1	●	×	●	×	×
36歳	S63.4.2 ~ H1.4.1	●	●	×	×	●	66歳	S33.4.2 ~ S34.4.1	●	×	×	●	●
37歳	S62.4.2 ~ S63.4.1	●	×	×	×	×	67歳	S32.4.2 ~ S33.4.1	●	×	×	×	×
38歳	S61.4.2 ~ S62.4.1	●	●	×	×	●	68歳	S31.4.2 ~ S32.4.1	●	×	×	●	●
39歳	S60.4.2 ~ S61.4.1	●	×	×	×	×	69歳	S30.4.2 ~ S31.4.1	●	×	×	×	×
40歳	S59.4.2 ~ S60.4.1	●	×	●	●	●	70歳	S29.4.2 ~ S30.4.1	●	×	●	●	●
41歳	S58.4.2 ~ S59.4.1	●	×	×	×	×	71歳	S28.4.2 ~ S29.4.1	●	×	×	×	×
42歳	S57.4.2 ~ S58.4.1	●	×	×	●	●	72歳	S27.4.2 ~ S28.4.1	●	×	×	●	●
43歳	S56.4.2 ~ S57.4.1	●	×	×	×	×	73歳	S26.4.2 ~ S27.4.1	●	×	×	×	×
44歳	S55.4.2 ~ S56.4.1	●	×	×	●	●	74歳	S25.4.2 ~ S26.4.1	●	×	×	●	●
45歳	S54.4.2 ~ S55.4.1	●	×	●	×	×	75歳*	S24.4.2 ~ S25.4.1	●	×	×	×	×
46歳	S53.4.2 ~ S54.4.1	●	×	×	●	●							
47歳	S52.4.2 ~ S53.4.1	●	×	×	×	×							
48歳	S51.4.2 ~ S52.4.1	●	×	×	●	●							
49歳	S50.4.2 ~ S51.4.1	●	×	×	×	×							

※今年度で75歳を迎える方は、誕生日から後期高齢者医療制度の加入者となりますので、誕生日の前日までに受診を終えていただく必要があります。

全国健康保険協会 長崎支部 保健グループ  
協会けんぽ

〒850-8537 長崎市大黒町9-22 大久保大黒町ビル本館8階  
電話:095-829-5002(直通)

協会けんぽ 長崎