

令和7年
7月号

職場内での回覧、掲示をお願いいたします。

協会けんぽからのお知らせ

被保険者（お勤めのご本人）様向け

差額人間ドックのご案内

協会けんぽでは、メタボリックシンドロームリスクの早期発見に重点を置いた「生活習慣病予防健診」の費用補助を行っています。

さらに、一部の健診機関においては、この費用補助を使って生活習慣病予防健診の検査項目に人間ドックの検査項目を追加する差額人間ドックを利用することができます。

対象となる方 下記3つ全てに該当する方が対象となります

- ①協会けんぽの被保険者（お勤めのご本人）様
- ②年齢が35歳※～74歳の方（※今年度35歳になる方から利用できます。）
- ③今年度生活習慣病予防健診をまだ受診していない方



差額人間ドック受診時の注意点

- 差額人間ドックの補助を利用できるのは年度内1回限りとなります。
- すでに生活習慣病予防健診を受診された方は利用できません。
- 差額人間ドックの検査内容・費用は健診機関ごとに異なります。

※検査項目や費用等詳細については直接健診機関へお問い合わせください。



利用できる健診機関

差額人間ドックが利用できる健診機関はホームページをご覧ください。差額人間ドック欄に「○」の表記がある健診機関にて受診できます。

また、お申し込みの際は、対象の健診機関に直接お電話で協会けんぽの補助を利用して人間ドック受診希望の旨をお伝えください。

健診実施機関



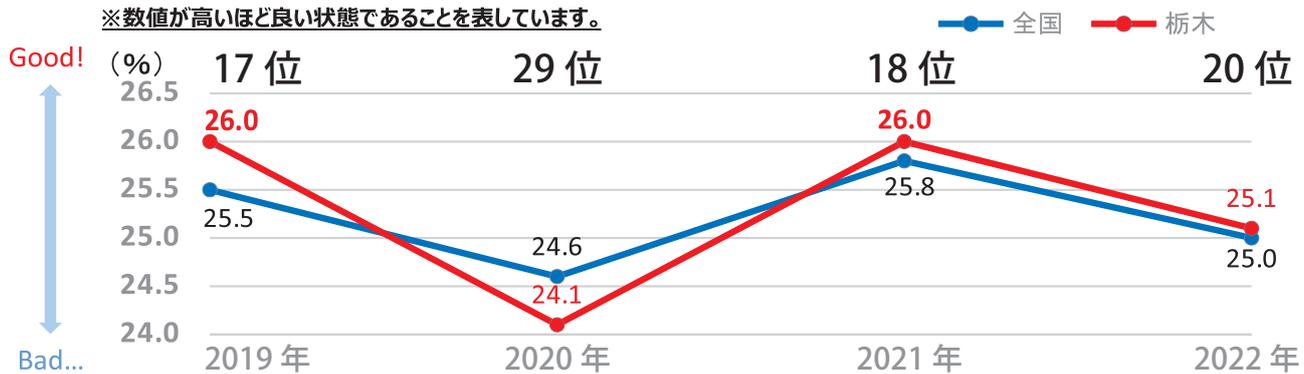
知っていますか？ 栃木のメタボリックシンドローム該当者減少率

生活習慣病は運動不足や不適切な食事、喫煙、過度な飲酒等の積み重ねによって引き起こされます。協会けんぽでは健診の結果、腹囲リスクや血圧・血糖などの数値が高い方をメタボリックシンドロームのリスクが高い方と判定し、対象の方に健康に関するサポート（保健指導）を実施しています。また、各支部においてメタボリックシンドロームのリスクがある方がどれだけ減少したかを表す数値として、メタボリックシンドローム該当者減少率を算出しています。

今回は、栃木支部のメタボリックシンドローム該当者減少率（以下、減少率）についてお知らせします。

メタボリックシンドローム該当者減少率と全国順位

※数値が高いほど良い状態であることを表しています。



- 2019年から2022年の4年間のうち、減少率は全国平均を3度上回っていますが、順位は中位であるため、まだまだ改善の余地がある状況です。
- 2021年、2022年ともに全国平均を上回っていますが、2022年は前年よりも減少率が下がっています。
- 2022年時点の栃木支部メタボリックシンドローム該当者は約2万人ですので、そのうち約1.5万人が依然としてメタボリックシンドローム該当者という状況です。

<メタボリックシンドロームの状態を放置すると、以下の病気を発症するリスクが高くなります>

心筋梗塞



脳卒中



失明



治療費の負担増、日常生活における支障、会社の生産性ダウンなど本人だけでなく会社の損失にもつながる恐れがあります！

メタボリックシンドロームを改善するために、保健指導を活用しましょう！

メタボリックシンドローム改善には、運動量を増やしたり、食生活を見直すなどのご自身に合った生活習慣の改善が必要です。しかし、ご自分だけでは何をどうしたらよいか、分からないことも多いと思います。

協会けんぽでは、メタボリックシンドロームリスクのある40歳～74歳の方を対象に、保健師や管理栄養士が食事・運動などの生活習慣改善に向けたサポートとして特定保健指導を実施しています。特定保健指導のご案内があった際は、ぜひご活用ください。

特定保健指導について詳しくはこちら ➡



 **全国健康保険協会 栃木支部**
協会けんぽ

〒320-8514 宇都宮市泉町6-20 宇都宮 DIビル7階
☎028-616-1691 (代表) 受付時間：平日8:30～17:15

協会けんぽ栃木支部

検索

(土日祝・年末年始を除く)

<https://www.kyoukaikenpo.or.jp/shibu/tochigi/>

健康保険制度等に関するお役立ち情報配信中！

栃木支部
公式

LINE

お友だち登録は
こちらから➡



栃木支部
公式

メルマガ

新規登録は
こちらから➡

