

協会けんぽ都道府県支部の連絡先一覧

健診の費用補助を利用できる全国の健診機関情報は、[協会けんぽの各都道府県支部ホームページ](#)でご確認いただくことも可能です。

2022年1月31日現在

支部名	保険者番号	郵便番号	所在地	電話番号
北海道	01010016	〒060-8524	札幌市北区北7条西4-3-1 新北海道ビル	011-726-0352
青森	01020015	〒030-8552	青森市長島2-25-3 ニッセイ青森センタービル	017-721-2799
岩手	01030014	〒020-8508	盛岡市中央通1-7-25 朝日生命盛岡中央通ビル	019-604-9009
宮城	01040013	〒980-8561	仙台市青葉区国分町3-6-1 仙台パークビル	022-714-6850
秋田	01050012	〒010-8507	秋田市旭北錦町5-50 シティビル秋田	018-883-1800
山形	01060011	〒990-8587	山形市幸町18-20 JA山形市本店ビル	023-629-7225
福島	01070010	〒960-8546	福島市栄町6-6 ユニックスビル	024-523-3915
茨城	01080019	〒310-8502	水戸市南町3-4-57 水戸セントラルビル	029-303-1500
栃木	01090018	〒320-8514	宇都宮市泉町6-20 宇都宮D1ビル	028-616-1691
群馬	01100015	〒371-8516	前橋市本町2-2-12 前橋本町スクエアビル	027-219-2100
埼玉	01110014	〒330-8686	さいたま市大宮区錦町682-2 大宮情報文化センター	048-658-5919
千葉	01120013	〒260-8645	千葉市中央区新町3-13 千葉TNビル	043-382-8311
東京	01130012	〒164-8540	中野区中野4-10-2 中野セントラルパークサウス	03-6853-6111
神奈川	01140011	〒220-8538	横浜市西区みなとみらい4-6-2 みなとみらいグランドセントラルタワー	045-270-8431
新潟	01150010	〒950-8513	新潟市中央区東大通2-4-4 日生不動産東大通ビル	025-242-0260
富山	01160019	〒930-8561	富山市奥田新町8-1 ボルファートとやま	076-431-6155
石川	01170018	〒920-8767	金沢市南町4-55 WAKITA金沢ビル	076-264-7200
福井	01180017	〒910-8541	福井市大手3-7-1 福井県協ビル	0776-27-8300
山梨	01190016	〒400-8559	甲府市丸の内3-32-12 甲府ニッセイスカイビル	055-220-7750
長野	01200013	〒380-8583	長野市南長野西後町1597-1 長野朝日八十二ビル	026-238-1251
岐阜	01210012	〒500-8667	岐阜市橋本町2-8 濃飛ニッセイビル	058-255-5155
静岡	01220011	〒420-8512	静岡市葵区呉服町1-1-2 静岡呉服町スクエア	054-275-6601
愛知	01230010	〒450-6363	名古屋市市中村区名駅1-1-1 JPTタワー名古屋	052-856-1490
三重	01240019	〒514-1195	津市栄町4-255 津栄町三交ビル	059-225-3311
滋賀	01250018	〒520-8513	大津市梅林1-3-10 滋賀ビル	077-522-1099
京都	01260017	〒604-8508	京都市中京区烏丸通六角下ル七観音町634 カラスマプラザ21	075-256-8630
大阪	01270016	〒550-8510	大阪市西区靱本町1-11-7 信濃橋三井ビル	06-7711-4300
兵庫	01280015	〒651-8512	神戸市中央区磯上通7-1-5 三宮プラザEAST	078-252-8701
奈良	01290014	〒630-8535	奈良市大宮町7-1-33 奈良センタービル	0742-30-3700
和歌山	01300011	〒640-8516	和歌山市六番丁5 日進和歌山ビル	073-421-3100
鳥取	01310010	〒680-8560	鳥取市今町2-112 アクティ日ノ丸総本社ビル	0857-25-0050
島根	01320019	〒690-8531	松江市殿町383 山陰中央ビル	0852-59-5139
岡山	01330018	〒700-8506	岡山市北区本町6-3-6 第一セントラルビル	086-803-5780
広島	01340017	〒732-8512	広島市東区光町1-10-19 日本生命広島光町ビル	082-568-1011
山口	01350016	〒754-8522	山口市小郡下郷312-2 山本ビル第3	083-974-0530
徳島	01360015	〒770-8541	徳島市沖浜東3-4-6 Jビル西館	088-602-0250
香川	01370014	〒760-8564	高松市鍛冶屋町3 香川三友ビル	087-811-0570
愛媛	01380013	〒790-8546	松山市千舟町4-6-3 アヴァンサ千舟	089-947-2100
高知	01390012	〒780-8501	高知市本町4-2-40 ニッセイ高知ビル	088-820-6010
福岡	01400019	〒812-8670	福岡市博多区上呉服町10-1 博多三井ビルディング	092-283-7621
佐賀	01410018	〒840-8560	佐賀市駅南本町6-4 佐賀中央第一生命ビル	0952-27-0611
長崎	01420017	〒850-8537	長崎市大黒町9-22 大久保大黒町ビル本館	095-829-6000
熊本	01430016	〒862-8520	熊本市中央区水前寺1-20-22 水前寺センタービル	096-340-0260
大分	01440015	〒870-8570	大分市金池南1-5-1 ホルトホール大分	097-573-5630
宮崎	01450014	〒880-8546	宮崎市橋通東1-7-4 第一宮銀ビル	0985-35-5364
鹿児島	01460013	〒892-8540	鹿児島市山之口町1-10 鹿児島中央ビル	099-219-1734
沖縄	01470012	〒900-8512	那覇市旭町114-4 おきでん那覇ビル	098-951-2211

全国健康保険協会 愛知支部 協会けんぽ

〒450-6363
名古屋市中村区名駅1-1-1 JPTタワー名古屋23階
TEL 052-856-1490 (代表)
平日:午前8時30分～午後5時15分(年末年始を除く)

協会けんぽのメルマガ

健康保険や健康づくりに関する
タイムリーな情報をお届け

毎月1回発行 無料

協会けんぽ愛知 メルマガ 検索

スマホの方はこちらから▶



簡単 3ステップ

誰でも登録
できます!!

1 ご登録画面へアクセス

2 新規登録をクリック

3 アドレス等を入力し
確認ボタンをクリック

2022年度 | 保存版

事業主・健診事務ご担当者様向け

健診受診の手引き

35

歳以上の方向け
生活習慣病
予防健診は...



検査内容が
充実!

5つのがん検査の他
健康サポートも!

健診費用の
約6割を
協会けんぽが
補助!

1回の
受診でOK!

定期健診と
置き換え可能!

さらに! 健診機関に予約するだけで受診ができる!

全国健康保険協会 愛知支部
協会けんぽ

「生活習慣病予防健診」について
詳しくは中面へ

健診受診は

お早めにご予約ください！



受診期間 2022年4月1日 ▶ 2023年3月31日

ご存知
ですか？

日本人の三大死因である、がん・心臓病・脳卒中。

これらの病気には、

「生活習慣病」が大きくかかわっています。

協会けんぽが、35歳以上の被保険者向けに実施している「生活習慣病予防健診」なら、

●健診費用の約6割を協会けんぽが補助しますので、大きな負担なく受診することができます。

●5種類のがん検査(大腸・胃・肺・乳・子宮頸がん)も同時に受診可能です。

さらに、無料で生活習慣病を予防するための健康サポート(特定保健指導)を行っています。

●定期健診に置き換えることが可能なので何度も健診を受ける必要はありません。

ご自身の健康状態を知るためにも、毎年健診を受けて、生活習慣病などの早期予防と早期発見・治療につなげましょう！



新型コロナウイルス感染拡大防止にご協力をお願いします

健診機関では、新型コロナウイルスに対し、十分な感染予防対策を講じた上で健診を実施しております。



受付時の
手指消毒



非接触型
体温計
による検温



マスク着用
の徹底



定員枠の
制限

新型コロナウイルス感染防止の為、平常時より予約が取りにくい場合があるため、詳細は健診機関へ確認してください。

スマートフォンは
こちらから



詳しくは、協会けんぽホームページをご確認ください。

▶ <https://www.kyoukaikenpo.or.jp/>

協会けんぽ

検索

もくじ [2022年度 健診受診の手引き]

■生活習慣病予防健診【35歳以上の被保険者(ご本人)】

●検査内容・年齢・費用など	4～5
●健診受診の流れ	6～7
●健診の種類と項目	8～9
●よくあるお問い合わせ	10～11

生活習慣病
予防健診

■健康サポート(特定保健指導)

●健診後の健康サポート	12～13
-------------	-------

健康サ
ポート

■健診結果提出のお願い

●健診結果データの提出	14
-------------	----

健診結果提出の
お願い

■特定健康診査【40歳以上の被扶養者(ご家族)】

●特定健康診査	15
●よくあるお問い合わせ	16
●特定健康診査受診券(セット券)申請書・記入例	17～18

特定健康診査

■健診結果の閲覧

●マイナポータル上での健診結果の閲覧	19
--------------------	----

健診結果の閲覧

検査内容・年齢・費用 など

受診できる年齢・検査内容・費用をご確認ください。

約6割を
協会けんぽが
補助します
(※2)

一般健診※1 35歳～74歳の被保険者 (75歳の誕生日前日まで)	検査の内容 ●問診・触診等 ●身体計測 (身長、体重、腹囲等) ●血圧測定 ●視力・聴力検査 ●尿検査 ●血液検査(肝機能、血糖、脂質、貧血、尿酸等) ●心電図検査 [がん検診等] ●胸部レントゲン検査(肺がん検診) ●便潜血反応検査(大腸がん検診) ●胃部レントゲン検査(胃がん検診) ●眼底検査(医師が必要と認めた場合のみ実施)	総額 18,865円	自己負担額 7,169円
子宮頸がん 検診 20歳～38歳で偶数年齢の 女性被保険者(単独受診)	検査の内容 ●問診 ●細胞診(医師採取) ▶自己採取による検査は実施していません。	総額 3,463円	自己負担額 1,039円

※1一般健診は「労働安全衛生法に基づく定期健診の検査項目」及び一部「がん検診」を含みます。
※2自己負担額は最高額です。健診機関によって多少異なります。

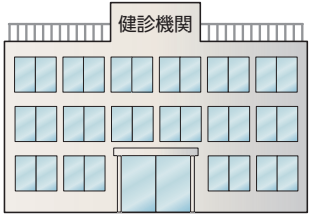


一般健診に追加して受診する健診（単独での受診はできません）

付加健診 40歳と50歳の 被保険者	検査の内容 ●尿沈渣顕微鏡検査 ●肺機能検査 ●血液学的検査 (血小板数、末梢血液像) ●生化学的検査 (総蛋白、アルブミン、総ビリルビン、 アミラーゼ、LDH) ●眼底検査 ●腹部超音波検査(腹部エコー)	総額 9,603円	自己負担額 4,802円
乳がん検診 40歳～74歳で 偶数年齢の 女性被保険者	検査の内容 ●問診 ●乳房エックス線検査 (マンモグラフィー) 40歳～48歳(2方向撮影) 50歳～74歳(1方向撮影)	総額 5,621円 3,619円	自己負担額 1,686円 1,086円
子宮頸がん 検診 36歳～74歳で 偶数年齢の 女性被保険者	検査の内容 ●問診 ●細胞診(医師採取) ▶自己採取による検査は実施していません。 ▶36歳・38歳の方は、子宮頸がん単独での検診も可能です。	総額 3,463円	自己負担額 1,039円
肝炎ウイルス 検査 35歳～74歳の 被保険者 (75歳の誕生日前日まで)	検査の内容 ●HCV抗体検査 ●HBs抗原検査 ▶過去にC型肝炎ウイルス検査を受けたことがある方は 受診できません。	総額 2,079円	自己負担額 624円

*乳腺エコーは検査費用の補助対象外です。

どの健診が
受診可能か、
チェックしてみよう！



健診対象者年齢一覧表(2022年度)

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	H14.4.2～H15.4.1	×	●	×	×	×	48歳	S49.4.2～S50.4.1	●	×	×	●	●
21歳	H13.4.2～H14.4.1	×	×	×	×	×	49歳	S48.4.2～S49.4.1	●	×	×	×	×
22歳	H12.4.2～H13.4.1	×	●	×	×	×	50歳	S47.4.2～S48.4.1	●	×	●	●	●
23歳	H11.4.2～H12.4.1	×	×	×	×	×	51歳	S46.4.2～S47.4.1	●	×	×	×	×
24歳	H10.4.2～H11.4.1	×	●	×	×	×	52歳	S45.4.2～S46.4.1	●	×	×	●	●
25歳	H9.4.2～H10.4.1	×	×	×	×	×	53歳	S44.4.2～S45.4.1	●	×	×	×	×
26歳	H8.4.2～H9.4.1	×	●	×	×	×	54歳	S43.4.2～S44.4.1	●	×	×	●	●
27歳	H7.4.2～H8.4.1	×	×	×	×	×	55歳	S42.4.2～S43.4.1	●	×	×	×	×
28歳	H6.4.2～H7.4.1	×	●	×	×	×	56歳	S41.4.2～S42.4.1	●	×	×	●	●
29歳	H5.4.2～H6.4.1	×	×	×	×	×	57歳	S40.4.2～S41.4.1	●	×	×	×	×
30歳	H4.4.2～H5.4.1	×	●	×	×	×	58歳	S39.4.2～S40.4.1	●	×	×	●	●
31歳	H3.4.2～H4.4.1	×	×	×	×	×	59歳	S38.4.2～S39.4.1	●	×	×	×	×
32歳	H2.4.2～H3.4.1	×	●	×	×	×	60歳	S37.4.2～S38.4.1	●	×	×	●	●
33歳	H1.4.2～H2.4.1	×	×	×	×	×	61歳	S36.4.2～S37.4.1	●	×	×	×	×
34歳	S63.4.2～H1.4.1	×	●	×	×	×	62歳	S35.4.2～S36.4.1	●	×	×	●	●
35歳	S62.4.2～S63.4.1	●	×	×	×	×	63歳	S34.4.2～S35.4.1	●	×	×	×	×
36歳	S61.4.2～S62.4.1	●	●	×	×	●	64歳	S33.4.2～S34.4.1	●	×	×	●	●
37歳	S60.4.2～S61.4.1	●	×	×	×	×	65歳	S32.4.2～S33.4.1	●	×	×	×	×
38歳	S59.4.2～S60.4.1	●	●	×	×	●	66歳	S31.4.2～S32.4.1	●	×	×	●	●
39歳	S58.4.2～S59.4.1	●	×	×	×	×	67歳	S30.4.2～S31.4.1	●	×	×	×	×
40歳	S57.4.2～S58.4.1	●	×	●	●	●	68歳	S29.4.2～S30.4.1	●	×	×	●	●
41歳	S56.4.2～S57.4.1	●	×	×	×	×	69歳	S28.4.2～S29.4.1	●	×	×	×	×
42歳	S55.4.2～S56.4.1	●	×	×	●	●	70歳	S27.4.2～S28.4.1	●	×	×	●	●
43歳	S54.4.2～S55.4.1	●	×	×	×	×	71歳	S26.4.2～S27.4.1	●	×	×	×	×
44歳	S53.4.2～S54.4.1	●	×	×	●	●	72歳	S25.4.2～S26.4.1	●	×	×	●	●
45歳	S52.4.2～S53.4.1	●	×	×	×	×	73歳	S24.4.2～S25.4.1	●	×	×	×	×
46歳	S51.4.2～S52.4.1	●	×	×	●	●	74歳	S23.4.2～S24.4.1	●	×	×	●	●
47歳	S50.4.2～S51.4.1	●	×	×	×	×	75歳※	S22.4.2～S23.4.1	●	×	×	×	×

※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。

生活習慣病
予防健診

健康サポート

健診結果提出の
お願い

特定健康診査

健診結果の閲覧

健診受診の流れ

✓ 以下の手順で、健診を受診してください。

対象となる方 35歳から74歳までの被保険者ご本人様
20歳から38歳までの偶数年齢の女性の方は、子宮頸がん単独受診も可能です。

STEP 1 健診機関を選んでください

同封の健診実施機関一覧表をご覧ください。



STEP 2 健診機関へご予約ください

健診機関へ直接ご連絡・ご予約をお願いいたします。協会けんぽと契約している健診機関であれば、全国どこでも受診することができます。

- 愛知県以外の健診機関については協会けんぽのホームページでご確認ください。
- 受診対象年齢・受診する健診の種類(付加健診や乳がん検診など)をご確認の上、予約してください。▶ 5 ページをご参照ください。
- ご予約の際、健康保険証の記号、番号、保険者番号が必要です。

協会けんぽへ申込書の提出は不要です。



STEP 3 健診を受診してください

ご予約された健診機関の案内にしたがって、受診してください。

受診時に健康保険証が必要です

ご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のでご注意ください。

- 健診日や健診機関の変更は、直接健診機関とご調整ください。
- 健診受診後、おおそ2週間で、受診した健診機関から健診結果が届きます。



情報提供サービスのご案内

情報提供サービスのご利用方法(生活習慣病予防健診)

- 1 協会けんぽのホームページからユーザーIDの取得申請をする。
● 協会けんぽからユーザーIDと協会発行パスワードを1週間程度で郵送します。
- 2 情報提供サービスへログインし、情報提供サービスを利用するための事前準備(初回のみ)を行う。
● ダウンロードパスワードの設定。
- 3 健診対象者一覧をダウンロードする。
● 健診対象者一覧(CSVデータ)をダウンロード。 ● 対象者の確認や支店管理などにご活用ください。



情報提供サービスのご利用方法は こちらから

こちらのページをコピーして、従業員様にお渡しいただくと便利です。

本ページをコピーしてご利用ください



従業員の皆様へ

生活習慣病予防健診を受けましょう

対象となる方 35歳から74歳までの被保険者ご本人様
20歳から38歳までの偶数年齢の女性の方は、子宮頸がん単独受診も可能です。

受診期間 令和4年度中(2022年4月1日～2023年3月31日)

● 受診までのステップ

STEP 1 お近くの健診機関を探してください

健診実施機関の一覧は、協会けんぽ都道府県支部のホームページをご参照ください。

協会けんぽホームページ ▶ 協会けんぽ 健診実施機関等一覧 検索

スマートフォンは
こちらから



STEP 2 受診予約をしてください

ご希望の健診機関に連絡の上、健診受診日のご予約をお取りください。

お手元に健康保険証をご用意ください

- ご予約がない場合は受診できませんのでご注意ください。

STEP 3 健診を受診してください

ご予約された健診機関の案内にしたがって、受診してください。

受診時に健康保険証が必要です

ご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のでご注意ください。

- 健診日や健診機関の変更は、直接健診機関とご調整ください。
- 健診受診後、おおそ2週間で、受診した健診機関から健診結果が届きます。



メモ欄

健診受診日 年 月 日 時から

健診機関

健診の種類と項目

✓ 健診の種類と検査項目について、ご確認ください。

■ 健診の種類は、おもに4種類あります。

特定健康診査
協会けんぽから補助あり

〔40歳以上の被扶養者
（ご家族）〕

メタボに着目した健診

生活習慣病予防健診
協会けんぽから補助あり

〔35歳以上の被保険者（ご本人）〕

がん検診を含んだ健診が7,169円で受診可能。
年齢によっては付加健診（人間ドック並）も補助。
定期健診に置き換え可能。

定期健診
（事業者健診）

〔全従業員〕

全額事業主負担。
法律により実施が義務付
けられています。

人間ドック

利用する健診機関
によって内容・料金
が異なります。



健診ごとの検査項目		特定健康診査	生活習慣病 予防健診	労働安全衛生法に 基づく定期健診
診 察 等	問診（既往歴、服薬歴、自覚症状、 他覚症状、喫煙歴等）	○	○	○
	計 測			
	身長	○	○	△
	体重	○	○	○
	BMI	○	○	○
	腹囲	○	○	△
	視力	○	○	○
	聴力	○	○	○
	理学的所見（胸部聴診・腹部触診）	○	○	○
血 圧		○	○	○
脂 質	総コレステロール	○	○	○
	中性脂肪	○	○	▲
	HDLコレステロール	○	○	▲
	LDLコレステロール	○	○	▲
	non-HDLコレステロール	◇	◇	◇
肝 機 能	GOT(AST)	○	○	▲
	GPT(ALT)	○	○	▲
	γ-GTP(γ-GT)	○	○	▲
	ALP(IFCC法)	○	○	○
代 謝 系	空腹時血糖	○	○	◆
	ヘモグロビンA1c(NGSP値)	●	●	◆
	随時血糖	●(※)	●(※)	◆(※)
	尿糖 半定量	○	○	○
血 液 一 般	尿酸	○	○	○
	ヘマトクリット値	■	○	○
	血色素判定	■	○	▲
	赤血球数	■	○	▲
尿・腎機能	白血球数	○	○	○
	尿蛋白 半定量	○	○	○
	尿潜血	○	○	○
	血清クレアチニン(eGFR)	■	○	○
生 理 学 検 査	心電図検査	■	○	▲
	眼底検査	■	■	○
	胸部レントゲン検査	○	○	△
	喀痰細胞診	○	○	△
	胃部レントゲン検査	○	○	○
そ の 他 保 険 者 が 任 意 に 行 う 検 査	胃部内視鏡検査	○	☆	○
	HBs抗原	○	○	○
	HCV抗体	○	○	○
	便潜血	○	○	○
	子宮頸がん(スメア方式)	○	○	○
	乳がん	○	○	○

- …必須項目
- …空腹時血糖の検査が実施できない場合ヘモグロビンA1cもしくは随時血糖で代用可能
- …以前検査を受けたことがない者
- …医師の判断により実施する項目
- ☆…希望により実施する項目
- △…医師の判断により省略可能（省略条件は検査項目により異なる）
- ▲…医師の判断により省略可能（35歳及び40歳以上の者については必須項目）
- ◇…条件付きで実施する項目（中性脂肪が400mg/dl以上や食後採血の場合、LDLコレステロールの代わりに実施可能）
- ◆…選択実施項目 医師の判断により省略可能（35歳及び40歳以上の者については必須項目）
- (※)実施条件として、やむを得ず空腹時血糖もヘモグロビンA1cも測定しない場合で、食事開始後3.5時間以上であること。

生活習慣病予防健診結果からわかること

あなたの健診結果を
参考基準値と照合してみましょう

健康維持のためには、検査値の変化を比較・観察することも効果的です。健診結果は毎年保存しておきましょう。
また、**健診の結果から医療機関への受診を勧められている場合はご自身の命を守り、日常を大切に過ごすため必ず医療機関に受診しましょう。**

○…特定健診項目
(注1のLDLコレステロールとnon-HDLコレステロールはいずれか1つ)
(注2の空腹時血糖、ヘモグロビンA1c、随時血糖はいずれか1つ)
□…特定健診の詳細な健診項目
・薄緑色になっている項目は特定保健指導の判定項目です。

		特定 健診 項目	参考基準値※	検査でわかることなど
診 察 等	問 診	○	—	自覚症状・家族歴・既往症・服薬治療中の病気の有無・喫煙の有無など質問をもとにした医師の予備的診断です。
	身長・体重	○	—	体重が昨年と比べて変化したかに注目しましょう。急な増減は要注意です。
	BMI	○	18.5～25未満 (標準は22)	肥満(もしくはやせ)かどうかわかります。 *BMIの求め方=体重()kg÷身長()m÷身長()m
	腹 囲	○	男性:85cm未満 女性:90cm未満	内臓脂肪の蓄積の程度がわかります。
	視 力		裸眼視力0.8～1.2	近視かどうかわかります。
	聴 力		1,000Hz・4,000Hz いずれも所見なし	難聴の有無や程度がわかります。
	最高血圧(収縮期) 最低血圧(拡張期)	○ ○	130mmHg未満 85mmHg未満	血圧は心臓が収縮または拡張した時に血管壁にあたる血流の強さを表しています。循環器(心臓、血管)の異常のほか腎臓・内分泌・代謝系の異常を知る手がかりになります。
脂 質	総コレステロール		140～199mg/dl	総コレステロールはホルモンや細胞膜の材料になります。多すぎると動脈硬化を起こす原因になります。
	中性脂肪	○	150mg/dl未満	中性脂肪は糖分(主食・アルコール・甘いもの)の取りすぎや運動不足で増え、悪玉のLDLコレステロールを増やし動脈硬化を進めることにつながります。
	HDLコレステロール	○	40mg/dl以上	HDLコレステロールは血管にたまった悪玉のLDLコレステロールを肝臓に持ち帰る働きがあるので善玉コレステロールといわれています。
	LDLコレステロール non-HDLコレステロール	○注1 ○注1	120mg/dl未満 150mg/dl未満	高値のまま放置すると、動脈硬化が進み、脳梗塞や心臓病の原因になります。
肝 機 能	GOT(AST)	○	30U/l以下	肝細胞に多く含まれる酵素で、肝臓に障害が起こると血液中に流れ出し値が高くなります。特に、「γ-GTP」はアルコール性肝障害で数値が高くなります。なお、GOT(AST)は心筋にも多く含まれます。
	GPT(ALT)	○	30U/l以下	
	γ-GTP(γ-GT)	○	50U/l以下	
	ALP(IFCC法)		38～113U/l	高値は胆汁の排泄に障害がある疑いがあります。
代 謝 系	空腹時血糖	○注2	100mg/dl未満	高値は糖尿病の疑いがあります。食事の影響が強いため空腹時に検査をします。
	ヘモグロビンA1c (NGSP値)	○注2	5.6%未満	過去1～2か月の血糖状態を表します。高値は糖尿病の疑いがあります。
	随時血糖	○注2	100mg/dl未満	高値は糖尿病の疑いがあります。
	尿 糖(半定量)	○	(-)	尿中の糖の有無を調べます。血糖値が高いときに増えることがあります。
血 液 一 般	尿 酸		7.0mg/dl以下	尿酸はプリン体代謝の最終産物です。高くなると痛風、尿路結石の原因になります。
	Ht(ヘマトクリット)	□	男:38.0～48.9% 女:34.0～43.9%	ヘマトクリットは血液全体に占める赤血球の割合を表します。低値は貧血の疑いがあります。
	Hb(ヘモグロビン)	□	男:13.0～16.6g/dl 女:11.4～14.6g/dl	ヘモグロ빈は赤血球の中の物質で酸素を運び働きをしています。低値は鉄欠乏性貧血の疑いがあります。
	赤血球数	□	男:400～539(×10 ⁴ /mm ³) 女:360～489(×10 ⁴ /mm ³)	赤血球は肺で取り入れた酸素を全身に運び、不要となった二酸化炭素を回収して肺に送る役目があります。高値は多血症、低値は貧血の疑いがあります。
尿・腎機能	白血球数		33～89(×10 ³ /mm ³)	白血球は体に侵入してきた細菌・ウイルス・異物・有害物等をとらえ、排除したり殺したりする働きがあります。高値は感染症の疑い、非常に高い値・低値は血液の病気の疑いがあります。
	尿蛋白(半定量)	○	(-)	尿中の蛋白の有無を調べます。腎炎・起立性蛋白尿などで陽性の場合があります。
	尿潜血		(-)	尿中に混じるごく微量の血液の有無を調べます。腎炎・尿道炎・尿路結石などで陽性になります。
	血清クレアチニン	□	男:1.10mg/dl以下 女:0.80mg/dl以下 60ml/min/1.73ml以上	腎機能の状態を調べます。高値は腎機能障害の疑いがあります。腎機能の状態を調べます。低値は腎機能障害の疑いがあります。
そ の 他	胸部X線		—	肺の病気の有無・心臓の大きさ・大血管の大きさを調べます。
	心電図	□	—	心臓の状態をチェックし、不整脈・心肥大・狭心症・心筋梗塞等がないかを調べます。
	胃部レントゲン・内視鏡		—	食道・胃・十二指腸の異常がないかを調べます。
	便潜血反応検査		—	便中の血液の有無を調べ、消化管出血の有無を調べます。
	腹部超音波		—	肝臓・胆のう・腎臓などの異常がないかを調べます。
	眼底検査	□	—	目の病気のほか、高血圧、動脈硬化、糖尿病による病変がないかを調べます。

※検査結果等を判定する際の参考値となります。受診された健診機関によっては数値が異なる場合があります。
※参考基準値は目安となります。基準値外が即病気ではなく、総合的な判断は問診・診察等とともに判断することになります。

生活習慣病の
リスクがあると
判定された方は

健康サポート
を受けることができます！

▶12～13ページをご参照ください。

生活習慣病
予防健診

健康サポ-ト

健診結果提出の
お願い

特定健康診査

健診結果の閲覧

よくあるお問い合わせ



お問い合わせの前に必ずお読みください。

協会けんぽホームページに「よくあるご質問」を掲載しておりますので、併せてご覧ください。

協会けんぽ よくあるご質問

検索



健診受診の手続きについて

Q1 協会けんぽの補助を使って健診を受ける方法を教えてください。

A 「生活習慣病予防健診実施機関一覧表」の中の健診機関にご予約いただくだけです。

また、ご予約の際には健康保険証の記号・番号・保険者番号が必要となります。
協会けんぽから3月下旬～4月上旬にお送りした健診対象者一覧は、ご予約の際に特に必要ではありません。

Q2 送付された健診対象者一覧に名前が印字されていない被保険者がいますが、健診を受けることはできますか？

A 今年度35歳以上74歳以下であればご受診いただけます。

名前が印字されていない方は、5ページの「健診対象者年齢一覧表」で受診対象に該当するかご確認ください。(お送りした健診対象者一覧は、令和4年1月中旬のデータで作成しています)

Q3 予約をしたあとに健康保険証が変わった場合はどうしたらよいですか？

A 予約先の健診機関に、必ず健康保険証が変わった旨と変更後の健康保険証の記号、番号、保険者番号のご連絡をお願いいたします。

なお、健康保険証が変わったことで、補助が受けられない場合等の可能性がありますので、ご注意ください。



対象外の方について

Q4 35歳未満の従業員も受診させたいのですが、どうすればよいですか？

A 健診機関に直接お問い合わせください。

協会けんぽからの費用補助はありません。協会けんぽと契約している健診機関の大半が、事業者健診(労働安全衛生法上の定期健診)も実施しておりますので、内容や料金を直接ご確認ください。



検査内容について

Q5 胃の検査をバリウムからカメラに変更可能ですか？

A ご予約の際に健診機関へご相談ください。

健診機関によっては、追加費用が生じる場合があります。

Q6 乳がん検診・子宮頸がん検診のみ受診することはできますか？

A 乳がん検診・子宮頸がん検診は、一般健診と合わせて受けていただくもので、単独受診はできません。

(20歳から38歳までの偶数年齢の女性のみ、子宮頸がん単独受診も可能です)
がん検診は、市区町村でも実施していますので、お住まいの市区町村へお問い合わせください。

Q7 受たい検査項目を選んで受診することは可能ですか？

A 生活習慣病予防健診はセット料金になっており、どの検査項目も生活習慣病の予防に必要な検査項目のためすべて受診していただくこととなります。

ただし、当日の体調等を考慮して健診機関の医師の判断で一部検査を行わなかった場合は、この限りではありません。

Q8 人間ドックを受診しますが、協会けんぽの補助は受けられますか？

A 健診機関に直接ご確認ください。

生活習慣病予防健診と人間ドックは別の健診となり、基本的には全額自己負担となります。ただし、生活習慣病予防健診と自己負担の健診を組み合わせた健診を行っている健診機関もありますので、受診を希望される健診機関へ直接ご相談ください。



健診機関について

Q9 パンフレットに掲載されていない愛知県内の健診機関で受診したいのですが可能ですか？

A 協会けんぽと契約を結んでいる健診機関での受診が補助の対象となります。

このため、「生活習慣病予防健診実施機関一覧表」に掲載されていない愛知県内の健診機関で健診を受ける場合は全額自己負担となりますのでご注意ください。

Q10 愛知県以外で受診したい従業員がいるのですが可能ですか？

A 協会けんぽと契約を結んでいる健診機関であれば受診できます。

全国の契約健診機関については、健診機関の所在する協会けんぽ支部のホームページに掲載しております。

スマートフォンは
こちらから



最新の生活習慣病予防健診実施機関一覧はこちらから

協会けんぽ 健診実施機関等一覧 検索

健康サポート(特定保健指導)

- ✓ **従業員の皆様の健康を守るために、健康サポートをご利用ください。**



健康サポートとは

保健師・管理栄養士が、健診結果や生活習慣に応じたオーダーメイドの生活習慣改善策と一緒に考え、3か月以上にわたって食事管理、体重コントロールなどのサポートを行わせていただきます。
食事や運動・喫煙・飲酒・ストレスなど日々の生活習慣が原因で起こる生活習慣病になる前の段階で健康を維持していくのが健康サポートの役割です。

- 健康サポート対象者となるか、チェックしてみましょう。

対象年齢
40歳～74歳

STEP 1 AとBのどちらに該当しますか？

A 腹囲
男性:85cm以上
女性:90cm以上

または

B 腹囲
男性:85cm未満
女性:90cm未満
かつ BMI 25以上

どちらもあてはまらない場合は対象外となります。

STEP 2 以下のリスクのうち、いくつ該当しますか？

血压 最高血压(収縮期)130mmHg以上
または
最低血压(拡張期)85mmHg以上

脂質 中性脂肪値150mg/dℓ以上
または
HDLコレステロール値40mg/dℓ未満

血糖 空腹時血糖値100mg/dℓ以上
または
HbA1c5.6%(NGSP)以上

喫煙 血压、血糖、脂質の3つのうち1つでも当てはまる方はカウントされます

1つもあてはまらない場合は対象外となります。

STEP 3 STEP 1 STEP 2の結果をふまえて、下記の表のどこに該当するか、確認してください。

STEP 2 \ STEP 1	A	B
1つ	動機づけ支援	
2つ	積極的支援	動機づけ支援
3つ以上	積極的支援	

※高血圧症・糖尿病・脂質異常症で服薬中の方、インスリン注射をしている方は、対象にはなりません。
※65歳以上75歳未満の方は、積極的支援に該当となった場合は動機づけ支援となります。

健康サポートを受けるメリット

メリット1

労働力を失うリスクを減らせます

健康サポートの対象者様は心疾患や脳血管疾患のリスクが約3倍になるといわれています。
従業員の皆様の健康状態の悪化により人材不足に陥った場合、新たな人材を獲得するコストがかかったり、残った人材の負担が増えたりするなど悪循環になる恐れがあります。

メリット2

健康経営[®]推進に役立ちます

「健康経営」とは会社が従業員の健康に積極的に配慮することによって「経営面においても大きな成果が期待できる」との考えのもと、会社が戦略的に健康づくりを実施することです。
※NPO法人健康経営研究会の登録商標です。



従業員の皆様の健康維持・増進は生産性の向上や企業イメージアップにもつながります



健康管理を本人任せにせず、**事業主様、健診事務ご担当者様の積極的な関与で**健康サポートの実施へのご協力をお願いします。

※健康サポートは無料です。

健康サポートの始めかた

始めかた

1

生活習慣病予防健診の当日に健康サポートをスタート！

生活習慣病予防健診実施機関一覧の

「保健指導」欄に「◎」もしくは「○」がある健診機関へ予約をしましょう

※健診当日の健康サポートについては予約時に健診機関へご相談ください。



・健診当日に健康サポートを受けられなかった ・健康サポートを実施している健診機関でなかった など

始めかた

2

協会けんぽ(もしくは委託機関)より事業所へ健康サポートのご案内をお送りします

ご希望の方法で健康サポートをスタート！

- ①事業所での訪問面談 ②ICT(情報通信機器)面談
- ③協会けんぽ 愛知支部(名古屋駅すぐ)での面談

健診結果データの提出

☑ 生活習慣病予防健診を利用されていない事業所様はご確認ください。



事業者健診(定期健診)結果の
データをご提出ください。

データ提出のメリット

メリット
1

健康サポートが
無料で
ご利用可能に！

メタボリックシンドローム判定を行い、
該当する 40 歳から 74 歳までの方が
対象です。

メリット
2

健診受診率が
加算されて
おトクに！

データの提供も、健診実施率として加算されます。
健診実施率が高いほど、(協会けんぽ愛知支部全体の)
保険料率が抑制されます。

データ提供までの流れ

STEP
1

協会けんぽへ同意書を提出してください

同意書はホームページからダウンロードできます。
健診機関と協会けんぽが、健診結果データ提供に関する契約を締結、協会けんぽに健診結果データが提供されます。
※健診機関からデータで提供されない場合、健診結果票の写し等を依頼することがあります。

スマートフォンは
こちらから



協会けんぽ 愛知 同意書 検索

STEP
2

協会けんぽから、健康サポートのご案内をします

▶ 12～13 ページをご参照ください。

手続きは
カンタン♪
同意書を
提出するだけ！



Q.個人情報を提供しても問題ないの？

A.個人情報保護法上、問題ありません。

「高齢者の医療の確保に関する法律（昭和 57 年法律第 80 号）第 27 条」により、定期健診の結果を提供することが義務付けられていますので、「個人情報保護法」の「法令に基づく場合」に該当し、本人の同意は不要です。

特定健康診査



☑ このページ以降は、ご家族様向けの健診のご案内です。

対象となる方 40歳から74歳までの被扶養者様

検査内容

●基本的な健診

項目	検査の内容
診察等	視診、触診、聴打診などを行います
問診	現在の健康状態や生活習慣(飲酒、喫煙の習慣など)を伺い、検査の参考にします
身体計測	身長、体重、腹囲を測ります
血圧測定	血圧を測り、循環器系の状態を調べます
血液検査	血中脂質検査 中性脂肪や善玉・悪玉コレステロールを測定します
	肝機能検査 肝細胞の酵素を測定し、肝機能などの状態を調べます
	血糖検査 空腹時血糖またはHbA1c(状況により随時血糖)を測定します
尿検査	腎臓、尿路の状態を調べます

協会けんぽの補助額 7,150円

●詳細な健診 (医師の判断により追加で実施)

心電図検査、眼底検査、貧血検査、血清クレアチニン検査

協会けんぽの補助額 3,400円

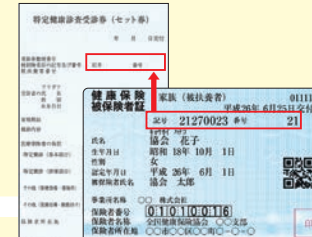
受診までの流れ

STEP
1

受診券(セット券)と健康保険証の記号・番号を確認してください

特定健診を受けるためには、特定健康診査受診券(セット券)が必要となります。
4月に協会けんぽから被保険者様のご自宅等に、個別に送付されます。
●令和4年1月上旬以降に加入された方は、17ページの「特定健康診査受診券(セット券)申請書」にてご申請ください。

ご注意ください 受診券の有効期限内であっても、健診日までに健康保険の扶養から外れる場合や、被保険者様が退職された場合は、受診券をご利用いただけません。



STEP
2

健診機関に予約してください

事前に健診機関への予約が必要です。受診できる健診機関は協会けんぽのホームページでご確認いただくか、お近くの協会けんぽ支部までお問い合わせください。
●ご予約の際は、「協会けんぽの特定健診を受けたい」旨をお伝えください。

STEP
3

健診を受けてください

当日は以下のものを忘れずにお持ちください。

・特定健康診査受診券(セット券) ・健康保険証 ・健診費用



健診結果から、生活習慣病の発症リスクが高く、改善が必要と判断された方は、無料の健康サポート(特定保健指導)をご利用いただけます。

生活習慣病
予防健診

健康サポート

健診結果提出の
お願い

特定健康診査

健診結果の閲覧

よくあるお問い合わせ

協会けんぽホームページによくあるご質問を掲載しておりますので、併せてご覧ください。

協会けんぽ よくあるご質問

検索

受診券(セット券)について

Q1 受診券がなくても特定健康診査を受けられますか？

A 協会けんぽの補助を受けるためには受診券が必要です。

紛失された方や、最近加入されたご家族様は「特定健康診査受診券(セット券)申請書」を記入してご提出ください。

▶ 17～18 ページをご参照ください。

Q2 受診券の送り先を変えることはできますか？

A 受診券は4月上旬に、被保険者(ご本人)様の登録住所へ全国一斉にお送りしています。

個別に登録住所以外の住所へお送りすることはできません。(別居等で受診券を受け取れない場合、「特定健康診査受診券(セット券)申請書」をご提出いただければ、受診券を再発行し、申請書に記入した住所へお送りします)

Q3 受診券に印字された住所が違って、受診券は使えますか？

A 受診券と健康保険証の「記号」「番号」が同じであれば、使えます。

健診結果は、受診券右下の住所記入欄にご記入いただいた住所へ送付されます。

検査内容について

Q4 「詳細な健診」は誰でも受けられますか？

A 健診結果等から、医師が実施すると判断した方のみになります。

ご自身の希望で詳細な健診を受ける場合は、自費となります。

健診機関について

Q5 予約後に都合が悪くなり、受診日を変更したいのですが、どうすればいいですか？

A 予約した健診機関へ連絡し、再度受診日時を調整してください。

Q6 どの健診機関で受診できますか？

A 協会けんぽと契約している健診機関で受診できます。

詳しくは協会けんぽホームページをご確認ください。(愛知県以外の健診機関で受診することもできます)

本ページをコピーしてご利用ください

特定健康診査受診券(セット券) 申請書 被扶養者(申請者)記入用

❗ 40歳～74歳の被扶養者(ご家族)様用の申請書です。

届書(申請書)は、楷書で枠内に丁寧に記入ください。 記入見本 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 アイウ

被扶養者(申請者)情報	記号	番号	生年月日
	被保険者証の(左づめ)		昭和 年 月 日
	被扶養者氏名	(フリガナ)	性別 ☐ 男 ☐ 女
	住所	(〒 -) 都 道 府 県	
	電話番号(日中の連絡先)	TEL ()	

被保険者氏名

送付希望先	上記被扶養者(申請者)情報に記入した住所と別のところに送付を希望する場合にご記入ください。		
	住所	(〒 -) 都 道 府 県	
	電話番号(日中の連絡先)	TEL ()	
	宛名		

<注意事項>

- この用紙は「申請書」となりますので健診機関に持参頂いても特定健康診査は受診できません。
- この用紙は新たに扶養家族となった方、もしくは受診券(セット券)を紛失したなど、受診券(セット券)の発行を申請するためのものです。

※申請書に記載された個人情報は、「特定健康診査受診券(セット券)」発行に係る事務処理、発行情報の管理及び特定の個人が識別されることのない方法での統計を実施するときに限り使われます。

様式番号

協会使用欄

受付日付印

全国健康保険協会
協会けんぽ

1 / 1

記入方法は裏面(18ページ)をご覧ください。

! 記入の際は、下記にご注意ください。

- 40歳～74歳の被扶養者様用の申請書です。
- ご申請は、被扶養者様からでも、事業所のご担当者様からでもおこなっていただけます。
- 令和4年1月上旬までに加入された方には、「特定健康診査受診券（セット券）」を4月上旬に被保険者（ご本人）様のご自宅あてに送付しております。ご申請の前にご確認ください。
- 次の場合はご申請が必要です。
 - 健康保険証と「特定健康診査受診券（セット券）」の「記号」「番号」が違う場合／令和4年1月上旬以降に協会けんぽの被扶養者になった場合／「特定健康診査受診券（セット券）」を紛失された場合
- 「特定健康診査受診券（セット券）」の送付は、申請書の受付後1週間前後かかります。

1

記入例

記号・番号

は、被保険者証に記載されています。

健康保険被保険者証

記号

番号

21270023

21

2

事業所のご担当者様が申請される場合は、事業所所在地、事業所名をご記入ください。

特定健康診査受診券（セット券）申請書

被扶養者（申請者）記入用

40歳～74歳の被扶養者（ご家族）様用の申請書です。

届書（申請書）は、楷書で枠内に丁寧に記入ください。

記入見本

0123456789アイウ

被扶養者（申請者）情報

1

記号

番号

21270023

21

被保険者証の（左づめ）

2

受診

協会 花子

名古屋市〇〇区〇〇1-1

△△マンション101

住所

〒 453 - 0000

愛知 都 道 府 県

3

送付希望先

住所

〒

都 道 府 県

電話番号（日中の連絡先）

TEL ()

宛名

3

2の欄に自宅住所を記入された場合で、受診券（セット券）の送付先を事業所所在地とするときなどにご記入ください。

健診結果の閲覧

マイナポータル上での健診結果の閲覧

40歳以上の加入者の皆さま
マイナポータル上で健診結果が閲覧できるようになりました

令和3年10月21日から、
マイナポータル上で特定健診※1や定期健診等※2の結果の閲覧が可能になりました。

- （※1）生活習慣病の予防・改善のため、保険者が40歳～74歳の方を対象に実施する健診
- （※2）特定健診の検査項目の結果が事業主等から保険者に提供された場合に閲覧可

服薬履歴

健康診断結果

マイナポータル

政府が運営するオンラインサービスです。自分専用のサイトから、行政手続の検索やオンライン申請がワンストップでできたり、行政機関からのお知らせを受け取れたりします。詳しくは、マイナポータルのウェブサイトをご確認ください。

スマートフォンはこちらから

マイナポータルウェブサイト

この仕組みを用いて、令和2年度以降に受診していただいた健診の結果を閲覧できるようになります。受診してからマイナポータル上で閲覧までに要する期間の目安は、以下のとおりです。

令和2年度以降の健診結果の閲覧について	
生活習慣病予防健診	受診月から概ね2か月後
特定健康診査	受診月から概ね3か月後
定期健診	事業主等から提供いただいてから概ね2か月後

※マイナポータル、マイナンバーのお問い合わせについては、マイナポータルウェブサイトよりご確認ください。

生活習慣病
予防健診

健康サポート

健診結果提出の
お願い

特定健康診査

健診結果の閲覧

18

19