

2026年  
1月号職場内で掲示・回覧を  
お願いします。

協会けんぽ奈良

## 健康だより

皆様の取組みで  
保険料率が変わるインセンティブ制度の  
令和6年度実施結果は9位となりました

## 総合順位

令和6年度  
9位(令和5年度  
14位)上位15支部に  
入りました!!そのため、令和8年度健康  
保険料率に軽減措置が適用  
されます。※保険料率の決定には地域の医療費等が大きく影響  
するため、インセンティブが付与されても保険料  
率が下がらない場合があります。

## インセンティブ制度とは

5つの評価指標により支部をランキング付け  
し、上位15支部にインセンティブを付与する  
ことで保険料率を引き下げる制度です。※全支部の健康保険料率の中に0.01%を  
インセンティブ制度の財源として設定インセンティブ制度について  
詳しくはこちら▶

## 5つの評価指標の順位と皆さまにできること

## 特定健診等の実施率

令和6年度

20位 ↑

(令和5年度  
42位)

## ●協会けんぽの健診を受けましょう!

被保険者は  
生活習慣病予防健診▶被扶養者は  
特定健診▶協会けんぽの補助を利用せずに事業者健診を  
実施の場合は健診結果データを協会けんぽに  
ご提供ください。

## 特定保健指導の実施率

令和6年度

28位 ↑

(令和5年度  
46位)

## ●特定保健指導を受けましょう!

「特定保健指導のご案内」  
が届いたら、対象者の皆  
さまが受けられるよう調  
整をお願いします。特定保健指導対象者の  
減少率

令和6年度

3位 ↓

(令和5年度  
2位)

- 特定保健指導を受けたときは  
最後まで続けましょう!
- 特定保健指導の対象とならない  
よう健康づくりを心がけましょう!

医療機関への受診勧奨基準において速やかに  
受診を要する者の医療機関受診率

令和6年度

13位 ↓

(令和5年度  
3位)

- 健診結果で「要治療・要精  
密検査」となったら必ず医  
療機関を受診しましょう!

## ジェネリック医薬品の使用割合

令和6年度

46位 ↓

(令和5年度  
45位)

## ●ジェネリック医薬品を積極的に利用しましょう!

医師・薬剤師にジェネリック医薬品の  
使用についてご相談ください。

# 年に一度、必ず健康診断を実施してください

事業主様には、従業員様に対して健康診断を実施する義務があります。

従業員の皆様が安心して健康に働けるよう、年に一度、必ず健康診断を実施してください。

POINT1

## ●生活習慣病予防健診はがん検診も含んでいます！

対象年齢

35~74歳

費用

一般健診費用総額  
18,865円

協会けんぽが  
約7割を補助

自己負担額  
最高5,282円

費用が  
お得！

検査内容



問診・診察



身体計測



血圧測定



尿検査



血液検査



心電図検査

＼3つのがん検診／

肺がん



胸部レントゲン  
検査

胃がん



胃部レントゲン  
検査

大腸がん



便潜血  
反応検査

日本人の2人に1人はがんにかかる時代。他人事ではありません。

生活習慣病予防健診(一般健診)は、**罹患数が多い「がん」検査をカバー**しています。

POINT2  
5年に1度のチャンス！

## ●付加健診で人間ドック並みにグレードアップ！

対象年齢

40歳、45歳、50歳、  
55歳、60歳、65歳、  
70歳

費用

付加健診費用総額  
9,603円

協会けんぽが  
約7割を補助

自己負担額  
最高2,689円

費用が  
お得！

一般健診と  
合計しても

最高7,971円で

大変お得！

一方、一般的な  
人間ドックの費用は  
約30,000~  
50,000円程度

検査  
内容

「肝臓、胆のう、腎臓」等の健康状態を調べるための**腹部超音波検査**、  
肺や気管支の状態を調べるための**肺機能検査**等を含むより詳細な健診です。  
付加健診を利用すれば、**人間ドック並みの健診**にすることができます。



## 健診受診までの流れ

対象の健診機関  
一覧はこちら！



### STEP 1

受診を希望する健診機関へ直接電話で予約する。  
(協会けんぽへのご連絡は不要です)



### STEP 2

健診を受診する。

## 健診当日の持ち物

予約後、健診機関から届く案  
内に記載の持ち物（マイナ保  
険証、等）を持参のうえ受診  
してください。



全国健康保険協会 奈良支部  
協会けんぽ

住 所 〒630-8535

奈良市大宮町7丁目1番33号 奈良センタービル4階

営業時間 8:30~17:15(土・日・祝日、年末年始を除く)

電話番号 0742-30-3700(代表)



協会けんぽ奈良支部  
健康づくり推進  
イメージキャラクター  
ヘルシカくん