



全国健康保険協会

健診の手引き

2022年4月1日~2023年3月31日

協会けんぽの

生活習慣病予防健診の4つのメリット!

- その **1** 協会けんぽが健診費用の**約6割**を補助します。
- その **2** 国が推奨する5種類のがん検査(大腸・胃・肺・乳・子宮頸がん)も受診できます。
- その **3** 健診後に**生活習慣改善のための健康サポート(特定保健指導)**を**無料**で受けることができます!
- その **4** 定期健康診断に代えることができます。



全国健康保険協会 大阪支部

協会けんぽ

健診を活用して、病気の発症・重症化を予防!!

みなさんは
毎年健診を
受けていますか？

毎年

健診に行こう!



みなさんは毎年健診を受けていますか？健診の目的は、まず病気の早期発見・早期治療があげられます。また、日本人の三大死因は、「がん・脳血管疾患・心疾患」ですが、それらの疾病の危険因子となる、動脈硬化症、糖尿病、高血圧症、脂質異常症などはいずれも生活習慣病であるとされています。生活習慣病は、自覚症状がほとんどないまま進行するため、自覚症状の無い初期の段階で治療を開始すれば、肉体的・精神的・経済的負担を減らすことができます。そして何より健診は受診者自らの健康状態を確認して生活習慣を振り返る絶好の機会です。気になる結果が出たら、食生活、運動、休養、喫煙、飲酒などの生活習慣を見直しましょう。きっと翌年の健診結果が楽しみになります。

被保険者の みなさんへ

生活習慣病
予防健診の
受診率向上に
ご協力ください

協会けんぽでは、35歳以上の被保険者（ご本人）を対象に生活習慣病予防健診を実施しています。生活習慣病はもとより、労働安全衛生法に定められている定期健診（事業者健診）項目や国が定める特定健康診査（メタボ健診）項目が含まれている他、胃がん・肺がん・大腸がん等のがん検診も含まれており、尚且つ協会けんぽから約11,000円の補助があり、なんと約7,000円で受診できますのでぜひご活用ください。

※人間ドック並みの付加健診や、女性の方には、乳がん・子宮頸がんもあります。（金額・対象者年齢等は本文を参照願います。）

被扶養者の みなさんへ

特定健康診査の
受診率向上に
ご協力ください

職場の健診を受けられる被保険者と違い、被扶養者の特定健康診査の受診率はとても低い状況です。協会けんぽでは40歳以上の被扶養者（ご家族）を対象にメタボリックシンドロームに着目した特定健康診査を実施しています。内臓脂肪の蓄積に起因する糖尿病、脂質異常症、高血圧症の発見に繋がりますので、ぜひ受診しましょう。なお、協会けんぽから約7,000円の補助がありお安く受診できます。

※受診には、受診券が必要です。また、特定健康診査と併せて市町村が実施するがん検診も受診しましょう。（金額等は本文を参照願います。なお、がん検診については、お住いの市町村に確認してください。）

受診期間 令和4年4月1日～令和5年3月31日

も
く
じ

生活習慣病予防健診（加入者ご本人）

- 生活習慣病予防健診のご案内…………… 4
（被保険者が受診できる健診内容・健診費用の補助について）
- 生活習慣病予防健診と他の健診との比較…………… 5
- ご予約から健診受診、結果受取までの流れ…………… 6
- 生活習慣病予防健診Q&A …………… 7
- 生活習慣病予防健診って何をチェックするの？…………… 8
- 知っておきたいがんのコト！…………… 9

事業者健診データ提供

- 事業者健診（定期健康診断）結果データ提供依頼…………… 10
- 手続きはカンタン♪同意書を提出していただくだけです！…………… 11

特定健康診査（加入者ご家族）

- 特定健康診査（特定健診）のご案内…………… 12～13

健診後の健康サポート

- 健康サポート① 特定保健指導のご案内…………… 14～15
～ 特定保健指導の対象者とスタートまでの流れ～
- 生活習慣病予防健診と併せて当日特定保健指導が利用できる健診機関のご紹介… 16～17
- 健康サポート② 未治療者への医療機関受診勧奨…………… 18～19
～ 「健診結果の活用」と必要に応じて医療機関を受診しましょう～

- お問合わせ先（各支部一覧）…………… 20



健診受診時のお願い

風邪症状が
続いている方等は
体調が回復して
から受診



健診中の
各自マスクの着用



健診施設への
入館（室）時、
退館（室）時の
手洗い



受付時間を守り
密集・密接を防ぐこと



生活習慣病予防健診のご案内

被保険者様

お得!



受診できる年齢・検査内容・費用負担額

自己負担額は最も高い場合です。健診機関によって多少異なります。

一般健診

35歳～74歳の被保険者（75歳の誕生日前日まで）

検査の内容	費用総額	自己負担額
<ul style="list-style-type: none"> ●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 ●便潜血反応検査 ●胸部レントゲン検査 ●胃部レントゲン検査（バリウム検査） 	18,865円	7,169円
<ul style="list-style-type: none"> ●眼底検査（※医師が必要と認めた場合のみ実施） 	792円	79円

がん検診を含みます!

▶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。

子宮頸がん検診（単独検診）

20歳～38歳で偶数年齢の女性被保険者

検査の内容	費用総額	自己負担額
<ul style="list-style-type: none"> ●問診 ●細胞診 	3,463円	1,039円

▶医師が採取して調べます。自己採取による検査は実施していません。

一般健診に追加して受診する健診（以下の健診は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	費用総額	自己負担額
<ul style="list-style-type: none"> ●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） 	9,603円	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	費用総額	自己負担額
●問診	40歳～48歳：2方向撮影	5,621円
●乳房エックス線検査（マンモグラフィー）	50歳～74歳：1方向撮影	3,619円

▶乳腺エコーは検査費用の補助対象外です。

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	費用総額	自己負担額
<ul style="list-style-type: none"> ●問診 ●細胞診 	3,463円	1,039円

▶医師が採取して調べます。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。

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）

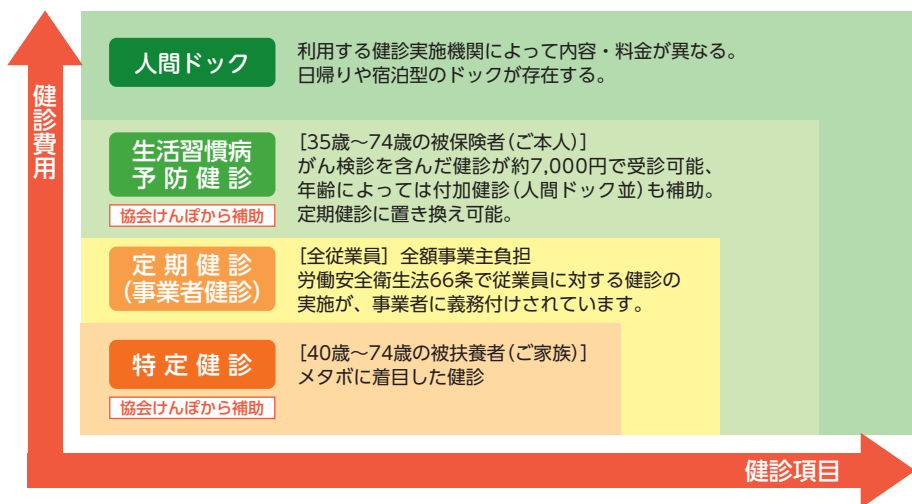
検査の内容	費用総額	自己負担額
<ul style="list-style-type: none"> ●HCV抗体検査 ●HBs抗原検査 	2,079円	624円

▶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。一生に一度の検査となります。

※肝炎ウイルス検査はプライバシー保護のため、受診されるご本人様から健診機関へ直接お申し込みください。

生活習慣病予防健診と他の健診との比較

主な健診の種類



生活習慣病リスクのある方は
医療保険者による
特定保健指導
P14・15参照



健診ごとの検査項目

項 目		生活習慣病 予 防 健 診	労働安全衛生法に 基づく定期健康診断	特定健康診査	
診 察	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	○	○	○
		標準体重・BMI	○	○	○
		腹囲	○	△	○
理学的所見 (身体診察)	○	○	○		
血 圧	○	○	○		
脂 質	総コレステロール定量	○	○	○	
	中性脂肪	○	○	○	
	HDL-コレステロール	○	○	○	
	LDL-コレステロール	○	○	○	
	nonHDL-コレステロール	◇	◇	◇	
肝 機 能	AST(GOT)	○	○	○	
	ALT(GPT)	○	○	○	
	γ-GT (γ-GTP)	○	○	○	
	ALP	○	○	○	
代 謝 系	空腹時血糖	○	▲	○	
	ヘモグロビンA1c	●	●	●	
	随時血糖	● (※)	▲ (※)	● (※)	
	尿酸	○	○	○	
血液一般	ヘマトクリット値	○	○	■	
	血色素判定	○	○	■	
	赤血球数	○	○	■	
	白血球数	○	○	○	
尿・腎機能	尿糖 半定量	○	○	○	
	尿蛋白 半定量	○	○	○	
	潜血	○	○	○	
	血清クレアチニン+eGFR	○	○	■	
生 理 学 査	心電図検査	○	○	■	
	眼底検査	■	○	■	
	胸部レントゲン検査	○	▲	○	
	胃部レントゲン検査	○	○	○	
	胃部内視鏡検査	☆	○	○	
	視力	○	○	○	
そ の 他 保 険 者 が 任 意 に 行 う 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)
- (※) 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。

ご予約から健診受診、結果受取までの流れ



対象となる方

35歳から74歳までの被保険者ご本人様
昭和62年4月2日～昭和63年4月1日生まれの方は、
35歳の誕生日を迎える前でも受診できます。

1

ご希望の健診機関へ直接予約

令和2年度より協会けんぽへの
申込書の提出は不要となりました。



- 協会けんぽと契約している健診機関で全国どこでも受診が可能です。(大阪府外の健診機関は協会けんぽのホームページをご確認ください。)
- 受診を希望する方は直接健診機関にご連絡の上、ご予約ください。

ご予約の際にお伝えいただくこと

- 1氏名
- 2連絡先
- 3住所
- 4生年月日および性別
- 5保険証の記号番号
- 6保険証の保険者番号
- 7健診受診希望日(健診の種類)



2

健診を受診する

- 受診日が近づきましたら、健診機関から問診票や検査キット類が送られてきます。
- 健診日や健診内容の変更は、直接ご予約された健診機関とご調整ください。(協会けんぽへの連絡は不要です)
- ご予約の健診機関を変更する場合は元の健診機関にキャンセルの連絡もお忘れなく。



3

健診結果の送付

- 健診受診後、受診された健診機関から健診結果が届きます。

健診結果は自身の健康状態を知るバロメーターです。ぜひ詳しくご確認のうえ、今後の生活にお役立てください。



生活習慣病予防健診



お問い合わせの前に必ずお読みください。



生活習慣病予防健診に関して、お問い合わせの多い事項をご案内します。

また、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、併せてご覧いただきますようお願いいたします。

協会けんぽ よくある質問 [検索](#)

Q1

協会けんぽの補助を使うための手続きを教えてください。

健診機関へご予約（ご連絡）をしていただくだけです。窓口負担額が補助を差し引いた金額になります。（還付手続きではありませんのでご注意ください。）

※令和2年度より、協会けんぽへの申込書の提出は必要なくなりました。

Q2

健診対象者一覧に記載のない被保険者がいますが受診は可能ですか。

健診対象者一覧は概ね令和4年1月上旬の加入者情報をもとに作成しております。健診対象者一覧にお名前が載っていない場合、35歳以上75歳未満の加入者ご本人様は受診が可能です。

Q3

パンフレットに掲載されていない大阪府内の健診機関は受診可能ですか。

申し訳ありませんが、協会けんぽの補助は受けられません。協会けんぽと契約を結んでいる健診機関以外は補助の対象外となります。（パンフレットに掲載の健診機関は協会けんぽの生活習慣病予防健診の実施契約を結んでおります。）

Q4

胃の検査をバリウムから胃カメラへ変更できますか。

健診機関へご予約いただく際にご相談ください。なお、差額費用（追加費用）が発生する場合があります。

Q5

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。

人間ドックについては基本的には全額自己負担になります。ただし、生活習慣病予防健診と人間ドックを組み合わせた健診を行っている健診機関はあります。受診を希望される健診機関に直接お問い合わせ・ご相談ください。

Q6

大阪府以外で受診することは可能ですか。

大阪府以外でも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。

Q7

家族（被扶養者）も生活習慣病予防健診を受けられますか。

申し訳ありませんが、受けられません。40歳から74歳までのご家族（被扶養者）の方は、特定健康診査がありますので、こちらをご利用ください。 [P12~13参照](#)

“まだ大丈夫”なんて思わないで!

乳がん・子宮頸がん 検診を受診しましょう!

女性のみなさんは、年齢に応じて検査に要した費用の一部を補助される制度がありますので、受診するようにしましょう。 [詳しくはP4をご覧ください](#)



大切な家族と自分のために

生活習慣病予防健診って何をチェックするの？

血圧

血圧が高いかどうかをチェックし、高血圧による動脈硬化のリスクなどを調べます。

主な検査項目

- 収縮期(最大)血圧
- 拡張期(最小)血圧

肝機能

肝機能の低下をチェックし、脂肪肝による肝硬変のリスクなどを調べます。

主な検査項目

- ALT(GPT) ● AST(GOT)
- γ -GT(γ -GTP) ● ALP

脂質

中性脂肪などをチェックし、脂質異常のリスクなどを調べます。

主な検査項目

- 総コレステロール定量
- 中性脂肪
- HDLコレステロール
- LDLコレステロール

尿・腎機能

腎機能の低下をチェックし、慢性腎臓病のリスクなどを調べます。

主な検査項目

- 尿たんぱく
- 血清クレアチニン+eGFR
- 尿糖
- 潜血

代謝系

血糖値をチェックし、高血糖による糖尿病のリスクなどを調べます。

主な検査項目

- 空腹時血糖
- 随時血糖
- HbA1c
- 尿酸

計測

内臓脂肪の蓄積や肥満のリスクなどを調べます。

主な検査項目

- 腹囲
- BMI

$$\text{BMI}(\text{kg}/\text{m}^2) = \text{体重}(\text{kg}) \div \text{身長}(\text{m}) \div \text{身長}(\text{m})$$

BMI判定	18.5未満	低体重(やせ)
	18.5以上25.0未満	普通体重
	25.0以上	肥満

例：身長170cm、体重75kgの場合

$$\text{BMI} = 75(\text{kg}) \div 1.7(\text{m}) \div 1.7(\text{m}) = 26.0 \quad \text{判定：肥満}$$

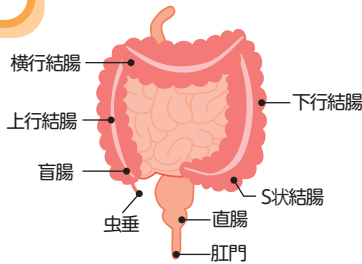
※最も病気になりにくく健康維持に適していると考えられる体重を適正体重といい、BMIでは22を指します。

知っておきたいがんのコト!

便潜血反応検査

罹患率
第1位
大腸がん

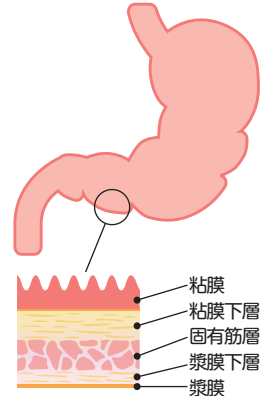
大腸がんは、大腸（結腸・直腸）に発生するがんで、腺腫という良性のポリープががん化して発生するものと、正常な粘膜から直接発生するものがあります。



胃部レントゲン検査

罹患率
第2位
胃がん

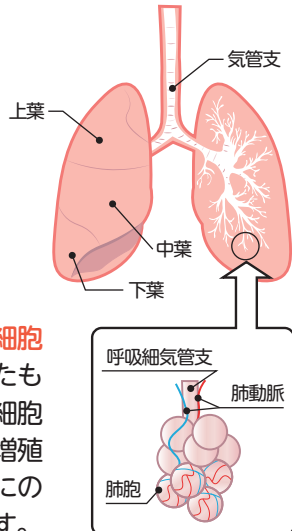
胃がんは、胃の壁の内側をおおう粘膜の細胞が何らかの原因でがん細胞となり、無秩序にふえていくことにより発生します。胃がんは、早い段階では自覚症状がほとんどなく、かなり進行しても症状がない場合があります。



胸部レントゲン検査

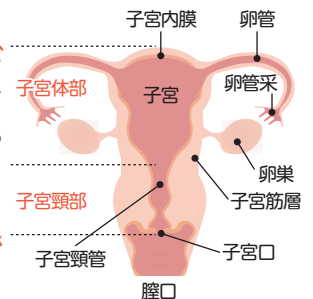
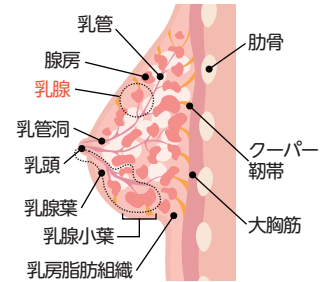
罹患率
第3位
肺がん

肺がんは、気管支や肺胞の細胞が何らかの原因でがん化したものです。進行すると、がん細胞は周りの組織を壊しながら増殖し、血液やリンパ液の流れによって転移することもあります。



女性罹患率
第1位
乳がん
第5位
子宮頸がん

乳がんは、乳腺にできるがんで、約90%は乳管にできる乳管がんで、約5~10%が小葉にできるがんです。子宮頸がんは、子宮の入り口付近である子宮頸部にできるがんです。



生活習慣病予防健診のがん検診を受けた結果を分析

平成26年~平成30年度累計

5年累計	肺がん	胃がん	大腸がん	乳がん	子宮頸がん
特異度	98.3%	95.3%	93.6%	93.0%	95.8%

※特異度とは?

検診を受け、陰性(異常なし)と判断された人のうち、その検査結果に相違がなく、治療に至らなかった人の割合

第94回日本産業衛生学会 発表資料より



年に1回健診を受け、カラダのSOSがないことを確認！
充実した毎日を過ごしましょう！！



事業者健診(定期健康診断)結果データ提供依頼

生活習慣病予防健診を利用されない事業所様へ

事業者健診(定期健康診断)結果データの提出にご協力ください。



健診結果データを
提供することで
メリットはあるの



保健師・管理栄養士による特定保健指導を無料でご利用いただけます。(提供いただいた健診結果をもとに、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)

また、健診結果を提供いただくと、協会けんぽの健診実施率に加算されます。この健診実施率が高いほど協会けんぽ各都道府県支部の保険料率が抑制される仕組みが導入されています。(インセンティブ制度)

個人情報
提供しても
問題ないの

個人情報である健診結果を提供することについては「高齢者の医療の確保に関する法律第27条」により義務付けされておりますので、個人情報保護法上も問題ありません。

『高齢者の医療の確保に関する法律(昭和57年法律第80号)』～抜粋～

第二十七条 保険者は、加入者の資格を取得した者がいるときは、当該加入者が加入していた他の保険者に対し、当該他の保険者が保存している当該加入者に係る特定健康診査又は特定保健指導に関する記録の写しを提供するよう求めることができる。

第2項 保険者は、加入者を使用している事業者等又は使用していた事業者等に対し、厚生労働省令で定めるところにより、労働安全衛生法その他の法令に基づき当該事業者等が保存している当該加入者に係る健康診断に関する記録の写しを提供するよう求めることができる。

第3項 前二項の規定により、特定健康診査若しくは特定保健指導に関する記録又は健康診断に関する記録の写しの提供を求められた他の保険者又は事業者等は、厚生労働省令で定めるところにより、当該記録の写しを提供しなければならない。

『健康保険法第150条第2項及び第3項(要約) (保険事業及び福祉事業)

「労働安全衛生法等による健診の情報を保険者が保険事業を活用できるよう、事業者に対し被保険者等の健診情報を求めることを可能とする。また、保存している被保険者等に係る健診情報の写しの提供を求められた事業者は、当該記録の写しを提供しなければならない。」

手続きはカンタン！同意書を提出していただくだけです！※

データ提供の流れ(健診機関からのデータ提供を行う方法)

(※) 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または電子データの提出を依頼することがあります。



1

同意書を協会けんぽ大阪支部へ提出してください

(1) 事業所に関する事項

記入日	令和 年 月 日
所在地	〒
事業所名称 (法人印可)	
事業主氏名 連絡先電話番号	
担当者氏名	

(2) 事業者健診(定期健診)を実施する健診機関に関する事項

名称	
所在地	〒
電話番号	
担当名称	
受診者数 (予定数含む)	合計約 人
受診(予定)時期に ○をつけてください	<input type="checkbox"/> 1月 <input type="checkbox"/> 2月 <input type="checkbox"/> 3月 <input type="checkbox"/> 4月 <input type="checkbox"/> 5月 <input type="checkbox"/> 6月 <input type="checkbox"/> 7月 <input type="checkbox"/> 8月 <input type="checkbox"/> 9月 <input type="checkbox"/> 10月 <input type="checkbox"/> 11月 <input type="checkbox"/> 12月

※ 同意書の様式は協会けんぽ大阪支部ホームページからダウンロードいただけます。

2

同意書にご記入いただいた健診機関へ健診結果提供の依頼を行います

3

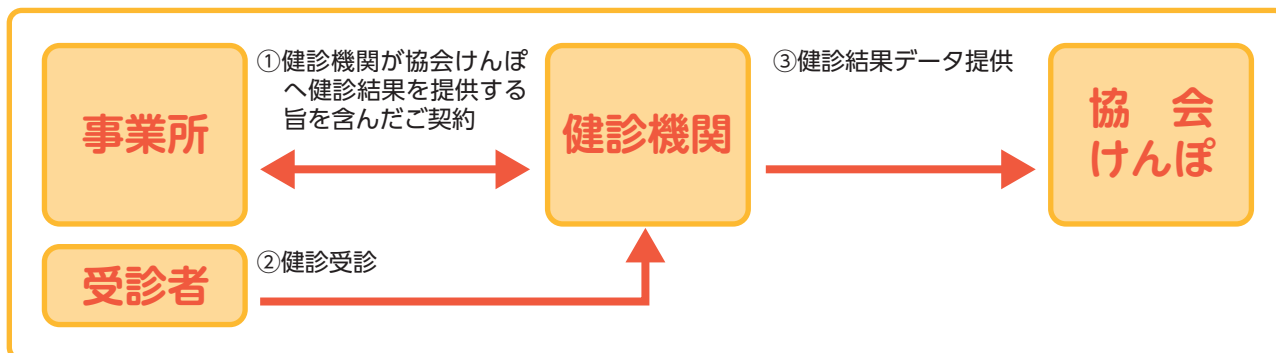
健診機関から協会けんぽ大阪支部に健診結果データが提供されます

4

健診結果に基づき、事業者様に特定保健指導のご案内をします

同意書を提出する以外で事業者健診(定期健診)結果データを協会けんぽ大阪支部へ提出する方法

健診機関と健診に関して契約を結ぶ際に、事業主様に代わり健診機関が協会けんぽに事業者健診結果を提出することを、予め契約の中で取り決めることで、健診機関から協会けんぽに直接提供されます。



特定健康診査(特定健診)のご案内 40歳～74歳の被扶養者(ご家族)様

協会けんぽの被扶養者(ご家族)様の方は、「特定健康診査(特定健診)」が受けられます。

補助の対象者

40歳から74歳 までの **被扶養者(ご家族)様**



必ずお読みください

今年度40歳になる方へ

昭和57年4月1日～昭和58年3月31日生まれの方は、40歳の誕生日を迎える前でも受診できます。

保険証が変わる予定の方へ

受診日までに保険証が変わる場合、補助ができません。

就職等により被扶養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。

基本的な健診

※詳しい検査項目は P5参照

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	高血圧による動脈硬化のリスクなどを調べます
採血による検査	●血中脂質 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 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 空腹時血糖またはHbA1cを測定します
●尿検査	腎臓、尿路の状態を調べます



詳細な健診(医師の判断で、一部の方のみ実施)

●心電図検査 ●眼底検査 ●貧血検査 ●血清クレアチニン検査

対象となる方 40歳から74歳までの被扶養者(ご家族)様



1 受診券(セット券)が届く

健診を受診する際に
必要な受診券は、
黄色の封筒で
被保険者様の
ご自宅に送付
しています。



事前にご確認いただくこと

保険証と受診券の記号・番号が一致しているか確認。一致していない場合は、協会けんぽ大阪支部までお問い合わせください。

健康保険 被保険者証	家族(被扶養者)	01324
記号	21700023	番号 1
氏名	花子	
生年月日	昭和50年10月1日	
性別	女	
認定年月日	令和2年4月1日	
被保険者氏名	協会 太郎	
事業所名称	株式会社○○○○○○○	
保険者番号	999999999	
保険者名称	全国健康保険協会 ○○支部	
保険者所在地	○○市○○区 9-9-99	

特定健康診査受診券(セット券)	令和2年4月10日交付
受診券記号	21700023
受診券番号	1
氏名	花子
生年月日	昭和50年10月1日
性別	女
認定年月日	令和2年4月1日
被保険者氏名	協会 太郎
事業所名称	株式会社○○○○○○○
保険者番号	999999999
保険者名称	全国健康保険協会 ○○支部
保険者所在地	○○市○○区 9-9-99

2 健診機関へ予約する

ご希望の健診機関へ
電話で予約をしてく
ださい。受診できる
健診機関は協会けん
ぽのホームページで
ご確認くださいませ。

※詳しくはこちら↓



3 健診を受診する

保険証・受診券(セット券)
・健診費用を持参して
ください。



Q 受診券(セット券)の住所が違うのは、なぜですか？

A 受診券(セット券)は、日本年金機構で登録された被保険者様の住所にお送りしております。受診券(セット券)の住所が違う場合は、事業所管轄の日本年金機構へ登録住所の変更のお手続きをお願いします。

Q 新しく加入した家族の受診券(セット券)の発行手続きを教えてください。

A 新しく加入した被扶養者(ご家族)様の受診券(セット券)は、協会けんぽから自動的にお送りする予定です(4月~12月まで毎月1回送付)。お急ぎの方は、「特定健康診査受診券(セット券)申請書」を、ご提出ください。

Q 受診券(セット券)が無くても、補助は受けられますか？

A 受けられません。協会けんぽの特定健診は、受診券(セット券)がないと受診できません。紛失された場合は、「特定健康診査受診券(セット券)申請書」を、ご提出ください。

Q 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。受診できる健診機関は、協会けんぽホームページをご確認ください。(大阪府以外の健診機関で受診することもできます。)

特定保健指導 健診後の健康サポート① のご案内

オンライン面談はじめました！

これまでの対面での面談だけでなく、パソコン・タブレット・スマートフォンを用いた特定保健指導面談も始めました！

特定保健指導とは…

生活習慣病予防のための個別の健康サポートです。



健診を受けた後が大切です！

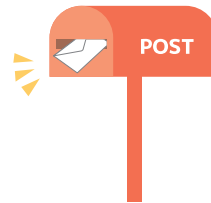
面談

目標を決める



面談後のサポート

対象者に応じた方法（電話・メール・お手紙など）でサポートいたします。



実践

ウォーキングなど



スタッフからひとこと

保健師



生活習慣病はサイレントキラーと呼ばれ、自覚症状がないまま進む、怖い病気です。

管理栄養士

よく噛むことも生活習慣病予防対策になります。



評価

3～6ヶ月後



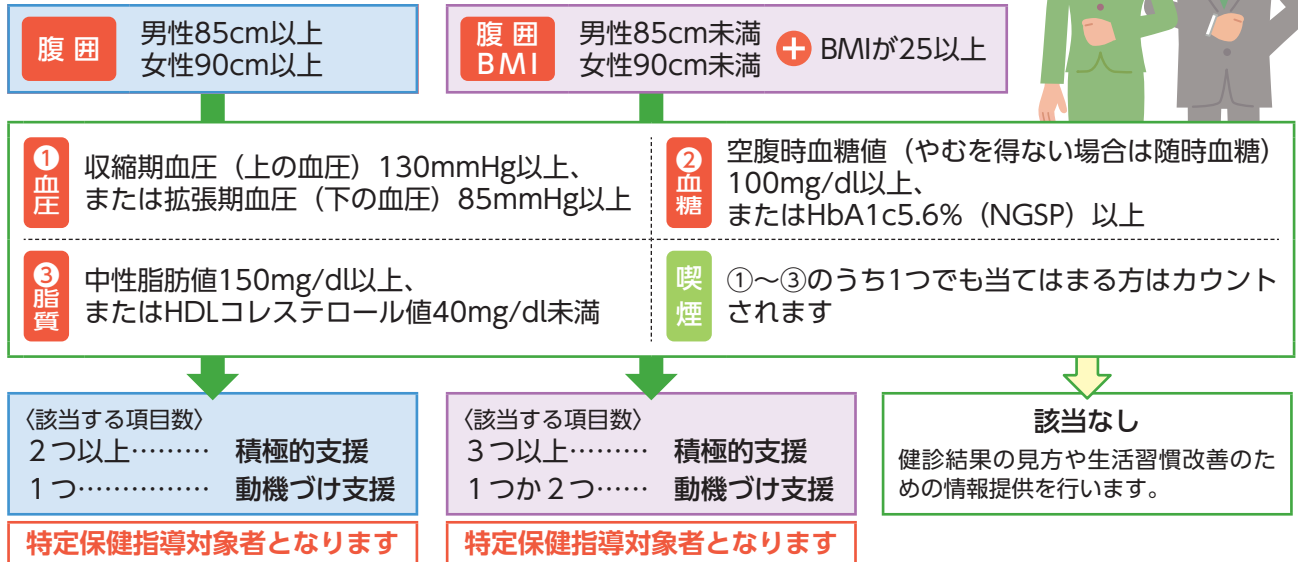
※特定保健指導業務については、一部外部委託により実施させていただいています。委託機関の担当者より文書または電話等で連絡させていただくことがございますので、ご理解の程よろしくお願いいたします。

特定保健指導対象者とスタートまでの流れ

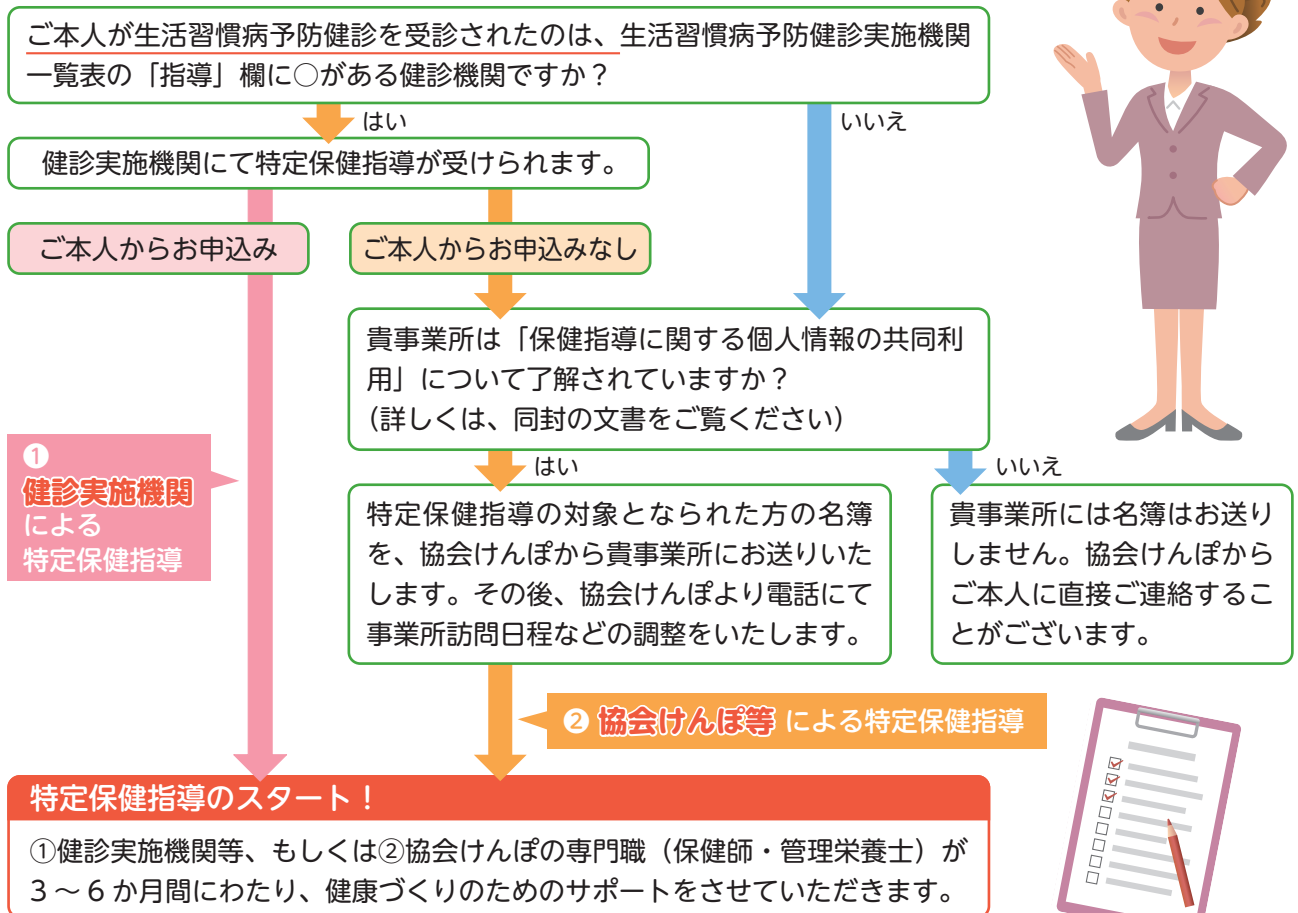
対象者

特定保健指導は、リスク数に応じて「積極的支援」と「動機づけ支援」に分かれます。
(対象年齢：40歳～74歳)

- 高血圧症・糖尿病・脂質異常症で服薬治療中の方、インスリン注射をしている方は、特定保健指導の対象になりません。
- 65歳以上75歳未満の方は、積極的支援の対象となった場合でも動機づけ支援となります。



特定保健指導スタートまでの流れ



生活習慣病予防健診と併せて**当日**特定

当日にまとめて
受けられる!



特定保健指導の対象となられた場合、健診日**当日**

- ①本ページでは特定保健指導を健診日当日利用できる健診機関のみ記載しております。本ページ以外の健診機関をご希望の場合は【令和4年度生活習慣病予防健診実施機関一覧】または全国健康保険協会大阪支部のホームページをご確認ください。
- ②健診機関の健診状況により、健診日当日特定保健指導（結果説明）のご案内ができません場合は、後日、お客様のご希望日程に健診機関または協会けんぽより特定保健指導を実施いたしますので、ご理解賜りますようお願いいたします。
- ③事業所に健診機関が訪問し健診を行う場合の特定保健指導については、お申し込み先の健診機関と別途ご相談賜りますようお願いいたします。

【大阪市北区】

健診機関名	代表電話番号
伯鳳会 大阪中央病院	06-4795-5500
桜十字グランフロント大阪クリニック	06-6377-8320
メディカル春日会 革嶋クリニック	06-6455-2000

【大阪市中央区】

健診機関名	代表電話番号
オリエンタル労働衛生協会大阪支部	06-6266-6440
安田クリニック	06-6241-5151
OBP今村クリニック 健診センター	06-4791-9902
大阪市環境保健協会 総合健診センター	06-4792-7080
朋愛会 淀屋橋健診プラザ	06-6232-7770
橘甲会 大阪予防医学健診センター	06-6943-1306

【大阪市福島区】

健診機関名	代表電話番号
本場診療所	06-6469-7535

【大阪市淀川区・東淀川区】

健診機関名	代表電話番号
医誠会病院 医誠会健診センター	06-6326-1121
あけぼの会 あけぼのGMクリニック	06-6321-0670
健人会 那須クリニック	06-6308-3908

【大阪市港区】

健診機関名	代表電話番号
きつこう会 多根クリニック	06-6577-1881
船員保険大阪健康管理センター	06-6576-1011

【松原市・和泉市】

健診機関名	代表電話番号
阪南医療福祉センター	072-337-2525
府中クリニック	0725-40-2154



保健指導が利用できる健診機関のご紹介

に健診の結果説明が無料で一緒に受けられます!

【吹田市】

健診機関名	代表電話番号
井上病院附属診療所	06-6386-9370
大阪健康倶楽部 小谷診療所	06-6386-1651
相川診療所	06-6382-6770
大阪府済生会吹田医療福祉センター 健都健康管理センター	06-6192-7275

【茨木市・高槻市】

健診機関名	代表電話番号
和倉会 サンタマリア病院	072-627-3459
大阪医科薬科大学 健康科学クリニック	072-684-6277
愛仁会 愛仁会総合健康センター	072-692-9291

【守口市・寝屋川市・枚方市】

健診機関名	代表電話番号
パナソニック健康保険組合 松下記念病院 ドック健診センター	0120-130-533
小松病院 健康管理センター	072-823-1521
美杉会健診センター	072-864-0103

【大阪市東成区】

健診機関名	代表電話番号
朋愛会 朋愛病院	06-6973-3218

【大阪市平野区】

健診機関名	代表電話番号
正和病院	06-6709-8888

【大阪市鶴見区】

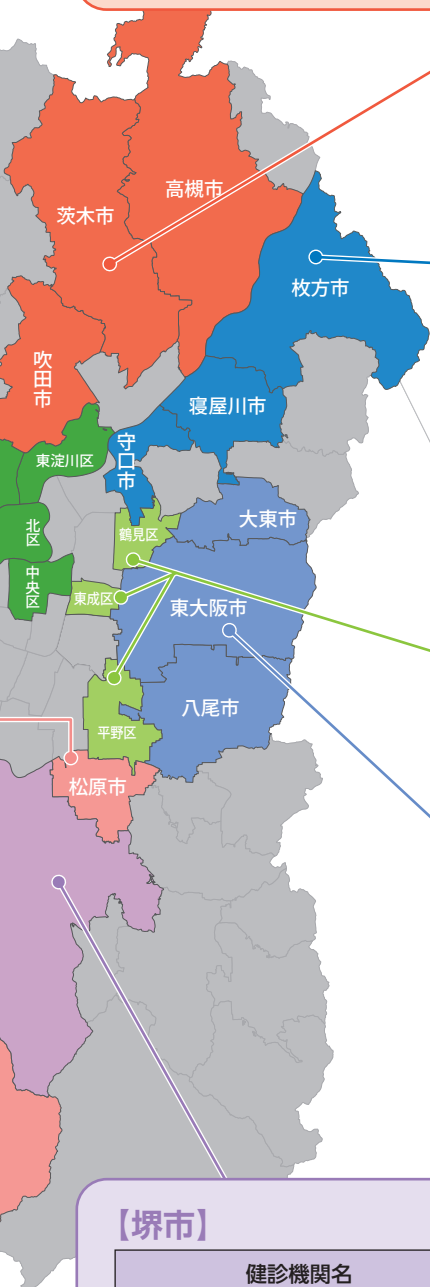
健診機関名	代表電話番号
コープおおさか病院	0570-081-167

【堺市】

健診機関名	代表電話番号
ベルクリニック	072-224-1717
ペガサス 馬場記念病院	072-265-6006

【大東市・東大阪市・八尾市】

健診機関名	代表電話番号
徳洲会 野崎徳洲会病院	072-874-1641
徳洲会 東大阪徳洲会病院	072-962-2280
徳洲会 八尾徳洲会総合病院	072-993-6505

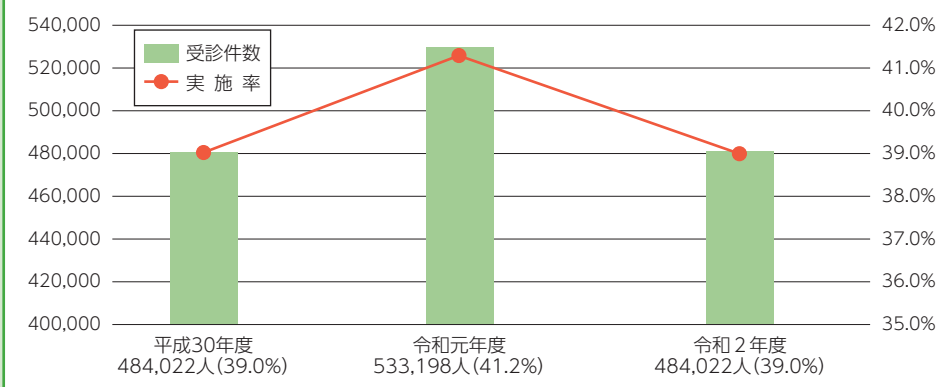


～「健診結果の活用」と必要に応じて医療機関を受診しましょう！～

未治療者の医療機関受診勧奨 健診後の健康サポート② のご案内

お仕事の合間に年に1回健診を受診することで満足されていませんか？

生活習慣病予防健診受診件数と受診率（大阪支部）



健診は毎年たくさんの方に受けてもらっています。

大変ぽ～ん!!
健診は受けているのに、
医療機関を受診できていない方が
たくさんいるよ。
早く治療しないと
危険だよ。



高血圧・高血糖の未治療者数（令和2年度大阪支部）

- 高血圧未治療者
- 高血糖未治療者

24,632人*

※令和2年度 生活習慣病予防健診受診者のうち、高血圧・高血糖判定であるが、医療機関受診ができていない方の人数

高血圧・高血糖は自覚症状はありませんが、数値が高い状態で放置してしまうと、血管が痛み、動脈硬化が進行します。

高血圧

血管に高い圧力がかかっています。この状態が長く続くと、血管壁が厚く、硬くなり動脈硬化、脳卒中、心血管疾患、腎臓病につながります。

高血糖

血液の中に糖があふれ出し、血管を傷つけます。放置すると糖尿病となり、怖い合併症を引き起こします。

今すぐ治療！重症化予防！！

大切な従業員様の治療が遅れ、重症化すると…
従業員様、事業主様双方にとって、多大な負担となります。



	1人当たり年間医療費	治療日数/年	罹患後起こりうるリスク
心筋梗塞	195万円	17.9日	再発の不安
脳梗塞	112万円	35.5日	片麻痺・言語障害・記憶障害等の後遺症
脳出血	177万円	46.2日	片麻痺・言語障害・記憶障害等の後遺症
糖尿病合併症（腎不全）	540万円	156日	透析治療のための定期通院（週3回程度）

出典：H24東京都保険者協議会医療費分析会

ご存じですか？法律で定められている事業者の義務等と保険者の責務！（参考）

〈事業者の義務等〉

○労働安全衛生法（第66条の4）

事業者は、健康診断等の結果、異常の所見があると診断された労働者について、就業上の措置について、3か月以内に医師または歯科医師の意見を聴かなければならない

○労働安全衛生法（第66条の7）

健康診断の結果、特に健康の保持に努める必要があると認める労働者に対し、医師又は保健師による保健指導を行うように努めなければならない

〈保険者の責務〉

○高齢者の医療の確保に関する法律 保険者の責務（第5条）

保険者は加入者の高齢期における健康の保持のために必要な事業を積極的に推進するよう努めるとともに、高齢者医療制度の運営が健全かつ円滑に実施されるよう協力しなければならない

事業主も保険者も従業員（加入者）の健康を守る義務等があります。

未治療者の医療機関受診勧奨【健診後の健康サポート②】

高血圧・高血糖の方、糖尿病の合併症の可能性がある方（『要治療・要精密検査』と判定された方）

健診時（実施していない健診機関もあります）

- 健診受診機関から医療機関受診の案内と情報提供

健診受診日から約半年後（レセプトで医療機関受診が確認できない場合）

- 協会けんぽから受診勧奨文書をご自宅に送付
- 協会けんぽから受診勧奨や健康サポートの面談支援、架電支援を実施
(架電は希望がある場合はご本人様希望の連絡先へ、希望がない場合は事業所にお電話させていただくことがあります。)

がん検診（肺・胃・大腸・乳・子宮頸）で『要治療』判定の方

健診時（実施していない健診機関もあります）

- 健診受診機関から医療機関受診の案内と情報提供

事業主様・健康づくりご担当者様へのごお願い



協会けんぽ大阪支部では事業所様と連携し、従業員様の健康促進・重症化予防を行い、労働生産性の向上を目指したいと考えます。

そのためには、

- ① 健診受診の促進
- ② 健診結果の活用による医療機関受診
- ③ 早期治療の実施が重要です。

また、予防が必要な従業員様には特定保健指導の活用が有効です。是非、大阪支部のサービスを活用し、職場の健康づくりと生産性の向上にお役立ただければ幸いです。

お問い合わせ先



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か、協会けんぽの各都道府県支部までお問い合わせください。
また、各種申請書もホームページからダウンロードできます。

(令和4年1月現在)

支部名	住所	電話番号
北海道	〒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	〒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	〒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	〒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	〒010-8507 秋田市旭北錦町5-50 シティビル秋田	018-883-1800
山形	〒990-8587 山形市幸町18-20 JA山形市本店ビル	023-629-7225
福島	〒960-8546 福島市栄町6-6 ユニックスビル	024-523-3915
茨城	〒310-8502 水戸市南町3-4-57 水戸セントラルビル	029-303-1500
栃木	〒320-8514 宇都宮市泉町6-20 宇都宮DIビル	028-616-1691
群馬	〒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	〒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	〒260-8645 千葉市中央区新町3-13 千葉TNビル	043-382-8311
東京	〒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	〒220-8538 横浜市西区みなとみらい4-6-2 みなとみらいブランドセントラルタワー	045-270-8431
新潟	〒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	〒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	〒920-8767 金沢市南町4-55 WAKITA金沢ビル	076-264-7200
福井	〒910-8541 福井市大手3-7-1 福井県協ビル	0776-27-8300
山梨	〒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	〒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	〒500-8667 岐阜市橋本町2-8 濃飛ニッセイビル	058-255-5155
静岡	〒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	〒450-6363 名古屋市中村区名駅1-1-1 JPTタワー名古屋	052-856-1490
三重	〒514-1195 津市栄町4-255 津栄町三交ビル	059-225-3311
滋賀	〒520-8513 大津市梅林1-3-10 滋賀ビル	077-522-1099
京都	〒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	〒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	〒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	〒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	〒640-8516 和歌山市六番丁5 日進和歌山ビル	073-421-3100
鳥取	〒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	〒690-8531 松江市殿町383 山陰中央ビル	0852-59-5139
岡山	〒700-8506 岡山市北区本町6-36 第一セントラルビル	086-803-5780
広島	〒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	〒754-8522 山口市小郡下郷312-2 山本ビル第3	083-974-0530
徳島	〒770-8541 徳島市沖浜東3-46 Jビル西館	088-602-0250
香川	〒760-8564 高松市鍛冶屋町3 香川三友ビル	087-811-0570
愛媛	〒790-8546 松山市千舟町4-6-3 アヴァンサ千舟	089-947-2100
高知	〒780-8501 高知市本町4-2-40 ニッセイ高知ビル	088-820-6010
福岡	〒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	〒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	〒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	〒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	〒870-8570 大分市金池南1-5-1 ホルトホール大分	097-573-5630
宮崎	〒880-8546 宮崎市橋通東1-7-4 第一宮銀ビル	0985-35-5364
鹿児島	〒892-8540 鹿児島市山之口町1-10 鹿児島中央ビル	099-219-1734
沖縄	〒900-8512 那覇市旭町114-4 おきでん那覇ビル	098-951-2211

※最新の情報につきましては協会けんぽ HP で随時更新いたします。

全国健康保険協会 大阪支部 協会けんぽ

〒550-8510 大阪市西区靱本町1-11-7 信濃橋三井ビル6階

TEL 06-7711-4300 (代表)

平日：午前8時30分～午後5時15分 (土日、祝日、年末年始(12/29～1/3)を除く)

アクセス：地下鉄四つ橋線本町駅 28号出口よりすぐ

地下鉄中央線本町駅 四つ橋線構内をとおる 28号出口よりすぐ

地下鉄御堂筋線本町駅 4号出口より徒歩約5分



※ 色の表示はOsaka Metro出入口の番号表示です。