

受診して健康に!! 健康診断のご案内

1

生活習慣病予防健診

対象者：35～74歳の被保険者 | お勤めされている方 |

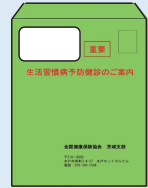
自己負担額

最高 **5,500円**

※総額約19,000円分の健診内容で
がん検診も含まれています

送付

3月下旬に事業所さま宛



生活習慣病予防健診は、
事業者(定期)健診を含んでいます

内容

労働安全衛生法上の
事業者(定期)健診項目 + 胃がん
大腸がん検診 + その他検査項目

その他

令和8年度から人間ドック健診等が追加されます!

人間ドック健診

NEW

【対象者】 35～74歳の被保険者

【協会補助額】 最高 **25,000円**

【健診内容】

一般健診の項目に血液の詳しい検査や眼圧検査、医師による健診結果の説明などを加えた、より詳しく体の状態を調べることができる、検査項目が一番多い健診です。

一般健診(若年)

NEW

【対象者】 20・25・30歳の被保険者

【自己負担額】 最高 **2,500円**

【健診内容】

一般健診の項目から胃・大腸の検査を省略した、若年者用の健診です

節目健診

「付加健診」から
名称が変わりました

【対象者】 40・45・50・55・60・65・70歳の
被保険者

【自己負担額】 最高 **8,280円**

【健診内容】

一般健診の検査項目に尿の詳しい検査や腹部超音波、眼底検査などを加えた、5年に1度受診できる、より詳細な健診です。

骨粗鬆症検診

NEW

【対象者】 一般健診・節目健診を受診する
40～74歳の偶数年齢の女性の被保険者

【自己負担額】 最高 **1,390円**

【健診内容】

問診や骨の中にあるカルシウムやマグネシウム等の成分量を測定することで、骨粗鬆症の予防と早期発見を目的とした検診です。

健診を受けるまでの流れ

健診機関に受診日を予約

※健診機関は協会けんぽHPもしくは
3月下旬にお勤め先に郵送する
ご案内にてご確認いただけます。



マイナ保険証等を持って 健診機関から送付された 案内にそって受診



※協会けんぽへの申し込み手続きは不要です。

2

特定健診

対象者：40～74歳の被扶養者 | ご家族の方 |

自己負担額

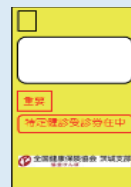
無料

※契約形態により、約1,700円窓口負担をいただく場合があります。

送付

4月上旬に被保険者さまのご住所宛

※住所不明等で送付ができなかった場合は、被保険者さまがお勤めの事業所さまへお送りすることがあります。



内容

診察、問診、身体計測、血圧測定、血液検査、尿検査など基本的な検査

(医師の判断により追加で詳細な健診を実施することがあります
「協会けんぽからの費用補助があります」)

健診を受けるまでの流れ

1 被保険者さまの住所に受診券(セット券)が届く



2 ご希望の健診機関または市町村で実施している集団健診へ予約



3 受診券(セット券)、マイナ保険証等を持って受診



※協会けんぽへの申し込み手続きは不要です。

健診受診後も大切です!

生活習慣病予防健診等を受診

異常なし

生活習慣の改善が必要

医療機関への受診が必要

特定保健指導※の活用

事業主の皆さまへ

健診で生活習慣の改善が必要と判定された方には、特定保健指導の案内を確実に配付し、積極的な利用を促してください。

受診勧奨

事業主の皆さまへ

医療機関への受診が必要にもかかわらず未受診の方には、ご自宅あてに案内をお送りしています。事業所でも、受診の声かけをお願いします。

- ・ 良い状態を保つために健康づくりを継続
- ・ 来年も必ず健診を受診(年1回の定期点検)

特定保健指導とは

健診結果からメタボリスクがあると判断された40歳～74歳の方が対象。

保健師や管理栄養士が、自己管理(セルフケア)を身につけられるよう寄り添ってサポートします。(例) 食事。運動のコツ、目標設定、続ける工夫など

健診後の保健指導・健康相談(特定保健指導)



「もしも」と「いつも」に安心を。

協会けんぽ

全国健康保険協会 茨城支部

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

〒310-8502
水戸市宮町1-2-4
マイムビル9階

☎029-303-1500(代表)

令和8年1月より
電子申請サービスが
スタートしました!



電子申請サービスについてはこちら