

令和8年度(2026年4月～2027年3月)

生活習慣病予防健診の 受診で従業員の健康を守りましょう

気づかぬうちに忍び寄る「生活習慣病」

不適切な食生活、運動不足、喫煙、過度な飲酒などの生活習慣の積み重ねは、**メタボリックシンドローム**の重大な原因となります。これらを放置すると、症状は悪化し、元の状態に戻すことは非常に困難になります。

レベル1

運動不足や過度な飲酒などの
不健康な生活習慣

レベル2

高血圧や高血糖など身体の不調の現れ
(生活習慣病予備群)

メタボリック
シンドローム*

レベル3

糖尿病等の生活習慣病発症

レベル4

心筋梗塞や脳卒中など
重症化・合併症の発症

メタボリックシンドロームとは？

内臓脂肪型肥満が原因で悪玉のホルモンが過剰に分泌され、高血圧・高血糖・脂質異常といった異常が複合した状態です。これは動脈硬化を急速に進行させ、心筋梗塞や脳卒中などの生活習慣病を招く危険な入口となります。

従業員の“健康の現在地”を知るための 健診を忘れずに！

生活習慣病は自覚症状なく、徐々に進行していくケースが少なくありません。生活習慣病のリスクに焦点を当てた「生活習慣病予防健診」を通じて、従業員の健康状態を把握し、具体的な生活習慣の改善につなげていきましょう。

令和8年度から
人間ドック健診等が
追加されました！

詳しくは裏面へ

令和8年度から、

生活習慣病予防健診等がさらに充実しました。

令和8年4月から、「人間ドック健診」のほか、生活習慣病予防健診では、「節目健診」、「一般健診」(若年)、「骨粗鬆症検診」が追加されました。

協会補助額
(1人当たり)
最高**14,135円**
(一般健診の場合)

生活習慣病予防健診の内容 ❗ 年度内にお一人様につき1回、健診費用の一部を補助します

健診の種類	検査の内容	対象者	自己負担額
一般健診	血液検査や尿検査などの一般的な検査に胃、大腸、肺のがん検診を加えた健診です。 ※35歳～39歳の方は、胃・大腸のがん検診を省略できます。	35歳～74歳の方 (75歳の誕生日前日まで毎年受診可)	最高 5,500円
	医師が必要と判断した場合に限り、眼底検査を併せて受診可能です。		最高 80円
	問診の結果、50歳以上で喫煙指数(1日本数×年数)が600以上の方のうち希望者は、喀痰検査を併せて受診可能です。		最高 590円
子宮頸がん検診 (単独受診)	子宮の入り口(子宮頸部)の細胞を調べ、がんやその前段階の異常の早期発見を目的とした検診です。	20歳～38歳の偶数年齢の女性の方	最高 990円
一般健診 NEW (若年)	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。	20歳、25歳、30歳の方	最高 2,500円
節目健診 NEW	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。	40歳、45歳、50歳、55歳、60歳、65歳、70歳の方	最高 8,280円

+

一般健診・節目健診に追加できる健診

❗ 単独受診はできません

健診の種類	検査の内容	対象者	自己負担額
骨粗鬆症 NEW 検診	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。	一般健診・節目健診を受診する 40歳～74歳の偶数年齢の女性の方	最高 1,390円
子宮頸がん 検診	子宮の入り口(子宮頸部)の細胞を調べ、がんやその前段階の異常の早期発見を目的とした検診です。	一般健診・節目健診を受診する 36歳～74歳の偶数年齢の女性の方 ※36歳、38歳の女性は子宮頸がん検診の単独受診も可 ※20歳、30歳の女性は一般健診(若年)に追加受診も可	最高 990円
乳がん検診	乳房のエックス線撮影(マンモグラフィ)で、しこりなどの異常の早期発見を目的とした検診です。	一般健診・節目健診を受診する 40歳～74歳の偶数年齢の女性の方	50歳以上 最高 980円 40歳～48歳 最高 1,700円
肝炎ウイルス 検査	血液検査でB型肝炎とC型肝炎の感染の有無を調べる検査です。	一般健診・節目健診を受診する方のうち、過去にC型肝炎ウイルス検査を受けたことがない方	最高 540円

人間ドック健診 NEW

検査の内容	対象者
一般健診の検査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1番多い健診です。	35歳～74歳の方 (75歳の誕生日前日まで毎年受診可)

令和8年度から
補助を実施
協会補助額
(1人当たり)
最高**25,000円**

※年度内にお一人様につき1回、生活習慣病予防健診または人間ドック健診のいずれかの健診費用の補助をご利用いただけます。

現在の年齢から健診項目を確認したい方はコチラ!



協会けんぽ
どんな検査があるの



健診受診の流れ

1 案内が届いたら、従業員の皆さまに健診を受診するよう周知する

事業主の皆さまへ

ホームページに健診対象者へお知らせいただくためのリーフレットを掲載しておりますので、ご活用ください。

協会けんぽ
健診リーフレット



2 受診を希望する健診機関に予約する

協会けんぽへの申込み手続きは不要です。

協会けんぽ
健診機関



3 健診を受診する

受診当日はマイナ保険証*及び検査容器などをお持ちください。

*保険資格の確認方法は、事前に健診機関へお問い合わせください。

協会けんぽ
マイナ保険証



4 生活習慣の改善が必要な方は 特定保健指導*を利用する または 要治療と判定された方は 医療機関を受診する

従業員の健康を守り、職場の活性化や企業の生産性向上につなげましょう。

健診は生活習慣改善や病気の早期発見の手段です。

健診結果をもとに特定保健指導を活用し行動につなげることが、従業員の健康と企業の未来を守る第一歩です。

健診を受けた後の行動こそが大切です！

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)



*一般健診項目は、どの検査項目も生活習慣病の予防に必要であるため、すべて受診していただくようになっています。体調不良等の理由で受けられない検査がある場合は、健診機関(医師)へご相談ください。

*受診時に協会けんぽの被保険者であることが必要です。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となります。

*検査の具体的な方法及び内容、検査の実施にあたっての注意事項等については、直接健診機関にお尋ねください。

*検査の内容やがん検診のメリット・デメリットについては、協会けんぽホームページをご確認ください。

*健診結果は受診者自身の今後の健診・治療及び保健師等による保健指導・健康相談並びに個人が識別されない方法での統計・調査研究にのみ利用します。

令和8年度 生活習慣病予防健診・人間ドック健診実施機関一覧

地区	健診機関名	電話番号	一般健診	乳がん	子宮頸がん	骨粗鬆症 検診	人間 ドック	胃カメラ 変更	検診 車	備 考 具体的なアクセス方法（道順・バス路線等）は 各健診機関にお問い合わせください。
		所在地						変更差額		
奈良市	沢井病院	0742-94-3112	火～金	※土	※土	火～金	-	可	-	近鉄・JR奈良駅より徒歩12分 午前のみ実施
		奈良市船橋町8						なし		
	健全会吉田病院	0742-81-3033(ご予約)	月～土	月～土	火・木・金	月～土	-	可	-	近鉄大和西大寺駅より無料送迎バス10分 土曜日の節日健診は第1・3のみ 子宮頸がん検診は、火は午後のみ、木・金は午前のみ 実施（一般お問合せ）0742-45-4601(代表)
		奈良市西大寺赤田町1-7-1						2,500円		
	高の原中央病院	0742-71-7062	月～金 (祝日除く)	月～金 (祝日除く)	月～金 (祝日除く)	月～金 (祝日除く)	月～金 (祝日除く)	可	-	近鉄京都線「高の原」駅下車 徒歩5分
		奈良市右京1-3-3						4,400円		
	済生会奈良病院	0742-36-1881	月～金	月～金	月～金	月～金	-	可	-	近鉄・JR奈良駅よりバス15分 月～金の午前のみ実施
		奈良市八条4-643						7,183円		
	奈良市総合医療検査センター (メディカルなら)	0742-33-7876 ガイダンス①	月～土	月～金	月～金	月～土	-	可	30 名 以 上	近鉄奈良駅・JR奈良駅より 奈良交通バス「恋の窪町」行き約20分。 「柏木町」下車徒歩5分 土曜日は午前のみ実施
奈良市柏木町519-5		6,600円								
おかたに病院	0742-63-7700	月～金	火・水・金	月 (月1回)	月～金	-	可	-	無料駐車場あり JR京終駅より徒歩5分 近鉄、JR奈良駅より市内循環バスあり	
	奈良市南京終町1-25-1						経口:2,500円 経鼻:4,000円			
奈良西部病院	0742-51-8700	月～土	※	※	月～土	-	可	-	近鉄東生駒駅よりバス5分 乳がん・子宮頸がん検診については、別途お問合 せください。	
	奈良市三磯町2143-1						4,400円			
社会医療法人松本快生会 西奈良中央病院	0742-43-8868	月～土 (祝日除く)	月～土 (祝日除く)	月～土 (祝日除く)	月～土 (祝日除く)	月～土 (祝日除く)	可	-	近鉄学園前駅より徒歩15分 午前中のみ実施 生活習慣病予防健診:2月～5月のみ実施(事前予約 必須です)	
	奈良市鶴舞西町1番15号						2,200円			
医療法人康仁会 西の京病院 総合健診センター	0742-35-1564	月～金 第3土曜日	月～金 第3土曜日	-	月～金 第3土曜日	月～金 第3土曜日	胃カメラ のみ	-	胃部検査は胃カメラのみ(鎮静下で苦痛が少ない) 近鉄西ノ京駅より徒歩10分 無料シャトルバスあり(近鉄大和西大寺駅・西ノ京 駅・郡山駅・JR郡山駅)	
	奈良県奈良市七条町95-1						11,000円			
生駒市	生駒市立病院指定管理者 医療法人徳洲会	0743-72-1728	月・火・ 木・金	月～金	月～金	月～金	-	胃カメラ のみ	-	近鉄東生駒駅より徒歩5分
		生駒市東生駒1丁目6番地2						11,000円		
阪奈中央病院	0743-74-8660	月・水・ 木・金	月・火・ 木・金	※月～金	月・水・ 木・金	月・水・金	可	-	近鉄生駒駅より送迎バス8分 子宮頸がん検診は午前のみ実施	
							生駒市俣口町741			4,400円
大和 郡山市	独立行政法人地域医療機能推進機構 大和郡山病院	0743-54-6587	月～金	月～金	月～金	月～金	月～金	可	30 名 以 上	近鉄郡山駅より徒歩1分 毎週木曜日午後は女性専用のレディースデイ
		大和郡山市朝日町1-62						5,830円		
	郡山いむらクリニック	0743-55-0027	月～金	※水・金・土	※金・土	月～金	-	可 (木曜のみ)	-	近鉄郡山駅より徒歩20分 午前のみ実施 ※乳がん・子宮頸がん検診は、天理メディカルにて 予約
大和郡山市田中町763		2,750円								
社会医療法人健全会 小泉診療所	0743-52-3035	月～土	※月～金	※月～金	月～土	-	可	-	JR大和小泉駅より徒歩4分 無料駐車場あり(約15台) 土曜日は午前のみ実施 胃カメラは金曜日のみ	
	大和郡山市小泉町552						2,500円			
天理市	天理市立メディカルセンター	0743-63-1821	月～土	水・金・土	火・水・ 金・土	月～土	-	可	-	近鉄前栽駅より徒歩10分 午前のみ実施(祭日除く) 申込受付は、月～土13:30～17:00(祭日除く)
		天理市富堂町300-11						4,950円		
北葛城郡 王寺町	ヤマト健診クリニック	0745-32-8620	月～土	月～土	火・木	月～土	-	可	-	近鉄・JR王寺駅より徒歩5分 胃カメラについては別途お問い合わせください。
		北葛城郡王寺町久度4-5-27						7,700円		
北葛城郡 上牧町	服部記念病院	0745-77-1333	月～土	月～土	水	月～土	-	可	-	JR志都美駅よりバス5分 近鉄五位堂駅よりバス10分 巡回送迎バスあり 子宮頸がん検診は水曜午後のみ
		北葛城郡上牧町上牧4244						2,200円		

令和8年度 生活習慣病予防健診・人間ドック健診実施機関一覧

地区	健診機関名	電話番号	一般健診	乳がん	子宮頸がん	骨粗鬆症 検診	人間 ドック	胃カメラ 変更	検 診 車	備 考 具体的なアクセス方法（道順・バス路線等）は 各健診機関にお問い合わせください。	
		所在地						変更差額			
北葛城郡 上牧町	奈良友誼会病院	0745-78-3588	月～土	※月～土	※火・木	月～土	-	可	-	近鉄五位堂駅よりバス10分 JR王寺駅よりバス15分 巡回送迎バスあり 午前のみ実施	
		北葛城郡上牧町服部台 5-2-1						2,200円			
北葛城郡 広陵町	三恵クリニック	0745-56-6701	月～土	月～金 第1・4 土曜日	月～金 第1・4 土曜日	月～金 第1・4 土曜日	-	可	15 名 以上	胃カメラについては別途お問い合わせください。 第2、第3、第5土曜の一般健診は巡回健診のみです。	
		北葛城郡広陵町寺戸621-1						3,500円			
香芝市	医療法人藤井会 香芝生喜病院	0745-44-8037	月～土	火・水・金 第1・3・5 土曜日	月～土	月～土	-	可	-	近鉄大阪線二上駅より送迎バス5分 近鉄大阪線閑屋駅より送迎バス10分 近鉄南大阪線二上山駅より送迎バス5分 JR和歌山線香芝駅より送迎バス10分 予約受付時間：日祝除く月～土（14時～16時）	
		香芝市穴虫3300-3						5,500円			
	医療法人かわもとクリニック	0745-51-6333	月・火	※水・金	※水・金	※水・金	-	不可	20 名 以上	近鉄二上山駅より徒歩約11分 近鉄二上駅より徒歩約13分 近鉄下田駅より徒歩約14分 午前のみ実施	
		香芝市畑3-926-1						-			
磯城郡 田原本町	奈良県健康づくりセンター	0744-32-0223	月～土	月・水・金	月・水・金	月～土	-	可	30 名 以上	近鉄黒田駅より徒歩7分 土曜日については要問合せ 胃カメラについては要問合せ 予約時間は平日8時30分～12時、13時～17時	
		磯城郡田原本町宮古404-7						5,500円			
橿原市	平成記念病院	050-1793-0666	月～土 (祝日除く)	月～土 (祝日除く)	金(午後) (祝日除く)	月～土 (祝日除く)	月～土 (祝日除く)	可	-	・お車で越しの方は平成記念病院(本館)の北側駐車場 ※受付時に割引処理いたします。 ・公共交通機関で越しの方は近鉄橿原線八木西口 駅・JR万葉まほろば線畷駅より徒歩10分 ・バスで越しの方は奈良交通 医大病院前 ・健診予約時間：8時30分～16時まで(祝日除く月～土曜日)	
		橿原市四条町827						2,200円			
	大和橿原病院	0744-27-1071	月・水	-	-	-	-	-	可	-	近鉄橿原神宮前駅東出口より徒歩3分
		橿原市石川町81							5,500円		
	平尾病院	0744-24-4700	火～金	水・金	水・金	水・金	-	-	可	-	近鉄八木西口駅より徒歩8分 男性は火・木曜日のみ実施
		橿原市兵部町6-28							2,200円		
みみなし診療所	0744-23-5722	月・金・土	-	-	月・金・土	-	-	可	-	近鉄大和八木駅より徒歩15分 胃カメラのみ可能 健診可能日は変更の可能性があります	
	橿原市木原町230-1							5,500円			
橿原健診クリニック	0744-23-3102	月～土	-	-	月～土	-	-	不可	20 名 以上	近鉄真菅駅北出口より徒歩15分 電話予約 9:00～17:00(平日のみ) 施設健診は予約をお願いいたします。	
	橿原市土橋町608							-			
桜井市	済生会中和病院	0744-43-5001	月～金	月～金	月～金	月～金	月～金	可	-	近鉄・JR桜井駅より徒歩15分 午前のみ実施	
		桜井市阿部323						5,500円			
宇陀市	グランソール奈良	0745-84-9333	月～土 (祝日除く)	月～土 (祝日除く)	月～土 (祝日除く)	月～土 (祝日除く)	-	可	-	近鉄榛原駅より車で約15分(送迎あり:要予約)	
		宇陀市菟田野松井8-1						8,470円			
	宇陀市立病院	0745-82-0381	月～金	月～金	月～金	月～金	-	可	-	近鉄榛原駅より徒歩7分 骨粗鬆症検診については、骨粗鬆症の治療中以外の 方に実施	
宇陀市榛原萩原815	5,500円										
大和 高田市	大和高田市立病院	0745-53-2901	月～金	月～金	木	月～金	-	可	-	近鉄高田市駅より徒歩10分 7・8月は休診 子宮頸がん検診は木曜日のみ実施 乳がん検診は月～金曜日	
		大和高田市磯野北町1-1						6,820円			
	健生会土庫病院	0745-53-5471	月・火・ 水・金	月～水	第2 土曜日	月・火・ 水・金	-	可	-	近鉄大和高田駅より徒歩7分 子宮頸がん検診は基本第2土曜日実施	
大和高田市日之出町12-3	4,400円										
一般社団法人 葛城メディカルセンター	0745-22-1408	月～金 (午前)	金 (午前)	金 (午後)	月～金 (午前)	-	-	不可	30 名 以上	近鉄大和高田駅・JR高田駅より徒歩10分 電話予約：平日9:00～17:00	
	大和高田市西町1-45 大和高田市保健センター3F							-			
御所市	社会福祉法人恩賜財団 済生会御所病院	0745-62-3585	月～金 第1・第3・ 第5土曜日	火・金	火・水・金	月～金 第1・第3・ 第5土曜日	-	可	-	近鉄御所駅より徒歩5分 JR御所駅より徒歩10分 第2・4土曜日は休診 土曜日は節目健診の実施なし	
		御所市三室20						なし			
榎本医院	0745-67-0008	月～土	※土	※土	月～土	-	-	可	-	近鉄葛駅より徒歩6分 近鉄・JR吉野口駅より徒歩10分	
	御所市戸毛1130							4,400円			

令和8年度 生活習慣病予防健診・人間ドック健診実施機関一覧

地区	健診機関名	電話番号	一般健診	乳がん	子宮頸がん	骨粗鬆症 検診	人間 ドック	胃カメラ 変更	検 診 車	備 考 具体的なアクセス方法（道順・バス路線等）は 各健診機関にお問い合わせください。
		所 在 地						変更差額		
五條市	医療法人鎌田医院 賀名生診療所	0747-32-0525	月・火・水 ・金・土	※土	※土	月・火・水 ・金・土	-	不可	-	奈良交通バス(十津川線)上和田駅より徒歩3分
		五條市西吉野町屋那瀬13						-		
吉野郡 大淀町	南和広域医療企業団 南奈良総合医療センター	0747-54-5000	月・火	火	火	月・火	-	可	-	近鉄吉野線福神駅より徒歩5分
		吉野郡大淀町大字福神8-1						2,200円		
	南和病院	0747-54-5800	月・火・ 木・金	※水	※水	月・火・ 木・金	-	可 (火・木のみ)	-	要予約(当日予約不可) 9時に来院ください 胃カメラ変更希望の方は火・木曜日のみとなります 乳がん・子宮頸がん検診については、別途お問い合わせください
		吉野郡大淀町大字福神 1番地181						3,000円		
大阪市 中央区	医療法人橘甲会 大阪予防医学健診センター	06-6943-1306	月～金	※火・木	※火・木	月～金	月～金	可	30 名 以 上	大阪メトロ谷町線 谷町四丁目駅8番出口より 徒歩5分 午前中のみ実施 事業所単位での巡回健診にも対応しております
		大阪市中央区内久宝寺町 3-4-1						要問合せ		
大阪市 港区	船員保険 大阪健康管理センター	06-6576-1011	月～日 (土日は 不定期)	月・火・金 午前	月・火・金 午前	月～日 (土日は 不定期)	-	可	50 名 以 上	大阪メトロ中央線 大阪港駅6番出口すぐ 土曜日、日曜日の実施日については不定期の為ホ ムページまたはお問い合わせください
		大阪市港区築港1-8-22						6,600円		
豊中市	医療法人大樹会 巡回健診事業部	072-976-6300	月～日	-	-	月～日	-	不可	20 名 以 上	検診車による巡回健診のみ実施
		大阪府豊中市上新田三丁目 2-7-102						-		
東大阪市	一般社団法人恵生会 恵生会布施健診ステーション	072-982-5501	毎週2回 開催 (不定期) ※土曜日は 毎月1回開催	毎月2回 開催 (不定期)	毎月2回 開催 (不定期)	毎週2回 開催 (不定期)	毎週2回 開催 (不定期) ※土曜日は 毎月1回開催	可	40 名 以 上	2026.4月新規オープン 検診車(一般健診・乳がん・子宮頸がん・骨粗鬆症検 診)：月～土 ※検診車(人間ドック)は調整中
		東大阪市長堂2-3-21 布施駅前ビル5階	5,500円							

- ◆実施日欄に※印のある乳がん・子宮頸がん・骨粗鬆症検診については、外部機関での実施となります。
- ◆受診者数が一定以上であれば、検診車もご利用いただけます。
 - ・記載の実施人数はあくまで目安です。詳細は健診機関にお問い合わせください。
 - ・検診車については、一般健診のみとなる場合があります。
- ◆健診機関ごとに費用負担額が若干異なる場合があります。
- ◆健診機関の追加等、最新情報は支部ホームページをご覧ください。
- ◆記載の内容より変更となる場合がありますので、詳細については予約時に健診機関へお問い合わせください。
- ◆各健診機関とも状況により、予約が数ヶ月先になることや、取れない場合がありますので予め余裕を持ってご予約ください。

お問い合わせは
全国健康保険協会 奈良支部 保健グループ
 〒630-8535
 奈良市大宮町7-1-33 奈良センタービル4階
 電話：0742-30-3700(代表)(自動音声案内「2」)
 ホームページ：「協会けんぽ奈良」で検索



よくあるご質問

Q 「対象者一覧」に記載のない従業員がいますが、その従業員は受診できないのでしょうか？

A 協会けんぽに加入の35歳～74歳の被保険者様であれば、どなたでも受診できます。
 また、一般健診については今年度から20歳、25歳、30歳の方も受診できます(人間ドック健診は不可)
 同封の対象者一覧は、令和8年1月時点での情報で作成しておりますので、その後に新規加入された方は
 記載されておられません。

Q 奈良県外での受診はできますか？

A 可能です。
 協会けんぽの生活習慣病予防健診等の契約機関であれば、全国どこでも受診できます。契約機関は、協会けんぽ
 支部のホームページにある「健診実施機関一覧」をご覧ください。

Q 節目健診、乳がん・子宮頸がん検診の対象年齢ではありませんが、受診しても良いですか？

A 可能ですが、全額自己負担での受診となります。
 対象年齢でない場合、協会けんぽからの補助はございません。ただし、費用の総額を自己負担された受診
 は可能ですので、健診機関へお問い合わせください。



協会けんぽ奈良 LINE 公式アカウント 友だち募集中！



お役立ち
健康情報をお届け！



健診当日に健康サポート(特定保健指導)を受けましょう



健診当日に健康サポートを受けるメリット

健診直後の健康意識が高まっているうちに健康サポートを受けよう



- ★直前に受けた健診結果をもとにタイムリーに保健師等からアドバイスがもらえます！
- ★健診の流れのまま健康サポートを受けられるので、後日改めて健康サポートを実施するための日程調整が不要です。

下記の健診機関では健診を受けた**当日**に無料で健康サポート(特定保健指導)を受けられます！
(※健診の結果、メタボリックシンドロームに該当された方のみが対象です。)

健診機関名	ご予約先	特色
健生会吉田病院	0742-81-3033	保健師があなたの生活に合わせた食事・運動の改善方法を一緒に考え、生活習慣の見直しをサポートします。スタッフ一同、お待ちしております。
高の原中央病院	0742-71-7062	保健師・管理栄養士が栄養指導・運動指導を実施しております。受診者様の健康維持のために生活習慣の見直しやその後のフォローもご希望に応じて行っております。
奈良市総合医療検査センター (メディカルなら)	0742-33-7876 ガイダンス① または④	保健師・管理栄養士・運動指導士が個別に受診者様の健康をサポートいたします。ご希望の方には後日、個別栄養相談またはパーソナルトレーニングのご利用も可能です。(ご予約はお電話を受けたスタッフに直接お申し出ください)
おかたに病院	0742-63-7700	受診者の皆さまの健康な体を維持するために、安心して受診していただける医療機関を目指しています。また、関連施設にメディカルフィットネスがあり、継続的に健康をサポートしています。
社会医療法人松本快生会 西奈良中央病院	0742-43-8868	～生活習慣の改善っていったい何から始めたらいいの？～ 保健師が対面で個別に支援いたします。土曜日でも予約が可能です。ひとりひとりに合う方法を一緒に見つけていきましょう。
阪奈中央病院	0743-74-8660	管理栄養士が食事・運動療法の指導を実施しております。まずはお気軽にご相談ください。
独立行政法人地域医療機能 推進機構 大和郡山病院	0743-54-6587	保健師4名全員が人間ドックアドバイザー資格を取得。当日結果を踏まえた当日保健指導も可能で丁寧に寄り添った支援を行っています。
天理市立メディカルセンター	0743-63-1821	医師・管理栄養士と共に、生活習慣の見直し改善のサポートをさせていただきます。また、InBody体組成計の測定が無料でできます。
ヤマト健診クリニック	0745-32-8620	当施設のスタッフと一緒に生活習慣を見直し、内臓脂肪を減らして健康寿命を伸ばしましょう。
平成記念病院	050-1793-0666	当日の健診結果を踏まえ、専門職が個別に支援します。医師と連携し、継続的な生活習慣の改善をサポートします。
済生会中和病院	0744-43-5001	保健師・管理栄養士が受診者様一人ひとりに寄り添った健康サポートを実施しております。受診者様の生活スタイルに合わせた支援方法もお選びいただけます。ぜひ当院の保健指導をご利用ください。
船員保険 大阪健康管理センター	06-6576-1011	身体計測値を確認し、食事・運動・喫煙・その他項目の改善状況を確認します。対象者の疑問点についてアドバイスを実施し継続の必要性を促し、モチベーションがアップするよう支援します。
一般社団法人恵生会 恵生会布施健診ステーション	072-982-5501	無理な制限などは設けず、出来ることから始められるようなきっかけ作りを提供しています。

令和8年度版（令和8年4月～令和9年3月） 生活習慣病予防健診等対象者年齢一覧表

対象となる方

20歳、25歳、30歳、35歳～74歳の方が対象です。

※20歳～38歳の偶数年齢の女性の方は、子宮頸がん検診のみの受診も可能です。

20歳 (若年) 25歳 (若年) 30歳 (若年) 35歳 40歳 節目健診 45歳 節目健診 50歳 節目健診 55歳 節目健診 60歳 節目健診 65歳 節目健診 70歳 節目健診 74歳

受診できる健診の種類は、下表のとおり年齢によって決まっています。

※年齢の数は、その年の4月2日から翌年の4月1日となりますのでご注意ください。

年齢	生年月日	一般健診	単独子宮頸がん	節目健診	乳がん	子宮頸がん	骨粗鬆症	人間ドック
20歳	H18.4.2 ~ H19.4.1	○	○	×	×	×	×	×
21歳	H17.4.2 ~ H18.4.1	×	×	×	×	×	×	×
22歳	H16.4.2 ~ H17.4.1	×	○	×	×	×	×	×
23歳	H15.4.2 ~ H16.4.1	×	×	×	×	×	×	×
24歳	H14.4.2 ~ H15.4.1	×	○	×	×	×	×	×
25歳	H13.4.2 ~ H14.4.1	○	×	×	×	×	×	×
26歳	H12.4.2 ~ H13.4.1	×	○	×	×	×	×	×
27歳	H11.4.2 ~ H12.4.1	×	×	×	×	×	×	×
28歳	H10.4.2 ~ H11.4.1	×	○	×	×	×	×	×
29歳	H9.4.2 ~ H10.4.1	×	×	×	×	×	×	×
30歳	H8.4.2 ~ H9.4.1	○	○	×	×	×	×	×
31歳	H7.4.2 ~ H8.4.1	×	×	×	×	×	×	×
32歳	H6.4.2 ~ H7.4.1	×	○	×	×	×	×	×
33歳	H5.4.2 ~ H6.4.1	×	×	×	×	×	×	×
34歳	H4.4.2 ~ H5.4.1	×	○	×	×	×	×	×
35歳	H3.4.2 ~ H4.4.1	○	×	×	×	×	×	○
36歳	H2.4.2 ~ H3.4.1	○	○	×	×	○	×	○
37歳	H1.4.2 ~ H2.4.1	○	×	×	×	×	×	○
38歳	S63.4.2 ~ H1.4.1	○	○	×	×	○	×	○
39歳	S62.4.2 ~ S63.4.1	○	×	×	×	×	×	○
40歳	S61.4.2 ~ S62.4.1	○	×	○	○	○	○	○
41歳	S60.4.2 ~ S61.4.1	○	×	×	×	×	×	○
42歳	S59.4.2 ~ S60.4.1	○	×	×	○	○	○	○
43歳	S58.4.2 ~ S59.4.1	○	×	×	×	×	×	○
44歳	S57.4.2 ~ S58.4.1	○	×	×	○	○	○	○
45歳	S56.4.2 ~ S57.4.1	○	×	○	×	×	×	○
46歳	S55.4.2 ~ S56.4.1	○	×	×	○	○	○	○
47歳	S54.4.2 ~ S55.4.1	○	×	×	×	×	×	○
48歳	S53.4.2 ~ S54.4.1	○	×	×	○	○	○	○
49歳	S52.4.2 ~ S53.4.1	○	×	×	×	×	×	○
50歳	S51.4.2 ~ S52.4.1	○	×	○	○	○	○	○
51歳	S50.4.2 ~ S51.4.1	○	×	×	×	×	×	○
52歳	S49.4.2 ~ S50.4.1	○	×	×	○	○	○	○
53歳	S48.4.2 ~ S49.4.1	○	×	×	×	×	×	○
54歳	S47.4.2 ~ S48.4.1	○	×	×	○	○	○	○
55歳	S46.4.2 ~ S47.4.1	○	×	○	×	×	×	○
56歳	S45.4.2 ~ S46.4.1	○	×	×	○	○	○	○
57歳	S44.4.2 ~ S45.4.1	○	×	×	×	×	×	○
58歳	S43.4.2 ~ S44.4.1	○	×	×	○	○	○	○
59歳	S42.4.2 ~ S43.4.1	○	×	×	×	×	×	○
60歳	S41.4.2 ~ S42.4.1	○	×	○	○	○	○	○
61歳	S40.4.2 ~ S41.4.1	○	×	×	×	×	×	○
62歳	S39.4.2 ~ S40.4.1	○	×	×	○	○	○	○
63歳	S38.4.2 ~ S39.4.1	○	×	×	×	×	×	○
64歳	S37.4.2 ~ S38.4.1	○	×	×	○	○	○	○
65歳	S36.4.2 ~ S37.4.1	○	×	○	×	×	×	○
66歳	S35.4.2 ~ S36.4.1	○	×	×	○	○	○	○
67歳	S34.4.2 ~ S35.4.1	○	×	×	×	×	×	○
68歳	S33.4.2 ~ S34.4.1	○	×	×	○	○	○	○
69歳	S32.4.2 ~ S33.4.1	○	×	×	×	×	×	○
70歳	S31.4.2 ~ S32.4.1	○	×	○	○	○	○	○
71歳	S30.4.2 ~ S31.4.1	○	×	×	×	×	×	○
72歳	S29.4.2 ~ S30.4.1	○	×	×	○	○	○	○
73歳	S28.4.2 ~ S29.4.1	○	×	×	×	×	×	○
74歳	S27.4.2 ~ S28.4.1	○	×	×	○	○	○	○
75歳*	S26.4.2 ~ S27.4.1	○	×	×	×	×	×	○

※今年度（令和8年4月1日～令和9年3月31日）で75歳を迎えられる方は、誕生日以降は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。