

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



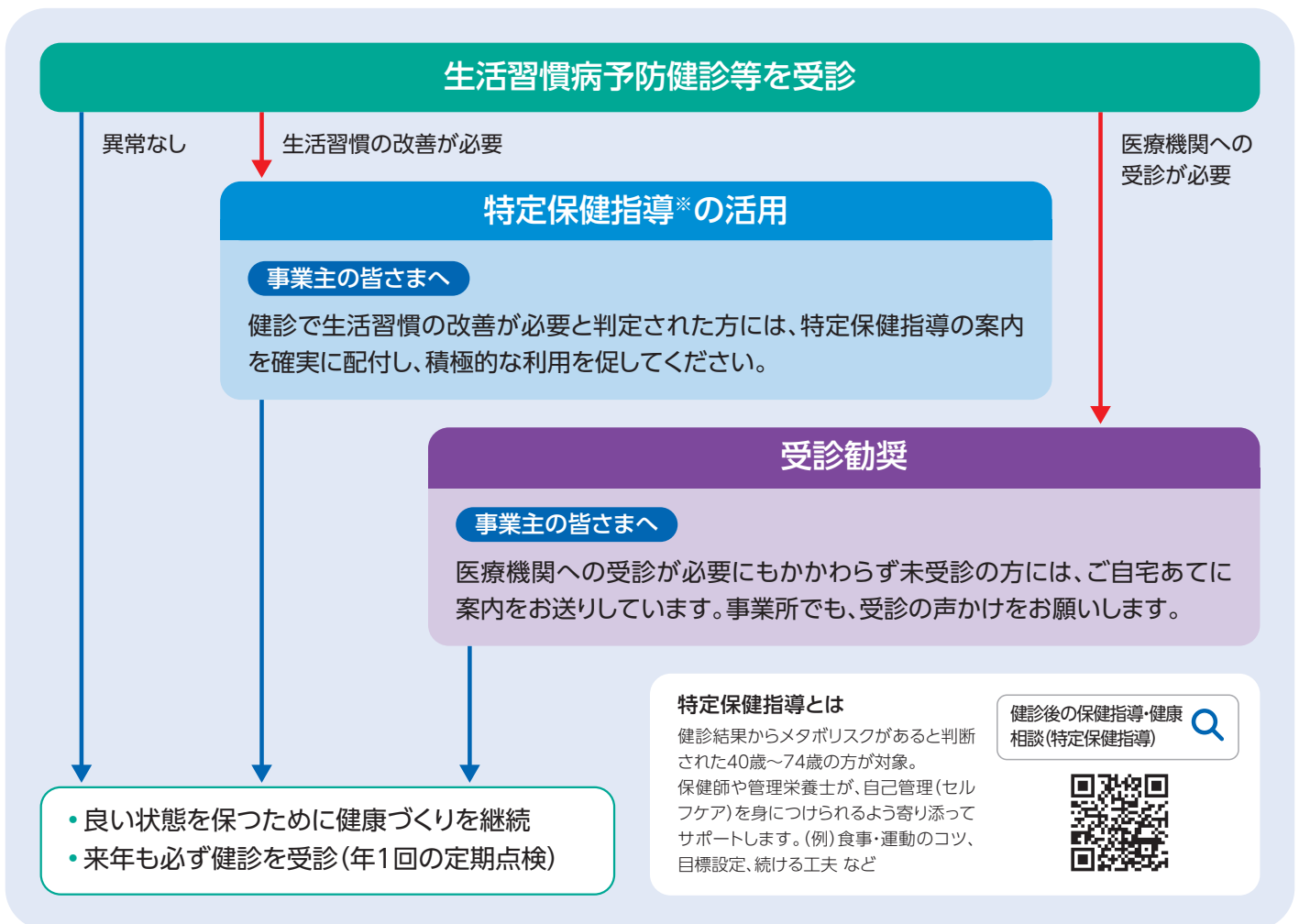
4 生活習慣の改善が必要な方は 特定保健指導*を利用する または 要治療と判定された方は 医療機関を受診する

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！



*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なため、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。

健診対象者について(健診対象者年齢早見表)

受診できる健診の種類は、下表の年齢によって決まっています。お申込みの際ご確認ください。

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

※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。

特定保健指導をご利用ください。

健診を受けた結果、メタボリックシンドロームのリスクのある40～74歳までの方を対象に、事業所様あてに「特定保健指導」のご案内をお送りしています。

特定保健指導に該当された方が、生活習慣を改善しないまま放置していると、**命に関わる重大な病気になる恐れもあります。**

従業員の健康、事業所の将来を守るため、特定保健指導のご案内を**従業員の方に確実に**お渡しいただき、**積極的にお声がけ**をお願いします。

特定保健指導を受けていただく流れ



1

案内が届いたら、対象の方に渡し指導を受けるよう勧める

2

対象の方と日程調整し、面談日を決めて、協会けんぽに連絡する



3

事業所で保健師・管理栄養士と個別面談(オンラインでの実施も可能)

4



サポートを受けながら生活改善に取り組む

令和8年度 生活習慣病予防健診実施機関一覧表

- ◎胃部レントゲン検査を胃カメラに変更した場合、健診機関により健診費用が異なる場合がございます。詳細につきましては、直接、健診機関へお問い合わせください。
- ◎「人間ドック併用」とは人間ドックの一部として生活習慣病予防健診を受けていただくことにより、健診費用補助の対象となる場合をいいます。
検査の内容や費用については、直接、健診機関へお問い合わせください。

地域	健診機関名	所在地 電話番号	検 診 車	人 間 ド ック 併 用	節 目 健 診	検 骨 粗 しょう 症	乳 が ん 検 診	子 宮 頸 が ん 検 診	胃 カ メ ラ 変 更	人 間 ド ック 併 用	特 定 保 健 指 導	利 用 可 保 険 証 の 否	備 考	
東 部	鳥取市立病院	〒680-8501 鳥取市市場 1-1 TEL 0857-37-1540 Fax 0857-37-1560			○	○	○	○	○			○	・胃カメラ：経口・経鼻選択可 ・予約受付方法：電話予約のみ	
	尾崎病院	〒680-0941 鳥取市湖山町北 2-555 TEL 0857-31-2665 Fax 0857-31-0740			○	○	○		○	○		○	・胃カメラ：経鼻・経口選択可 ・予約受付時間：13:45～16:30（平日のみ） ※火・金は8:30～12:00も対応可 ・予約方法：電話のみ ・健診実施日：月・水・木曜日のみ ※7～2月は胃透視と人間ドック併用のみ実施	
	鳥取北クリニック	〒680-0905 鳥取市賀露町 4012 TEL 0857-32-7111 Fax 0857-32-7112			○		○	○	○				○	・胃検査は胃カメラのみ（経鼻・経口選択可） ・予約受付時間 11:30-13:00 15:00-18:00 ※土曜日午後は14:00-17:00
	鳥取生協病院	〒680-0833 鳥取市末広温泉町 458 TEL 0857-25-0626 Fax 0857-39-1920			○	○	○	委託		○	○	○	○	・子宮頸がん検診：近医委託（実施：月・火・木・金） ・胃カメラ：経口、経鼻カメラ選択可、人数制限あり、事前予約のみ ・予約受付時間 平日：9:00～16:30（平日のみ） ・特定保健指導は当日実施可能
	鳥取赤十字病院	〒680-8517 鳥取市尚徳町 117 TEL 0857-29-5030 Fax 0857-24-8634			○	○	○	○	○				○	・電話予約 11:00～16:30（平日のみ） ・胃カメラ：経口、経鼻カメラ選択可（人数制限あり） ・予約枠が少なくなっております
	鹿野温泉病院	〒689-0425 鳥取市鹿野町今市 242 TEL 0857-84-2311 Fax 0857-84-3287								○			○	・電話予約 9:00～11:30（平日のみ） ・胃検査は胃カメラのみ（経鼻・経口選択可） ・予約受付開始 6月から 実施開始7月から
	国民健康保険 智頭病院	〒689-1402 八頭郡智頭町智頭 1875 TEL 0858-75-3218 Fax 0858-75-3636			○	○	○		○				○	・予約受付時間 平日 13:00～17:00 ・胃カメラ：経口・経鼻カメラ選択可 ・乳がん検診は曜日指定なし ・特定保健指導は当日実施可能
	わかさ生協診療所	〒680-0701 八頭郡若桜町若桜 933-1 TEL 0858-82-0533						委託		○			○	・木曜日午前、第1、第3金曜日午前のみ ・要予約 ・胃検査は胃カメラのみ（経鼻カメラあり）
	千代水の森おなかと 内科のクリニック	〒680-0911 鳥取市千代水 2丁目 97 TEL 0857-50-0743								○	○		○	・胃検査は胃カメラのみ（経鼻・経口選択可） ・健診実施日 火・水・祝日以外（土日も実施）
	鳥取県保健事業団 健診センター	〒680-0845 鳥取市富安 2-94-4 TEL 0857-30-4882（施設予約） Fax 0857-23-4892		○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	・婦人科：月曜日、火曜日、第1土曜日 ただし、変則月あり ・土曜日健診あり（6～12月第1・第3土曜日） ・施設・検診車での実施あり ※事前予約制 ・特定保健指導は当日実施可能
中国労働衛生協会 鳥取健診センター	〒680-0942 鳥取市湖山町東 4-95-1 TEL 0857-31-6666 Fax 0857-31-6667		○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	・電話予約：8:30～12:00 13:00～17:00（平日のみ） ・胃検査は基本胃透視（胃カメラは人間ドックに限る） ・レディースデー（婦人科）実施あり ・土曜日健診あり（不定期） ・特定保健指導は当日実施可能	
中 部	藤井政雄記念病院	〒682-0023 倉吉市山根 43-1 TEL 0858-26-2125			○	○	○	委託				○	・電話予約 12:00～13:30、16:30～18:00（平日のみ） ・胃検査は胃透視のみ ・子宮頸がん検診：要予約（木曜日不可）	
	野島病院	〒682-0863 倉吉市瀬崎町 2714-1 TEL 0858-22-6231 Fax 0858-22-6242			○	○	○	○				○	・子宮頸がん検診は火、水曜日のみ実施 ・胃カメラ実施人数制限あり	
	鳥取県保健事業団 中部健康管理センター	〒682-0814 倉吉市米田町 2-81-2 TEL 0858-27-1230（施設予約） Fax 0858-27-1224	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	・婦人科：第1・3・5木曜日 ただし、変則月あり ・胃カメラ：第1月曜日、第2・4・5木曜日 ・施設・検診車での実施あり ※事前予約制 ・特定保健指導は当日実施可能	
	中国労働衛生協会 鳥取健診センター	〒680-0942 鳥取市湖山町東 4-95-1 TEL 0857-31-6666 Fax 0857-31-6667	○		○	○	○	○	○			○	○	・検診車により公共施設等を利用して実施するため、実施場所、日程の調整が必要となります。
	ふくらクリニック	〒682-0023 倉吉市山根 532 TEL 0858-26-6356 Fax 0858-26-6357			○	○	○		○			○	・電話予約は診療時間と同じ ・胃検査は胃カメラのみ	
	倉吉シティ 内視鏡クリニック	〒682-0024 倉吉市伊木 215番地 3 TEL 0858-24-5500 0858-24-5558（健診専用）			○	○	○	○	○	○		○	・電話予約 11:00～17:00（平日のみ） ・婦人科（子宮頸がん検診）は水曜日午前のみ（乳がん検診）は木曜日以外 ・土曜日健診あり（AMのみ） ・胃検査は胃カメラのみ	

地域	健診機関名	所在地 電話番号	検診車	人間ドック健診	節目健診	検骨粗しょう症	乳がん検診	子宮頸がん検診	胃カメラ変更	人間ドック併用	特定保健指導	マイナ保険証の 利用可否	備考	
西部	米子医療センター	〒683-0006 米子市車尾 4-17-1 TEL 0859-33-7111 Fax 0859-33-7102											・胃検査は胃カメラのみ（経鼻カメラ実施可） ・子宮頸がん検診の実施について 7～12月は、月・金曜日 1～6月は、金曜日のみ ・特定保健指導は当日実施可能	
	山陰労災病院	〒683-8605 米子市皆生新田 1-8-1 TEL 0859-33-8256（健診専用） Fax 0859-33-8257（健診専用）											・乳がん検診は月・火・木・金曜日のみ ・子宮がん検診は月・火・木・金曜日のみ ・予約受付時間 11:00～12:00、14:00～16:00（平日のみ）	
	高島病院	〒683-0826 米子市西町 6 TEL 0859-23-3298 Fax 0859-32-7714											・電話予約 平日 8:30～12:00/13:30～17:00 土曜日 8:30～12:00 ・火曜日（経鼻カメラのみ）、水曜日（経口カメラ、胃バリウム）、木、土曜日（経口カメラのみ）	
	博愛病院	〒683-0853 米子市両三柳 1880 TEL 0859-48-0880 Fax 0859-48-0881											・電話予約 平日 10～15時 当院ホームページからも予約可（24時間可能） ・胃カメラ（経口のみ、2・3月のみ） ・当院ドックに一般健診等補助利用可 ・特定保健指導は当日実施可能	
	真誠会セントラル クリニック	〒683-0852 米子市河崎 580 TEL 0859-30-3747 Fax 0859-24-2369											・電話予約 14:00～17:00（木・土の午後、日祝日は除く） ・胃検査は胃内視鏡のみ（経鼻・経口選択可） ・人間ドックは生活習慣病予防健診として併用可	
	米子医療生活協同組合 米子診療所	〒683-0052 米子市博労町 3-80-1 TEL 0859-34-1201												・胃検査は胃カメラのみ（経鼻・経口選択可） ・胃カメラの実施曜日は要相談
	米子医療生活協同組合 おおたか診療所	〒689-3514 米子市尾高 2740-1 TEL 0859-27-9190												・胃検査は胃カメラのみ（経鼻・経口選択可） ・胃カメラの実施曜日は要相談 ・第4土曜日
	米子医療生活協同組合 弓ヶ浜診療所	〒683-0103 米子市富益町 1128 TEL 0859-25-6030												・電話予約 8:30～12:30（平日のみ） ・胃検査は胃カメラのみ（経鼻・経口選択可） ・月・火・水・土（第3）診療の変更あり、予約時に要相談
	米子中海クリニック ヘルスケアセンター	〒683-0854 米子市彦名町 1250 TEL 0859-48-1509 Fax 0859-46-0333												・胃検査は胃カメラのみ（経口・経鼻） ・電話予約 8:30～16:30（平日のみ） ・特定保健指導は当日実施可能
	済生会境港総合病院	〒684-8555 境港市米川町 44 TEL 0859-42-3164 Fax 0859-42-3165												・予約受付 11:00～16:00（平日のみ） ・婦人科（子宮頸がん検診）は月・水・金曜日午前のみ
	日野病院	〒689-4504 日野郡日野町野田 332 TEL 0859-72-0351 Fax 0859-72-0089												・電話予約 8:30～17:00（平日のみ） ・子宮頸がん検診は毎週（火）午前 ・胃検査は胃カメラのみ
	西伯病院	〒683-0323 西伯郡南部町倭 397 TEL 0859-66-2211 Fax 0859-66-4012												・申込方法：来院・電話 ・胃カメラは経口・経鼻選択可 ・子宮頸がん検診（月曜日の午前中可） ・特定保健指導は当日実施可能
	鳥取県保健事業団 西部健康管理センター	〒689-3547 米子市流通町 158-24 TEL 0859-21-3285（施設予約） Fax 0859-39-3277												・婦人科：第2・4水曜日 ただし、変則月あり ・胃カメラ：火曜日、第2水曜日 ・施設・検診車での実施あり ※事前予約制 ・特定保健指導は当日実施可能
	中国労働衛生協会 米子健診センター	〒689-3541 米子市二本木 501-6 TEL 0859-37-1819 Fax 0859-27-3980												・電話予約：8:30～17:00（平日のみ） ・胃検査は基本胃透視（胃カメラは人間ドックに限る） ・レディースデー（婦人科）実施あり ・土曜日健診あり（不定期・AMのみ） ・特定保健指導は当日実施可能
メディカル健診センター 米子内科クリニック	〒683-0805 米子市西福原 6-2-28 TEL 0859-21-5471												・電話及びネット予約 ・巡回予約は電話のみ	
県外	船員保険 大阪健康管理センター	〒552-0021 大阪市港区築港 1-8-22 TEL 06-6576-1011 Fax 06-6575-3877											・電話予約は平日 9時～16時のみ ・ホームページから 24時間予約可能 ・特定保健指導は当日実施可能	
	やすぎ博愛クリニック	〒692-0011 鳥取県安来市安来町 1278 番地 5 TEL 0854-22-2180（代表） 0854-22-2269（直通）											・検診車は一般健診のみ ・電話予約（月・火・木・金）9:30～16:00 （水・土）9:30～11:00	

※県外の健診機関について…検診車による鳥取県内での受診が可能となつて掲載しております。

お問い合わせは **全国健康保険協会 鳥取支部 保健グループ** TEL 0857-25-0050

※健診のご予約は直接健診機関へお問い合わせください。

協会けんぽ 鳥取