

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 <b>5,500円</b>
	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 <b>80円</b>
	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 <b>590円</b>
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 <b>990円</b>
一般健診 <b>NEW</b> (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 <b>2,500円</b>
節目健診 <b>NEW</b>	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 <b>8,280円</b>

+

## 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 <b>NEW</b> 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 <b>1,390円</b>
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 <b>990円</b>
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 <b>980円</b> 40歳～48歳 最高 <b>1,700円</b>
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 <b>540円</b>

## 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



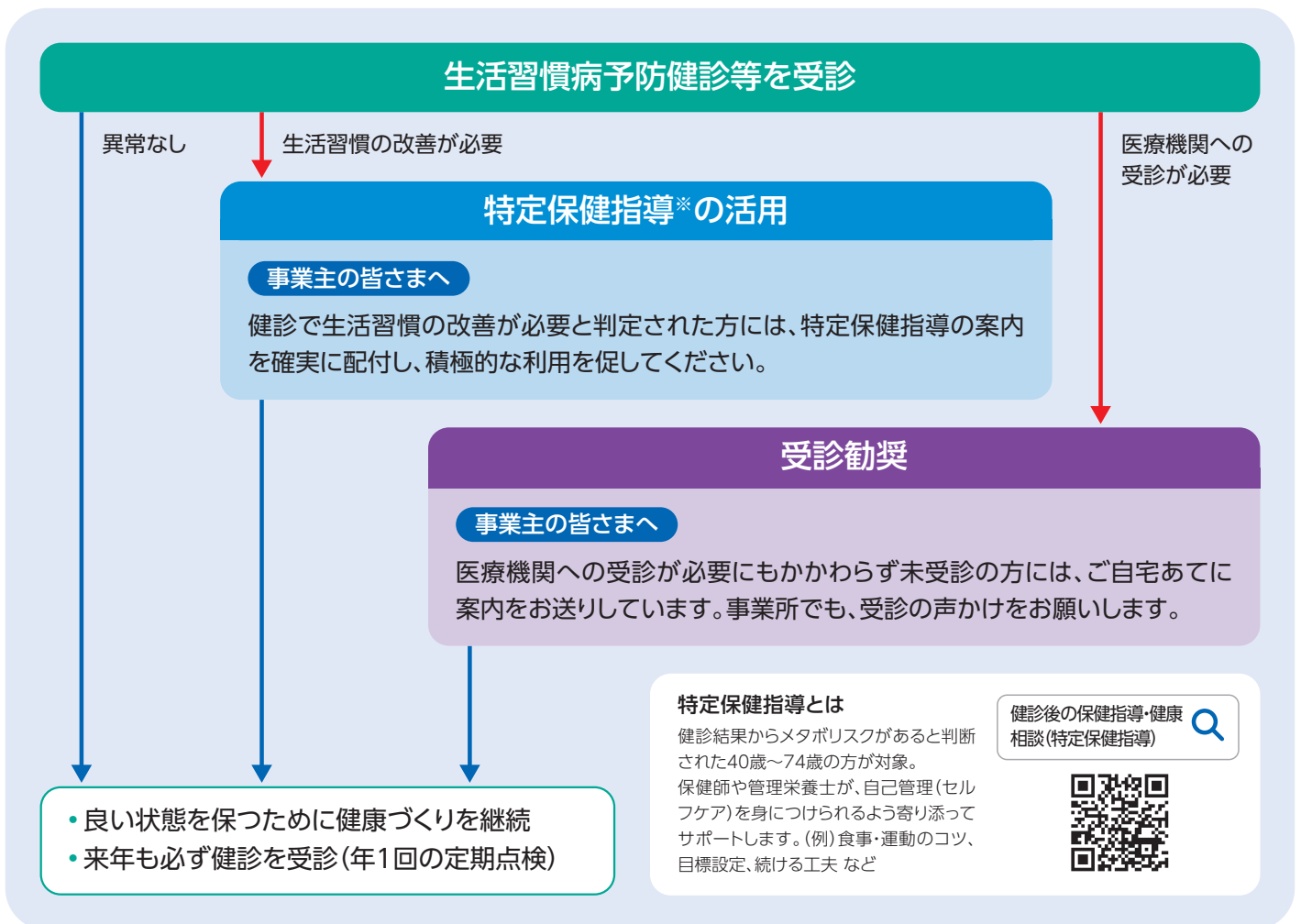
## 4 生活習慣の改善が必要な方は 特定保健指導\*を利用する または 要治療と判定された方は 医療機関を受診する

# 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になります。

\*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。

# 生活習慣病予防健診等 実施機関一覧(山形県)

◇山形県以外の実施機関は、協会けんぽ各支部のホームページをご覧ください◇

健診機関名	電話番号	所在地	生活習慣病予防健診・節目健診							人間ドック健診
			乳がん	子宮頸がん	骨粗鬆症検診	土曜健診	バス健診	保健指導		
山形市医師会健診センター	023-645-7222	山形市南館 5-3-10	○	○	○	○	○	○	○	○
やまがた健康推進機構 山形検診センター	023-688-6511	山形市蔵王成沢字向久保田 2220	○	○	○	○	○	○	○	○
全日本労働福祉協会	023-643-6778	山形市西崎 49-6	○	○	○	○	○	○	○	○
山形徳洲会病院	023-647-3418	山形市清住町 2-3-51	○	○	○	○				
山形健康管理センター	023-681-7760	山形市桜町 4-8-30	○	○	○	○	○	○	○	○
山形済生病院	023-682-1111	山形市沖町 79-1	○	○	○	○			○	○
至誠堂総合病院	023-622-7181	山形市桜町 7-44	○	○	○	○				
篠田総合病院	023-623-1711	山形市桜町 2-68	○	○	○	○				
天童市民病院	023-654-2511	天童市駅西 5-2-1	○	○	○	○				
寒河江市西村山郡医師会総合健診センター	0237-84-0800	寒河江市寒河江久保 5	○	○	○	○	○	○	○	
北村山公立病院	0237-42-2111	東根市温泉町 2-15-1	○	○	○	○			○	
山形ロイヤル病院	0237-43-8080	東根市大森 2-3-6	○						○	
西川町立病院	0237-74-2211	西川町海味 581	○	○	委託※1	○				
荘内地区健康管理センター	0235-22-6445	鶴岡市馬場町 1-45	○	○	○	○	○	○	○	
鶴岡協立病院	0235-23-6060	鶴岡市文園町 9-34	○	○	○	○				
やまがた健康推進機構 庄内検診センター	0234-26-1882	酒田市東町 1-23-1	○	○	○	○	○	○	○	○
本間病院健診センター	0234-22-3051	酒田市中町 3-5-23	○	○	○	○	○		○	
庄内余目病院	0234-43-2424	庄内町松陽 1-1-1	○			○	○			
三友堂病院	0238-24-3710	米沢市福田町 2-1-55	○	○	○	○			○	
舟山病院	0238-23-4435	米沢市駅前 2-4-8	○	○	○	○	○			
やまがた健康推進機構 米沢検診センター	0238-21-8811	米沢市西大通 1-5-66	○	○	○	○	○	○	○	○
やまがた健康推進機構 南陽検診センター	0238-43-6303	南陽市三間通 466-5	○	○	○	○	○	○	○	○
公立高畠病院	0238-52-1224	高畠町高畠 386	○	○	○	○	○			
小国町立病院	0238-61-1111	小国町あけぼの 1-1	○	○	○	○				
さゆりクリニック	0238-87-8250	飯豊町大字萩生 4362	○			○				
やまがた健康推進機構 最上検診センター	0233-23-3411	新庄市大手町 2-22	○	○	○	○	○		○	○
新庄徳洲会病院	0233-23-3434	新庄市鳥越駒場 4623	○	○	○	○	○			
町立真室川病院	0233-62-2211	真室川町新町 469 番 1	○							
町立金山診療所	0233-52-2915	金山町金山 548-2	○			○				
最上町立最上病院	0233-43-2112	最上町向町 64-3	○	○	○					
横浜リーフみなとみらい健診クリニック ※2	045-651-1574	横浜市西区みなとみらい 4-6-5 リーフみなとみらい 11 階	○			○		○		
社の都産業保健会 ※2	022-251-7261	仙台市宮城野区小鶴 1-21-8	○	○	○	○	○	○	○	○

※1 「委託」は、健診機関が他の医療機関に委託して実施しています。

※2 バス健診のみ実施になります。施設での健診については、各健診実施機関にお問い合わせください。

注1. 健診費用の詳細は、各健診機関へお問い合わせいただくか、協会けんぽ山形支部ホームページをご覧ください。

注2. ご予約の際は、健診機関に「資格情報のお知らせ等の保険者番号、記号、番号」等をお伝えください。

注3. 一部の健診機関では、特定保健指導を健診当日に受けることができます。詳しくは健診機関にお問い合わせください。

注4. ○印の表示であっても健診機関の都合により実施できない場合がありますので、ご了承願います。



全国健康保険協会（協会けんぽ）山形支部 保健グループ  
〒990-8587 山形市幸町 18-20 JA 山形市本店ビル 5 階  
TEL：023-629-7225（代表）

## 生活習慣病予防健診等対象者年齢一覧表

「●」がついている項目は男性・女性、「▲」がついている項目は女性のみ補助の対象となります。

年齢	生年月日	生活習慣病予防健診						人間ドック健診
		一般	単独 子宮頸がん	節目	骨粗鬆症	子宮頸がん	乳がん	
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。

## Q&A 健診についてよくあるご質問

Q. 県外の健診機関で受診はできますか。

A. 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。生活習慣病予防健診等の契約をしている健診機関は、全国各地にございます。協会けんぽのホームページでご確認ください。

Q. 補助の対象ではない方の健診はどうしたらいいですか。

A. 協会けんぽからの補助はありませんので、ご希望の健診機関で労働安全衛生法に基づいた定期健康診断などを受診してください。

Q. 被扶養者（家族）の健診はどうなりますか。

A. 40歳以上の被扶養者（ご家族）様は特定健診を受診できます。特定健診はお住まいの市町村が実施する住民健診でも受診可能です。受診の際に必要な「特定健康診査受診券（セット券）」は、4月上旬に被保険者（ご本人）様のご住所あてに送付いたします。

なお、被保険者（ご本人）様には特定健康診査受診券（セット券）はございません。そのため、被保険者（ご本人）様は住民健診では協会けんぽの補助がご利用いただけませんのでご注意ください。

Q. 人間ドック健診の補助対象年齢ですが、補助を受けるにはどうしたらいいですか。

A. 協会けんぽと人間ドック健診の契約を結んでいる健診機関で受診いただければ補助が受けられます。また、必ず予約時に「協会けんぽの人間ドック健診」としてお申込みください。お申込みにより、健診機関での費用精算時には協会けんぽの補助額が差し引かれ、自己負担額のみのお支払いになります。補助額の事後精算や払い戻しはございません。

なお、市町村で実施している人間ドックや、協会けんぽと人間ドック健診の契約を結んでいない健診機関で受診する場合は、協会けんぽの補助がご利用いただけませんのでご注意ください。

## 健康サポート(健診後の特定保健指導)のご案内

健診を受診した結果により、生活習慣の改善が必要な方へ保健師・管理栄養士による『特定保健指導』を実施しています。受け方は主に以下の2とおりとなります。

対象になられた方は、生活習慣病予防健診または人間ドック健診とセットでご利用いただくようお願いいたします。

### ①健診を受けた当日に、健診機関で面談を受ける

一部の健診機関では、健診当日に特定保健指導を受けることができます。

健診受診直後の健康意識が高いうちに生活習慣の見直しをすることができ、後日の日程調整の手間が省けます。

※健診予約時に特定保健指導の予約可能な健診機関がございます。詳しくは健診機関にご確認ください。

### ②後日、勤務先等で面談を受ける

協会けんぽ（または委託事業者）の保健師、管理栄養士が事業所へお伺いします。

また、協会けんぽ窓口での面談や、Zoomによる遠隔面談等も実施しています。

事業主様へ対象となられた方の名簿をお送りいたします。

※①の健診当日以降、ご連絡がとれなかった方に再度ご案内させていただく場合がございます。



- FAX、電話などによる日程調整
  - 面談場所の確保
- にご理解、ご協力をお願いいたします。