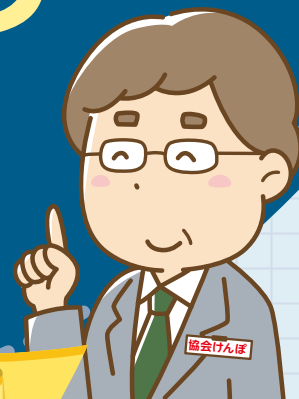
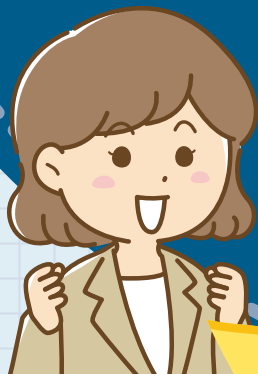


健診受診の手引き



早期発見・早期治療 将来の健康へ

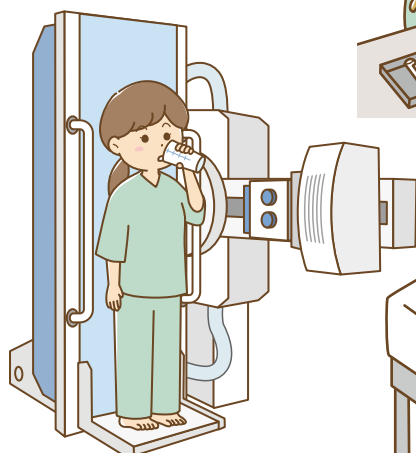
お得

約19,000円相当の生活習慣病予防健診(一般健診)が

自己負担額 最高 **5,282円!**

充実

各種
血液検査



胃がん
検診

心電図検査
など



追加して受診する健診で
さらに充実!

(対象年齢等の追加できる要件がございます)



腹部
超音波検査



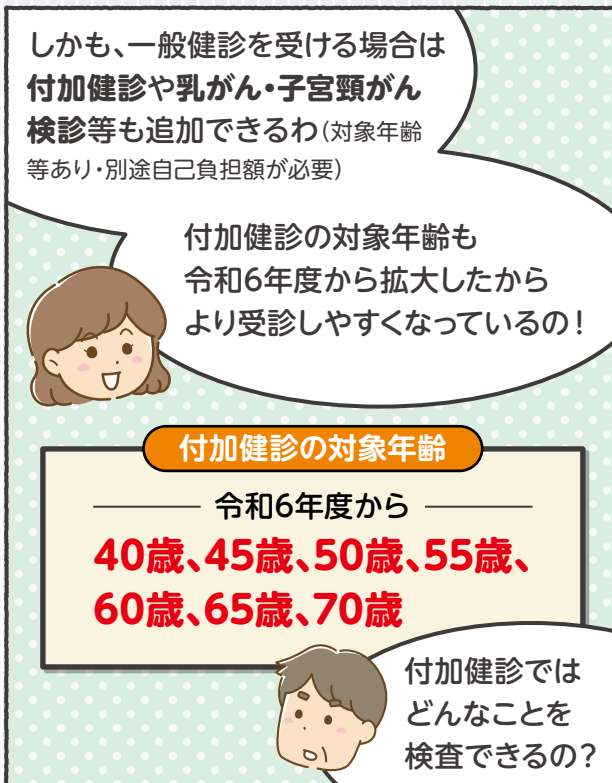
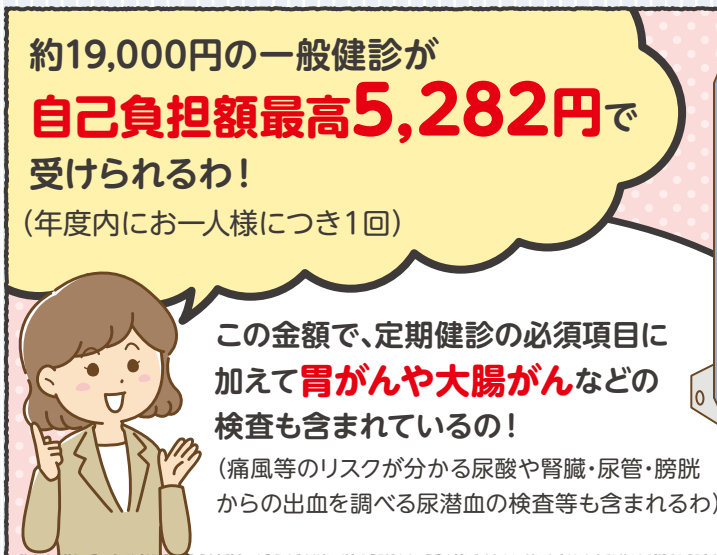
肺機能
検査

など



＼お得で充実している／

協会けんぽの生活習慣病予防健診



目次

CONTENTS

対象者はぜひご利用を！

生活習慣病予防健診

- 健診受診の流れ……………4～5
- 検査内容・費用・年齢 ……6～7
- 生活習慣病予防健診で調べる内容 …8
- 【参考】各健診の概要・項目について …9
- よくあるお問い合わせ ……10～11

健診後、対象になられた方へ

健康サポート（特定保健指導）

- 健康サポート（特定保健指導）……………12～13

生活習慣病予防健診を利用されない事業所様へ

定期健康診断

- 定期健康診断結果の提供のお願い……………14～15

被扶養者（ご家族）様へ

特定健康診査

- 特定健康診査 ……16
- 特定健康診査受診券（セット券）申請書 ……17～18

健診結果の閲覧

- マイナポータル上での健診結果の閲覧……………19

生活習慣病予防健診

健康サポート

定期健康診断

特定健康診査

健診結果の閲覧

健診受診の流れ

1 生活習慣病予防健診の対象者を確認し、周知する

対象者の確認方法は 下記の3通り

1 協会けんぽから送付される対象者一覧を確認する

この封筒を
チェック

例年3～4月にお送り
しています。
(1月上旬時点の
データで作成)

※紛失等の場合は、再発行いたしますので協会けんぽ愛知支部へ
ご連絡ください。



2 情報提供サービスを利用して確認する

健診対象者データをインターネットを
通して取得できるサービスです。



詳細はこちら

例年2月の中旬から次年度の対象者一覧がダウンロードできます。

3 従業員(被保険者)の年齢・性別から確認する

6～7ページに対象年齢・性別を掲載しています。

対象者本人への周知内容・方法

会社が健診実施機関へ 生活習慣病予防健診を予約する場合

下記の内容を対象者へお伝えください。

- 協会けんぽの生活習慣病予防健診を会社から申込みこと
(協会けんぽの費用補助は年度内に1回限り)
- 一般健診に追加できる健診(付加健診、乳がん検診、
子宮頸がん検診等※)と対象者本人の自己負担額について

※付加健診等が費用補助の対象となるのは、一般健診に追加いただいたときのみ
のため、会社にて一般健診を申込みされる場合は付加健診等の受診希望がない
かをご確認くださいようお願いいたします。

付加健診等は6ページをご参照ください。

対象者本人が健診実施機関へ生活習慣病予防 健診を予約する場合(会社が関与しない場合)

下記の内容を対象者へお伝えください。

- 協会けんぽの生活習慣病予防健診が利用できること
- (対象者本人が加入している健康保険の保険者番号、記号、
番号が分からない場合)
協会けんぽから送付される対象者一覧※に記載されている
保険者番号、記号、番号

※資格情報のお知らせ等でも確認できます。(詳細は次ページ)

生活習慣病予防健診の案内パンフレット(被保険者ご本人
様用)のPDFファイルを愛知支部ホームページに掲載して
いますので、ぜひご活用ください。



2 受診する健診実施機関を選ぶ

- 協会けんぽと契約している全国の健診実施機関(約3,500機関)で受診することが
できます。同封の健診実施機関一覧表(愛知県内の健診実施機関及び
愛知県内に検診車の派遣が可能な健診実施機関を掲載)、または
協会けんぽ都道府県支部のホームページにてご確認ください。

ホームページ

協会けんぽ 健診実施機関等一覧

検索



- 愛知県内のホテルや公共施設等でも受診することができます。
(集団健診のため、日程・会場・実施可能な健診が決まっています。)

ホームページ

協会けんぽ愛知 集団健診

検索



3 健診実施機関へ予約する

健診実施機関へ直接ご連絡・ご予約をお願いいたします。

- 協会けんぽへのご連絡は不要です。
- ご予約後に受診日等を変更する場合は、直接健診実施機関と調整ください。
- 予約後は健診実施機関から問診票等が届く※ので内容を確認し、健診受診に備えましょう！

※送付時期は健診実施機関によって異なります。

予約時の POINT

以下の内容をご予約の際に健診実施機関にお伝えください

- ①協会けんぽの生活習慣病予防健診、付加健診等を受けたいということ
- ②受診希望者の氏名、生年月日
- ③受診希望者の資格情報のお知らせ、
被保険者証等に記載されている

記号、番号、保険者番号

① ② ③

(協会けんぽから送付する対象者一覧にも記載されています)

資格情報のお知らせ

① 記号 21700023	② 番号 1	枝番 00
氏名 協会 太郎	生年月日 平成元年5月10日	資格取得年月日 令和2年4月1日
③ 保険者番号 99999999	保険者名称 全国健康保険協会〇〇支部	

健康保険被保険者証

① 記号 21700023	② 番号 1	枝番 00
氏名 協会 太郎	生年月日 平成元年5月10日	性別 男
③ 保険者番号 99999999	保険者名称 全国健康保険協会〇〇支部	保険者所在地 〇〇市〇〇町 9-9-9

記号、番号、保険者番号がご不明な場合は右の情報を
健診実施機関へお伝えください

※会社をご退職等した後に任意継続健康保険に加入をしている場合はその旨をお伝えください。

受診者の性別

受診者(被保険者)の居住地の郵便番号

受診者が勤務する事業所の名称(カナ)※

4 健診を受診する

- 受診当日はマイナ保険証等※及び問診票、検査容器などを忘れずにお持ちください。

マイナ保険証について詳しくはこちら

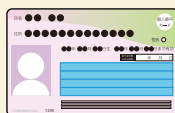
協会けんぽ マイナ保険証

検索

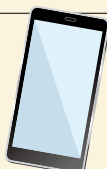


※受診当日は、以下のいずれかにより健診実施機関にて保険資格の確認を受けてください

マイナ保険証による
オンライン資格確認
(受診する施設が対応している場合)



マイナポータル
の保険資格画面
の提示



マイナ保険証と
資格情報のお知らせの
提示

資格情報のお知らせ

記号 21700023	番号 1	枝番 00
氏名 協会 太郎	生年月日 平成元年5月10日	資格取得年月日 令和2年4月1日
③ 保険者番号 99999999	保険者名称 全国健康保険協会〇〇支部	

資格確認書または
被保険者証

(被保険者証は令和7年12月1日
までご利用いただけます。)

資格確認書

健康保険 資格確認書	健康保険 被保険者証
------------	------------

5 健診結果を確認する

- 健診受診後、おおよそ2~3週間で受診した健診実施機関から健診結果が届きます。
- 生活習慣の改善が必要な方は健康サポート(特定保健指導)を利用する(詳細は12ページ)、精密検査・治療が必要な方は医療機関を受診しましょう。

検査内容・費用・年齢

 **受診できる検査内容・費用・年齢をご確認ください。**

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

約7割を
協会けんぽが
負担します
(※3)

一般健診※1

35歳～74歳の被保険者
(75歳の誕生日前日まで)

検査の内容

- 問診・診察等
- 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
【がん検診等】
- 胸部エックス線検査(肺がん検診)
- 便潜血反応検査(大腸がん検診)
- 胃部エックス線検査(胃がん検診)※2
- 眼底検査(医師が必要と判断した場合のみ)

総額
18,865円

自己負担額
5,282円

総額
792円

自己負担額
79円

子宮頸がん検診

20歳～38歳で偶数年齢の
女性被保険者(単独受診)

検査の内容

- 問診
- 細胞診(医師採取)
▶自己採取による検査は実施していません。

総額
3,463円

自己負担額
970円

※1 一般健診の各検査項目は、生活習慣病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。

一部項目を除いての受診はできません。体調不良等の理由で受けられない検査がある場合は、健診実施機関(医師)へご相談ください。

※2 胃部エックス線検査は胃内視鏡検査(胃カメラ)に置き換え可能(健診実施機関によって実施可否・追加費用等が異なります)

※3 自己負担額は最高額です。健診実施機関によって多少異なります。



一般健診に追加して受診する健診 ※単独での受診はできません。

付加健診

40歳・45歳・50歳・
55歳・60歳・65歳・
70歳の被保険者

検査の内容

- 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)

総額
9,603円

自己負担額
2,689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

- 問診
- 乳房エックス線検査(マンモグラフィ)
- 視診・触診
▶視診・触診は医師の判断により実施

40歳～48歳(2方向撮影)

50歳～74歳(1方向撮影)

総額

自己負担額

5,621円

1,574円

3,619円

1,013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

- 問診
- 細胞診(医師採取)
▶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、子宮頸がん検診の単独受診も可能です。

総額
3,463円

自己負担額
970円

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

- HCV抗体検査
- HBs抗原検査
▶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。

総額
2,079円

自己負担額
582円

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。



健診対象者年齢一覧表(2025年度)

年齢	生年月日	一般	単独 子宮頸がん	付加	乳がん	子宮頸がん
20歳	H17.4.2～H18.4.1	×	●	×	×	×
21歳	H16.4.2～H17.4.1	×	×	×	×	×
22歳	H15.4.2～H16.4.1	×	●	×	×	×
23歳	H14.4.2～H15.4.1	×	×	×	×	×
24歳	H13.4.2～H14.4.1	×	●	×	×	×
25歳	H12.4.2～H13.4.1	×	×	×	×	×
26歳	H11.4.2～H12.4.1	×	●	×	×	×
27歳	H10.4.2～H11.4.1	×	×	×	×	×
28歳	H9.4.2～H10.4.1	×	●	×	×	×
29歳	H8.4.2～H9.4.1	×	×	×	×	×
30歳	H7.4.2～H8.4.1	×	●	×	×	×
31歳	H6.4.2～H7.4.1	×	×	×	×	×
32歳	H5.4.2～H6.4.1	×	●	×	×	×
33歳	H4.4.2～H5.4.1	×	×	×	×	×
34歳	H3.4.2～H4.4.1	×	●	×	×	×
35歳	H2.4.2～H3.4.1	●	×	×	×	×
36歳	H1.4.2～H2.4.1	●	●	×	×	●
37歳	S63.4.2～H1.4.1	●	×	×	×	×
38歳	S62.4.2～S63.4.1	●	●	×	×	●
39歳	S61.4.2～S62.4.1	●	×	×	×	×
40歳	S60.4.2～S61.4.1	●	×	●	●	●
41歳	S59.4.2～S60.4.1	●	×	×	×	×
42歳	S58.4.2～S59.4.1	●	×	×	●	●
43歳	S57.4.2～S58.4.1	●	×	×	×	×
44歳	S56.4.2～S57.4.1	●	×	×	●	●
45歳	S55.4.2～S56.4.1	●	×	●	×	×
46歳	S54.4.2～S55.4.1	●	×	×	●	●
47歳	S53.4.2～S54.4.1	●	×	×	×	×

年齢	生年月日	一般	単独 子宮頸がん	付加	乳がん	子宮頸がん
48歳	S52.4.2～S53.4.1	●	×	×	●	●
49歳	S51.4.2～S52.4.1	●	×	×	×	×
50歳	S50.4.2～S51.4.1	●	×	●	●	●
51歳	S49.4.2～S50.4.1	●	×	×	×	×
52歳	S48.4.2～S49.4.1	●	×	×	●	●
53歳	S47.4.2～S48.4.1	●	×	×	×	×
54歳	S46.4.2～S47.4.1	●	×	×	●	●
55歳	S45.4.2～S46.4.1	●	×	●	×	×
56歳	S44.4.2～S45.4.1	●	×	×	●	●
57歳	S43.4.2～S44.4.1	●	×	×	×	×
58歳	S42.4.2～S43.4.1	●	×	×	●	●
59歳	S41.4.2～S42.4.1	●	×	×	×	×
60歳	S40.4.2～S41.4.1	●	×	●	●	●
61歳	S39.4.2～S40.4.1	●	×	×	×	×
62歳	S38.4.2～S39.4.1	●	×	×	●	●
63歳	S37.4.2～S38.4.1	●	×	×	×	×
64歳	S36.4.2～S37.4.1	●	×	×	●	●
65歳	S35.4.2～S36.4.1	●	×	●	×	×
66歳	S34.4.2～S35.4.1	●	×	×	●	●
67歳	S33.4.2～S34.4.1	●	×	×	×	×
68歳	S32.4.2～S33.4.1	●	×	×	●	●
69歳	S31.4.2～S32.4.1	●	×	×	×	×
70歳	S30.4.2～S31.4.1	●	×	●	●	●
71歳	S29.4.2～S30.4.1	●	×	×	×	×
72歳	S28.4.2～S29.4.1	●	×	×	●	●
73歳	S27.4.2～S28.4.1	●	×	×	×	×
74歳	S26.4.2～S27.4.1	●	×	×	●	●
75歳※	S25.4.2～S26.4.1	●	×	×	×	×

※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。

生活習慣病予防健診(一般健診・付加健診)で調べる内容

	検査項目	付加健診項目	どんなことを調べるか、検査の目的(概要)など
診察等	問診		あらかじめ記入した問診票をもとに行います。自覚症状・家族歴・既往症・服薬治療中の病気の有無・喫煙の有無などの質問項目の回答をもとに医師が質問し、検査の参考にします。
	計測	身長・体重 BMI 腹囲	計測することで、肥満ややせの程度を調べます。 *BMIの求め方=体重()kg÷身長()m÷身長()m
	視力		おもに近視や遠視、乱視といった屈折異常を調べます。
	聴力		難聴(耳の聞こえが悪い)の有無や程度を調べます。
	血圧		高血圧は、心筋梗塞・脳卒中を招く動脈硬化や腎臓病等の発症に関与しています。高血圧(または低血圧)の有無を調べ、異常がないかを知る手がかりとします。
脂質	総コレステロール		血液に含まれるすべてのコレステロールを測定した総量です。コレステロールはホルモンや胆汁酸、ビタミンK、細胞膜の材料になります。
	空腹時・随時中性脂肪		食事から摂取されたエネルギーの一部は中性脂肪としていったん体内に貯蔵され、皮下脂肪や内臓脂肪となります。体を動かすエネルギー源として糖質が不足すると、蓄えられていた中性脂肪が補助しますが、使われなかった中性脂肪が増えすぎると、動脈硬化の原因になります。
	HDLコレステロール		HDLコレステロールはLDLコレステロールが全身へ運んだコレステロールのうちで細胞が使いきれなかったものや動脈の壁に付着しているコレステロールを回収して肝臓へ戻す働きがあります。HDLコレステロールが少なすぎると動脈の壁に付着しているコレステロールを回収できず、また、LDLコレステロールが増えるとコレステロールが血管壁に溜まってしまうので、動脈硬化の促進要因となります。
	LDLコレステロール		
肝機能	AST(GOT)		AST(GOT)は肝細胞をはじめ、腎臓や心筋(心臓の筋肉)の細胞内に多く含まれている酵素です。肝細胞や心筋の細胞内で何かしらの障害が起こると、血液中にASTが流れだします。ALT(GPT)は肝細胞に多く含まれる酵素です。肝臓や胆汁が流れる胆道に障害が起こると反応します。肝機能障害や心筋梗塞などを見つける手がかりになります。
	ALT(GPT)		
	γ-GT(γ-GTP)		肝臓、腎臓、すい臓、小腸などに含まれている酵素です。肝機能障害を見つける手がかりになり、また、アルコール性肝障害で数値が高くなります。
	ALP(IFCC法)		肝臓や胆道、骨、小腸、腎臓などに含まれる酵素です。普段は胆汁とともに排泄されますが、肝臓障害や胆道の病気で胆汁が排泄されなくなると血液中にあふれ出てきます。また、骨や甲状腺に障害が起こっている時も数値に反映されます。
	総蛋白	○	血清(血液から赤血球などの血球成分を取り除いたもの)中に含まれている100種以上の蛋白の総称です。多くの蛋白を作っている肝臓の機能や、血液中のたんぱく質を再吸収している腎臓の機能が低下すると総蛋白量も低下します。
	アルブミン	○	血清中の蛋白の半分以上を占めています。あらゆる病気の原因で数値は減少しますので病気の程度を調べるのに用いられます。
	総ビリルビン	○	胆汁色素とも呼ばれ、胆汁の主成分です。肝臓障害や胆道の病気で胆汁が排泄されなくなると血液中にあふれ出てきます。
	LDH	○	からだのほとんどに含まれている酵素で、体内のブドウ糖がエネルギーに変わるときに働きます。なんらかの原因で細胞がダメージを受けると血液中にあふれ出てきて数値が高くなります。
代謝系	アミラーゼ	○	糖類を分解する消化酵素で、膵臓、唾液腺、耳下腺から分泌されています。膵臓の機能障害などを見つける手がかりになります。
	空腹時血糖		10時間以上絶食した後の空腹時の血液を採取して血糖値を調べます。
	ヘモグロビンA1c(NGSP値)		糖尿病などを見つける手がかりとなります。過去1〜2か月の血糖状態を調べます。
	随時血糖		食事と採血時間との時間関係を問わずに血糖値を調べます。*ただし食直後3.5時間以上の経過が必要。
	尿酸(半定量)		血糖値がかなり高い場合、腎臓での処理が追いつかず、尿中に糖(尿酸)が出ることがあるので、糖尿病などを見つける手がかりになります。
血液一般	尿酸		尿酸は尿と一緒に排泄されますが、過剰につくられたり、うまく排泄されなくなると血液中の尿酸値が高くなります。尿酸値が高い状態を放置していると、尿酸が結晶化し、関節部などにたまって炎症を起こし、激痛を伴う発作(痛風発作)が起きます。
	ヘマトクリット値		ヘマトクリット、ヘモグロビン、赤血球数のデータから、貧血などの有無や種類を調べます。
	血色素(ヘモグロビン)測定		一定量の血液の中に含まれる赤血球の容積の割合をいいます。
	赤血球数		赤血球中の赤い色素の成分で、酸素と結びつく性質を持っており、酸素を運び働きをしています。肺で取り入れた酸素を全身に運び、不要となった二酸化炭素を回収して肺に送る役目があります。
	白血球数		体内に異物(細菌やウイルスなど)が侵入したときや、白血球を作る骨髄に異常が起きたときは、急激に増加し、白血球を作る細胞のはたらきが低下しているときは、減少します。
尿・腎機能	血小版・血液像	○	血小版が増えすぎると血栓という血の塊ができやすくなり、血管が詰まりやすくなります。逆に少なすぎると出血した際に血が止まりにくくなります。血液像とは5種類からなる白血球の構成割合を表したもので、病気によって構成比率に変化がみられます。
	尿蛋白(半定量)		尿に含まれるたんぱく質で、腎臓病などのさまざまな障害により通常より多くのたんぱく質が尿中に現れることがあるので、腎機能障害などを見つける手がかりになります。
	尿潜血		尿中の血液の有無を調べます。陽性の場合には腎臓、尿管、膀胱などの出血が考えられます。
	尿沈渣	○	採取した尿から赤血球、白血球、上皮細胞、円柱、結晶などの成分を数え、腎機能障害をはじめとするさまざまな病気を見つける手がかりとします。
呼吸	血清クレアチニン		クレアチニンの一部は腎臓でろ過され、尿とともに排泄されていますが、腎臓の機能が低下すると血液中に増えてきます。また筋肉量が落ちるとクレアチニンも低下します。
	肺活量	○	息をいっぱい吸い込み、一気に吐き出した空気量の総量(努力肺活量)を測り、年齢、性別、身長などの条件を加味した予測肺活量との比率(%肺活量)で受診者の数値を算出します。空気を肺に出し入れする「換気機能」がきちんと働いているか調べます。
	1秒量・1秒率	○	努力肺活量を測定するときに最初の1秒間に吐き出した空気量と努力肺活量に対する1秒量の比率です。肺活量と同様に、換気機能がきちんと働いているか調べます。
その他	12誘導心電図		心臓の状態をチェックし、不整脈・心肥大・狭心症・心筋梗塞等がないかを調べます。
	胸部エックス線検査		肺の病気の有無・心臓の大きさ・大血管の大きさを調べます。
	胃部エックス線検査・胃内視鏡		食道・胃・十二指腸の異常がないかを調べます。
	免疫便潜血反応検査		便中の血液の有無を調べ、消化管出血の有無を調べます。
	眼底検査	※	目の病気のほか、高血圧、動脈硬化、糖尿病による病変がないかを調べます。
その他	腹部超音波	○	肝臓・胆のう・腎臓などの異常がないかを調べます。

※付加健診の項目に含まれるが、一般健診においても医師が必要と判断した場合は実施する項目。

参考 各健診の概要・項目について

健診の種類は、おもに4種類あります。

特定健康診査

協会けんぽから費用補助あり

メタボに着目した健診で40～74歳の医療保険加入者が対象。
協会けんぽでは40歳以上の**被扶養者(ご家族)**に対して
費用補助を行っています。

労働安全衛生法に基づく 定期健診

費用は全額事業主負担

労働安全衛生法第66条により労働者に対する実施が
事業主に義務付けられています。

生活習慣病予防健診(一般健診)

協会けんぽから費用補助あり

定期健康診断の必須項目にがん検診(胃・大腸)を含んだ健診です。
特定健康診査の項目も含んでいます。
協会けんぽに加入する35歳以上の**被保険者(ご本人)**が費用補助の対象です。

人間ドック

利用する健診実施機関によって内容・料金が異なります。
生活習慣病予防健診を組み合わせた人間ドック
を実施している健診実施機関もあります。

健診ごとの検査項目

		特定健康診査	労働安全衛生法に 基づく定期健診	生活習慣病予防健診 (一般健診)
診 察 等	問診	○	○	○
	計 測	身長	□	○
		体重	○	○
		BMI	○	○
		腹囲	□	○
	視力		○	○
	聴力		○	○
	血圧	○	○	○
脂 質	総コレステロール			○
	空腹時中性脂肪	●注1	●注1	●注1
	随時中性脂肪			
	HDLコレステロール	○	○	○
	LDLコレステロール	●注2	●注2	●注2
	non-HDL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			
	HbA1c	●注3	●注3	●注3
	随時血糖			
	尿糖	○	○	○
	尿酸			○
血 液 一 般	ヘマトクリット値	■		○
	血色素測定	■	○	○
	赤血球数	■	○	○
	白血球数			○
尿・腎機能	尿蛋白	○	○	○
	尿潜血			○
	血清クレアチニン(eGFRによる腎機能の評価含む)	■	▲	○
そ の 他	心電図検査	■	○	○
	胸部エックス線検査		○	○
	喀痰細胞診		□	
	胃部エックス線検査※			○
	眼底検査	■		■
	免疫便潜血反応検査			○

○…必須項目

□…医師が必要でないと認めるときは省略可
(省略条件は検査項目により異なる)

●注1…やむを得ず空腹時以外に採血を行った場合は、随時中性脂肪
により検査を行うことを可とする

●注2…空腹時中性脂肪又は随時中性脂肪が400mg/dl以上又は食後
採血の場合は、LDLコレステロールに代えてNon-HDLコレ
ステロールで評価を行うことができる

●注3…いずれかの項目での実施で可。やむを得ず空腹時以外に採
血を行い、HbA1c(NGSP値)を測定しない場合は食直後(食
事開始時から3.5時間未満)を除き随時血糖により血糖検査
を行うことを可とする

■…医師の判断に基づき選択的に実施する項目

▲…医師が必要と認めた場合には実施することが望ましい項目

※…本人の希望等により胃内視鏡検査に代えることができる

(労働安全衛生法に基づく定期健診は40歳以上の取扱いについて記載)

よくあるお問い合わせ

 お問い合わせの前に必ずお読みください。



健診受診の手続きについて

Q1

対象者一覧表に掲載されていない者は受診ができないのでしょうか？

A

対象者一覧表に掲載されていなくても、下記の条件が満たされていれば協会けんぽからの費用補助を受けて健診を受診することができます。

- 受診日に被保険者であること
- 対象年齢等であること
- 年度内(4月1日から翌年3月31日まで)で初めての受診であること

Q2

なぜ対象者一覧表に掲載されていない者がいるのですか？

A

毎年3月頃に送付しています対象者一覧表は、1月上旬時点の加入者情報を基に作成しておりますので、直近で入退社された方の情報が反映されていません。

また、年齢条件等に該当していない方の情報が反映されていません。しかし、被保険者資格や年齢等の条件を満たしていれば、一覧表に掲載されていなくても受診は可能です。

Q3

健診費用の補助を受けるための手続きは？

A

協会けんぽに対して必要な手続きはございません。

補助によって予め減額された自己負担額のみ健診実施機関より請求されます。お支払いの方法についてはお手数ですが各健診実施機関にお問い合わせください。

Q4

予約をしたあとに職場が変わり、資格情報のお知らせ等の「記号、番号、保険者番号」が変更となった場合はどうしたらよいですか？

A

予約先の健診実施機関に、必ず変更後の記号、番号、保険者番号のご連絡をお願いいたします。

なお、協会けんぽの被保険者でなくなった場合は、生活習慣病予防健診は受けられません。



対象外の方について

Q5

35歳未満の従業員も受診させたいのですが、どうすればよいですか？

A

健診実施機関に直接お問い合わせください。

協会けんぽからの費用補助はありません。協会けんぽと契約している健診実施機関の大半が、定期健康診断(事業者健診)も実施しておりますので、内容や費用を直接ご確認ください。

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、併せてご覧ください。

協会けんぽ よくある質問 健診

検索



検査内容について

Q6

受たい検査項目を選んで受診することはできますか？

A

すべての項目の受診が必要です。

生活習慣病予防健診は、どの検査項目も生活習慣病の予防に必要な項目です。胃部エックス線検査等、受診することで業務に支障が出ることもあると思いますが、従業員の健康を守るために大切な項目です。従業員が気兼ねなく受診できる環境の整備をお願いいたします。(ただし、当日の体調等を考慮して健診実施機関の医師の判断で一部検査を行わなかった場合は、この限りではありません。)

Q7

胃の検査をバリウムからカメラに変更できますか？

A

ご予約の際に健診実施機関へご相談ください。

健診実施機関によっては、追加費用が生じる場合があります。

Q8

乳がん検診・子宮頸がん検診のみ受診することはできますか？

A

乳がん検診・子宮頸がん検診は、一般健診と合わせて受けていただくもので、単独受診はできません。

20歳から38歳までの偶数年齢の女性のみ、子宮頸がん単独受診も可能です。

なお、がん検診は市区町村でも実施していますので、お住まいの市区町村へお問い合わせください。

Q9

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？

A

健診実施機関に直接お問い合わせください。

生活習慣病予防健診と人間ドックは別の健診となり、基本的には全額自己負担となります。ただし、生活習慣病予防健診と自己負担の健診を組み合わせた健診を行っている健診実施機関もありますので、受診を希望される健診実施機関へ直接ご確認ください。

健診実施機関では健診を受診される皆さまに以下の事項等をお願いしています。

- ◆いわゆる風邪症状が持続している方等につきましては、体調が回復してから受診をお願いします。
- ◆健診中は、各自マスクの着用をお願いします。
- ◆健診施設への入館(室)時、退館(室)時など、手洗いををお願いします。
- ◆受付時間を守り、密集・密接を防ぐことにご協力をお願いします。

ご理解、ご協力いただきますようお願いいたします。

健康サポート(特定保健指導)

✓ 従業員の皆様がこれから先もずっと健康で働くために健診後は健康サポート(特定保健指導)をご利用ください。

効率的・効果的に
生活習慣改善に
取り組める

健康サポート(特定保健指導)とは?

保健師・管理栄養士が、健診結果や生活習慣に応じたオーダーメイドの生活習慣改善策と一緒に考え、3か月以上にわたって食事管理、体重コントロールなどのサポートを行います。食事や運動・喫煙・飲酒・ストレスなど、日々の生活習慣が原因で起こる生活習慣病になる前の段階で健康を維持していくのが健康サポート(特定保健指導)の役割です。

健康サポート対象者となるか、チェックしてみましょう。

対象年齢 | 40歳～74歳

STEP 1 AとBのどちらに該当しますか?

A

【腹囲】

男性:85cm以上
女性:90cm以上

または

B

【腹囲】

男性:85cm未満
女性:90cm未満

かつ BMI 25以上

どちらも
あてはまらない
場合は対象外と
なります。

STEP 2 以下のリスクのうち、いくつ該当しますか?

血压

最高血压(収縮期)130mmHg以上
または
最低血压(拡張期)85mmHg以上

脂質

空腹時中性脂肪値150mg/dL以上
(随時中性脂肪値175mg/dL以上)
または
HDLコレステロール値40mg/dL未満

血糖

空腹時血糖値100mg/dL以上
(随時血糖100mg/dL以上)
または
HbA1c 5.6%(NGSP)以上

喫煙

血压、血糖、脂質の3つのうち1つ
でも当てはまる方はカウントされ
ます

1つも
あてはまらない
場合は対象外と
なります。

STEP 3 STEP 1 STEP 2の結果をふまえて、下記の表のどこに該当するか、ご確認ください。

STEP 2 \ STEP 1	A	B
1つ	動機づけ支援	
2つ	積極的支援	動機づけ支援
3つ以上	積極的支援	

※高血圧症・糖尿病・脂質異常症で服薬中の方、インスリン注射をしている方は、対象にはなりません。

※65歳以上74歳未満の方が積極的支援に該当となった場合は、動機づけ支援となります。

健診事務ご担当者様へのお願い

1 健診と一緒に健康サポートも実施ください

多くの健診実施機関で健診当日に健康サポートが利用できます。

健診実施機関に健診をご予約する際に「**対象者がいる場合は、特定保健指導（健康サポート）を必ず実施してほしい**」とあらかじめ伝えてください。

面談時間は
約30分!

この30分が将来の
健康への分かれ道

チェック! 健診当日の健康サポートを実施している健診実施機関を探すには?

同封している「令和7年度協会けんぽ生活習慣病予防健診実施機関一覧表 被保険者(ご本人)用」をご覧ください。「保健指導」欄に「◎」当日実施可能(保健指導)の記載がある健診実施機関が、健診当日の健康サポートを実施しています。



2 40歳以上の従業員の皆様にご案内ください

「健診日を伝える際」など健診前のタイミングで「**対象となった場合は当日特定保健指導を必ず受けてきてほしい**」と40歳以上の従業員の皆様にご案内ください。

健診当日に健康サポートを受けられなかった、
健康サポートを実施していない健診実施機関で受診された場合は
協会けんぽ(もしくは委託機関)より、後日**健康サポート**のご案内をお送りします



届いたら…

3 対象者が健康サポートを実施するための日程調整等をお願いします

ご希望の方法で
健康サポートスタート!

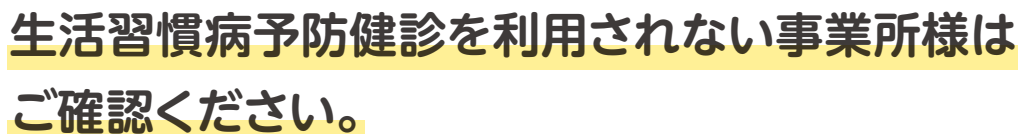
- ① 事業所での訪問面談
- ② リモートでの面談
- ③ 協会けんぽ 愛知支部(名古屋駅直結)での面談
- ④ ドラッグストアでの面談

対象者リストに記載されるのは**健診当日の健康サポートを実施された以外の方**です。

1 2 を実施いただくことで「健康サポートのご案内」に記載される
対象者様の数はグッと減ります!

健診事務ご担当者様のお手間を減らしつつ、
対象者の皆様が一人でも多く健康サポートの機会を持てるように
ご協力をお願いします





対象となる方 ▶ **協会けんぽの加入者**

は
げす

提供依頼書をご提出ください

協会けんぽ愛知 提供依頼書

檢 索



提供依頼書をもとに協会けんぽが健診実施機関に
直接手続きします

健診実施機関から健診結果が提供されない場合、健診結果票の写し等の提出を依頼する場合がございます。※1

健診実施機関



③健診結果の提供



① 健診結果の写し



ホームページからダウンロードして
いただいた補足問診票をご記入のうえ、

①と併せてご提供ください。

(※2 服藥歴、喫煙歴、既往歴、自覚症状、他覚症状、採血時間、腹囲)

[illegible]

健診結果を提供するメリット

■健康サポート(特定保健指導)の対象の方は無料で受けられます

詳細は12~13ページをご参照ください。

従業員の健康づくりが進むことで事業所にもメリットが！



■健康経営®※の取り組みになります

健康経営とは従業員の健康管理を経営的視点から考え、戦略的に実践することです。



従業員が元気に働ける



生産性の向上



離職率の改善



企業イメージの向上

※「健康経営®」はNPO法人健康経営研究会の登録商標です。

■マイナポータル上で健診結果等を閲覧できます

マイナンバーカードを健康保険証として利用できるように申込みをした場合、過去の健診結果を閲覧することができます。

詳細は19ページをご参照ください。

事業者健診結果を活用するためには、健診結果を協会けんぽへ提出する必要があります。

■健康保険料の負担軽減につながります

協会けんぽの健康保険料率は加入者の皆様の健康づくりの取り組みが反映されます。健診結果をご提供いただくことで健診受診率に反映し、健康保険料の負担軽減につながります。

Q 健診結果(個人情報)を提供しても問題ないの？

A 個人情報保護法上、問題ありません。

事業主が健診結果を保険者へ提供することは「高齢者の医療の確保に関する法律第27条、健康保険法第150条」により義務付けられています。また、このように法律で義務付けられている場合、本人の同意も不要です。(個人情報の保護に関する法律第27条)

特定健康診査

☑ 扶養のご家族様向けの健診のご案内です。

従業員の皆様が安心して働くことができるのはご家族様の健康あってこそ。大切なご家族様の健康のためにも特定健康診査を受けていただくよう、ご案内をお願いいたします。

対象となる方 ➡ **40歳から74歳の被扶養者(ご家族)**

検査内容

●基本的な健診

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	血圧を測り、循環器系の状態を調べます
血液検査	血中脂質検査 中性脂肪や善玉・悪玉コレステロールを測定します
	肝機能検査 肝細胞の酵素を測定し、肝機能などの状態を調べます
	血糖検査 空腹時血糖またはHbA1c(状況により随時血糖)を測定します
尿検査	腎臓、尿路の状態を調べます

協会けんぽの補助額 7,150円

●詳細な健診(医師の判断により追加で実施)

心電図検査、眼底検査、貧血検査、血清クレアチニン検査

協会けんぽの補助額 3,400円

受診までの流れ

STEP

1

健診実施機関へご予約ください

事前に健診実施機関への予約が必要です。受診できる健診実施機関は協会けんぽホームページでご確認いただくか、お近くの協会けんぽ支部までお問い合わせください。

●ご予約の際は、「協会けんぽの特定健診を受けたい」旨をお伝えください。

STEP

2

健診を受診してください

受診の際は、「特定健康診査受診券(セット券)※1」と「マイナ保険証等※2」が必要です。

※1 4月頃、被保険者の皆さまのご自宅等に送付されます。

※2 ①～⑤のうち、いずれかをご用意ください

- ①「マイナ保険証」(保険証登録済のマイナンバーカード)
(受診する施設がオンライン資格確認に対応している場合のみ)
- ②「健康保険証」(令和7年12月1日までご利用いただけます)
- ③「マイナポータル」の資格情報画面
- ④「資格確認書」
- ⑤「マイナ保険証」+「資格情報のお知らせ」

受診券の有効期限内であっても、健診日までに健康保険の扶養から外れる場合や、被保険者が退職された場合は、受診券をご利用いただけません。

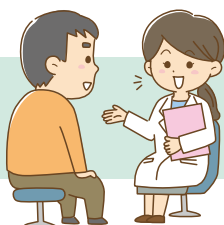
記号・番号が一致しているかご確認ください

特定健康診査受診券(セット券)

資格情報のお知らせ

記号 21700023 番号 1 枝番 01

氏名 協会 花子
生年月日 平成元年10月1日
資格取得年月日 令和2年4月1日
保険者番号 99999999
保険者名称 全国健康保険協会〇〇支部



健診結果から、生活習慣病の発症リスクが高く改善が必要と判断された方は、健康サポート(特定保健指導)をご利用いただけます。



健康保険 特定健康診査受診券(セット券) 申請書

被扶養者(申請者)記入用

記入方法および添付書類等については、裏面の「記入例」をご確認ください。

被扶養者の情報をご記入ください。被保険者(ご本人)に対して「特定健康診査受診券(セット券)」は発行していないため申請できません。		
記号・番号	記号 (左づめ) 番号 (左づめ)	生年月日
		1.昭和 2.平成 年 月 日
個人番号 (マイナンバー)		記号・番号をご記入(印字)された場合は個人番号(マイナンバー)のご記入は必要ありません。(記入(印字)された場合は本人確認書類等の添付が必要になります。)
氏名 (カタカナ)		
姓と名の間は1マス空けてご記入ください。濁点(・)、半濁点(゜)は1字としてご記入ください。		
氏名		
郵便番号 (ハイフン除く)	電話番号 (ハイフン除く)	
住所	都 道 府 県	

被保険者情報	氏名	
	生年月日	1.昭和 2.平成 年 月 日
	勤務先	

送付希望先	上記被扶養者(申請者)情報にご記入された住所と別のところに送付を希望する場合にご記入ください。	
	郵便番号 (ハイフン除く)	電話番号 (ハイフン除く)
	住所	都 道 府 県
	宛名	

<注意事項>

- この用紙は「申請書」となりますので健診機関にご持参いただいても特定健康診査は受診できません。
- この用紙は新たに扶養家族となった方、もしくは「特定健康診査受診券(セット券)」を紛失した方などが、「特定健康診査受診券(セット券)」の発行を申請するためのものです。

※申請書に記載された個人情報は、「特定健康診査受診券(セット券)」発行にかかる事務処理、発行情報の管理および特定の個人が識別されることのない方法での統計を実施するときに限り使われます。

以下は、協会使用欄のため、記入しないでください。

MN確認	1. 記入有(添付あり) 2. 記入有(添付なし) 3. 記入無(添付あり)
------	--

--	--	--	--	--	--	--

受付日付印

(2024.12)

記入例

- 令和7年1月上旬までに加入された方には、「特定健康診査受診券(セット券)」を4月上旬にご自宅あてに送付しております。ご申請の前にご確認ください。
- 「特定健康診査受診券(セット券)」の送付は、申請書の受付後1週間前後かかります。

1

記号・番号
は、資格情報のお知らせに記載されています。

2

記号・番号をご記入された場合は**個人番号(マイナンバー)**のご記入は**必要ありません**。
なお、記入された場合は本人確認書類等の添付が必要になります。(添付書類は一番下に記載しております。)

健康保険 特定健康診査受診券(セット券)申請書 (被扶養者(申請者)記入用)

記入方法および添付書類等については、裏面の「記入例」をご確認ください。

受診する方

被扶養者の情報		被扶養者の情報	
記号・番号	21700023	番号	01
個人番号(マイナンバー)	9999999999999999	生年月日	1 38 年 10 月 01 日
氏名(カタカナ)	キョウカイ ハナコ	氏名	協会 花子
郵便番号(ハイフン除く)	1050000	電話番号(ハイフン除く)	0300000000000000
住所	東京 都 港区 〇〇1-1〇〇マンション101		
氏名	協会 太郎		
生年月日	1 35 年 08 月 31 日		
勤務先	株式会社 〇〇〇〇		
上記被扶養者(申請者)情報にご記入された住所と別のところに送付を希望する場合	上の欄に自宅住所をご記入された場合で、受診券(セット券)の送付先を事業所所在地とするときなどにご記入ください。		
郵便番号(ハイフン除く)		電話番号(ハイフン除く)	
住所	都 道 府 県		
宛名			

②に個人番号(マイナンバー)を記入した場合の添付書類

被扶養者のマイナンバーは、①の記号と番号が不明の場合のみご記入ください。

被扶養者のマイナンバーを記入した場合は、以下の添付書類が必要です※1。

本人確認書類貼付台紙※2に、「ア」「イ」の両方を貼付のうえ、申請書に添付してください。

※1 行政手続における特定の個人を識別するための番号の利用等に関する法律に定められています。※2 協会けんぽのホームページでダウンロードすることができます。

ア 身元確認を行うための書類(いずれか1点)

▶被扶養者の個人番号カード(表面)のコピー、運転免許証のコピー、パスポートのコピー、その他官公署が発行する写真付き身分証明書のコピー

イ 番号確認を行うための書類(いずれか1点)

▶被扶養者の個人番号カード(裏面)のコピー、被扶養者の個人番号が記載された住民票が住民票記載事項証明書

マイナポータル上での健診結果の閲覧

✓ マイナポータル上で健診結果等を閲覧できます。

マイナポータルとは？

政府が運営するオンラインサービス。

自分専用のサイトから、行政手続の検索やオンライン申請が
ワンストップでできたり、行政機関からのお知らせを受け取れたりします。



マイナポータル上での健診結果の閲覧

マイナンバーカードを健康保険証として利用できるように申込みをした場合、過去の健診結果※を閲覧することができます。

※令和2年度以降(40歳未満の加入者は令和5年度以降)に受診した生活習慣病予防健診、特定健診、定期健診のうちの過去5回分が表示されます。ただし、定期健診につきましては特定健診の検査項目の結果が事業主等から協会けんぽに提供された場合に閲覧が可能となります。

閲覧できる内容

生活習慣病予防健診、特定健康診査、定期健康診断の結果のうち、
身長、体重、腹囲、血圧、尿検査、血液検査 等



閲覧できるようになるまでの期間

生活習慣病予防健診

受診月から概ね2か月後

特定健康診査

受診月から概ね3か月後

定期健康診断

事業主等から提供いただいてから
概ね2か月後



詳しくは、マイナポータルウェブサイトをご確認ください。

マイナポータルウェブサイト

検索



協会けんぽ愛知支部のお役立ち情報

今回のテーマ **身近な臓器をいたわろう**
胃や腸、肝臓、腎臓…酷使して気づかぬうちにダメージを受けているかもしれません。

1 忙しくて健診を先延ばししてたら年末になっちゃったなー
ボクと一緒に受けるとか言ってたのに受けないからだよ
2 忙しいのもあるけど、実はバリウムがイヤでさあ…
胃の検査はキャンセルすればいいじゃない？
あ、ブラックケンシンドローム部長、信じちゃダメですよ
3 腹部の検査は大切な
胃がん、食道がん、十二指腸がん、胃潰瘍や胃炎、ポリープなど
4 そして、バリウムがイヤなら内視鏡に変更すればいい
内視鏡は「臓器を直接見ることが出来る」検査でもある
5 うー、こうやって検査機器を壊さないと
6 そんなことはさせないぞ！
7 同時に「腹部超音波検査」もお勧奨します
8 あれっ、性格が真逆になった！
9 あなたの未来の健康を守るために…

全国健康保険協会 愛知支部 052-856-1490
協会けんぽ
〒450-6363 名古屋市中村区名駅1-1-1 JPタワー名古屋23階
受付時間 8:30～17:15 (土・日・祝日・年末年始を除く)

おすすめ

漫画でわかる！ お役立ち健康情報

今までの配信シリーズ

- けんしん・けんさシリーズ
- 忙しくてもすぐ読める！漫画栄養学
- 三英傑が語る 現代を生き抜く健康術

健診の各検査のあれこれが分かる！



漫画はA4サイズで印刷可能となっているので、毎月の給与明細に同封などで活用可能！

閲覧方法

通信料を除き、費用はかかりません

毎月
1～2回
配信

メールマガジンに
登録して受け取る
(掲載URLを配信)

登録はこちら



または

協会けんぽ愛知 メールマガ

検索

毎月
2回程度
配信

協会けんぽ愛知支部 公式LINEで受け取る

登録はこちら



LINEアプリ内の「友だち追加」から
上の二次元コードを読み取る

または

LINEアプリ内の「ホーム」の
検索にて下記のいずれかを入力

@kenpo_aichi

協会けんぽ愛知

協会けんぽ愛知支部ホームページで
バックナンバーを確認



全国健康保険協会 愛知支部
協会けんぽ

〒450-6363
名古屋市中村区名駅1-1-1 JPタワー名古屋23階
TEL 052-856-1490(代表)
平日：午前8時30分～午後5時15分(年末年始を除く)

電子版(PDF)の「健診受診の手引き」

こちらからご確認ください

協会けんぽ愛知 健診事業について

検索



健診受診啓発のためポスターコンクールを開催しています！



令和6年度最優秀賞