

加入者・事業主
の皆さまへ

協会けんぽ北海道支部 からのお知らせ

職場の皆さままで回覧
をお願いします。

令和7年

4月号

ご家族との笑顔のためにも **受けてほしい** 特定健診のご案内

特定健診
とは

糖尿病や高血圧症、脂質異常症などの生活習慣病の予防を目的に、被扶養者（ご家族）さまに受けていただく健診です。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。

令和7年度の特定健診の案内を被保険者（ご本人）さまのご自宅へお送りしましたので、**毎年受診**するよう、事業主さまからも被保険者さまを通じて健診受診をお勧めください。

40歳～74歳（75歳の誕生日の前日まで）
の被扶養者（ご家族）さまが対象

4月に
被保険者さまの
ご自宅へお送り
しています。



黄色の封筒が
届きます



送付物



リーフレットなど



受診券（セット券）

健診内容

- 問診
- 診察等
- 身体計測
- 血液検査（肝機能、血中脂質、血糖）
- 尿検査
- 血圧測定

費用

北海道内で
受診の場合

0円～最高 720円

※自己負担額は健診機関によって異なります。

受診までの流れ

1

受診券
（セット券）
を受け取る

2

受診を希望する
健診機関を選んで
予約する

3

健診を受診する
※受診券（セット券）、マイナ
保険証等を持参してください

4

健診結果を
確認する

生活習慣の改善が必要な方は…

- 健康サポートを受ける
- 医療機関を受診する

協会けんぽ北海道 特定健診



健診機関
の検索は
こちら



実は健診の『受診後が大切』です！

健診で自身の健康状態が分かったら、改善に向けたアクションが大切です。生活習慣の改善が必要な方は、ぜひ健康サポート（特定保健指導）をご利用ください。

健康サポート (特定保健指導) とは？

健診を受診された40～74歳の方でメタボリックシンドロームのリスクの軽減が期待できる方が対象となります。

健康に関するセルフケア（自己管理）ができるように、健康づくりの専門家である保健師または管理栄養士等が個人のライフスタイルに合わせて、寄り添ってサポートします。

健康サポートの利用方法

パターン
①

健診当日～1週間以内
の場合

受診券（セット券）を利用して、特定保健指導をご利用できます。

パターン
②

健診から1週間以上経過
の場合

ご自宅等に「特定保健指導利用券」をお送りいたします。「特定保健指導利用券」、「マイナ保険証等」、「健診結果通知」をお持ちいただくことでご利用できます。



利用券

※一部行っていない健診機関がございます。詳しくは希望される健診機関へご確認ください。

詳しくはこちら ▶

協会けんぽ 健診後 健康相談



健康保険委員に登録しませんか？

協会けんぽからの各種案内を事業主・加入者の皆さまへお届けいただく役割の「健康保険委員」へのご登録をお願いいたします。登録料や年会費はございません。

健康保険委員の特典

これらが全て
無料！

特典① 「協会けんぽ GUIDE BOOK」をお届けします！

健康保険の給付金申請書の記載例やマイナ保険証などに関する内容を網羅した冊子「協会けんぽ GUIDE BOOK」をお届けいたします。健康保険事務手続きの参考としてご活用いただけます。



特典② 広報紙「協会けんぽほっかいどう」を毎月お届け！

健康保険の最新トピックスや、健康づくり情報などのお役立ち情報を掲載した広報紙を毎月お届けいたします。



特典③ 健康保険委員限定の研修会を開催！

健康保険制度や各種事務手続き、健康づくりの情報などをテーマとした参加無料の研修会を開催しています。※オンライン配信もあります。

登録方法

届出用紙に必要事項をご記入のうえ、北海道支部へFAXまたは郵送でご提出ください。届出用紙は、北海道支部のホームページから取得できます。

協会けんぽ北海道 健康保険委員



発行元

全国健康保険協会 北海道支部
協会けんぽ

〒001-8511 札幌市北区北10条西3丁目23-1 THE PEAK SAPPORO 3階
TEL(011) 726-0352(代表)

マイナ保険証の利用を
促進しています。

マイナ保険証での受診前にはマイナポータルでご自身の
登録情報の確認をお願いします。

詳しくはこちら▶

