

令和4年度 健康保険委員研修会

もっと使いやすくなる！健診制度



全国健康保険協会 京都支部
協会けんぽ

はじめに 従業員の健康づくりに利用できる補助制度

- 従業員の健康づくりに利用できる補助制度は、厚生労働省が実施するものをはじめ、多数あります。
- 協会けんぽは、主に個々の健康状態のチェックに関する費用(健診費用)に関する補助、チェック後のセルフケアに関する支援に関する補助、ヘルスリテラシーの向上に関する補助を行っています。

厚生労働省の補助

働き方改革推進支援に関する助成金



受動喫煙防止に関する助成金



- 各取り組み推進に向けたコンサルタントの導入に関する費用
- 機器、ソフトウェアの導入などの環境の整備に関する費用

京都府の補助

多様な働き方
推進事業費補助金



- 多様な働き方の推進に向けたコンサルタントの導入に関する費用
- 労働生産性の向上により長時間労働の削減や有給休暇の取得の促進といった多様な働き方の推進に繋がる機器、ソフトウェアの導入に関する費用

協会けんぽの補助

個々の健康状態の
チェックに関する費用
(健診費用)

チェック後のセルフケアに
関する支援の費用

加入者のヘルスリテラシーの
向上に関する費用

他にも…

従業員が万が一、病気で休業となったとき … 傷病手当金
または高額な医療費を支払ったとき … 高額療養費

はじめに 従業員の健康づくりに利用できる補助制度

- 皆様の保険料を財源として、協会けんぽではさまざまなサービスを行っています。
- 今回取り上げるのは、**健診の費用補助**について

協会けんぽの補助

個々の健康状態の
チェックに関する費用
(健診費用)

チェック後のセルフケアに
関する支援の費用

加入者のヘルスリテラシーの
向上に関する費用

加入者向け

生活習慣病予防健診
費用補助

特定健診
費用補助

加入者向け

健診結果で“高リスク”と
なった方への健康サポート

特定保健指導
費用補助

事業所向け

健康教育に関するサポート

健康講座事業

健康測定を通じた事業所コミュニケーション
推進に関するサポート

健康測定器 貸出事業

費用補助に関する申し込みがないことや、還付金のような方法でのお返しを行っているわけではないので「補助があったの？」と思われる方もいらっしゃるかと存じますが、実は皆様の保険料を財源として、このような形でサービスを提供しています。使わないともったいないですよ～！

協会けんぽの健診(従業員さま)

5年度から補助額がアップする健診

生活習慣病予防健診 [被保険者(ご本人)の皆さまが対象]

健診の種類	検査の内容	対象者
一般健診	診察等、問診、身体計測、血圧測定、血液学的検査、生化学的検査、尿検査、心電図検査、 胸部レントゲン検査 、 胃部レントゲン検査 、 便潜血反応検査	35歳~74歳 (75歳の誕生日の前日まで)の方
	眼底検査(※医師が必要と判断した場合のみ)	
子宮頸がん検診 (単独受診)	問診、細胞診	20歳~38歳の 偶数年齢の女性の方

●一般健診に追加できる健診(セット受診のみで、単独受診はできません)



健診の種類	検査の内容	対象者
付加健診	尿沈渣顕微鏡検査、血液学的検査、生化学的検査、眼底検査、肺機能検査、腹部超音波検査	一般健診を受診する ①40歳の方 ②50歳の方
乳がん検診	問診、乳房エックス線検査、視診※、触診※ ※医師の判断により実施	一般健診を受診する 40歳~74歳の偶数年齢の女性の方
子宮頸がん検診	問診、細胞診	一般健診を受診する 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

…がんの発見を目的の一つとしている検査等

[イメージ図]

④人間ドック

③生活習慣病予防健診

②定期健康診断

①特定健康診査

いろいろな健診との関係

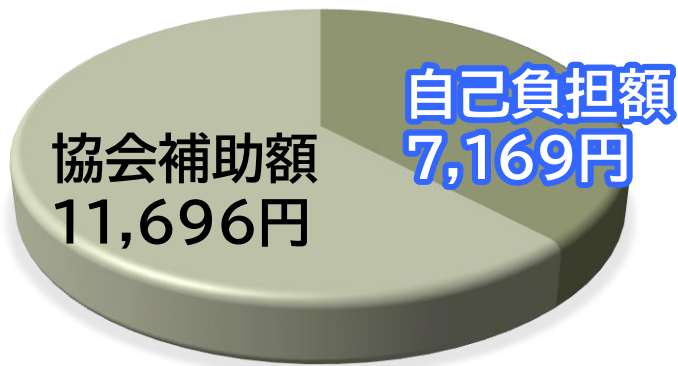
- 人間ドックを受ける場合にも、補助がご利用いただける健診機関があります。
- 事業主に実施義務が課せられている“定期健康診断”の項目を含んでいるので、労働基準監督署への実施の報告、提出に使用できます。

令和5年度から、生活習慣病予防健診の利用がもっとお得になります

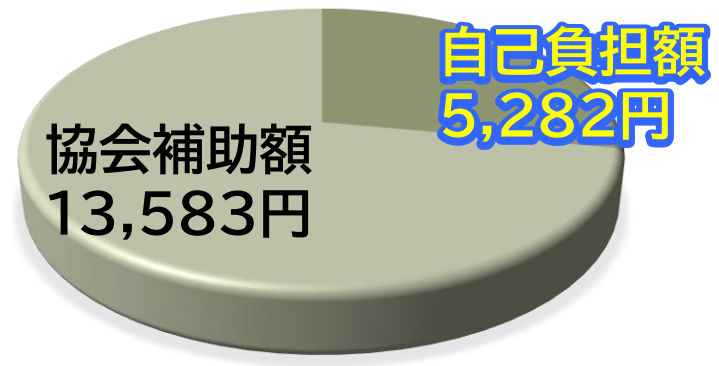
令和5年度の生活習慣病予防健診の自己負担割合が軽減されます。

現行38% → 28%

令和4年度生活習慣病予防健診



令和5年度生活習慣病予防健診



※一般健診総額 → 最高18,865円

付加健診についても、

- ①自己負担割合の軽減 <現在は50% → 令和5年度からは28%>
- ②対象年齢(節目年齢)も拡大
<現在は40・50歳 → 令和6年度からは40歳～70歳まで5歳刻み>

プラスアルファで知っておきたい！

健診機関、どう選んでる？(従業員の健診編)

- 京都府内には令和4年12月現在、協会けんぽの補助が使える健診機関は72機関ある。
- どの機関も、一定基準を満たし協会けんぽの審査を経て契約している機関なので、基本的にはどこを利用いただいてもいいのですが…

こんな視点で健診機関を選ぶこともできます！

① 土曜日曜の健診について

平日のほか、健診を実施している曜日を示しています。

② 検査の外部委託について

- * 外部委託している検査項目を示しています。
(乳=乳がん検診 子宮=子宮頸がん検診 眼底=眼底検査)
- * 外部委託している検査項目は別の医療機関で受診することになります。

③ 人間ドックに対する補助について

- * ●がついている健診機関では、協会けんぽの補助を使って人間ドックを受診できます。
予約時に協会けんぽの補助を利用する旨を健診機関にお伝えください。
- * 金額や検査項目などは健診機関によって異なります。詳細は各健診機関にご確認ください。

④ 胃カメラ変更による追加費用について

胃レントゲンを胃カメラに変更した場合にかかる費用を示しています。

⑤ 検診車について

- がついている健診機関では、事業所訪問型健診など検診車による巡回検診が利用できます。

⑥ 特定保健指導について

- がついている健診機関では、無料の特定保健指導が利用できます
(「当日」の表示のある健診機関では、健診当日に利用可)。



サンプル

市内	市外	名称	電話番号	土曜日の健診	外部委託	人間ドック	乳がん検診	子宮頸がん検診	眼底検査	検診日
		聖徳区医療センター	075-441-6101	●	●	●	●	●	●	当
		8151 北区山下町1-27		●	●	●	●	●	●	当
		8139 東山区大宮町1-10-11		●	●	●	●	●	●	当
		からすま病院 (健) 東山区野宮町9-3	075-491-8559	●	●	●	●	●	●	当
		8142 北区山崎上町14		●	●	●	●	●	●	当
		16-1 宇治市北山町1-1-1		●	●	●	●	●	●	当
		0056 上野市山崎町1-1-1	075-441-8470	●	●	●	●	●	●	当
		0065 上野市山崎町1-1-1	075-441-8470	●	●	●	●	●	●	当
		8305 上野市千本通		●	●	●	●	●	●	当
		8306 上野市千本通		●	●	●	●	●	●	当
		8307 上野市千本通		●	●	●	●	●	●	当
		8308 上野市千本通		●	●	●	●	●	●	当
		8309 上野市千本通		●	●	●	●	●	●	当
		8310 上野市千本通		●	●	●	●	●	●	当
		8311 上野市千本通		●	●	●	●	●	●	当
		8312 上野市千本通		●	●	●	●	●	●	当
		8313 上野市千本通		●	●	●	●	●	●	当
		8314 上野市千本通		●	●	●	●	●	●	当
		8315 上野市千本通		●	●	●	●	●	●	当
		8316 上野市千本通		●	●	●	●	●	●	当
		8317 上野市千本通		●	●	●	●	●	●	当
		8318 上野市千本通		●	●	●	●	●	●	当
		8319 上野市千本通		●	●	●	●	●	●	当
		8320 上野市千本通		●	●	●	●	●	●	当
		8321 上野市千本通		●	●	●	●	●	●	当
		8322 上野市千本通		●	●	●	●	●	●	当
		8323 上野市千本通		●	●	●	●	●	●	当
		8324 上野市千本通		●	●	●	●	●	●	当
		8325 上野市千本通		●	●	●	●	●	●	当
		8326 上野市千本通		●	●	●	●	●	●	当
		8327 上野市千本通		●	●	●	●	●	●	当
		8328 上野市千本通		●	●	●	●	●	●	当
		8329 上野市千本通		●	●	●	●	●	●	当
		8330 上野市千本通		●	●	●	●	●	●	当
		8331 上野市千本通		●	●	●	●	●	●	当
		8332 上野市千本通		●	●	●	●	●	●	当
		8333 上野市千本通		●	●	●	●	●	●	当
		8334 上野市千本通		●	●	●	●	●	●	当
		8335 上野市千本通		●	●	●	●	●	●	当
		8336 上野市千本通		●	●	●	●	●	●	当
		8337 上野市千本通		●	●	●	●	●	●	当
		8338 上野市千本通		●	●	●	●	●	●	当
		8339 上野市千本通		●	●	●	●	●	●	当
		8340 上野市千本通		●	●	●	●	●	●	当



実はまだあまりよく知られていない
“健康サポート”付きの健診が
受けられる※健診機関です
※健診結果に一定のリスク要因がある方を対象



上の「R4年度生活習慣病予防健診機関一覧」はこちらからでもご覧いただけます！

プラスアルファで知っておきたい！ 健診機関、どう選んでる？(従業員の健診編)

- 健診を受けた当日に、保健師等による健康サポート(特定保健指導)が受けられる健診機関がある

スムーズ！健診当日に
プロのアドバイスが受けられます

健診を受けたその日に、健診結果に応じて生活習慣病発症リスクの高い方にお声かけをいたします。

- 対象： 40歳から74歳のお勤めの方
※任意継続被保険者を含む
- 費用： **無料**
※扶養のご家族の方(40歳～74歳)も利用いただけますが、費用が発生する場合があります。
- サポート内容(例)：
目標の設定、生活習慣に関するアドバイス(食べ方指導等)、達成度の確認、数か月後の取組結果のチェック、フィードバックも行います。

京都府内で健診当日に
プロのアドバイスが受けられる医療機関等

京都市	26機関 (北区)1機関 (上京区)2機関 (中京区)6機関 (東山区)1機関 (山科区)4機関 (下京区)4機関 (南区)2機関 (伏見区)4機関 (右京区)1機関 (西京区)1機関		
亀岡市	1機関	宇治市	2機関
長岡京市	1機関	精華町	1機関
城陽市	1機関	他府県にも実施機関があります	



職場でも面談が
受けられます。
(オンラインでもOK！)

特定保健指導のご案内は、**利用対象の従業員様がいる場合**、事業所様にお送りすることがあります。
案内が届きましたら、事業主様・担当者様からご本人へお声かけいただき、保健師等の訪問のスケジュール調整など
にご協力をお願いいたします。

協会けんぽの健診(従業員様のご家族等)

特定健康診査 [被扶養者(ご家族)の皆さまが対象]

健診の種類	検査の内容	対象者	自己負担額
基本的な健診	診察等、問診、身体計測、血圧測定、血中脂質検査※、肝機能検査※、血糖検査※、尿検査 ※採血により検査をします。	40歳～74歳 (75歳の誕生日の前日まで)の方	(健診総額 - 7,150)円※ ※7,150円は協会けんぽが補助します。



通称:「特定健診」



- **費用** : 0円または1,900円
(京都府内の健診機関のみ。受診する機関により異なります)
- **お申込み** : 健診機関に直接ご予約いただけます。
(予約の際に“受診券”が必要です。お持ちでない方は協会けんぽ京都支部まで！)

京都支部では、特定健診をグレードアップした「ミニドック健診」「なでしこ健診」もご用意しています。

「ミニドック健診」… 肺・胃・大腸がん検査等をセットにした健診

「なでしこ健診」… 乳がん・子宮頸がん検査等、女性特有の病気に関わる検査をセットにした健診

協会けんぽの健診(皆さまにお願いしたいこと)

皆様の健診利用状況

協会けんぽの補助が使える
健診をこれまで受けて
いなかった
(労働安全衛生法に定める最低限の項目
でしか健診を実施していなかった)

補助額アップにつき、
5年度からの切り替えを
大変おすすめします！

補助が使える
健診機関はこちら！



労働安全衛生法に定める項目のみの健診
→相場としては定期健康診断で
5,000円~15,000円/人

がん検診もついて5年度から
5,000円台で
利用できるようになります！

生活習慣病予防健診に切り替えると…

すでに協会けんぽの
健診を受けている

?

協会けんぽの健診(皆さまにお願いしたいこと)

すでに協会けんぽの
健診を受けている

健診結果の適切な管理を
お願いいたします。

- ・要精密検査となった方への再検査勧奨
- ・高リスク者への特定保健指導の利用勧奨

・京都支部の加入者は大腸がんの再検査受診率が
全国で一番低いという分析結果が出ています。
※1位:山形 約60%:47位 京都 約30%

・京都支部の特定保健指導利用率は、全国順位で
みて30位と、比較的下位にあります。
(被保険者・初回の面談を行った方を集計)
※1位:熊本 約40%、30位:京都 約20%

従業員さまのご家族の健診に
についてもご配慮願います。

健康でいるためのポイントは、“からだを知る”こと

- 広報プロジェクト「健康の現在値(いま)をみよう」を通して、からだのことをもっと知りたくなるように、また、得た情報を未来に活かしていきたいとなるような発信を実施。

健康でいることのポイントは、“からだを知る”こと

— はじめに、“健康”とは、なんでしょうか？

“健康”とは、自分らしくいきいきと生活できている状態のことです。
ただ、“健康であること”と“生活に支障がないこと”は同じではありません。“生活に支障がないから健康だ”と思い込んでしまうと、知らず知らずのうちにからだに起こっているいろいろな“兆し”を見逃してしまいます。
“健康”でいることのポイントは、その“兆し”を含めて、自分の“からだを知ること”と考えています。
一年に一度の「健康診断」は、“兆し”を発見できる、とても大事な機会なんです。



— 具体的には、どのような“兆し”がありますか？

症状はなくても、過去の健診結果からの変化や、異常な所見のことを指します。一番こわいのは、“自覚症状がない”ということ、大きな病気の発見を逃すこともあります。
「加齢」とか「今年はたまたま」と自己判断されてしまう方がいらっしゃいますが、こういった方は“兆し”を見逃しやすいですね。

一年に一度受ける「健康診断(健診)」。
このタイミングで考えていただきたいことについて、数多くの「健康」づくりサポートを行っている“健康増進のプロ”である保健師に聞いてみました。

協会けんぽの保健師に聞いてみた「「からだを知ること」のポイントは「過去と“今”、そして“未来”を知る」ことから。」



<https://kyoukaikenpo-kyoto-hoken.jp/report01/>