



令和8年
3月号

職場内で回覧をお願いいたします 回覧チェック欄

事業主様

健保ご担当

全従業員様

回覧が完了したら

令和8年度

健康診断のご案内をお送りします

年に1回の受診をお願いします!



生活習慣病予防健診

特定健診

<p>従業員様はこちら</p> <p>35~74歳のご本人(被保険者)様</p> <p>3月下旬に事業所宛</p> <p>最高 5,500円</p> <p>特定健診の項目に加えて</p> <p>がん検査</p> <p>心電図検査</p> <p>大腸がん検査 肺がん検査 胃がん検査</p> <p>追加可能!</p> <p>子宮頸がん検診※</p> <p>対象: 36~74歳の偶数年齢の女性</p> <p>自己負担: 最高 990円</p> <p>※20~38歳の偶数年齢の女性は単独受診も可能。</p> <p>乳がん検診</p> <p>対象: 40~74歳の偶数年齢の女性</p> <p>自己負担: 50歳以上最高 980円 / 50歳未満最高 1,700円</p> <p>肝炎ウイルス検査</p> <p>対象: 過去にC型肝炎ウイルス検査を受けていない方</p> <p>自己負担: 最高 540円</p>	<p>対象</p> <p>発送時期</p> <p>自己負担</p> <p>健診項目</p>	<p>40~74歳のご家族(被扶養者)様</p> <p>4月に被保険者様のご自宅宛</p> <p>0円 または 2,050円</p> <p>(三重県内で受診の場合)</p>
<p>問診</p> <p>診察等</p> <p>身体計測</p> <p>血圧測定</p> <p>尿検査</p> <p>血液検査</p> <p>医師の判断により詳細な健診を実施することがあります。</p> <p>ご家族様はこちら</p>		

NEW

生活習慣病予防健診がさらに充実!

<p>若年者用一般健診</p> <p>一般健診の項目から胃・大腸の検査を省略した健診</p> <p>対象: 20歳、25歳、30歳の方</p> <p>自己負担: 最高 2,500円</p>	<p>節目健診</p> <p>一般健診に腹部超音波や眼底検査などを加えた詳細な健診</p> <p>対象: 40歳、45歳、50歳、55歳、60歳、65歳、70歳の方</p> <p>自己負担: 最高 8,280円</p>	<p>骨粗鬆症検診</p> <p>骨粗鬆症の予防と早期発見を目的とした検診</p> <p>対象: 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</p> <p>自己負担: 最高 1,390円</p>
---	--	--

人間ドックも補助対象に!

最高 **25,000円** の補助!

対象: 35~74歳のご本人(被保険者)様



受診後は皆さまを徹底サポート!

うら面へGO

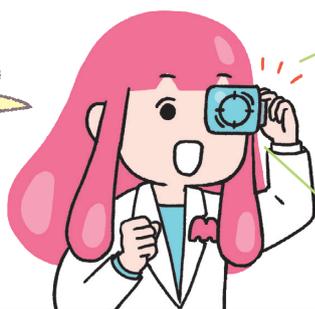
対象の方は **健康サポート** を受けましょう

無料

(特定保健指導)

健診当日に
受けられます!

健診当日に受けられ
なかった方には後日
案内をお送りします。



健康診断の結果、
**特定保健指導の
基準に該当した方が
対象です**

特定保健指導の流れ

初回面談



目標と行動計画の設定

行動計画の実践



3か月以上のチャレンジ

目標達成度の
チェック



目標達成!

保健師や管理栄養士などの専門家がばっちりサポート。
一人ひとりにあった内容で生活習慣を改善できます!

「要治療」「要精密検査」と
判定され、未受診の方へ

受診の案内をご自宅にお送りします。



この案内が届く前に!
健診結果を見たらすぐに受診を!

事業所の **ご担当者様へ** 対象の方に健康サポートを受けていただけるよう、**お声かけや日程調整**をお願いします。
また、従業員様の健康管理として、健診結果で医療機関へ受診が必要な従業員様には**受診勧奨**をお願いします。

令和
8年度の

保険料率が 決定しました

健康保険料率・介護保険料率は、
令和8年3月分(4月納付分)から
変更となります。



令和8年度
保険料額表は
こちら

健康保険料率

令和8年2月分まで **9.99%**

令和8年3月分から **9.77%**

介護保険料率

令和8年2月分まで **1.59%**

令和8年3月分から **1.62%**

令和8年4月から/
子ども・子育て
支援金率
0.23%

「子ども・子育て 支援金制度」とは?

子育て施策拡充のため、子どもや子育て世帯を社会
全体で支える制度で、4月分(5月納付分)から拠出
していただきます。事業主様・従業員様には、この制度
へのご理解とご協力をお願い申し上げます。

おもな
使い道

- 児童手当の拡充
- こども誰でも
通園制度 など



健康経営®の普及・推進に欠かせない知識を学べる

東京商工会議所開催 **健康経営アドバイザー研修** を受けてみませんか?

★研修はすべてWEBによるeラーニング形式だからいつでもどこでも学べる

認定は2年間有効

★すべてのプログラムを視聴後に効果測定を実施、正答率7割以上で「健康経営アドバイザー」として認定

受講のお申込み等
詳しくはこちら

こんな知識が
得られます!

- 健康経営の重要性とメリット
- 実践の基本的なポイント
- 他社の取り組み事例
- 健康経営とアドバイザーの役割
- 健康経営の評価制度 など

※「健康経営®」は、NPO法人健康経営研究会の登録商標です。

