

# 保健事業の一層の推進について

# 保健事業の一層の推進について

令和8年度より、協会けんぽでは、保健事業の一層の推進を図るため以下について実施予定です。

## 人間ドック健診の実施

年齢や性別による健康課題に対する健診の選択肢の拡大と、より一層の健康意識の醸成及び実施率の向上を図るため、35歳以上の被保険者を対象に一定の項目を網羅した人間ドック健診に対する定額補助(25,000円)を実施します。

## 若年者を対象とした健診の実施

就業等により生活習慣が大きく変化する若年層に対して、早期に生活習慣病対策を行うことや健康意識の向上等に生活習慣病予防健診に新たに20歳、25歳、30歳の被保険者も対象とします。  
なお、検査項目については、国の指針等を踏まえ、生活習慣病予防健診の項目から、胃・大腸がん検診の検査項目を除いたものとなります。

## 生活習慣病予防健診項目の見直し

健康日本21(第三次)の内容等も踏まえ、40歳以上の偶数年齢の女性を対象に骨粗しょう症検診を追加します。

厚生労働省の「職域に関するがん検診マニュアル」において、肺がん検診の項目とされていることを踏まえ、「喀痰細胞診」を一定の基準(※)に該当する希望者に対して実施します。

※50歳以上かつ喫煙指数が600以上の方(喫煙指数=1日に吸うたばこの本数×喫煙年数)

# 健康づくりサイクルについて

協会けんぽ 加入者のみなさまへ

健診の3つの  
「もったいない」を  
なくそう!



健康づくりサイクルを  
まわしましょう!



03 「健康づくりを継続しない」  
もったいない



健診から始まるサイクルで、3つの「もったいない」をやっていませんか?

「健診受けない」もったいない



01 健診を  
毎年受けていますか?

協会けんぽ加入者は健診をお得に受けられるのに、受けないのはもったいない。

健診を受けて健康状態を確認

「受けっぱなし健診」もったいない



02 健診を受けっぱなしに  
していませんか?

せっかく健診を受けても、改善につなげなければもったいない。

健診結果に応じて行動することで健康状態を改善

「健康づくりを継続しない」もったいない



03 日々の健康づくりに  
取り組んでいますか?

良好な健康状態になっても、それを継続しないのはもったいない。

食事や運動に気をつけて、良好な健康状態を維持

健康づくりサイクルの中で、特に「健診後の行動」が大切です。



年に1回の健診

生活習慣の改善が  
必要と判断されたら...

医療機関への受診が  
必要と判断されたら...



特定保健指導



医療機関への受診

特定保健指導

あなたの健康づくりをサポートします



健康づくりのプロがサポート

「メタボリックシンドローム」のリスクのある方を対象にした健康サポートです。健康に関するセルフケアができるように、保健師または管理栄養士がサポートします。

特定保健指導の対象者

健診を受けた40歳以上の方のうち...

腹囲 男性 85cm以上  
女性 90cm以上 または BMI 25以上

さらに以下の追加リスクが1つでもあれば、  
特定保健指導対象者に該当

血圧 血糖 脂質 喫煙

※喫煙については、血圧、血糖、脂質のリスクが1つ以上の  
場合のみ追加。

特定保健指導の費用

被保険者

無料

被扶養者

協会けんぽが補助する額を超えた分が自己負担となります。

動機付け支援の場合

上限 8,470円を補助!

積極的支援の場合

上限 25,120円を補助!

医療機関への受診

自覚症状がなくても受診しましょう



自覚症状がないのに  
医療機関への受診は必要?

生活習慣病は自覚症状がなくても徐々に進行するため、治療せずに放置すると、動脈硬化などが急速に進み、心疾患等が発症する危険度が高くなります。健診を受診した結果、医療機関への受診が必要と判定された場合は、早期に受診することをお勧めいたします。