

1年間
保存版

健康診断を受けよう！

健診受診の 手引き 2025

健診費用の7割以上を協会けんぽが補助します！



マイナ保険証なら
さらに便利！



まずは受診方法に
ついて知ろう！

事業所の
健康づくり

事業所担当者様



P4~

日頃の生活習慣が
気になるときは

生活習慣病
予防健診

従業員様



P6~

より良い健診データ
の活用のために

健診結果の
提供

事業主様



P12~

従業員のご家族様に
むけて

特定健康診査

扶養のご家族様



P14~

将来の病気を未然に
防ぐために

特定保健指導

対象の方のみ



P18~

Q&A で
よくある疑問を
解決！

詳しい目次は3ページへ。
気になるページをチェックしよう！

マイナ保険証を活用しましょう!



はじめての
病院も安心!

**過去の医療情報を
医師や薬剤師にも伝えやすい!**

※本人の同意なく情報が共有されることはありません。

手間も費用も
軽く!

**手続きなしで
高額な窓口負担が不要!**

マイナ保険証とは、保険証として利用するための登録をしたマイナンバーカードのことです。事業所の従業員様は、登録はお済みでしょうか? ぜひ健診での利用をお声がけください。

※利用する場合は「マイナンバーカードの保険証利用登録」が必要です。マイナポータル「マイナンバーカードの健康保険証利用」説明ページから申し込みができます。

マイナ保険証はどんなときに使用するのですか?

病院の受診だけでなく、生活習慣病予防健診でも使えます!



受診当日

受診当日はマイナ保険証等および検査容器等を忘れないよう、お持ちください。

詳しくは
5ページ②へ

健診受診後

マイナポータル※で健診情報をいつでも確認できます。受診のたびに新しい情報が更新されるので、過去の結果と比較しながら自分の健康の変化を振り返ることができます。

※政府が運営するオンラインサービスです。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、行政機関からのお知らせを受け取ることができます。

ご自身の健康管理のため、健診は毎年受診しましょう!

受診期間

2025年4月1日～2026年3月31日

健診 ご担当者様

協会けんぽの生活習慣病予防健診は健康状態を総合的に判定するため、検査項目がセットになった健診です。従業員様の健康を守るため、全項目受診するためのご配慮をお願いいたします。

※健診機関では、十分な感染予防対策を講じた上で健診を実施しています。



電子版「健診受診の手引き2025」はこちらからご確認ください。

協会けんぽ東京支部 健診受診の手引き2025

検索



INDEX [健診受診の手引き2025]



事業所担当者様

まずは受診方法について知ろう！ 事業所の健康づくり

- 事業所担当者様にお願いしたいこと 4～5



従業員様

日頃の生活習慣が気になるときは 生活習慣病予防健診

- 検査内容・年齢・費用 など 6～7
- 健診の種類と項目 8～9
- よくあるお問い合わせ (Q&A) 10～11



事業主様

より良い健診データの活用のために 健診結果の提供

生活習慣病予防健診を利用されない事業主様へ

- 定期健康診断 (事業者健診) 結果提供のお願い 12～13



扶養のご家族様

従業員のご家族様にむけて 特定健康診査

- 特定健康診査 (扶養のご家族様用) 14～15
- 健診受診の流れ 16
- よくあるお問い合わせ (Q&A) 17



対象の方のみ

将来の病気を未然に防ぐために 特定保健指導

- 特定保健指導 (健診後の健康サポート) 18～19

事業所の健康づくり

生活習慣病予防健診

健診結果の提供

特定健康診査

特定保健指導

事業所担当者様にお願いしたいこと

事業主様は、労働安全衛生法第66条に基づき、従業員様に対して、年に1回健康診断を実施しなければなりません(定期健康診断)。また、従業員様は、事業主様が行う健康診断を受けなければなりません。協会けんぽの生活習慣病予防健診は、定期健康診断の検査項目を満たしています。ぜひご利用ください。

＼健康診断を受けましょう！／

健康診断には2通りの受け方があり、いずれも特定保健指導が無料で受けられます。

協会けんぽの生活習慣病予防健診を 利用される場合

STEP1

- ☐ 「健診受診の手引き(本冊子)」の内容をご確認ください。
- ☐ 従業員様に「健診受診の流れ」についてお知らせいただき、受診を促してください。

詳しくは5ページへ

！ 協会けんぽの 生活習慣病予防健診なら

- 健診費用の7割以上を協会けんぽが補助します
- 検査内容が充実しています
- 健診機関に予約するだけで受診ができます

協会けんぽの生活習慣病予防健診を 利用されない場合

STEP1

- ☐ 定期健康診断をご利用ください。
- ☐ 定期健康診断の結果を協会けんぽにご提供ください。

詳しくは12ページへ

！ 定期健康診断結果を 協会けんぽに提供すると

- マイナポータル上で健診情報が確認できます
- 協会けんぽから従業員様へ健康づくりのサポートを行います
- 東京支部の保険料率の抑制につながります

STEP2

- ☐ 協会けんぽから事業所担当者様へ、特定保健指導の対象者様宛の案内が届きます。対象者様に特定保健指導を受けるよう促してください。無料で特定保健指導が受けられます。
- ☐ 医療機関の受診が必要な従業員様にお声がけください。

詳しくは18ページへ

＼事業所担当者様に便利な/ 情報提供サービス

協会けんぽの専用サイトから、健診対象者様の名前や生年月日などのデータをダウンロードすることができます。受診できる年齢・検査内容の確認にご利用ください。

● 情報提供サービスご利用のステップ

1 「協会けんぽ
ユーザーID」で検索

協会けんぽユーザーID 🔍

2 「情報提供サービストップ画面」に
移動し、「利用申請(事業主)」を
クリック

3 必要事項を入力
送信



4 10日ほどでID通知書をお送りします





健診は「必ず受診すること／させること」が法律で定められています。

手順を確認し、従業員様に健診を受診させましょう。

▶ 生活習慣病予防健診受診の流れ

対象となる方

35歳～74歳の被保険者ご本人様

20歳から38歳までの偶数年齢の女性の方は、子宮頸がん単独検診の補助を受けることができます。

受診期間

2025年4月1日～2026年3月31日(今年度中)



従業員様

① 健診機関を探して受診予約をしてください

ご希望の健診実施機関に連絡の上、健診受診日のご予約をお取りください。
健診実施機関については、同封の「健診実施機関一覧」をご覧くださいか、
協会けんぽ都道府県支部のホームページをご参照ください。



協会けんぽ 健診実施機関等一覧

検索

POINT

- 35歳未満の方の定期健康診断も一緒に申し込むことが可能です。
(協会けんぽからの補助はありません)
- 受診対象年齢・受診する健診の種類(付加健診や乳がん検診など)をご確認の上、予約してください。
- 健診受診日のご予約がない場合は受診できませんのでご注意ください。

詳しくは6ページへ



健診機関

ご予約の健診機関より、受診のご案内が送付されます



従業員様

② 健診を受診してください

ご予約された健診機関の案内にしたがって、受診してください。



POINT

- お忘れなくマイナ保険証等※をお持ちください。
- 健診受診日や健診機関の変更は、直接健診機関とご調整ください。

マイナ保険証等※

- マイナナンバーカード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)
- マイナ保険証と資格情報のお知らせの提示
- マイナポータルの保険資格画面の提示
- 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。



健診機関

約2週間後、受診した健診機関より、健診の結果が送付されます



従業員様

③ 健診結果を受け取ってください

健診の結果から受診を勧められた場合は医療機関に相談してください。
生活習慣の改善が必要な方は、無料の健康サポート(特定保健指導)をぜひご利用ください。



詳しくは18ページへ

検査内容・年齢・費用 など

受診できる年齢・検査内容・費用をご確認ください。

総額の
7割以上を
協会けんぽが
負担します
(※3)

一般健診※1

35歳～74歳※2の
被保険者

<検査の内容> (全項目セットでご受診いただきます。)

- 問診・診察等
- 血液検査(肝機能、血糖、脂質、貧血、尿酸等)
- 身体計測(身長、体重、腹囲等)
- 尿検査(尿糖、尿蛋白、尿潜血)
- [がん検診]
- 胸部エックス線検査
- 視力・聴力検査
- 便潜血反応検査
- 心電図検査
- 胃部エックス線検査(バリウム検査)

総額
18,865円

自己負担額
5,282円

- 眼底検査(医師が必要と認めた場合のみ実施)

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(医師により採取して調べます。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 一般健診は「労働安全衛生法に基づく定期健康診断の検査項目」及び一部「がん検診」を含みます。

※2 75歳の誕生日前日までとなります。 ※3 自己負担額は健診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

2024年度より
対象年齢を
拡大しました
40、45、50、55、
60、65、70歳の
被保険者

<検査の内容>

- 尿沈渣顕微鏡検査
- 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)
- 肺機能検査
- 眼底検査
- 血液学的検査(血小板数、末梢血液像)
- 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)

40歳～48歳(2方向撮影)

総額

自己負担額

5,621円

1,574円

50歳～74歳(1方向撮影)

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
 - ▶ 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、子宮頸がん検診単独での受診も可能です。

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

◆ 健診対象者年齢一覧表(2025年度版)

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	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	×	○	×	×	×	48歳	S52.4.2～S53.4.1	○	×	×	○	○
21歳	H16.4.2～H17.4.1	×	×	×	×	×	49歳	S51.4.2～S52.4.1	○	×	×	×	×
22歳	H15.4.2～H16.4.1	×	○	×	×	×	50歳	S50.4.2～S51.4.1	○	×	○	○	○
23歳	H14.4.2～H15.4.1	×	×	×	×	×	51歳	S49.4.2～S50.4.1	○	×	×	×	×
24歳	H13.4.2～H14.4.1	×	○	×	×	×	52歳	S48.4.2～S49.4.1	○	×	×	○	○
25歳	H12.4.2～H13.4.1	×	×	×	×	×	53歳	S47.4.2～S48.4.1	○	×	×	×	×
26歳	H11.4.2～H12.4.1	×	○	×	×	×	54歳	S46.4.2～S47.4.1	○	×	×	○	○
27歳	H10.4.2～H11.4.1	×	×	×	×	×	55歳	S45.4.2～S46.4.1	○	×	○	×	×
28歳	H9.4.2～H10.4.1	×	○	×	×	×	56歳	S44.4.2～S45.4.1	○	×	×	○	○
29歳	H8.4.2～H9.4.1	×	×	×	×	×	57歳	S43.4.2～S44.4.1	○	×	×	×	×
30歳	H7.4.2～H8.4.1	×	○	×	×	×	58歳	S42.4.2～S43.4.1	○	×	×	○	○
31歳	H6.4.2～H7.4.1	×	×	×	×	×	59歳	S41.4.2～S42.4.1	○	×	×	×	×
32歳	H5.4.2～H6.4.1	×	○	×	×	×	60歳	S40.4.2～S41.4.1	○	×	○	○	○
33歳	H4.4.2～H5.4.1	×	×	×	×	×	61歳	S39.4.2～S40.4.1	○	×	×	×	×
34歳	H3.4.2～H4.4.1	×	○	×	×	×	62歳	S38.4.2～S39.4.1	○	×	×	○	○
35歳	H2.4.2～H3.4.1	○	×	×	×	×	63歳	S37.4.2～S38.4.1	○	×	×	×	×
36歳	H1.4.2～H2.4.1	○	○	×	×	○	64歳	S36.4.2～S37.4.1	○	×	×	○	○
37歳	S63.4.2～H1.4.1	○	×	×	×	×	65歳	S35.4.2～S36.4.1	○	×	○	×	×
38歳	S62.4.2～S63.4.1	○	○	×	×	○	66歳	S34.4.2～S35.4.1	○	×	×	○	○
39歳	S61.4.2～S62.4.1	○	×	×	×	×	67歳	S33.4.2～S34.4.1	○	×	×	×	×
40歳	S60.4.2～S61.4.1	○	×	○	○	○	68歳	S32.4.2～S33.4.1	○	×	×	○	○
41歳	S59.4.2～S60.4.1	○	×	×	×	×	69歳	S31.4.2～S32.4.1	○	×	×	×	×
42歳	S58.4.2～S59.4.1	○	×	×	○	○	70歳	S30.4.2～S31.4.1	○	×	○	○	○
43歳	S57.4.2～S58.4.1	○	×	×	×	×	71歳	S29.4.2～S30.4.1	○	×	×	×	×
44歳	S56.4.2～S57.4.1	○	×	×	○	○	72歳	S28.4.2～S29.4.1	○	×	×	○	○
45歳	S55.4.2～S56.4.1	○	×	○	×	×	73歳	S27.4.2～S28.4.1	○	×	×	×	×
46歳	S54.4.2～S55.4.1	○	×	×	○	○	74歳	S26.4.2～S27.4.1	○	×	×	○	○
47歳	S53.4.2～S54.4.1	○	×	×	×	×	75歳※	S25.4.2～S26.4.1	○	×	×	×	×

※今年度で75歳になる方は、誕生日以降は生活習慣病予防健診の対象者ではなくなります。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。

健診の種類と項目

健診の種類と検査項目について、ご確認ください。

◆健診の種類は、おもに4種類あります。

特定健康診査 協会けんぽから補助あり	定期健康診断 (事業者健診)	生活習慣病予防健診 協会けんぽから補助あり	人間ドック
〔40歳以上の被扶養者 (ご家族)〕 メタボに着目した健診。	〔全従業員〕 全額事業主負担。 労働安全衛生法により実施 が義務付けられています。	〔35歳以上の被保険者(ご本人)〕 がん検診を含んだ健診が5,282円で受診 可能、年齢によっては付加健診(人間ドック並)も 補助。定期健診の検査項目を満たしています。	利用する健診実施機関に よって内容・料金が異なります。
検査項目数が少ない			検査項目数が多い

◆健診ごとの検査項目

	特定健康診査	定期健康診断	生活習慣病 予防健診
診 察	問診(既往歴、服薬歴、自覚症 状、他覚症状、喫煙歴等)	○	○
計 測	身長	△	○
	体重	○	○
	標準体重・BMI	○	○
	腹囲	△	○
	理学的検査(胸部聴診・腹部触診)	○	○
血 圧	○	○	○
脂 質	総コレステロール	○	○
	空腹時中性脂肪	△(※1)	○
	随時中性脂肪	●(※1)	●(※1)
	HDLコレステロール	△	○
	LDLコレステロール	△	○
	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	○	○
	ヘモグロビンA1c	●(※2)	●(※2)
	随時血糖	●(※2)	●(※2)
	尿糖 半定量	○	○
	尿酸	○	○
血液一般	ヘマトクリット値	■	○
	血色素判定	■	○
	赤血球数	■	○
	白血球数	○	○
尿・腎機能	尿蛋白 半定量	○	○
	尿潜血	○	○
	血清クレアチニン・eGFR	■	○
生 理 学 検 査	心電図検査	■	○
	眼底検査	■	○
	胸部エックス線検査	△	○
	喀痰細胞診	△	○
	胃部エックス線検査	○	○
	胃管内視鏡検査	○	☆
	視力検査	○	○
	聴力検査	○	○
その他 保険者が 任意に 行う検査	HBs抗原	○	□
	HCV抗体	○	□
	便潜血反応	○	○
	子宮頸がん(スメア方式)	○	☆
	乳がん	○	☆

○…必須項目

●…空腹時の検査が実施できない
場合代用可能

□…以前検査を受けたことが
ない者

■…医師の判断により実施する
項目

☆…希望により実施する項目

△…医師の判断により省略可能
(省略条件は検査項目により
異なる)

▲…医師の判断により省略可能
(35歳及び40歳以上の者
については必須項目)

◇…条件付きで実施する項目
(中性脂肪が400mg/dl以
上や食後採血の場合、LDL
コレステロールの代わりに実
施可能)

◆…選択実施項目 医師の判断
により省略可能(35歳及び
40歳以上の者については必
須項目)

(※1)やむを得ず空腹時以外に
採血を行う場合

(※2)やむを得ず空腹時血糖も
ヘモグロビンA1cも測定
しない場合で、食事開始後
3.5時間以上であること。

◆生活習慣病予防健診結果からわかること

健診の結果から受診を勧められている場合は、必ず医療機関に相談しましょう。

		一般 健診	付加 健診	参考基準値	検査でわかることなど
診 察 等	問 診	○		—	自覚症状・家族歴・既往症・服薬治療中の病気の有無・喫煙の有無など質問をもとにした医師の予備的診断です。
	身長・体重	○		—	体重が昨年と比べて変化したかに注目しましょう。急な増減は要注意です。
	BMI	○		18.5～25未満 (標準は22)	肥満(もしくはやせ)かどうかわかります。 *BMIの求め方=体重()kg÷身長()m÷身長()m
	腹 囲	○		男性:85cm未満 女性:90cm未満	内臓脂肪の蓄積の程度がわかります。
	視 力	○		裸眼視力0.8～1.2	近視かどうか等がわかります。
	聴 力 (1,000Hz 4,000Hz)	○		—	難聴の有無や程度がわかります。
	最高血圧(収縮期)	○		130mmHg未満	循環器(心臓、血管)の異常のほか腎臓・内分泌・代謝系の異常を知る手がかりになります。
	最低血圧(拡張期)	○		85mmHg未満	
脂 質	総コレステロール	○		140～199mg/dl	高値は動脈硬化を起こす原因になります。
	空腹時中性脂肪	○		150mg/dl未満	高値は動脈硬化を進めることにつながります。食事の影響が強いため空腹時に検査をします。
	随時中性脂肪	●(※1)		175mg/dl未満	高値は動脈硬化を進めることにつながります。
	HDLコレステロール	○		40mg/dl以上	低値は動脈硬化を進めることにつながります。
	LDLコレステロール (non-HDLコレステロール)	○		120mg/dl未満 (150mg/dl未満)	高値のまま放置すると、動脈硬化が進み、脳梗塞や心臓病の原因になります。
肝 機 能	AST(GOT)	○		30U/L以下	高値は肝炎などの肝機能障害や心筋梗塞、筋疾患などの疑いがあります。
	ALT(GPT)	○		30U/L以下	
	γ-GT(γ-GTP)	○		50U/L以下	高値は飲酒による肝障害または胆道系の病変の疑いがあります。
	ALP(IFCC法)	○		38～113 U/L	高値は胆汁の排泄に障害がある疑いがあります。
	総蛋白		○	7.9g/dl以下	栄養状態や肝機能、腎機能の指標になります。
	アルブミン		○	3.9g/dl以上	低値は高度の肝機能障害、消化吸収障害、腎疾患の疑いがあります。
	総ビリルビン		○	1.2mg/dl以下	高値は肝機能障害などによる黄疸(おうだん)が考えられます。
	アミラーゼ		○	200IU/L以下	膵臓(すいぞう)などの病変がわかります。
代 謝 系	LDH		○	245IU/L以下	高値は肝臓、腎臓、心筋、骨格筋、脳などの病変の疑いがあります。
	空腹時血糖	○		100mg/dl未満	高値は糖尿病の疑いがあります。食事の影響が強いため空腹時に検査をします。
	ヘモグロビンA1c(NGSP値)	●		5.6%未満	過去1～2ヶ月の血糖状態を表します。高値は糖尿病の疑いがあります。
	随時血糖	●(※2)		100mg/dl未満	高値は糖尿病の疑いがあります。
	尿 糖(半定量)	○		(-)	尿中の糖の有無を調べます。血糖値が高いときに増えることがあります。
血 液 一 般	尿 酸	○		7.0mg/dl以下	高くなると痛風、尿路結石の原因になります。
	Ht(ヘマトクリット)	○		男:38.0～48.9% 女:34.0～43.9%	低値は貧血の疑い、高値は肥満や脱水の可能性ががあります。
	Hb(ヘモグロビン)	○		男:13.0～16.6g/dl 女:11.4～14.6g/dl	低値は鉄欠乏性貧血の疑いがあります。
	赤血球数	○		男:400～539(×10 ⁴ /mm ³) 女:360～489(×10 ⁴ /mm ³)	高値は多血症、低値は貧血の疑いがあります。
	白血球数	○		33～89(×10 ² /mm ³)	高値は感染症の疑い、非常に高値・低値は血液の病気の疑いがあります。
	血小板数		○	14.5～32.9(×10 ⁴ /mm ³)	低値は出血が止まりにくい症状が出る可能性があります。
尿・腎機能	末梢血液像		○	—	白血球、赤血球、血小板の大きさ、形を調べます。白血病、急性感染症やアレルギー疾患などがわかります。
	尿蛋白(半定量)	○		(-)	(+)以上は慢性腎臓病、ネフローゼ症候群、尿路感染症などが考えられます。
	尿潜血	○		(-)	(+)以上は腎臓、尿管、膀胱などの出血が考えられます。
	血清クレアチニン	○		男:1.10mg/dl以下 女:0.80mg/dl以下	高値は腎機能障害、前立腺肥大の疑いがあります。
	eGFR	○		60ml/min/1.73m ² 以上	低値は腎機能障害の疑いがあります。
そ の 他	尿沈渣		○	—	異常所見は尿路の出血、炎症などの疑いがあります。
	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。
	心電図検査	○		—	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。
	胃部エックス線・内視鏡検査	○		—	食道・胃・十二指腸の異常がないかを調べます。
	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。
	肺機能検査		○	—	慢性閉塞性肺疾患(COPD)、肺炎腫、気管支ぜんそく、気管支拡張症などの有無や肺の換気機能を調べます。
その他	腹部超音波検査		○	—	肝臓、胆のう、腎臓の異常の有無や、胆石、肝硬変、肝がん、胆のう炎、腎盂炎、腎結石などがわかります。

よくあるお問い合わせ (Q&A)



お問い合わせの前に必ずお読みください。

協会けんぽホームページに「よくある質問」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

検索



健診受診の手続きについて

Q1. 協会けんぽの補助を使って健診を受ける方法を教えてください。

A. 健診実施機関一覧あるいはホームページを見て、直接健診機関にご連絡ください。

協会けんぽからお送りした健診対象者一覧は予約時に提出の必要はありません。受診券等も不要です。

Q2. 健診対象者一覧に名前がない被保険者がいますが、健診を受けることはできますか？

A. 今年度35歳～74歳の方であれば受診できます。

健診対象者一覧は補助がある方を表示していますが、令和7年1月上旬のデータで作成していますので、中途入社で名前のない方も7ページの「健診対象者年齢一覧表」でご確認ください。年齢・性別により受診可能な健診が異なります。20歳以上38歳までの偶数年齢の女性は子宮頸がん検診単独受診ができます。

対象外の方について

Q3. 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. 35歳未満の方の定期健康診断も一緒に申し込むことが可能です。

料金等は健診機関に直接お問い合わせください。(協会けんぽからの補助はありません。)

健診結果について

Q4. 事業所は、従業員である受診者や、健診機関から健診結果の提供を受けられますか？

A. 基本的に健診機関から事業所への健診結果の提供はありません。*

健診機関より直接結果の提供を受けたい場合には、健診機関にお問い合わせください。

※協会けんぽの健診は労働安全衛生法上の定期健康診断とは異なり、健康保険法の規定により、健診結果は本人にのみ通知されます。事業所等への結果の通知は、個人情報保護法上の第三者提供に該当することから、提供には本人の同意が必要です。本人同意の確認方法についても、併せて健診機関にお問い合わせください。

検査内容について

Q5. 受たい検査項目を選んで受診することは可能ですか？

A. 全項目の受診が必要です。

生活習慣病予防健診は、疾病の早期発見を目的としています。胃部エックス線等業務に支障の出る可能性がある検査がありますが、従業員様の健康を守るために全項目受診できる環境を整えていただくようお願いいたします。(未実施の項目がある場合、補助は受けられません。ただし、健診機関の医師の判断による一部未実施を除きます。) また、血液検査は総合的に結果判定をするために必須です。**全項目受診してください。**

Q6. 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。

ただし、20歳から38歳までの偶数年齢の女性のみ、子宮頸がん単独検診の補助を受けることができます。がん検診は、区市町村でも実施していますので、お住まいの区市町村の役所へお問い合わせください。

Q7. 胃の検査をバリウムからカメラに変更可能ですか？

A. ご予約の際に健診機関へご相談ください。

なお、追加費用が生じる場合があります。

Q8. 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. 健診機関に直接ご確認ください。

生活習慣病予防健診と人間ドックは別の健診なので、基本的には全額自己負担となります。ただし、差額ドック※を行っている健診機関もありますので、直接健診機関にお問い合わせください。

※人間ドックの費用から生活習慣病予防健診の補助分を差し引いてご利用いただけます。

健診機関について

Q9. パンフレットに掲載されていない健診機関(東京都内)で受診できますか？

A. 掲載されていない健診機関では補助が使えません。

「生活習慣病予防健診実施機関一覧」に掲載されている健診機関でのみ受診可能です。それ以外の機関で健診を受ける場合、健診費用は全額自己負担となります。(協会けんぽからの補助は受けられません。)

Q10. 東京都以外で受診できますか？

A. 協会けんぽと契約を結んでいる健診機関であれば補助が使えます。

全国の契約健診機関については、追加変更等の新しい情報で健診機関の所在する協会けんぽ支部のホームページに掲載しております。

協会けんぽ 健診実施機関等一覧

検索



生活習慣病予防健診を利用されない事業主様へ

定期健康診断(事業者健診)結果提供のお願い

— 年齢を問わず、すべての加入者様が対象です —

協会けんぽでは、従業員様の健康をサポートするため、事業主様に定期健康診断(事業者健診)の結果のご



＼ 協会けんぽから従業員様へ /
健康づくりのサポートを行います

特定保健指導が無料でご利用可能

特定保健指導は、メタボリック
シンドロームのリスクがある40～
74歳の方が対象となります。



健診で要治療・要精密検査と
診断された場合は、すぐに医療
機関を受診してください。



マイナポータル上で健診結果の閲覧が可能

従業員様がマイナポータル上で健診結果を経年的に把握することで、疾病や重症化を防ぐことができます。

▶ 定期健康診断結果提供の方法 次の2つの方法で協会けんぽへ提供できます。

提供方法① 提供依頼書を協会けんぽへ提出

事業主様より健診機関もしくは協会けんぽへ「提供依頼書」※を提出し、健診機関から健診結果データを協会けんぽに提供する。

定期健康診断の実施にあたり、事業主様と健診機関との間で予め契約書を取り交わされる場合は、当該契約書に「健診機関が協会けんぽに健診結果を提供する」旨を含むことで、健診機関を通じて協会けんぽに健診結果の提供を行うこともできます。

提供方法② 健診結果通知の写しを協会けんぽへ提出

事業主様が直接協会けんぽへご提出ください。

受診項目不足によりご提供をいただいても取り込みができない場合がありますので、予めご容赦ください。



事業主様には、健康診断結果を提供する義務があります。

健康保険法、高齢者の医療の確保に関する法律により、健診結果を保険者へ提供することが義務付けられています。**個人情報を提供することに問題はありません。**健診を受けた方（従業員様）の同意も必要ありません。（個人情報の保護に関する法律第27条）年齢問わず、**すべての加入者様**が対象です。

提供をお願いしています。



定期健康診断結果を協会けんぽに提供すると / 東京支部の保険料率の抑制につながります

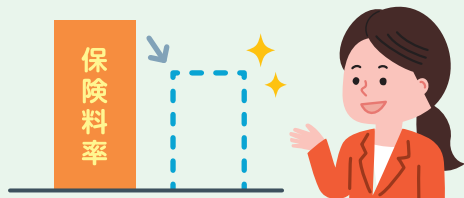
『事業所カルテ』により健康経営をサポート

健診受診率や健診結果だけでなく、従業員様の日常の食生活や運動習慣についても、数値やグラフ、レーダーチャートによりひと目で自社の課題を把握できる「事業所カルテ」を作成し、お配りします。



インセンティブ(報奨金)制度に加算

定期健康診断結果の提供分も、インセンティブ(報奨金)制度の評価指標の1つである健診受診率に加算され、東京支部の保険料率の抑制につながります。



インセンティブ(報奨金)制度とは…

事業主様、従業員様の取組に応じて、インセンティブ(報奨金)を付与し、ご負担いただいている都道府県支部ごとの『健康保険料率』に反映させるものです。



詳しくはこちら

提供後、
協会けんぽから特定保健指導のご案内
健康経営や従業員様の福利厚生などにご活用いただけます。



詳しくは
18・19ページへ

お手続きの詳細については
協会けんぽのホームページを
ご確認ください。



協会けんぽ東京支部 事業者健診

検索

※「提供依頼書」のダウンロード
についてもこちらをご確認ください。



特定健康診査 (扶養のご家族様用)

対象となる方 **40歳～74歳**の扶養のご家族様

◆検査内容

基本の
健診

補助額

7,150円

自己負担額
なし～
5,000円ほど※

	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

※自己負担額は各地域・健診機関によって異なります。事前に健診機関にご確認ください。

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、無料の健康サポート（特定保健指導）をご利用いただけます。

詳しくは
18ページへ

医師の判断で
追加の検査が
必要とされた方には
詳細な健診を実施

がんのリスクに備えて、
がん検診も
受けましょう

▶ 健診後の健康管理、今すぐできること

健診で自身の健康状態がわかったら、改善に向けたアクションが重要です。健診は生活習慣改善や病気の発見につなげるための手段です。ご家族様のご病気等で、従業員様が今まで通り働けなくなると、その影響は職場全体に及ぶこともあります。事業所担当者様は、従業員様とそのご家族様が健診結果を活かして健康を維持するようフォローすることが大切です。

ポイント 1

＼ 健診結果に異常がなかった方は… /
引き続きの健康づくり、毎年の健診を！

健診で異常が見つからなかった場合でも、日々の生活習慣が大切です。毎年の健診と健康づくりを習慣にして、良い状態を保ちましょう。





14～17ページは、ご家族様向けの健診のご案内です。

追加の健診でさらに安心をアップ！

詳細な健診

補助額

3,400円

検査の内容

心電図検査	不整脈や狭心症などの心臓にかかわる病気を調べます
眼底検査	眼底カメラで瞳孔から網膜を撮影し、眼底の血管を調べます
貧血検査	血中の赤血球数、血色素量などを測定します
血清クレアチニン検査 ・eGFR	腎臓の働きの状態を調べます

がん検診は、お住まいの区市町村で受診することができます

日本人のおよそ

2人に1人ががんになる
とされています。

男性	女性
65.0%	50.2%

出典：(公財) がん研究振興財団「がんの統計 2022」年齢階級別罹患リスク

各区市町村では、特定健診とは別に、お住まいの方を対象に「**がん検診**」を実施しています。

協会けんぽ 特定健康診査実施機関一覧表

検索



<がん検診例>

胃がん検診

問診、胃部エックス線検査

など

乳がん検診

質問(問診)、乳房エックス線検査

(マンモグラフィ)

など

大腸がん検診

問診、免疫便潜血検査2日法

など

子宮頸がん検診

問診、視診、子宮頸部の細胞診

など

対象年齢、受診方法、検診費用など、詳しくは各区市町村にお問い合わせください。

ポイント2

＼メタボリックと言われたら…/ 特定保健指導を利用しましょう！

特定保健指導は、メタボリックシンドロームのリスクがある40～74歳の方を対象に、保健師や管理栄養士が健康管理を支援する無料のプログラムです。専門家のサポートで、健康改善を目指しましょう。

詳しくは
18ページへ

ポイント3

＼要治療・要精密検査と診断されたら…/ 医療機関に早期受診を！

健診で要治療・要精密検査と診断された場合は、すぐに医療機関を受診してください。必要な受診が一定期間行われない場合には、ご自宅に通知が届きますのでご注意ください。



▲案内イメージ

※19ページは被保険者様用の特定保健指導の流れを記載しております。

健診受診の流れ

＼ 健診までの手続きはとってもカンタン！ ／

1

受診券(セット券※)を受け取る

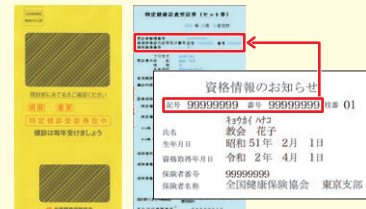
受診券(セット券)は、例年4月ごろ、従業員様のご自宅等に送付されます。

※特定健診の結果、特定保健指導の対象者となった際、健診当日から1週間以内に特定保健指導を利用いただける券です。

2

受診券(セット券)と資格情報のお知らせ等の記号・番号を確認する

資格情報のお知らせ等の記号・番号と一致していない受診券(セット券)は利用できません。一致していない場合は、協会けんぽまでお問い合わせください。



▲受診券送付用封筒イメージ ▲受診券(セット券)イメージ ▲資格情報のお知らせイメージ

3

健診機関に予約する

受診できる健診機関は受診券(セット券)に同封しました「特定健康診査実施機関一覧表」をご確認ください。一覧表以外の健診機関もホームページに掲載いたします。

4

健診を受診する

当日は、以下のものを忘れずにお持ちください。

✓ 受診券(セット券) ✓ マイナ保険証等※ ✓ 健診費用(自己負担分)

・就職等により被扶養者資格を喪失した後に協会けんぽの健診を受診された場合は、後日、協会けんぽが補助を行った健診費用をお返しいただくことになりますので、ご注意ください。

マイナ保険証等※

受診当日は、以下のいずれかにより保険資格の確認を受けてください。

- マイナンバーカード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。



協会けんぽ マイナ保険証 検索

5

健診結果を確認する

➡ 生活習慣の改善が必要な方

特定保健指導を利用して、生活習慣の改善に取り組んでいただきます。

➡ 医療機関への受診が必要な方

治療が必要と判定された場合は、早期に医療機関を受診してください。

※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。

よくあるお問い合わせ (Q&A)



お問い合わせの前に必ずお読みください。

協会けんぽホームページに「よくある質問」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

検索



受診券(セット券)について

Q1.受診券を紛失しました。再発行できますか？

A. 「特定健康診査受診券申請書」をご提出ください。申請書は協会けんぽのホームページからダウンロードすることも可能です。必要事項を記入し協会けんぽ東京支部へご郵送ください。

協会けんぽ 健診に関する申請書

検索

Q2.最近加入した家族の受診券は送られてきますか？

A. ご加入の手続きから概ね2か月後に、ご自宅あてにお送りします。
申請書は不要です。お急ぎの場合は、お問い合わせください。※年度末は発送スケジュールが異なります。

Q3.受診券に印字された住所が違って、受診券は使えますか？

A. 受診券と資格情報のお知らせ等の「記号」「番号」が同じであれば、使えます。
ただし、健診結果は、受診券右下の住所記入欄にご記入いただいた住所へ送付されます。

Q4.受診券の送り先を変えることはできますか？

A. 受診券は4月上旬に、従業員(ご本人)様の登録住所あてに全国一斉にお送りしています。
個別に登録以外の住所へお送りすることはできません。従業員様からお受けとりください。

Q5.被保険者の勤め先が変わった場合、先に届いている受診券は使えますか？

A. 受診券は使えませんので、被保険者の勤め先の健康保険組合等にお問い合わせください。

健診機関について

Q6.予約後に都合が悪くなりました。予定日を変更したいのですが、どうすればいいですか？

A. 予約した健診機関へ連絡し、再度予定日を調整してください。

Q7.どこの健診機関で受診できますか？

A. 協会けんぽと契約している健診機関で受診できます。受診できる健診機関は同封の「特定健康診査実施機関一覧表」または協会けんぽホームページをご確認ください。(東京都以外の健診機関で受診することもできます。)

協会けんぽ 健診実施機関等一覧

検索



検査内容について

Q8.集合Aタイプと集合Bタイプの違いはなんですか？

A. 自己負担額が異なります。検査内容の違いはありません。集合Aタイプの健診機関は無料で受診できます。集合Bタイプの健診機関は地域により自己負担額が異なりますので、詳細は協会けんぽのホームページをご覧ください。

Q9.詳細な健診を受けたいのですが。

A. 全ての方が対象ではありません。健診結果等から医師が個別に必要と認めた方のみ受診できます。ご自身の希望で詳細な健診を受診した場合、追加の健診費用は自己負担となります。

特定保健指導 (健診後の健康サポート)

将来の病気を未然に防ぐために、**特定保健指導**をご利用ください。

特定保健指導とは

保健師または管理栄養士が、対象となられた方と面談し、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、目標と行動計画を立てます。3か月以上経過後に生活習慣のご様子や腹囲、体重等をお伺いさせていただきます。

協会けんぽ 特定保健指導 検索



特定保健指導の対象となるか、チェックしてみましょう

特定保健指導は、メタボリックシンドロームのリスクのある40歳～74歳までの方を対象とし、「積極的支援」と「動機付け支援」の2種類の支援があります。健診結果をもとに特定保健指導の対象となるか、チェックしてみましょう。



対象年齢 40歳～74歳

指導内容 特定保健指導の指導内容は、以下の2つのタイプがあります。

積極的支援

- 初回面談** 取り組む目標と行動計画を考えます。
- 途中** 電話、メール等で定期的にサポートいたします。
- 3か月以上経過後** 電話、メール等で生活習慣改善状況などを伺います。

動機付け支援

- 初回面談** 取り組む目標と行動計画を考えます。
- 3か月以上経過後** 電話、メール等で生活習慣改善状況などを伺います。

STEP1 AとBのどちらかに該当しますか？

A ●腹囲が 男性:85cm以上
女性:90cm以上

B ●腹囲が 男性:85cm未満
女性:90cm未満
かつ
●BMIが25以上

A または B

どちらも当てはまらない場合は対象外となります。

STEP2 以下のリスクのうち、いくつ該当しますか？

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

脂質 空腹時中性脂肪値150mg/dl以上
(または随時中性脂肪値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(または随時血糖値)
100mg/dl以上
または
HbA1c5.6%(NGSP)以上

喫煙 血圧、血糖、脂質の3つのうち1つでも当てはまる場合、「喫煙」がリスクの1つとしてカウントされます

1つ

1つも当てはまらない場合は対象外となります。

STEP3 STEP1 STEP2の結果をふまえて、下記の表のどこに該当するか、確認してください。

STEP2 \ STEP1	A	B
1つ	動機付け支援	動機付け支援
2つ	積極的支援	動機付け支援
3つ以上	積極的支援	積極的支援

たとえば、
STEP1 は、
A が当てはまり、
STEP2 は、
2つ該当した場合は
積極的支援 となります。

※高血圧症・糖尿病・脂質異常症で服薬治療中の方、インスリン注射をしている方は、特定保健指導の対象になりません。

※65歳以上75歳未満の方は、積極的支援に該当となった場合でも動機付け支援となります。

★ 特定保健指導を受けるメリット

特定保健指導には
3つのメリットがあります

1 無料で利用できる!

健康管理の専門家(保健師または管理栄養士)のサポートを無料で受けることができます。

2 職場の健康づくりができる!

従業員様の健康は、快適な職場づくりや事業の生産性のアップに欠かせない要素の一つです。

3 健康保険料の上昇を抑えられる!

生活習慣病を予防し、医療費を少なくすることができれば、健康保険料の上昇を抑えることができます。

特定保健指導をスタートするまでの流れ

特定保健指導の対象となった場合、専門家のアドバイスに基づいて、生活習慣を改善することにより、心臓病や脳卒中などのリスクを予防・軽減することにつながります。

特定保健指導を受ける場所や方法にはさまざまな選択肢がありますので、受け方について確認してみましょう。

▼ 特定保健指導の面談方法は下記のいずれかを選ぶことができます。

① 健診機関で受ける
※特定保健指導委託機関に限ります。

② 協会けんぽ
東京支部で受ける

③ 事業所内で受ける

④ スマホやPCで受ける

Q 生活習慣病予防健診を受けたのは、「生活習慣病予防健診実施機関一覧」の「指導」欄に「◎」もしくは「○」がある健診機関ですか?

はい

いいえ

Q 上記健診実施機関にて特定保健指導を受けることができます。どちらの場所を希望しますか?

① 健診機関で受ける

② 協会けんぽ東京支部で受ける
③ 事業所内で受ける
④ スマホやPCで受ける

Q 事業所様は「保健指導に関する個人情報の共同利用」について了解されていますか?
(詳しくは、協会けんぽのホームページをご覧ください)

はい

いいえ

生活習慣病予防健診を受けた健診機関の案内にしたがって、特定保健指導を受けるよう、対象者様にお勧めください。

対象者様の名簿を、協会けんぽ(または委託業者)から事業所様にお送りいたします。その後、協会けんぽ(または委託業者)が電話にて面談方法、希望日時などを承ります。

事業所様には対象者名簿はお送りしません。
※協会けんぽから直接対象者ご本人様にご案内することがあります。

特定保健指導スタート!

お問い合わせ先

健診の費用補助を利用できる全国の健診機関情報は、[協会けんぽの各都道府県支部ホームページ](#)でご確認いただくか、協会けんぽの各都道府県支部までお問い合わせください。

2025年1月1日現在

協会けんぽ都道府県支部の連絡先

	地域	支部名	郵便番号	所在地	電話番号
01	北海道・東北	北海道	〒001-8511	札幌市北区北10条西3-23-1 THE PEAK SAPPORO	011-726-0352
02		青森	〒030-8552	青森市長島2-25-3 ニッセイ青森センタービル	017-721-2723
03		岩手	〒020-8508	盛岡市中央通1-7-25 朝日生命盛岡中央通ビル	019-604-9009
04		宮城	〒980-8561	仙台市青葉区中央4-4-19 アーバンネット仙台中央ビル	022-714-6850
05		秋田	〒010-8507	秋田市旭北錦町5-50 シティビル秋田	018-883-1800
06		山形	〒990-8587	山形市幸町18-20 JA山形市本店ビル	023-629-7225
07		福島	〒960-8546	福島市栄町6-6 福島セントラルビル	024-523-3919
08	関東	茨城	〒310-8502	水戸市宮町1-2-4 マイムビル	029-303-1500
09		栃木	〒320-8514	宇都宮市泉町6-20 宇都宮DIビル	028-616-1691
10		群馬	〒371-8516	前橋市本町2-2-12 前橋本町スクエアビル	027-219-2100
11		埼玉	〒330-8686	さいたま市大宮区錦町682-2 大宮情報文化センター	048-658-5919
12		千葉	〒260-8645	千葉市中央区新町3-13 日本生命千葉駅前ビル	043-332-2811
13		東京	〒164-8540	中野区中野4-10-2 中野セントラルパークサウス	03-6853-6111
14		神奈川	〒220-8538	横浜市西区みなとみらい4-6-2 みなとみらいグランドセントラルタワー	045-270-8431
15	中部	新潟	〒950-8513	新潟市中央区東大通2-4-4 日生不動産東大通ビル	025-242-0260
16		富山	〒930-8561	富山市奥田新町8-1 ボルファートとやま	076-431-6155
17		石川	〒920-8767	金沢市南町4-55 WAKITA金沢ビル	076-264-7200
18		福井	〒910-8541	福井市大手3-7-1 福井県協ビル	0776-27-8300
19		山梨	〒400-8559	甲府市丸の内3-32-12 甲府ニッセイスカイビル	055-220-7750
20		長野	〒380-8583	長野市南長野西後町1597-1 長野表参道ビル	026-238-1250
21		岐阜	〒500-8667	岐阜市橋本町2-8 濃飛ニッセイビル	058-255-5155
22	近畿	静岡	〒420-8512	静岡市葵区呉服町1-1-2 静岡呉服町スクエア	054-275-6601
23		愛知	〒450-6363	名古屋市中村区名駅1-1-1 JPタワー名古屋	052-856-1490
24		三重	〒514-1195	津市栄町4-643 津栄町三交ビル	059-225-3311
25		滋賀	〒520-8513	大津市梅林1-3-10 滋賀ビル	077-522-1099
26		京都	〒600-8522	京都市下京区四条通麩屋町西入立売東町28-2 大和証券京都ビル	075-256-8630
27		大阪	〒530-8507	大阪市北区梅田3-2-2 JPタワー大阪	06-7711-3570
28		兵庫	〒651-8512	神戸市中央区磯上通7-1-5 三宮プラザEAST	078-252-8701
29	中国	奈良	〒630-8535	奈良市大宮町7-1-33 奈良センタービル	0742-30-3700
30		和歌山	〒640-8516	和歌山市六番丁5 和歌山六番丁801ビル	073-421-3100
31		鳥取	〒680-8560	鳥取市今町2-112 アクティ日ノ丸総本社ビル	0857-25-0050
32		島根	〒690-8531	松江市殿町383 山陰中央ビル	0852-59-5139
33		岡山	〒700-8506	岡山市北区本町6-36 第一セントラルビル	086-803-5780
34		広島	〒732-8512	広島市東区光町1-10-19 日本生命広島光町ビル	082-568-1011
35		山口	〒754-8522	山口市小郡下郷312-2 山本ビル第3	083-974-1501
36	四国	徳島	〒770-8541	徳島市八百屋町2-11 ニッセイ徳島ビル	088-602-0250
37		香川	〒760-8564	高松市鍛冶屋町3 香川三友ビル	087-811-0570
38		愛媛	〒790-8546	松山市千舟町4-6-3 アヴァンサ千舟	089-947-2100
39		高知	〒780-8501	高知市本町4-1-24 高知電気ビル新館	088-820-6010
40		福岡	〒812-8670	福岡市博多区博多駅東1-17-1 コネクトスクエア博多	092-477-7250
41		佐賀	〒840-8560	佐賀市駅南本町6-4 佐賀中央第一生命ビル	0952-27-0615
42		長崎	〒850-8537	長崎市大黒町9-22 大久保大黒町ビル本館	095-829-5002
43	九州・沖縄	熊本	〒860-8502	熊本市中央区辛島町5-1 日本生命熊本ビル	096-240-1030
44		大分	〒870-8570	大分市金池南1-5-1 ホルトホール大分	097-573-5630
45		宮崎	〒880-8546	宮崎市橋通東1-7-4 第一宮銀ビル	0985-35-5364
46		鹿児島	〒892-8540	鹿児島市山之口町1-10 鹿児島中央ビル	099-219-1734
47		沖縄	〒900-8512	那覇市旭町114-4 おきでん那覇ビル	098-951-2211



全国健康保険協会 東京支部
協会けんぽ

〒164-8540
東京都中野区中野4-10-2 中野セントラルパークサウス7階
TEL 03-6853-6111(代表)
平日:午前8時30分～午後5時00分(年末年始を除く)