

平成31年度(2019年4月~2020年3月)

健診のご案内

健診は健康状態を知る第一歩です。協会けんぽでは、みなさまの健康の保持・増進のため、健診と健康づくりの支援を行っています。

- 年度内お一人様1回に限り、協会けんぽが健診費用の一部を補助します。
- 受診時に協会けんぽの加入者であることが必要です。保険証に記載されている「資格喪失予定年月日」以降は受診できませんのでご注意ください。
- 被保険者(ご本人)の方と被扶養者(ご家族)の方では、受診できる健診の種類、健診実施機関、申込方法が異なります。お間違えないようご注意ください。



- P1.2 被保険者(ご本人)が受診する健診について
- P3 被扶養者(ご家族)が受診する健診について
- P4 共通ページ

被保険者(ご本人)

●この健診は被保険者(ご本人)の方が対象です。被扶養者(ご家族)の方は3ページを参照のうえ、特定健康診査をお申し込みください。

このページに記載している金額は、協会と健診機関との間で契約している最高額であり、受診対象年齢を満たす被保険者(ご本人)のみに適用されます。一部の健診機関では、ご家族の方や受診対象年齢に該当しないご本人などに対し、同等の健診や検査などをご案内している場合がありますが、その場合に適用される料金形態等は、各健診機関が独自に定める方法に従っていただくことになります。

生活習慣病予防健診では、次のような内容を検査します

健診の種類	検査の内容	受診対象年齢	自己負担額 ()内は、消費税率が10%へ変更された場合の自己負担額の最高額です。
一般健診	<ul style="list-style-type: none"> ● 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を伺い、検査の参考にします。 ● 身体計測 / 身長、体重、腹囲、視力、聴力を測ります。 ● 血圧測定 / 血圧を測り、循環器系の状態を調べます。 ● 尿検査 / 腎臓、尿路の状態や糖尿病などを調べます。 ● 便潜血反応検査 / 大腸からの出血を調べます。 ● 血液検査 / 動脈硬化、肝機能などの状態や糖尿病、痛風などを調べます。 ● 心電図検査 / 不整脈や狭心症などの心臓に関わる病気を調べます。 ● 胸部レントゲン検査 / 肺や気管支の状態を調べます。 ● 胃部レントゲン検査 / 食道や胃、十二指腸の状態を調べます。 <small>※上記項目は生活習慣病の予防に必要な検査項目のため、全て受診していただくようになっています。</small>	35歳~74歳の方	最高 7,038円 (7,169円)
	眼底検査		
子宮頸がん検診 (単独受診)	● 問診・細胞診 / 子宮頸部の細胞を採取して調べます。 自己採取による検査は実施していません。	20歳~38歳の 偶数年齢の女性の方	最高 1,020円 (1,039円)

一般健診に追加して受診する健診 (セット受診のみで単独受診はできません。)

付加健診	<ul style="list-style-type: none"> ● 尿沈渣顕微鏡検査 ● 血液学的検査(血小板数、末梢血液像) ● 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) ● 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	最高 4,714円 (4,802円)
乳がん検診	<ul style="list-style-type: none"> ● 問診 ● 乳房エックス線検査 	一般健診を受診する 40歳~74歳の 偶数年齢の女性の方	50歳以上 最高 1,066円 (1,086円) 40歳~48歳 最高 1,655円 (1,686円)
子宮頸がん 検診	<ul style="list-style-type: none"> ● 問診 ● 細胞診 <small>※子宮頸部の細胞を採取して調べます。 自己採取による検査は実施していません。</small>	一般健診を受診する 36歳~74歳の 偶数年齢の女性の方 <small>※36歳、38歳の方は、 子宮頸がん検診の単独 受診も可能です。</small>	最高 1,020円 (1,039円)
肝炎 ウイルス検査	<ul style="list-style-type: none"> ● HCV抗体検査 ● HBs抗原検査 <small>※肝炎ウイルス検査は、受診者ご本人が直接健診機関にお 申し込みください。申込書は、健診機関の窓口で希望す るか協会けんぽホームページからダウンロードできます。</small>	一般健診と同時受診 <small>※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。</small>	最高 612円 (624円)

※多数の方を対象に実施する健診は、特定の疾病の発見を目的とした精密検査などとは異なり、その精度には限界があります。日ごろから健康管理に心がけ、気がかりなことがありましたらかかりつけ医に相談しましょう。

平成31年度（2019年4月～2020年3月）生活習慣病予防健診対象者年齢一覧表

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	H11.4.2~H12.4.1	×	●	×	×	×	50歳	S44.4.2~S45.4.1	●	×	●	●	●
21歳	H10.4.2~H11.4.1	×	×	×	×	×	51歳	S43.4.2~S44.4.1	●	×	×	×	×
22歳	H 9.4.2~H10.4.1	×	●	×	×	×	52歳	S42.4.2~S43.4.1	●	×	×	●	●
23歳	H 8.4.2~H 9.4.1	×	×	×	×	×	53歳	S41.4.2~S42.4.1	●	×	×	×	×
24歳	H 7.4.2~H 8.4.1	×	●	×	×	×	54歳	S40.4.2~S41.4.1	●	×	×	●	●
25歳	H 6.4.2~H 7.4.1	×	×	×	×	×	55歳	S39.4.2~S40.4.1	●	×	×	×	×
26歳	H 5.4.2~H 6.4.1	×	●	×	×	×	56歳	S38.4.2~S39.4.1	●	×	×	●	●
27歳	H 4.4.2~H 5.4.1	×	×	×	×	×	57歳	S37.4.2~S38.4.1	●	×	×	×	×
28歳	H 3.4.2~H 4.4.1	×	●	×	×	×	58歳	S36.4.2~S37.4.1	●	×	×	●	●
29歳	H 2.4.2~H 3.4.1	×	×	×	×	×	59歳	S35.4.2~S36.4.1	●	×	×	×	×
30歳	H 1.4.2~H 2.4.1	×	●	×	×	×	60歳	S34.4.2~S35.4.1	●	×	×	●	●
31歳	S63.4.2~H 1.4.1	×	×	×	×	×	61歳	S33.4.2~S34.4.1	●	×	×	×	×
32歳	S62.4.2~S63.4.1	×	●	×	×	×	62歳	S32.4.2~S33.4.1	●	×	×	●	●
33歳	S61.4.2~S62.4.1	×	×	×	×	×	63歳	S31.4.2~S32.4.1	●	×	×	×	×
34歳	S60.4.2~S61.4.1	×	●	×	×	×	64歳	S30.4.2~S31.4.1	●	×	×	●	●
35歳	S59.4.2~S60.4.1	●	×	×	×	×	65歳	S29.4.2~S30.4.1	●	×	×	×	×
36歳	S58.4.2~S59.4.1	●	●	×	×	●	66歳	S28.4.2~S29.4.1	●	×	×	●	●
37歳	S57.4.2~S58.4.1	●	×	×	×	×	67歳	S27.4.2~S28.4.1	●	×	×	×	×
38歳	S56.4.2~S57.4.1	●	●	×	×	●	68歳	S26.4.2~S27.4.1	●	×	×	●	●
39歳	S55.4.2~S56.4.1	●	×	×	×	×	69歳	S25.4.2~S26.4.1	●	×	×	×	×
40歳	S54.4.2~S55.4.1	●	×	●	●	●	70歳	S24.4.2~S25.4.1	●	×	×	●	●
41歳	S53.4.2~S54.4.1	●	×	×	×	×	71歳	S23.4.2~S24.4.1	●	×	×	×	×
42歳	S52.4.2~S53.4.1	●	×	×	●	●	72歳	S22.4.2~S23.4.1	●	×	×	●	●
43歳	S51.4.2~S52.4.1	●	×	×	×	×	73歳	S21.4.2~S22.4.1	●	×	×	×	×
44歳	S50.4.2~S51.4.1	●	×	×	●	●	74歳	S20.4.2~S21.4.1	●	×	×	●	●
45歳	S49.4.2~S50.4.1	●	×	×	×	×	75歳*	S19.4.2~S20.4.1	●	×	×	×	×
46歳	S48.4.2~S49.4.1	●	×	×	●	●							
47歳	S47.4.2~S48.4.1	●	×	×	×	×							
48歳	S46.4.2~S47.4.1	●	×	×	●	●							
49歳	S45.4.2~S46.4.1	●	×	×	×	×							

※今年度で75歳を迎える方は、誕生日から後期高齢者医療制度の加入者となりますので、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。

被保険者（ご本人）の方のお申し込みから受診までの流れ

1 受診を希望する健診機関に予約する

- 協会けんぽと契約している全国の健診機関で受診することができます。
- 受診を希望する方は、上記の年齢一覧表を参照し、希望する健診の種類（付加健診や乳がん検診など）を確認のうえ健診機関に連絡して受診日を予約してください。

2 生活習慣病予防健診申込書に必要事項を記入する

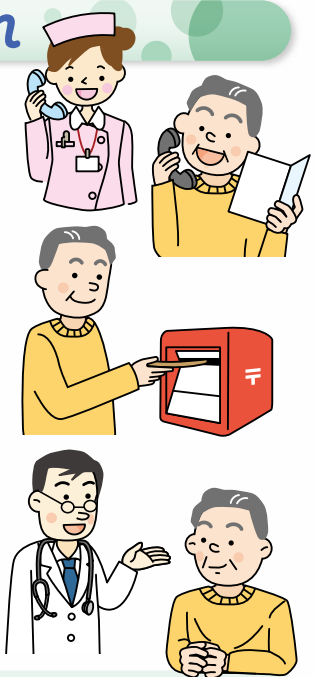
- 予約を入れたら、下記の記入例を参考にして必要事項を記入してください。

3 協会けんぽに申し込む

- お手元に申込書のコピー（控え）を残されたうえで、協会けんぽの支部に郵送してお申し込みください。
- 協会けんぽ支部にお申し込み後は、支部よりご本人様へお申し込みが完了した旨のご連絡はいたしません。後日、健診機関から送付されるご案内に従って受診をお願いします。健診を受ける日が近づいても、受診のご案内が無い場合は健診機関等にお問い合わせください。（※申込後に保険証の記号・番号が変更になった場合は、協会けんぽ及び健診機関へ必ず連絡してください。）

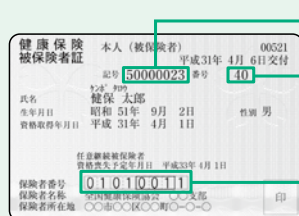
4 健診を受ける

- 当日は、保険証が必要になります。忘れずに持参してください。



生活習慣病予防健診申込書の記入例

お手持ちの保険証を参考に右記のとおり申込書に必要事項を記入してください。



生活習慣病予防健診申込書

（事業所所在地）〒000-0000 ○区○町○丁目○-○

（事業所名称）

担当名称 ○3-000-0000

FAX番号

左記と連絡先が別の場合（支店は記入してください）

所在地 〒 -

支店名

（営業所名）

担当名称

電話番号

FAX番号

平成 年 月 日

全国健康保険協会 支部 行

○年度内お一人様1回限り、協会けんぽが健診費用の一部を補助します。

健康保険被保険者部の 健康保険被保険者証の

保険者番号 記号

受付番号 (記入不要) 40

フリガナ 氏名 性別

カネ 知 保 健 太 郎 女

生 年 月 日

51年9月2日

東京で受診の際の
（〒100-0000）

○ 子宮頸がん検診 (単独)

○ 付加健診

○ 乳がん検診

○ 子宮頸がん検診

○ 一般健診と併せて受診する場合(口で聞かなくても)

○ 〇月 〇日

健診機関名

1234567890

この欄は事業所所在地・名称となっていますが、ご自宅の住所と電話番号等を記入してください。

重要! 健診を受ける日、健診機関コードは必ず記入してください!

特定健診では、次のような内容を検査します

健診の種類	検査の内容
基本的な健診	<ul style="list-style-type: none"> ●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※／動脈硬化などの原因となる中性脂肪やHDLコレステロール、LDLコレステロール(もしくはnon-HDL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、随時血糖を測定し、糖尿病などを調べます。(随時血糖を測定する場合は、食事開始後3.5時間以上経過していること。) ●尿検査／腎臓、尿路の状態や糖尿病などを調べます。 ※採血により検査をします。
詳細な健診 <small>※今年度の健診結果などに基づいて医師の判断により実施されるものです。すべての方が必ず受診する健診ではありません。</small>	<ul style="list-style-type: none"> ●心電図検査／不整脈や狭心症などの心臓に関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。糖尿病による目の病気や動脈硬化の状態などを知ることができます。 ●貧血検査※／血液中の赤血球数、色素量などを測定し、貧血などの血液の病気を調べます。 ●血清クレアチニン検査※／腎臓の働きが低下していないか調べます。(eGFRによる腎機能の評価を含む) ※採血により検査をします。

健診の対象となる方

被扶養者(ご家族)のうち、40歳～74歳の方

今年度にはじめて特定健診の対象となる方は、昭和54年4月1日から昭和55年3月31日生まれの方です。40歳の誕生日を迎えていなくても平成31年4月1日から受診できます。昭和19年4月1日～昭和20年3月31日生まれの方は、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。

※がん検診等については、健康増進法等に基づいて市区町村が実施することとなっています。実施する検診の種類や手続き方法、受診できる検診機関等については、お住まいの市区町村の広報などでご確認ください。

健診機関の窓口でお支払いいただく額は、「健診費用の総額」から「協会けんぽが補助する金額」を差し引いた額となります。健診費用の総額が健診機関ごとに異なりますので、お支払いいただく金額は一律ではありません。

協会けんぽが補助する金額(年度内お一人様1回に限ります)

- 基本的な健診のみを受診した場合 >> 最高 **6,650円**を補助します。
- 医師の判断で、更に詳細な健診を受診した場合 >> 更に最高 **3,400円**を補助します。

被扶養者(ご家族)の方のお申し込みから受診までの流れ

特定健診を受診するには、受診券(セット券)が必要となります。受診券(セット券)申請書によりお申し込みの手続きをお願いします。

1 受診券(セット券)を申請する

- 受診券(セット券)申請書に必要事項を記入のうえ、協会けんぽの支部に郵送してお申し込みください。



2 受診券(セット券)の受け取り

- 協会けんぽから受診券(セット券)をお届けします。

3 健診機関に予約する

- 事前に健診機関への予約が必要です。受診できる健診機関は協会けんぽのホームページでご確認いただくか、お近くの協会けんぽ支部までお問い合わせください(最終頁参照)。
- 健診費用は健診機関によって異なります(上記参照)。詳しくは、ご予約の際、健診機関に直接お尋ねください。

4 健診を受ける

- 受診日当日は下記のことを忘れずにお持ちください。
 - ①特定健康診査受診券(セット券)
 - ②健康保険被保険者証(保険証)
 - ③健診費用(自己負担分)(事前に健診機関にご確認ください)
- お支払いいただく健診費用は、総額から協会けんぽが補助する金額を差し引いた額となります(上記参照)。
- 昨年度特定健診を受診された方で、前回の健診結果をお持ちの方はぜひご持参ください。

生活習慣病予防健診(ご本人)

- Q.1 申し込み前に受診しても補助は受けられますか？
A.1 受けられません。協会けんぽの生活習慣病予防健診は事前の手続きがないと受診できませんので、ご面倒でも健診機関に予約のうえ、申込書に必要事項を記入し、協会けんぽの支部に郵送してお申し込みください。
- Q.2 「手書き用申込書」はどこで入手できますか？
また、35歳未満の加入者はどうすればいいのですか？
A.2 協会けんぽのホームページからダウンロードして入手できます。なお、35歳未満の方に対する健診は協会けんぽでは実施していません。
- Q.3 予約・申し込み後に都合が悪くなりました。予約日を変更したいのですが、どうすればいいですか？
A.3 予約をしている健診機関に連絡し、予約日を調整してください。また、健診内容や健診機関の変更を伴う場合は、再度、お申し込みの手続きをお願いすることがありますので、協会けんぽの支部にお問い合わせください。
- Q.4 当日、健診機関の窓口で支払う現金のほかは何を持っていけばいいですか？
A.4 保険証を忘れずに持参してください。そのほか、予約日の前までに健診機関からご案内や検便の検査容器などが届きますので、その案内に従ってください。

特定健診(ご家族)

- Q.1 受診券(セット券)が手元に届く前に受診しても補助は受けられますか？
A.1 受けられません。協会けんぽの特定健診は受診券(セット券)がないと受診できません。
- Q.2 「受診券(セット券)申請書」はどこで入手できますか？
A.2 協会けんぽのホームページからダウンロードしていただくか、協会けんぽの支部にお問い合わせください。
- Q.3 予約後に都合が悪くなりました。予約日を変更したいのですが、どうすればいいですか？
A.3 予約をしている健診機関に連絡し、再度予約日を調整してください。
- Q.4 当日、健診機関の窓口で支払う現金のほかは何を持っていけばいいですか？
A.4 受診券(セット券)と保険証を忘れずにお持ちください。また、昨年度、特定健診を受診された方で、健診結果をお持ちの方はぜひご持参ください。

健診機関のご案内

生活習慣病予防健診(ご本人)または特定健診(ご家族)は、協会けんぽと契約している全国の健診機関で受診することができます。受診できる健診機関は、協会けんぽのホームページでご確認いただくか、協会けんぽの支部までお問い合わせください。

協会けんぽのホームページ

<https://www.kyoukaikenpo.or.jp/>

協会けんぽ

検索

協会けんぽ都道府県支部の連絡先

北海道	011-726-0352	埼玉	048-658-5915	岐阜	058-255-5159	鳥取	0857-25-0054	佐賀	0952-27-0615
青森	017-721-2723	千葉	043-308-0525	静岡	054-275-6605	島根	0852-59-5204	長崎	095-829-5002
岩手	019-604-9089	東京	03-6853-6599	愛知	052-856-1490	岡山	086-803-5784	熊本	096-340-0264
宮城	022-714-6854	神奈川	045-339-5565	三重	059-225-3315	広島	082-568-1032	大分	097-573-6642
秋田	018-883-1893	新潟	025-242-0264	滋賀	077-522-1113	山口	083-974-1501	宮崎	0985-35-5364
山形	023-629-7235	富山	076-431-5273	京都	075-256-8635	徳島	088-602-0264	鹿児島	099-219-1735
福島	024-523-3919	石川	076-264-7204	大阪	06-7711-4300	香川	087-811-0574	沖縄	098-951-2011
茨城	029-303-1584	福井	0776-27-8304	兵庫	078-252-8705	愛媛	089-947-2119		
栃木	028-616-1695	山梨	055-220-7754	奈良	0742-30-3706	高知	088-820-6020		
群馬	027-219-2104	長野	026-238-1253	和歌山	073-435-0224	福岡	092-283-7621		

健診後は、健康サポート(保健指導)を受けましょう。

被保険者(ご本人)の方は、協会けんぽの支部にお電話ください。被扶養者(ご家族)の方で保健指導に該当する方には、利用券をお届けしますので生活習慣の改善に取り組みましょう。

※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。



健康づくりは
しあわせづくり。
私たちが
応援します。