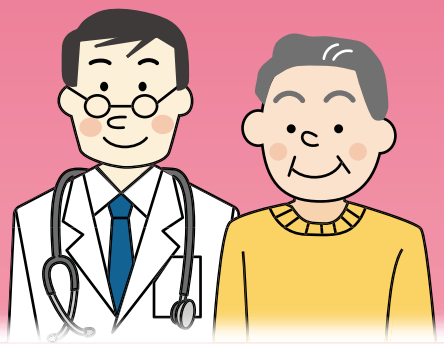
被保険者（ご本人）

協会けんぽ

平成31年度（2019年4月～2020年3月）

生活習慣病予防健診のご案内

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。



- 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）の方は特定健康診査をお申し込みください。
- 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。
- 受診前に協会けんぽへ申込書の提出が必要です。
- 受診時に協会けんぽの被保険者（ご本人）であることが必要です。

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ことがありますが、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	●**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。 ※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。	**35歳～74歳**の方	最高 **7,038円** **（7,169円）**
	眼底検査　健診結果（血糖及び血圧の項目）等から、医師が必要と判断する場合のみ実施します。		最高 **78円** **（79円）**
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	●**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 ①**40歳**の方 ②**50歳**の方	最高 **4,714円** **（4,802円）**
乳がん検診	●**問診** ●**乳房エックス線検査** **視診・触診**　医師が必要と判断する場合のみ実施します。	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	●**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。	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**の方は、子宮頸がん検診の単独受診も可能です。	最高 **1,020円** **（1,039円）**
肝炎ウイルス検査	●**HCV抗体検査** ●**HBs抗原検査** ※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。	一般健診と同時受診 ※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。	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。

健診対象者について

受診できる健診の種類は、下表のとおり年齢によって決まっています。

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

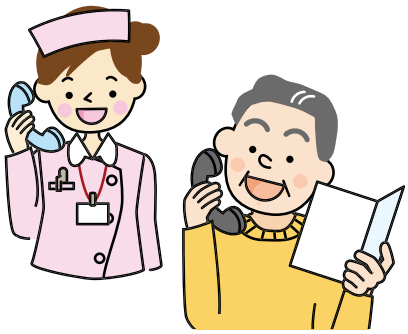
年　齢	生年月日	一般	単独子宮頸がん	付加	乳がん	子宮頸がん	年　齢	生年月日	一般	単独子宮頸がん	付加	乳がん	子宮頸がん
20歳	H 11. 4. 2～H 12. 4. 1	×	●	×	×	×	50歳	S 44. 4. 2～S 45. 4. 1	●	×	●	●	●
21歳	H 10. 4. 2～H 11. 4. 1	×	×	×	×	×	51歳	S 43. 4. 2～S 44. 4. 1	●	×	×	×	×
22歳	H　9. 4. 2～H 10. 4. 1	×	●	×	×	×	52歳	S 42. 4. 2～S 43. 4. 1	●	×	×	●	●
23歳	H　8. 4. 2～H　9. 4. 1	×	×	×	×	×	53歳	S 41. 4. 2～S 42. 4. 1	●	×	×	×	×
24歳	H　7. 4. 2～H　8. 4. 1	×	●	×	×	×	54歳	S 40. 4. 2～S 41. 4. 1	●	×	×	●	●
25歳	H　6. 4. 2～H　7. 4. 1	×	×	×	×	×	55歳	S 39. 4. 2～S 40. 4. 1	●	×	×	×	×
26歳	H　5. 4. 2～H　6. 4. 1	×	●	×	×	×	56歳	S 38. 4. 2～S 39. 4. 1	●	×	×	●	●
27歳	H　4. 4. 2～H　5. 4. 1	×	×	×	×	×	57歳	S 37. 4. 2～S 38. 4. 1	●	×	×	×	×
28歳	H　3. 4. 2～H　4. 4. 1	×	●	×	×	×	58歳	S 36. 4. 2～S 37. 4. 1	●	×	×	●	●
29歳	H　2. 4. 2～H　3. 4. 1	×	×	×	×	×	59歳	S 35. 4. 2～S 36. 4. 1	●	×	×	×	×
30歳	H　1. 4. 2～H　2. 4. 1	×	●	×	×	×	60歳	S 34. 4. 2～S 35. 4. 1	●	×	×	●	●
31歳	S 63. 4. 2～H　1. 4. 1	×	×	×	×	×	61歳	S 33. 4. 2～S 34. 4. 1	●	×	×	×	×
32歳	S 62. 4. 2～S 63. 4. 1	×	●	×	×	×	62歳	S 32. 4. 2～S 33. 4. 1	●	×	×	●	●
33歳	S 61. 4. 2～S 62. 4. 1	×	×	×	×	×	63歳	S 31. 4. 2～S 32. 4. 1	●	×	×	×	×
34歳	S 60. 4. 2～S 61. 4. 1	×	●	×	×	×	64歳	S 30. 4. 2～S 31. 4. 1	●	×	×	●	●
35歳	S 59. 4. 2～S 60. 4. 1	●	×	×	×	×	65歳	S 29. 4. 2～S 30. 4. 1	●	×	×	×	×
36歳	S 58. 4. 2～S 59. 4. 1	●	●	×	×	●	66歳	S 28. 4. 2～S 29. 4. 1	●	×	×	●	●
37歳	S 57. 4. 2～S 58. 4. 1	●	×	×	×	×	67歳	S 27. 4. 2～S 28. 4. 1	●	×	×	×	×
38歳	S 56. 4. 2～S 57. 4. 1	●	●	×	×	●	68歳	S 26. 4. 2～S 27. 4. 1	●	×	×	●	●
39歳	S 55. 4. 2～S 56. 4. 1	●	×	×	×	×	69歳	S 25. 4. 2～S 26. 4. 1	●	×	×	×	×
40歳	S 54. 4. 2～S 55. 4. 1	●	×	●	●	●	70歳	S 24. 4. 2～S 25. 4. 1	●	×	×	●	●
41歳	S 53. 4. 2～S 54. 4. 1	●	×	×	×	×	71歳	S 23. 4. 2～S 24. 4. 1	●	×	×	×	×
42歳	S 52. 4. 2～S 53. 4. 1	●	×	×	●	●	72歳	S 22. 4. 2～S 23. 4. 1	●	×	×	●	●
43歳	S 51. 4. 2～S 52. 4. 1	●	×	×	×	×	73歳	S 21. 4. 2～S 22. 4. 1	●	×	×	×	×
44歳	S 50. 4. 2～S 51. 4. 1	●	×	×	●	●	74歳	S 20. 4. 2～S 21. 4. 1	●	×	×	●	●
45歳	S 49. 4. 2～S 50. 4. 1	●	×	×	×	×	75歳※	S 19. 4. 2～S 20. 4. 1	●	×	×	×	×
46歳	S 48. 4. 2～S 49. 4. 1	●	×	×	●	●							
47歳	S 47. 4. 2～S 48. 4. 1	●	×	×	×	×							
48歳	S 46. 4. 2～S 47. 4. 1	●	×	×	●	●							
49歳	S 45. 4. 2～S 46. 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。

お申し込みから受診までの流れ　～事業所のご担当者様へのお願い～

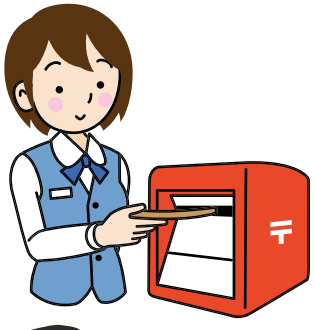
1　受診を希望する健診機関に予約する

- 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　申込書に健診を受ける日、健診機関コード等を記入する

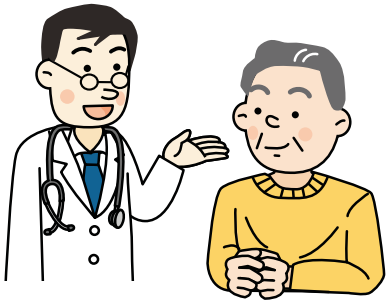
- 予約を入れたら、お名前が印字された申込書に必要事項を記入してください。お名前が印字されていない方は、空欄に記入していただくか、手書き用申込書（協会けんぽのホームページからダウンロードし、入手することができます）をご使用ください。
- 受診を希望されない方やすでに退職されている方については、二重線で消してください。



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。
- 事業所様から**インターネット（情報提供サービス）**によるお申し込みも可能です。詳しくは、協会けんぽのホームページをご確認ください。
- **協会けんぽ支部にお申し込み後は、支部より事業所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。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、忘れずに持参してください。
- 受診時に協会けんぽの被保険者（ご本人）であることが必要です。

こんなときどうする?

Q1 申し込み前に受診しても補助は受けられますか?

A1 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。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。

Q2 35歳未満の加入者は生活習慣病予防健診の一般健診を受診できますか?

A2 協会けんぽからの補助を受けて受診することはできません。ただし、20歳から38歳の偶数年齢になる女性の被保険者様は子宮頸がん検診(単独)を受診することができます。(※35歳未満の方は事業主様が実施する定期健康診断を受診することになります)

Q3 申込書に印字されていなくても、健診対象者年齢一覧に該当する被保険者(ご本人)であれば受診できますか?

A3 受診できます。申込書には平成31年1月上旬までに協会けんぽ支部において加入の手続きが完了していた方が印字されています。印字されていない受診資格がある被保険者(ご本人)様については、空欄に記入していただくか、別途「手書き用申込書」を使用して協会けんぽの支部にお申し込みください。

Q4 申込書一枚には何人かの氏名が記載されています。すべての方の予約を完了してからでないと申し込めませんか?

A4 申込書のコピーをとって控えを残しながら、予約が完了した方から順次お申し込みいただけます。ただ、予約がお済みでない方の欄については、記入漏れかどうか判別がつきませんので、お手数ですが二重線で消してください。

Q5 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?

A5 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。

Q6 一般健診の中で受けたくない検査があるのですが、その検査だけ受診しなくてもいいですか?

A6 生活習慣病予防健診はセット料金になっており、どの検査項目も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。もし、体調不良等の理由で受けることができない検査がある場合は、健診機関(又は医師)へご相談ください。

協会けんぽと契約している全国の健診機関で受診できます

受診できる全国の健診機関の情報は、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。年度はじめは電話が混み合うことが予想されます。できる限りホームページをご利用くださいますようご協力をお願いします。

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

健診を受診後、結果に合わせた健康サポート(保健指導)を実施しています。

健診の結果で、メタボリックシンドロームのリスクがあることが分かった方は、次のような方法で保健指導を受けることができます。

- 健診機関などの保健師等が支援を行います。健診受診日に保健指導を受けることが可能な健診機関もあります。
- 協会けんぽの保健師等が担当し、面談・電話・文書などを組み合わせた支援を行います。

メタボリックシンドロームは、心筋梗塞や脳梗塞、糖尿病などを発症する原因の1つです。保健指導は、プロのアドバイスを受けながらメタボリックシンドロームを改善する絶好の機会です。ぜひ、活用しましょう。

保健指導を希望される場合は、健診を受けた健診機関または協会けんぽの支部までご連絡ください。

未治療者の方へ受診勧奨を実施しています。

血圧・血糖値が「要治療」または「要精密検査」と判定され、医療機関への受診が確認できない方へ、かかりつけ医等への受診のご案内をお送りしています。(詳細はホームページをご覧ください)