

被保険者(ご本人)の方、ぜひご覧ください!

協会けんぽ

令和4年度(2022年4月~2023年3月)

# 生活習慣病予防健診のご案内

受けて**安心!** 知って**改善!**

**健診受診で  
健康習慣!**



健診はご自分の健康状態をチェックする絶好の機会です。

受診のための手続きは、たった**2ステップ!**

STEP  
01

自分が行きやすい健診機関を、  
協会けんぽのホームページ等で調べます。

すぐ  
できる!



STEP  
02

健診機関に予約をします。  
※予約した受診日は、すぐにカレンダーや手帳に書き込みましょう。

簡単に  
できる!

## 健診機関を調べるには…

受診できる健診機関は、協会けんぽのホームページから調べられます。

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

協会けんぽ

検索

※協会けんぽの支部(連絡先)も  
掲載されています。



## どんな検査が受けられる?(健診内容について)

### ■一般健診

- 診察等 ● 問診
- 身体計測 ● 血圧測定
- 尿検査
- 便潜血反応検査
- 血液検査 ● 心電図検査
- 胸部レントゲン検査
- 胃部レントゲン検査
- 眼底検査(医師の判断により実施)

#### 受診対象

**35~74歳\***

昭和22年4月2日~昭和63年4月1日生まれ

※令和4年度(2022年4月~2023年3月)で75歳を迎える方は、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。

#### 自己負担額

自己負担額  
最高 7,169円

協会補助額  
最高 11,696円

総額 最高 18,865円

(医師の判断により実施した場合) 眼底検査 最高79円

### ■子宮頸がん検診 (単独)

- 問診
- 細胞診

※自己採取による検査は実施していません。

#### 受診対象

**20~38歳(偶数年齢の女性)\***

昭和59年4月2日~平成15年4月1日生まれ

※令和4年度(2022年4月~2023年3月)に迎える誕生日で、偶数年齢になる女性

#### 自己負担額

最高 1,039円

## 一般健診に追加できる健診

### ■付加健診

- 尿沈渣顕微鏡検査 ● 眼底検査
- 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)
- 肺機能検査 ● 腹部超音波検査

※健診機関によっては、肺機能検査を実施していない場合があります。

受診対象 **40歳 50歳**

昭和47年4月2日~昭和48年4月1日生まれ  
昭和57年4月2日~昭和58年4月1日生まれ

自己負担額 最高 4,802円

### ■肝炎ウイルス検査

- HCV抗体検査 ● HBs抗原検査

受診対象 **一般健診を受診される方**

※過去にC型肝炎ウイルス検査を受診された方は受診できません。

自己負担額 最高 624円

### ■乳がん検診

- 問診 ● 乳房エックス線検査
- 視診・触診(医師の判断により実施)

受診対象 **40~74歳(偶数年齢の女性)**

昭和23年4月2日~昭和58年4月1日生まれ

※令和4年度(2022年4月~2023年3月)に迎える誕生日で、偶数年齢になる女性

自己負担額 50歳以上……最高 1,086円  
40歳~48歳…最高 1,686円

### ■子宮頸がん検診

- 問診 ● 細胞診

※自己採取による検査は実施していません。

受診対象 **36~74歳(偶数年齢の女性)**

昭和23年4月2日~昭和62年4月1日生まれ

※令和4年度(2022年4月~2023年3月)に迎える誕生日で、偶数年齢になる女性。36歳・38歳の方は子宮頸がん検診の単独受診も可能です。

自己負担額 最高 1,039円

**年度内お一人様1回に限り、健診費用の一部を補助します!**

## 受診までの流れは？

### 1 健診機関へ予約を行ってください。

(協会けんぽへの申込み手続きは不要です。)



協会けんぽの生活習慣病予防健診の予約をしたいのですが。  
受診希望日は○月○日です。

予約の際に伝えることは…



記号および番号

保険者番号

- 氏名 ● 連絡先 ● 住所 ● 生年月日および性別
- 保険証の保険者番号
- 保険証の記号および番号
- 健診受診希望日

### 2 保険証等のお忘れ物のないように!

受診当日は、保険証を必ず持参してください。また、健診機関からの案内や検便の検査容器などがある場合はそちらも忘れずに。



退職等により被保険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。

### 3 健康サポート(特定保健指導)を利用する・医療機関を受診する。

#### 生活習慣の改善が必要な方

心疾患や脳血管疾患等のリスクが高まるメタボリックシンドロームを改善するために、健康サポート(特定保健指導)を利用して運動や食事等の生活習慣を見直しましょう。

#### 医療機関への受診が必要な方

命に関わる重大な病気から、ご自身の命を守り、日常を大切に過ごすため、今すぐ医療機関を受診しましょう。

健診結果を活用し、生活習慣の改善や医療機関を受診しましょう。  
詳しくは、お近くの協会けんぽへお尋ねください。

## こんなときどうしたらいい？

**Q** 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？

**A** 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歳の偶数年齢にあたる女性の被保険者は、子宮頸がん検診(単独)を受診できます。

※35歳未満の方は、事業主が実施する定期健康診断を受診することになります。

### <事業主・健診ご担当者様へ>

**Q** 対象者一覧に印字されていないけれども、受診対象に該当する被保険者(本人)であれば受診できますか？

**A** 受診できます。印字されていない方で受診対象に該当するかどうかは、左ページにてご確認ください。また、協会けんぽホームページの情報提供サービスから対象者一覧をダウンロードすることも確認できます。

**Q** 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？

**A** 生活習慣病予防健診の一般健診項目は、どの検査項目も生活習慣病の予防に必要であるため、すべて受診していただくようになっています。体調不良等の理由で受けられない検査がある場合は、健診機関(医師)へご相談ください。

# 健診サポートをご活用ください。

健診は受けるだけではなく、その後の健康サポートと併せることで、より効果が高まります。  
対象となられた方は、ぜひ、健康サポートをご活用ください。



**お得**

協会けんぽまたは、委託先の保健師・管理栄養士が無料で実施！

**実績**

令和2年度は約 4,300 人もの方がサポートを利用！

**効果**

健康サポートを受けた方の約 35%が健診結果が改善

3人に1人が改善しています！

令和2年度  
島根支部の実績

流れ

事業所

サポートのご案内が届く

事業所 本人

個別面談の日程調整

本人

保健師・管理栄養士と  
個別面談  
サポート計画

本人

サポートを受けながら  
生活改善

## 対面による面談で新型コロナウイルス感染症を拡大させないために

保健師  
管理栄養士は

- 体温測定と体調確認を行ったうえで、訪問します。
- 面談時は、手洗い、うがい、手指消毒、マスク着用を徹底します。
- 人が入れ替わるたびにドアを開放し、定期的に換気を行います。

## オンライン面談をご利用ください。



協会けんぽ島根支部キャラクター  
「しまめちゃん」

従業員の健康のためにも、ぜひ受けたいんだけど・・・  
出張・外回りの従業員や、県外の支店に勤務していたり・・・  
在宅ワークで会社に来ない従業員もいるけど・・・  
コロナも怖いなぁ・・・

健康サポートにオンライン面談を取り入れています。  
プライバシーを保護できるスペースと通信環境さえあれば、ご自宅でも  
出張先でも健康サポートをご利用いただけます。  
新型コロナウイルス感染症対策としてもオンライン面談をご利用ください。

健診・保健指導のお問い合わせ先

全国健康保険協会島根支部 保健グループ  
〒690-8531 松江市殿町 383 山陰中央ビル 2 階

TEL 0852-59-5204  
(平日 8 時 30 分から 17 時 15 分まで)

※記号の見方 [○] 実施可 / [外] 委託先(別機関)で実施 / [表示なし] 実施不可

※「人間ドック併用」とは人間ドックの一部として生活習慣病予防健診を受けていただくことにより、健診費用補助の対象となる場合を言います。詳しくは健診機関にご確認ください。

※健診実施機関によって健診費用が異なります。

※胃カメラを希望される場合は健診機関へご確認ください。

※検診車で受診される場合、一般健診以外の健診を受けられないことがありますので健診機関へご確認ください。

### ▽ 検診車による巡回健診が可能な機関

健診実施機関名	所在地	電話番号	人間ドック併用	付加健診	乳がん	子宮頸がん	土曜日実施
島根県環境保健公社	松江市古志原 1-4-6	0570-085-111		○	○	○	
JA 島根厚生連	出雲市斐川町美南 1666	0853-31-4771	○	○	外	外	
船員保険福岡健康管理センター	福岡市東区原田 3-4-10	092-611-6721	○	○	○	○	○

### ▽ 施設内で健診を実施する機関【1/2】

市郡	健診実施機関名	所在地	電話番号	人間ドック併用	付加健診	乳がん	子宮頸がん	土曜日実施
松江	松江市立病院健診センター	松江市乃白町 32-1	0852-60-8120		○	○	○	
	松江生協病院 ふれあい診療所健診センター	松江市西津田 7-14-21	0852-22-0843		○	○	○	○
	松江記念病院健康支援センター	松江市上乃木 3-4-1	0852-27-8382	○	○	○	○	○
	JCHO (ジェイコー) 玉造病院	松江市玉湯町湯町 1-2	0852-62-1548		○	外	外	
	島根県環境保健公社	松江市古志原 1-4-6	0570-085-111	○	○	○	○	
	門脇内科胃腸科医院	松江市雑賀町 205	0852-21-2695	○	○	外	外	○
	たまゆ内科クリニック	松江市玉湯町湯町 825-1	0852-62-0133		○	外	外	
	松江東健康クリニック	松江市西尾町 13-1	0852-25-0077					
	小林医院	松江市雑賀町 264-3	0852-21-3407		○			
	福間内科医院	松江市雑賀町 45	0852-21-3727		○	外	外	○
	つだ胃腸科・内科クリニック	松江市西津田 3-5-21	0852-40-9101	○				○
	胃腸科内科田中医院	松江市宍道町宍道 946-1	0852-66-0022		○	外	外	○
	うえだ内科ファミリークリニック	松江市西津田 7-11-15	0852-67-5575					○
安来	安来第一病院	安来市安来町 899-1	0854-22-5555		○	○	外	
	やすぎはく愛クリニック	安来市安来町 1278-5	0854-22-2269		○	○	○	○
	安来市立病院	安来市広瀬町広瀬 1931	0854-32-2085	○	○	○	○	
仁多	町立奥出雲病院	仁多郡奥出雲町三成 1622-1	0854-54-1123	○	○	○	○	
雲南	雲南市立病院	雲南市大東町飯田 96-1	0854-47-7510		○	○	○	
	平成記念病院	雲南市三刀屋町三刀屋 1294-1	0854-45-5111		○	外	○	
	雲南市立病院附属掛合診療所	雲南市掛合町掛合 1312	0854-62-0135	○	○			
飯石	飯南町立飯南病院	飯石郡飯南町頓原 2060	0854-72-0221		○		○	

## ▽施設内で健診を実施する機関 [2/2]

市郡	健診実施機関名	所在地	電話番号	人間ドック併用	付加健診	乳がん	子宮頸がん	土曜日実施
隠岐	隠岐病院	隠岐郡隠岐の島町城北町 355	08512-2-1356	○	○	○	○	
	隠岐島前病院	隠岐郡西ノ島町美田 2071-1	08514-7-8211	○	○		○	
出雲	斐川生協病院	出雲市斐川町直江 4883-1	0853-73-7140	○	○	外	外	○
	出雲徳洲会病院	出雲市斐川町直江 3964-1	0853-73-7000	○	○	外	○	
	JA 島根厚生連	出雲市斐川町美南 1666	0853-31-4771	○	○	外	外	
	出雲市立総合医療センター	出雲市灘分町 613	0853-63-5111		○	○	○	
	出雲市民病院健診センター	出雲市塩冶町 1536-1	0853-21-2722		○	外		
	ヘルスサイエンスセンター島根	出雲市塩冶町 223-7	0853-20-0649		○	○	外	○
	小林病院	出雲市今市町 510	0853-21-5231		○	外	外	○
	しまね総合健診クリニック	出雲市武志町 751-1	0853-25-3333	○	○	○	外	○
	三原医院	出雲市今市町 1605	0853-21-0284		○	外	○	
大田	合原医院	大田市大田町大田イ 190	0854-82-1737					○
	福田医院	大田市波根町字古川 2028	0854-85-8526					○
	木島医院	大田市久手町刺鹿 2732	0854-82-8527					
江津	済生会江津総合病院	江津市江津町 1016-37	0855-54-0101			○	○	
	おかだファミリークリニック	江津市都野津町 2379-3	0855-52-7899					
浜田	浜田医療センター	浜田市浅井町 777-12	0855-28-7700	○	○	○	○	
	岡本胃腸科内科医院	浜田市長沢町 550-21	0855-23-5555					
益田	益田地域医療センター医師会病院	益田市遠田町 1917-2	0856-22-3611		○	○	○	
	石見クリニック	益田市駅前町 7-1	0856-23-2370					
	村野医院	益田市下本郷町 61-1	0856-31-2400					○
	金島胃腸科外科	益田市高津 1-9-4	0856-22-2345		○			○
	黒田医院	益田市須子町 10-27	0856-22-0966		○			
	津田医院	益田市津田町 1268-5	0856-27-0007					
鹿足	津和野共存病院	鹿足郡津和野町森村口 141	0856-72-0660		○	外		
	六日市病院	鹿足郡吉賀町六日市 368-4	0856-77-1581					
邑智	三笠記念クリニック	邑智郡邑南町上田所 39-5	0855-83-2050		○			
	星ヶ丘クリニック	邑智郡邑南町高見 821-1	0855-84-0006		○			
	公立邑智病院	邑智郡邑南町中野 3848-2	0855-95-2111		○	○	○	