

# 全国健康保険協会ご加入の皆様



令和8年度（2026年4月～2027年3月）

## 生活習慣病予防健診のご案内



生活習慣病予防健診とは？

生活習慣病の発症や重症化の予防を目的とした血液検査や尿検査  
がん検診等、**被保険者（ご本人）**に受けていただく健診です。

※年度内にお一人様につき1回、健診費用の一部を補助します。

### 一般健診

対象者：35歳～74歳の方（※75歳の誕生日の前日まで）

検査項目

- ・問診・診療等・身体測定
- ・血圧測定・血液検査
- ・尿検査・心電図検査
- ・胸部レントゲン検査
- ・胃部レントゲン検査
- ・便潜血反応検査

自己負担額

最高  
**5,500円**

### 節目健診

一般健診を受診する  
40歳・45歳・50歳・55歳・60歳・65歳・70歳の方 対象  
／令和6年度から5歳刻みを対象に／

検査項目

- 一般健診検査項目＋
- ・尿沈渣顕微鏡検査
- ・血液学的検査
- ・生化学的検査・眼底検査
- ・肺機能検査
- ・腹部超音波検査

自己負担額

最高  
**8,280円**

骨粗鬆症検診：一般・節目健診を受診する40歳以上の**偶数年齢の女性**被保険者  
※6/10、9/1石巻市水産総合振興センターにて実施予定  
(事前にお問い合わせください) ⇒ 最高 **1,390円**

子宮頸がん検診：一般健診を受診する**36歳～74歳の偶数年齢の女性** ⇒ 最高 **990円**

乳がん検診：一般健診を受診する**40歳～74歳の偶数年齢の女性** ⇒  
50歳以上 40歳～48歳  
最高**980円** 最高**1700円**

肝炎ウイルス検査：一般健診を受診する方のうち、過去にC型肝炎ウイルスを受けたことがない方 ⇒ 最高 **540円**

◆巡回健診 お問い合わせ・お申込み先



公益社団法人宮城労働基準協会石巻支部

☎0225-22-6622

ishinomaki3@rouki.or.jp



# 全国健康保険協会ご加入の皆様



令和8年度（2026年4月～2027年3月）

生活習慣病予防健診のご案内

令和8年度から**生活習慣病予防健診等がさらに充実しました！**



※年度内にお一人様につき1回、健診費用の一部を補助します。

**NEW** 一般健診の項目から胃・大腸の検査を省略した、若年者用の健診です。

## 一般健診（若年）

対象者：20歳、25歳、30歳の方

検・問診・診療等・身体測定  
査・血圧測定・血液検査  
項・尿検査・心電図検査  
目・胸部レントゲン検査

自己負担額

最高

2,500円

**NEW**

骨粗鬆症検診：一般・節目健診を受診する40歳以上の**偶数年齢の女性**被保険者

※6/10、9/1石巻市水産総合振興センターにて実施予定  
(事前にお問い合わせください)

最高 1,390円

**NEW**

人間ドック健診 に対する補助を開始

対象者：35歳～74歳の被保険者

補助額

・協会けんぽが**最高25,000円**補助します。

- ▲ 実施機関についてはお問い合わせください。(バス健診不可)
- ▲ 内容は、健診機関により異なります。
- ▲ 費用は、健診機関でかかった分から補助額を引いた分が自己負担額となります。

◆ 巡回健診 お問い合わせ・お申込み先



公益社団法人宮城労働基準協会石巻支部

☎0225-22-6622

ishinomaki3@rouki.or.jp



# 被扶養者（ご家族）の皆様へ

## 令和8年度（2026年4月～2027年3月） 特定健診（特定健康診査）のご案内

特定健康診査とは？

日本人の死亡原因の約6割を占める生活習慣病の予防を目的に  
**40歳～74歳の被扶養者（ご家族）**に受けていただく健診です。

### 健診の内容 様々な項目で健康状態をチェック！

#### 特定健診で調べること（基本的な健診）

※=採血による検査です。

健診の種類	項目	検査の内容	対象者	補助額
基本的な健診	● 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	40～74歳 (75歳の誕生日の前日まで)の方	最高 <b>7,150円</b>
	● 診察等	・視診、触診、聴打診などを行います		
	● 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、動脈硬化や脂質異常等を調べます		
	● 肝機能検査※	・肝細胞の酵素を測定し、肝機能等の状態を調べます		
	● 血糖検査※	・空腹時血糖またはHbA1c、随時血糖を測定し、糖尿病等を調べます (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等を調べます		
+ 詳細な健診	● 心電図検査 ● 眼底検査 ● 貧血検査※ ● 血清クレアチニン検査※(eGFRによる腎機能の評価含む)		健診結果等に基づいて医師の判断により実施	最高 <b>3,400円</b>

詳細な健診



4月にご自宅に黄色の封筒が届きます。

40歳～74歳の方は、  
**自己負担が 0円**で  
特定健診を受診することができます。

#### 健診受診の流れ

- ① 受診券を受け取る ※受診券は例年4月ごろ、被保険者の皆さまのご自宅へ送付されます。
- ② 受診券と資格情報のお知らせ等の記号・番号を確認する ※資格情報が一致していない場合は利用できません。
- ③ 健診機関へ予約する
- ④ 健診を受診する (※当日のお持物  受診券  マイナ保険証  健診費用 (自己負担分)

年に1回必ず受けよう!!

被扶養者  
(ご家族)  
の皆さま

# 特定健診

もっと  
詳しく検査を  
受けたい方は  
コチラ!!

## 特定健診プラス

## 特定健診プラス・レディース

「特定健診」にプラスして「がん検診」等をまとめて受診できるお得な健診です。

### 特定健診

イラスト  
+

自己負担  
金額  
無し

#### 特定健診プラス

「特定健診」の項目に下記検査項目を追加して受診できます。

- ・胸部エックス線検査 ・心電図検査
- ・胃部エックス線検査 ・末梢血液一般検査
- ・大腸がん検査
- ・血中脂質検査(総コレステロール)
- ・肝機能検査(ALP)
- ・腎機能検査(クレアチニン)
- ・尿検査(潜血) ・視力・聴力検査

イラスト  
+

特定健診

特定健診プラス

自己負担額

最高 **12,485円**

#### 特定健診プラス・レディース

40歳以上の  
偶数年齢の方 **限定**

「特定健診プラス」の項目に下記検査項目を追加して受診できます。

- ・乳がん検査 ・子宮頸がん検査

特定健診

特定健診プラス

#### 特定健診プラス・レディース

40歳～48歳の偶数年齢の方  
自己負担額

最高 **22,077円**

50歳以上の偶数年齢の方  
自己負担額

最高 **19,492円**

「特定健診」「特定健診プラス」「特定健診プラス・レディース」はすべてセットメニューとなっています。ご自身で任意に検査項目を組み合わせる受診はできません。

特定健診プラス・レディースには、  
特定健診プラス料金12,485円を含んでいます。

◆巡回健診 お問い合わせ・お申込み先

☎0225-22-6622



公益社団法人宮城労働基準協会石巻支部

ishinomaki3@rouki.or.jp



## 「健康チェックで、未来への安心を手に入れましょう！」

会員事業場の皆さまへ

日頃より、安全で快適な職場環境づくりにご協力いただき、ありがとうございます。皆さまの健康が、当協会運営の活力になっています。

この度、**生活習慣病健診**のご案内です！健診は健康リスクを早期発見し、未来の不安をなくするための大切なステップです。

### 1. 受診者の声

「バリウム検査が面倒だと思っていましたが、実際に受診してみると、短時間でしっかりと診てもらえました。結果を見て自分の健康状態を把握でき、本当に安心しました！」(40代 女性)

「生活習慣病健診を受けて、まだ症状が出ていなかった胃のポリープが見つかりました。健康リスクを早めに発見できたおかげで、定期的な観察で問題なく管理できる状態と診断されました。」(50代 男性)

### 2. 受診するメリット

①**安心を得られる**: 胃がん・大腸がんは早期発見で治療可能なことが多いので、健康を守るためにも生活習慣病健診はおすすめです。今や働きながら治療する時代になっています。

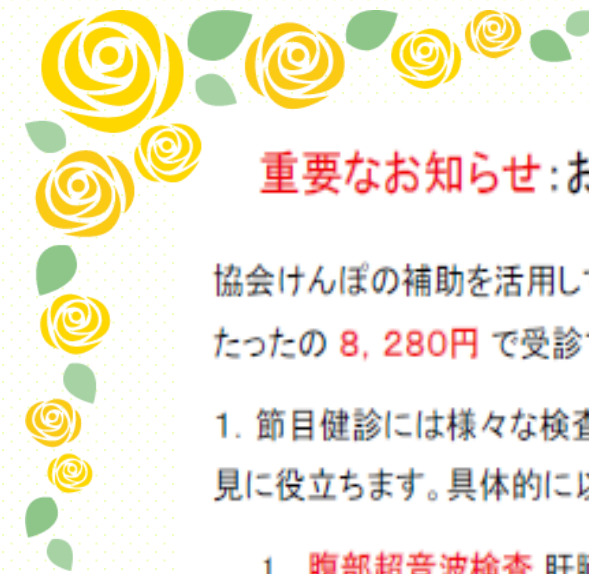
②**費用面も安心**: 生活習慣病健診は協会けんぽの補助を使うと、定期健康診断よりもお得に受診できます。おおよそ**定期健康診断の半額負担**で大腸がんや胃がん健診も含まれた充実した健診内容を受診できます。

③**簡単&迅速**: 短時間で受診完了、忙しい方にも最適！

皆さま一人ひとりの健康が、職場全体の活力につながります。この機会にぜひ生活習慣病健診を受診し、安心の毎日をスタートさせましょう。

ご不明な点やご質問は、当協会各支部までお気軽にお問い合わせください。





## 重要なお知らせ: お得な節目健診で健康管理をサポート!

協会けんぽの補助を活用して、5歳刻みの節目健診が生活習慣病健診と合わせてたったの **8,280円** で受診できます。✦

1. 節目健診には様々な検査が含まれており、それぞれが健康維持や病気の早期発見に役立ちます。具体的に以下のような影響があります:

1. **腹部超音波検査** 肝臓、腎臓、胆嚢の疾患を早期に見つけることができ、肝硬変や腎結石などの深刻な問題の進行を防ぎます。
2. **眼底検査** 目の病気だけでなく、高血圧や糖尿病による血管の障害をチェックし、全身の健康管理につなげます。
3. **肺機能検査** 呼吸器の異常や疾患を早期に発見し、慢性閉塞性肺疾患(COPD)のような進行性の病気を未然に防ぎます。

2. 節目健診が命を救った、または健康管理の大切さを教えてくれた実際の体験談の具体例を紹介します:

1. **心房細動の発見**: 健診を受けるまでは健康だと信じていた70代女性が、初めての節目健診で「心房細動」という不整脈を発見しました。特に症状がなく、自覚もなかったため、もし検査を受けていなければ命に関わる危険が潜んでいた可能性がありました。
2. **緑内障リスクの早期発見**: 40代の男性が健診で目の検査を受けた際、初めて「緑内障の疑い」があると診断されました。普段健康には自信があり自覚症状も全くなかったものの、このリスクが分かったことで早期から治療を受け、視力を守ることができた例です。
3. **軽度のCOPDが判明**: 長年の喫煙歴を持つ40代の男性が健康診断で肺活量と1秒率の低下を指摘され、その後の精密検査で軽度のCOPDが判明しました。この早期診断のおかげで、禁煙プログラムや吸入薬の使用を開始し、病気の進行を防ぐことができました。家族のためにも健康を守りたいという思いが、さらに行動を促したようです。

健康診断の経験を通じて、単なる「確認」ではなく「発見」と「予防」が大切です。この機会に5年置きの健康チェックをお試しください。

