

元気に働き続けるためには、日々の健康が大切。
しかも、健康であればあるほど、
保険料率の伸びを抑えられます。

自分らしく、安心して働けるように
健康づくりをはじめませんか？



健康状態を確認するために 健診を毎年受けましょう！

35歳～74歳の被保険者の方は
「生活習慣病予防健診」をご利用ください。



協会けんぽの生活習慣病予防健診は、

- 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

メタボリックシンドロームとともに

5大がん **肺** **胃** **大腸** **子宮** **乳房** までカバー！

※子宮頸がん検診、乳がん検診は、別途自己負担が必要です。

生活習慣病予防健診等の自己負担を軽減しています。

令和5年4月～
 一般健診 最高 7,169円 → 5,282円
 付加健診 最高 4,802円 → 2,689円
 対象：35歳～74歳の被保険者(ご本人)

令和6年4月～
 付加健診の対象年齢について、現行の40歳、50歳に加え、
45歳、55歳、60歳、65歳、70歳も対象になります。

※付加健診とは、節目の年齢において、肝臓、胆のう、腎臓といった腹部の臓器の様子を調べるための腹部超音波検査や、高血圧・動脈硬化などを見つける手がかりとなる眼底検査といった、より詳細な健診です。



事業主・ご担当者の皆さまへ

生活習慣病予防健診の声かけ

生活習慣病予防健診を受診するよう対象の方へ周知いただきますようお願いいたします。

特定保健指導の声かけ

特定保健指導のご案内を対象の方へ確実にお渡しいたき、積極的な声かけをお願いいたします。

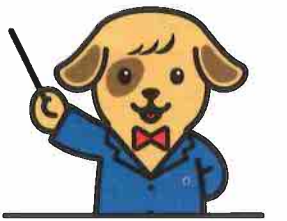
実は・・・

都道府県ごとの **医療費水準** に基づき、
都道府県ごとの **保険料率を決定** しています。



健診を受けた後の 行動こそが大切です！

健診はあくまでも生活習慣改善の必要性や病気を発見するための手段です。



生活習慣の改善が必要
特定保健指導を利用しましょう！
 特定保健指導を利用して、生活習慣の改善に取り組んでください。

医療機関への受診が必要
医療機関に早期受診を！
 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。

特定保健指導とは
 健診を受けた結果、メタボリックシンドロームのリスクのある40～74歳までの方を対象に行う健康サポートです。健康に関するセルフケア(自己管理)ができるように、健康づくりの専門家である保健師または管理栄養士が寄り添ってサポートします。



日々の健康づくりも忘れずに！

適度な運動

バランスの良い食生活

禁煙等

保険料率についての特設サイトはこちら



皆さまの取組*に応じて、都道府県の保険料率が変わるインセンティブ制度についてはこちら



※特定健診受診・ジェネリック医薬品の使用等