

倉庫業健康保険組合

令和5年度 各種健診受診要領

(令和5年4月1日～令和6年3月31日)

1年に1度、健康診断を受けましょう。

現在、倉庫業健康保険組合の補助を利用して受診できる健診コースは、簡易生活習慣病健診（A2）・生活習慣病健診（B）・婦人生活習慣病健診（B1）・会場別婦人生活習慣病健診（C1）・人間ドック（D1）・特定健診（E）の6種類です。「健診コースについて」「検査項目について」（P3～P6）を参考に受診する健診コースを選び、「健診受診手順」（P6～P10）に沿って手続きしてください。また、受診前に必ず「お申込みにあたって」（P2）をお読みください。

## 《目次》

●お申し込みにあたって	2ページ
●健診コースについて	3ページ
●検査項目について	3ページ
●健診受診手順	
簡易生活習慣病健診を受診する	6ページ
生活習慣病健診・婦人生活習慣病健診を受診する	7ページ
人間ドックを受診する	8ページ
会場別婦人生活習慣病健診を受診する	9ページ
特定健診を受診する	10ページ
●変更が生じた場合	11ページ
●結果の発行について	11ページ
●特定保健指導の実施について	11ページ
●個人情報の取り扱いについて	12ページ
●お問合せ	12ページ

## 《重要》 お申し込みにあたって ※必ずお読みになってからお申込ください

### ①組合の補助をうけることができるのは年度内1回です

組合で補助する健診は、被保険者・被扶養者1人につきそれぞれ年度内（令和5年4月1日～令和6年3月31日）に1回となります。2回目以降の健診に組合の補助は利用できません。既に「春季会場別婦人生活習慣病健診」や「簡易生活習慣病健診（首都圏巡回健診）」に申込みされた方は、他の健診での補助は受けられません。施設健診・人間ドックを受診予定の方は、事業所巡回健診を受診しないようご注意ください。重複して受診した場合、費用を全額負担していただきますのでご承知おきください。

### ②健診受診日に資格を有している必要があります

受診日当日に、被保険者・被扶養者の資格を有している必要があります。したがって、事前に健診の申込書を提出していても、受診当日までに資格を喪失した場合、組合の補助は受けられません。

### ③必ず事前に申込書を提出してください

組合の補助を受けて健診を受診する際、必ず受診前に、事業所担当者を通じて組合に申込書を提出してください。また、健診コースや医療機関を変更した場合、再度組合に申込書をご提出ください。申込書を提出せずに受診された場合は、全額自己負担とさせていただきます。

### ④40歳以上の方は、4月から9月末までの受診にご協力ください

法律では健康保険組合などの医療保険者に対し、“40歳以上75歳未満の被保険者・被扶養者にメタボリックシンドロームの概念を導入した「特定健康診査・特定保健指導」を実施すること”が義務化されています。特定保健指導を年度内に実施する上では、特定健診を9月末までに終了させる必要がありますので、40歳以上の方はなるべく4～9月末までの間に特定健康診査をご受診ください。また、特定保健指導は健康保険組合に義務づけられた事業ですので、対象となられました方はお受けいただきますようお願いいたします。

（※組合で実施する健診は、全てのコースで特定健康診査の検査項目を含みます）

### ⑤オプション検査は組合補助の対象外です

各健診コースの検査項目（P3表2参照）に含まれない検査や、選択可能な検査項目を2つ以上受ける場合、オプション検査となります。オプション検査の検査料金は自己負担となりますので、受診後、窓口にてお支払ください。

### ⑥受診の際は必ず「健康保険証」をお持ちください

## 健診コースについて

倉庫業健康保険組合で実施している健診コースは、下記のとおりです。組合独自契約健診機関・一般社団法人 東京都総合組合保健施設振興協会（以下、東振協）委託契約健診機関・健保連指定健診機関のいずれかで実施いたします。

被保険者・被扶養者共に同じ検査項目で実施します。各健診コースの検査項目は、表2「検査項目比較表」をご参照下さい。

〔表1〕 健診コース一覧

健診コース	対象者	受診者一部負担金 【内税】
簡易生活習慣病健診(A2)※3	全年齢	3,000円
生活習慣病健診(B)	35歳以上の方 (平成元年3月31日までに生まれた方)	5,000円
婦人生活習慣病健診(B1)	35歳以上の女性 (平成元年3月31日までに生まれた方)	6,500円
会場別婦人生活習慣病健診(C1)	35歳以上の女性 (平成元年3月31日までに生まれた方)	5,500円
人間ドック(D1)	40歳以上の方 (昭和59年3月31日までに生まれた方)	※1
特定健診(E)	40歳以上の <u>被扶養者</u> ※2 任意継続被保険者 (昭和59年3月31日までに生まれた方)	1,500円

※1 人間ドックの一部負担金は、医療機関により異なります。組合ホームページの「令和5年度 実施健診機関一覧表（人間ドック）」をご覧ください。

※2 特定健診は被保険者の方はご受診いただけません。

※3 東振協契約の一部医療機関で予約する際に、各種コースをアルファベットで質問されることがあります。その際は（ ）内の英数字をお答えください。

## 検査項目について

各健診コースの検査項目は、表2「検査項目比較表」のとおりです。

〔表2〕 検査項目比較票

		法律で定められた検査項目			組合が実施する健診の検査項目					
		特定健康診査 (高齢者の医療の 確保に関する法律)	法定検査 (労働安全衛生法)		簡易 生活習慣病健診	生活習慣病健診	婦人 生活習慣病健診	婦人 生活習慣病健診 (会場別)	人間ドック	特定健診
対象年齢		40歳~74歳	40歳未満 (除35歳)	40歳以上 (含35歳)	全年齢受診可	35歳以上	35歳以上女性	35歳以上女性	40歳以上	40歳以上
内科診察	診察(聴打診)	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	心拍数								○	
身体計測	身長	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	体重	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	BMI指数	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	標準体重	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	腹囲	○	○	○	○	○	○	○	○	○
血圧	最高/最低	○	○	○	○	○	○	○	○	○
聴力	左右オージオ		○	○	○	○	○	○	○	
眼科	視力		○	○	○	○	○	○	○	
	眼底検査	□							○	□
糖代謝	尿糖(定性)	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	空腹時血糖	●	○	○	○	○	○	○	○	●
	HbA1c(NGSP値)	●			○	○	○	○	○	●
腎尿路系	尿蛋白(定性)	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	尿潜血				○	○	○	○	○	
	尿比重								○	
	尿沈査								○	
	クレアチン	□			△	△	△	△	○	□
脂質代謝	eGFR	□			△	△	△	△	○	□
	総コレステロール					○	○	○	○	
	HDLコレステロール	○			○	○	○	○	○	○
	LDLコレステロール	○			○	○	○	○	○	○
	中性脂肪	○			○	○	○	○	○	○
肝機能	AST(GOT)	○			○	○	○	○	○	○
	ALT(GPT)	○			○	○	○	○	○	○
	γ-GTP	○			○	○	○	○	○	○
	ALP					○	○	○	○	
	総蛋白								○	
	アルブミン								○	
	A/G比								○	
	LDH								○	
総ビリルビン								○		
血清鉄								○		
尿酸	尿酸					○	○	○	○	
血球検査	赤血球数	□		○	○	○	○	○	○	□
	ヘマトクリット	□			○	○	○	○	○	□
	ヘモグロビン(血色素量)	□		○	○	○	○	○	○	□
	MCV				○	○	○	○	○	
	MCH				○	○	○	○	○	
	MCHC				○	○	○	○	○	
	白血球数				○	○	○	○	○	
血小板数				○	○	○	○	○		
免疫学的	HBs抗原							○		
呼吸器系	胸部X線		○	○	○	○	○	○	○	
	肺機能測定(スパイロメーター)								○	
消化器系	上部消化管X線					●	●	○	●	
	ペプシンノーゲン検査					注●	注●		注●	
	胃がんリスク検査(ABC検査)					注●	注●		注●	
	上部消化管内視鏡検査								オプション	
便	潜血2回法					○	○	○	○	
心電図	安静時	□		○	○	○	○	○	○	
腹部超音波	肝臓・胆嚢・膵臓・腎臓・脾臓								○	
婦人科(女性)	子宮						●	●	○	オプション
	子宮細胞診(医師採取)						●	●	○	オプション
	子宮細胞診(自己採取)						●	●	○	オプション
	マンモグラフィ検査						●	○	○	オプション
	乳房超音波検査						●	○	○	オプション
	乳房視触診検査						○	○	オプション	

上部消化管検査は、X線(バリウム検査)のほかに、ペプシンノーゲン検査、胃がんリスク検査(ペプシンノーゲン検査とヘリコバクターピロリ検査のセット)のいずれか一つの選択制。

乳房検査は、マンモグラフィもしくは超音波検査のいずれか一つの選択制。

※ 上記の項目は契約健診機関における各健診の一般的な項目です。実施健診機関により実施項目について若干の過不足生じることがありますので、予めご承知おきください。

※ □は医師の判断に基づき実施

※ ●はいづれか1項目を実施

※ △一部の健診機関のみ実施

※ オプションは実施可能な健診機関に限る

注 医師、健診機関の判断により実施できない場合があります

## 選択可能な検査項目について

生活習慣病健診・婦人生活習慣病健診（施設）・人間ドックをご受診される方は、実施可能な医療機関において、下記の項目が選択できます。ご予約の際に、ご希望の検査方法をお伝えください。

実施可能な医療機関は、「実施健診機関一覧表」にてご確認ください。

### ①上部消化管（胃）検査（生活習慣病健診、婦人生活習慣病健診・人間ドック）

上部消化管（胃）検査については、バリウム検査、ABC健診、ペプシノーゲン検査のいずれか1項目をお選びいただけます。医師・実施医療機関の判断により実施できない場合がございますのでご承知おきください。

健診コース	検査方法	
生活習慣病健診 婦人生活習慣病健診 人間ドック（※）	バリウム検査	X線による検査
	ペプシノーゲン検査	血液から胃粘膜の萎縮を調べ、胃がんのなりやすさを見極める検査
	ABC健診	ペプシノーゲン検査にピロリ菌検査を組み合わせ胃がんのなりやすさを見極める検査

※健保連契約の健診機関では、原則バリウム検査の実施になります。

### ②乳房検査（婦人生活習慣病健診）

婦人生活習慣病健診（施設）の乳房検査については、実施可能な健診機関においてエコー、マンモグラフィーのどちらか1項目をお選びいただけます。

また、乳房視触診検査につきましては検査項目に含まれておりません。実施した場合、自己負担となりますのでご注意ください。

健診コース	検査方法
婦人生活習慣病健診（施設）	マンモグラフィー検査
	乳房超音波検査（エコー検査）

※会場別婦人生活習慣病健診につきましては、エコー検査のみの実施となります。

## 子宮検査について

婦人生活習慣病健診（施設）で実施する子宮細胞診は、原則「医師採取」にて行いますが、一部の健診機関では「医師採取」を実施しておらず、「自己採取」にて行います。このような医療機関については「実施健診機関一覧表（簡易生活習慣病・生活習慣病・婦人生活習慣病）」の備考欄に記載がございますのでご確認ください。

また、子宮細胞診のキャンセルをご希望の場合は、選択可能な実施項目とあわせて予約時に医療機関にお伝えください。

## ●受診手順

### 簡易生活習慣病健診を受診する

組合独自契約健診機関、東振協委託契約健診機関のいずれかで実施いたします。受診可能な健診機関は、組合ホームページ「令和5年度 実施健診機関一覧表（簡易生活習慣病・生活習慣病・婦人生活習慣病）」にてご確認ください（<https://www.sokokenpo.or.jp>）。

#### ①健診機関への予約・日程調整

実施健診機関一覧表の中から選択した健診機関に、直接ご連絡のうえ、予約をお取りください。予約の際に必ず「倉庫業健康保険組合の加入者」であることをお伝えください。

#### ②申込書の作成・提出

健診予約後、事業所担当者を通じて申込書をご提出ください。

※申込書を組合に提出せずに健診を受診された場合、全額自己負担となりますので、必ず受診前に事業所担当者へお伝えください

#### ③受診資料の発送

健診機関により異なりますが、おおむね受診日の2週間前までに、健診機関より質問票や検査容器等の受診資料が届きます。送付先は事業所またはご自宅になりますので、予約時に送付先をご指定ください。また、受診資料の送付を行わない健診機関もございますので、予約の際にご確認ください。

受診資料の送付を行う医療機関で、受診日の2週間前をすぎても受診資料が届かない場合は、健診機関に直接お問合せください。

#### ④負担金の支払い

健診機関へお支払いいただく負担金は、原則として受診日当日に受診者本人が窓口にてお支払いいただきますが、健診機関によっては後日まとめて事業所へ請求することも可能です。

希望する場合は事業所担当者に確認のうえ、健診機関に直接ご相談ください。

## 生活習慣病健診・婦人生活習慣病健診を受診する

組合独自契約健診機関、東振協委託契約健診機関のいずれかで実施いたします。受診可能な健診機関は、組合ホームページ「令和5年実施健診機関一覧表（簡易生活習慣病・生活習慣病・婦人生活習慣病）」にてご確認ください（<https://www.sokokenpo.or.jp>）。

首都圏における生活習慣病健診・婦人生活習慣病健診は、健診機関によって予約の取りづらい時期もございますので、余裕をもったご予約をお願いいたします。

### ①健診機関への予約・日程調整

実施健診機関一覧表の中から選択した健診機関に直接ご連絡のうえ、予約をお取りください。予約の際に必ず「倉庫業健康保険組合の加入者」であることをお伝えください。

また、選択可能な検査項目（上部消化管・乳房）についてご希望の検査方法をお伝えください（P3「検査項目について」参照）。

### ②申込書の作成・提出

健診予約後、事業所担当者を通じて申込書をご提出ください。

※申込書を組合に提出せずに健診を受診された場合、全額自己負担となりますので、必ず受診前に事業所担当者へお伝えください

### ③受診資料の発送

健診機関により異なりますが、おおむね受診日の2週間前までに、健診機関より質問票や検査容器等の受診資料が届きます。送付先は事業所、またはご自宅になりますので、予約時に送付先をご指定ください。

受診日の2週間前をすぎても受診資料が届かない場合は、健診機関に直接お問合せください。

### ④負担金の支払い

健診機関へお支払いいただく負担金は、原則として受診日当日に受診者本人が、窓口にてお支払いいただきますが、健診機関によっては後日まとめて事業所へ請求することも可能です。

希望する場合は、事業所担当者を確認のうえ、健診機関に直接ご相談ください。



## 人間ドックを受診する

組合独自契約健診機関、東振協委託契約健診機関、健保連指定健診機関のいずれかで実施します。受診可能な健診機関は、組合ホームページ「令和5年実施健診機関一覧表（人間ドック）」にてご確認ください。（<https://www.sokokenpo.or.jp>）

### ①健診機関への予約・日程調整

実施健診機関一覧表の中から選択した健診機関に、直接ご連絡のうえ予約をお取りください。予約の際に必ず「倉庫業健康保険組合の加入者」であることをお伝えください。

### ②申込書提出

予約が取れ次第速やかに、様式⑥-1「人間ドック受診申込書」に必要事項をご記入のうえ、事業所担当者へご提出ください。

**※申込書を組合に提出せずに健診を受診された場合、全額自己負担となりますので、必ず受診前にご提出ください。**

### ③利用連絡票の発行（健保連指定健診機関のみ）

健保連指定健診機関で受診される方には、組合より「利用連絡票」を事業所宛に送付いたします。受診の際に忘れずに窓口へお持ちください。

東振協及び独自契約健診機関で受診される方には「利用連絡票」の発行はありません。

### ④受診資料の送付

健診機関により異なりますが、おおむね受診日の2週間前までに、人間ドック受診申込書に記入された住所宛に、質問票や検査容器等の受診資料が届きます。受診予定日の2週間前までに受診資料が届かない場合は、健診機関に直接お問合せください。

### ⑤負担金のお支払方法

健診機関へお支払いいただく負担金は、原則として受診日当日に受診者本人が、窓口にてお支払いいただきますが、健診機関によっては後日まとめて事業所へ請求することも可能です。

希望する場合は、事業所担当者に確認のうえ健診機関に直接ご相談ください。

## 会場別婦人生活習慣病健診を受診する

東振協に委託して、公的施設等に検診車を配置して行う健診です。例年、春・秋にそれぞれ実施します。

**健診日時につきましては、申し込みの時点では未定です。**申込後、東振協で決定したうえで、順次各会場担当健診機関より、直接受診者のご自宅に受診資料を送付いたします。**健診日の選択は出来ませんのでご了承ください。**

### ①健保からご案内

令和5年度の春季会場別婦人生活習慣病健診につきましては、令和4年11月にご案内いたしましたとおり、既に申し込みを締め切っております。

秋季会場別婦人生活習慣病健診につきましては詳細が確定しておりません。決定次第、別途ご案内いたします。

### ②申込書の作成

実施希望会場を確認し、様式⑦-1「個人別会場別婦人生活習慣病健診申込書（C1・5年〇季分）」に必要事項をご記入のうえ、事業所担当者にご提出ください。

実施会場についても、詳細のご案内時期よりHPにてご確認ください。

(<https://www.sokokenpo.or.jp>)

### ③受診日の決定・受診資料の発送

おおむね2週間前までに、実施会場を担当する健診機関よりご自宅へ、実施日のご案内、質問票等の受診資料や検査容器が届きます。受診資料の送付に関する問い合わせは、組合にご連絡ください。

### ④負担金の支払い

支払方法は「窓口精算」と「振込精算」の2通りありますが、実施会場により支払い方法が異なります。実施会場一覧表にてご確認ください。なお、お支払い方法を選択することはできません。

窓口精算・・・当日、健診会場にて現金でお支払ください。

振込精算・・・受診後、健診実施機関より、「ゆうちょ銀行」の振込用紙が届きます。振込用紙を用いて振込みの手続きを行ってください。振込手数料は受診者負担となります。

## 特定健診を受診する

特定健診の対象者は40歳以上の被扶養者・任意継続被保険者の方が対象です。

全国約3,000ヶ所以上の健診機関にて特定健診を実施しています。受診可能な健診機関は、組合ホームページ「令和5年実施健診機関一覧表（特定健診）」にてご確認ください。

(<https://www.sokokenpo.or.jp>)

なお、詳細は6月中旬にお送りする予定です。

### ①健診機関への予約

実施健診機関一覧表の中から希望健診機関を選択し、直接ご連絡のうえ予約をお取りください。予約の際に必ず「倉庫業健康保険組合の加入者」であることをお伝えください。

### ②申込書の作成

健診予約後、様式⑧-1「特定健診申込書」に予約した健診機関等の必要事項をご記入のうえご提出ください。

※健診機関区分（A・E）は、「実施機関一覧表」より確認できますので、必ずご記入下さい。

### ③「特定健康診査受診券」・「東振協専用健診受診カード」の発行

組合にて、「特定健康診査受診券（区分A）」または「東振協専用健診受診カード（区分E）」を発行し、事業所またはご自宅宛に送付いたします。

※医療機関を変更する際、健診機関区分が同じであればお持ちの受診券でご受診いただけます。健診機関区分の異なる医療機関へ変更する際は、再度申込書を提出してください。

### ④受診資料の送付について

健診予約後、健診機関から受診資料（注意事項・案内図を含む）が健診日の1週間前までに、受診者のご自宅あてに送付されます。

※受診資料の送付を行わない健診機関もございますので、予約の際にご確認ください

### ⑤健診の受診

健診を受診する際は、組合から発行された「特定健康診査受診券」または「東振協専用健診受診カード」を忘れずにご持参していただき、健診機関の窓口へ提出して下さい。

また負担金は、当日窓口にてお支払ください。

※健診受診の際、「特定健康診査受診券」または「東振協専用健診受診カード」及び「健康保険証」をどちらか一方でも提出できない場合は、受診をお断りされることがありますのでご注意ください。

## 変更が生じた場合

健診のキャンセル・日程の変更・健診コースの変更等を行う場合は、直接医療機関と調整していただきますようお願いいたします。

また、**医療機関・健診コースのどちらか一方でも変更した場合は、再度組合に申込書をご提出ください**。日程の変更や、選択可能な検査項目の変更（例：バリウムをABC検査に変更した等）をした場合は特に組合にご連絡いただく必要はありません。

## 結果の発行について

個人結果は、健診コース・受診した医療機関毎に東振協、医療機関のいずれかから送付いたします（表4参照）。お手元に届くまでに、1ヵ月以上かかりますのであらかじめ、ご承知おきください。

〔表4〕健診コースごとの結果送付先

健診コース	受診者	送付先
簡易生活習慣病健診 生活習慣病健診 婦人生活習慣病健診	被保険者	東振協及び実施医療機関→ <b>事業所宛</b> に送付
	被扶養者	東振協及び実施医療機関→自宅宛に送付
	会場別婦人生活習慣病健診	被保険者
	被扶養者	
特定健診	被扶養者	東振協及び実施医療機関→自宅宛に送付
人間ドック	被保険者	東振協及び実施医療機関→ <b>自宅宛</b> に送付
	被扶養者	

※任意継続被保険者の方の個人結果は、全てご自宅へ送付いたします

## 特定保健指導の実施について

組合では、メタボリックシンドローム該当者・予備軍の方に、特定保健指導を行っております。

特定保健指導は、保健師・管理栄養士等専門職との面談などを通じ、生活習慣の改善に取り組み、糖尿病や心筋梗塞、心不全、脳卒中などの発症を予防するためのものです。**健診の結果、メタボリックシンドローム該当者・予備軍と判断された方には、事業所宛てにご案内をお送りします**。

また、新宿健診プラザ・鶯谷健診センター・総合健診センターヘルチェック全11センター（※）で健診及び人間ドックを受診し、特定保健指導の対象と判定された方につきましては、健診受診日当日に初回面談を実施いたします。費用は全額組合で負担いたします。

※日本橋ヘルチェック、新宿西口センター、レディース新宿、池袋ヘルチェック、横浜西口・東口センター、レディース横浜、ファーストプレイス横浜、横濱ゲートタワー、川崎ヘルチェック、大宮センター 以上の全11施設を指します

## 個人情報の取り扱いについて

組合では、被保険者・被扶養者のみなさんの個人情報を扱っています。組合の扱う個人情報は、氏名・年齢にとどまらず、医療機関の受診記録や健診結果などの医療情報が含まれており、被保険者・被扶養者にとっては極めて重要な個人情報であるため、特に適正な取り扱いが求められます。今までもこうした個人情報は慎重に扱ってまいりましたが、個人情報保護法の全面施行を機に、指針にのっとり安全に十分配慮し、適切に管理してまいります。

### (1) 健康保険組合が保有する個人情報の利用目的の公表について

個人情報保護法においては、原則として個人情報を第三者に提供する場合、本人の同意が必要となりますが、特定の者との共同利用については共同利用される個人情報の項目、共同利用の目的、管理責任者名について本人が知り得る状態にあるときは、当該共同利用者は第三者提供にはあたらないこととなっています。

当組合では、個人情報の利用目的の公表を、当組合事務所への掲示、ホームページ及び機関紙等への掲載をもって行うこととしています。

なお、原則として「当組合が保有する個人情報及び利用目的の公表」のとおり定める以外に、あらかじめ本人の同意を得ないで第三者に個人データは提供いたしません。

### (2) 個人情報の共同利用

当組合では、健診事業について、組合加入事業所との「健康診査および保健指導等の共同推進に関する覚書」に基づき共同実施し、健診データ等を共同利用しています。

共同利用している加入事業所について組合ホームページにて公表しております。

## お問合せ

健診に関してご不明な点があれば、倉庫業健康保険組合 保健事業課までご連絡ください。

電 話：03（3642）8436

Eメール：health@sokokenpo.or.jp