保存版

2025年度
総合健診ガイド
Comprehensive Medical Checkup Guide

一般被扶養者・特退・任継用

総合健診ガイドは 2025 年度をもちまして、発行終了となります
今後は「特退のしおり」に掲載いたしますので、ご了承ください

あなたと、社会の、未来のために

東芝健康保険組合

目次

■健診の流れ …… P3

■健康診断 …… P4

■がん検診
概要 …… P5
乳がんの早期発見に有効なブレスト・アウェアネス …… P5

■健診の受け方 …… P6

■東芝けんぽ総合健診
概要 …… P7
検査項目・オプション項目 …… P8
流れ …… P9
Web申込
新規登録 …… P10
申し込み …… P11
変更 …… P12
キャンセル …… P13
Q&A …… P14
健診結果 …… P15
個人情報の取扱いについて …… P16
お問い合わせ先 …… P16

■「受診券」を利用した特定健康診査
概要 …… P17
受診可能な医療機関の調べ方 …… P18
特定健康診査受診券　発行申請書 …… P19

■特定健康診査・特定保健指導
概要 …… P20
特定保健指導の判定基準 …… P21

■健保制度以外での健康診断
（パートアルバイト先、かかりつけ医、市区町村で健康診断を受診した方）
概要 …… P22
健診結果報告書 …… P23
質問票（問診） …… P24

■補助金制度
概要 …… P25
健（検）診補助基準 …… P26
保健事業補助金申請書 …… P27

■健（検）診結果は有効に活用しましょう
…… P29

■健康に関する情報・相談窓口 …… P30

健康診断を常態化しましょう

世の中では 『Well-Being(ウェルビーイング) 度』という言葉が広まりつつありますが、
日本語では『幸福度』ですね。『シアワセな状態』の一つに“健康でいられること”が挙げられます。
そのためにも、健康診断を常態化 して 体の変化、変調への気づき を早めることが大切です。
今年度も、早めの健診予約にご協力をお願い致します。

みなさまの Well-Being 度が高くなりますように、東芝健康保険組合としましても、
より良いサポートを心掛けて参ります。今後とも宜しくお願い致します。

健康経営推進統括責任者 兼 データヘルス事業担当グループ長　大草 祥一

健診の流れ

健診は「受けたら終わり」「受ければ安心」ではありません。
受診後は健診結果をきちんと確認し、生活習慣の改善・日々の健康づくりに向けて行動をとりましょう。

健康診断

以下のいずれかで健康診断を受診ください。

東芝けんぽ総合健診（7ページ参照）
がん検診までセットになった、大変お得な健診　（契約のある健診機関でのみ受診可）

「受診券」を利用した特定健康診査（17ページ参照）
特定健康診査項目（がん検診なし）を
「受診券」を提示することで無料で受診可。

東芝健保の制度以外で受診（22ページ参照）
（パート・アルバイト先、かかりつけ医等）
結果の報告をお願いします。

がん検診

がん検診もお忘れなく受診ください。

「受診券」利用、制度外の健診の場合は別途、「がん検診」受診が必要です。（5ページ参照）

※がん検診については、
補助金制度をご利用ください。

健（検）診受診後

セルフケア
健診結果に応じた健康づくりのアドバイスや健康情報などが提供されます。
次年度の健康診断に向けてご自身で取り組みましょう。

特定保健指導（20ページ参照）
健診の結果を基に40歳以上の対象者に案内が送付されますので、必ずお受けください。
（健診の種類によって、案内時期が異なります。おおよそ健診受診後、3～4か月後）
※東芝けんぽ総合健診を受診された場合、受診日当日に実施可能な機関があります。

再検査・精密検査
判定結果に従って、医療機関をご受診ください。

治療
治療の開始・継続をお願いします。

次年度の健診受診

健康診断

健康診断は、自分の身体の状態を知るチャンスです。5年後、10年後の楽しい未来のために年1回の受診をおすすめします。特に40歳以上の方は、生活習慣病予防のために年1回「特定健康診査」を受診することが国の政策となっています（20ページ参照）。
ただし、妊娠中や産後1年未満の方は数値が安定しないため、産後1年経過してからの受診をおすすめします。

健診制度	制度の説明
東芝けんぽ 総合健診	●がん検診までセットになった、大変お得な健診です。 1回の受診でがん検診まで実施できるため、忙しい方等におススメです。 （契約のある健診機関でのみ受診可） ●専用Webまたは予約専用電話での申込です。 ※健診機関への予約ではありません。
「受診券」を利用した 特定健康診査	●特定健康診査項目を無料で受診できます。※40歳以上の方に限る（従業員は対象外） 費用の負担なく健康診断を受診したい方、がん検診をかかりつけ医で受診している方に おススメです。 ●がん検診が含まれていないため、別途受診いただく必要があります。

検査項目一覧表（健診制度別）

●必須、○オプション（キャンセル可）

健診制度	医師診察	身体計測	視力・聴力	血圧	尿※1	心電図	血液検査※1	胸部X線	35歳以上				女性のみ		喀痰※3
									大腸がん	腹部超音波	胃がん	眼底	子宮頸がん	乳がん※4	
東芝けんぽ 総合健診	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	○ ※5	○	○	○	○
「受診券」を利用した 特定健康診査（40歳以上）	●	●		●	●	※2	●					※2			

※1　制度により詳細項目が異なります
※2　医師の指示により実施
※3　50歳以上の高危険群：喫煙指数600 以上の人（1 日の本数×年数）例：20 本× 30 年
※4　30歳以上：超音波、40 歳以上：マンモグラフィまたは超音波のどちらか一方
※5　40歳以上：胃部X線（バリウム）、50歳以上：胃部内視鏡または胃部X線（バリウム）のどちらか一方【2025年度より年齢変更】

2025 年度から、胃がん検診の対象年齢が変わります

これまで胃がん検診はX線・内視鏡ともに35歳以上を対象としていましたが、国の推奨年齢に準じて見直しを行いました。

・40歳未満：補助対象外
・40歳以上：胃部X線（バリウム）
・50歳以上：胃部X線（バリウム）または胃部内視鏡（カメラ）のどちらか一方

～　不明点がありましたら、受診前に必ずご確認ください　～

がん検診

国が推奨するのは、「健康な人に行った場合でも、利益が不利益を上回る」と有効性が証明されている「5大がん検診」です。検査項目、推奨年齢と頻度についても定められています。推奨年齢に当てはまる人は、制度を利用して受診をご検討ください。

がん検診の「利　益」：早期発見によりがん死亡リスクが減少する、治療負荷の軽減など
「不利益」：偽陰性（がんがあるのに正しく診断されないこと）、偽陽性（がんがないのにあるかもしれないと診断されること）、過剰診断（生命予後に影響しないものが発見される）による経済的・身体的・精神的な負担

■ がん検診一覧

検査項目		何を調べる検査？	東芝健保の対象者	国の推奨	
				対象者	頻度
胃がん検診	胃部X線（バリウム）	食道、胃、十二指腸の疾患の有無を調べます	40歳以上	50 歳以上	2 年に 1 回
	胃部内視鏡		50歳以上		
肺がん検診	胸部X線 ※1（1方向）	肺がんおよび呼吸器系疾患の有無を調べます	35歳以上	40 歳以上	年 1 回
	喀痰細胞診		50歳以上の高危険群 ※2	50歳以上の高危険群 ※2	
大腸がん検診	便潜血	大腸などで炎症や潰瘍、ポリープなどで生じる便潜血を調べます	35 歳以上	40 歳以上	年 1 回
乳がん検診	マンモグラフィ	乳腺疾患、特に乳腺腫瘍の有無、形状を調べます	40 歳以上の女性	40 歳以上の女性	2 年に 1 回
	超音波		30 歳以上の女性	―	―
子宮頸がん検診	頸部細胞診	子宮頸がんの有無を調べます	女性	20 歳以上の女性	2 年に 1 回

※1：胸部X線：定期健康診断項目にも含まれます。
※2：50 歳以上の高危険群：喫煙指数 600 以上の人（1 日の本数×年数）例：20 本× 30 年

東芝健保では国が推奨するがん検診（胃・肺・大腸・乳・子宮）に対する費用補助を行っています。
詳しくは25ページでご確認ください。

乳がんの早期発見に有効な ブレスト・アウェアネス

ブレスト・アウェアネスとは、『乳房を意識する生活習慣』です。

●若年性乳がんや遺伝性がん、家族性乳がんの早期発見にも有効と考えられます。
●検診と検診の間に急速に増大する進行の早い乳がんを発見することができます。

ブレスト・アウェアネスの【4つのポイント】

① ご自分の乳房の状態を知る
② 乳房の変化に気をつける
③ 変化に気づいたらすぐ医師へ相談する
④ 40歳になったら2年に1回乳がん検診を受ける

乳房の状態に日頃から関心をもち、変化を感じたら、がん検診の期日を待たずに、速やかに医師に相談（乳腺外科、乳腺外来を受診）しましょう。

乳房のチェック方法

着替えや入浴、シャワーなどの際に乳房を見て、触ってみましょう。乳がんをみつけようと構えず、自分の乳房の感じや月経周期による変化を知っておくことが重要です。

チェックすべき乳房の変化

●しこり（乳房やわきの下）
●乳頭からの分泌物
●乳頭や乳輪の皮膚のただれ・びらん
●皮膚のへこみやくぼみ
●乳房の痛み

ブレスト・アウェアネスのすすめ

ブレスト・アウェアネス関連の
詳しい情報が載っています

https://brestcs.org/information/self/

TOKYO#女子けんこう部

イラスト入りで乳がん検診のメリット
デメリットなどもわかりやすく載っています

https://www.hokeniryo.metro.tokyo.lg.jp/joshi-kenkobu/nyugan/

健診の受け方

受診	必要な対応	参照ページ
Aさん　東芝けんぽ総合健診（健康診断＋がん検診）	①東芝けんぽ総合健診の申込および問診回答	7ページ
Bさん　「受診券」利用（特定健康診査項目）＋かかりつけ医または市区町村がん検診受診	①東芝健保へ「受診券」の発行申請 ②医療機関へ健診申込 ③医療機関へがん検診の申込 ④東芝健保にがん検診費用の補助金申請	17ページ 25ページ
Cさん　かかりつけ医で健康診断実施＋かかりつけ医または市区町村がん検診受診	①医療機関へ健康診断の申込 ②指定書類に健診結果の転記および問診回答をし、健保に報告 ③医療機関へがん検診の申込 ④東芝健保にがん検診費用の補助金申請	22ページ 25ページ
Dさん　パートアルバイト先で健康診断実施＋かかりつけ医または市区町村がん検診受診	①東芝健保加入期間内に受診したパートアルバイト先の健診結果を指定書類に転記および問診回答をし、健保に報告 ②医療機関へがん検診の申込 ③東芝健保にがん検診費用の補助金申請	22ページ 25ページ

何を受診したら良いか困ったら・・・

「東芝けんぽ総合健診」をご受診ください。
がん検診もセットになっているため、申し込み後に受診するだけで、その他の面倒な手続きは一切ありません。

この受け方はNGです

例1　「受診券」利用（特定健康診査項目）＋東芝けんぽ総合健診（健康診断＋がん検診）

健康診断項目と特定健康診査項目が重複しています。
健保の費用補助はどちらか1つです。両方受診された場合は、片方の費用を請求させていただきます。
「受診券」利用の場合のがん検診は、補助金制度を利用し受診ください。

例2　東芝けんぽ総合健診（健康診断＋がん検診）＋かかりつけ医または市区町村がん検診受診

東芝けんぽ総合健診で既に受診済みのがん検診を、かかりつけ医等で受診された場合、補助金申請は出来ません。（同一年度において、同一項目（部位）の費用補助は1回）
※東芝けんぽ総合健診で未受診のがん検診については、補助金制度をご利用いただけます。

例3　パートアルバイト先で健康診断実施＋東芝けんぽ総合健診（健康診断＋がん検診）

パートアルバイト先等で健康診断を受診済みの場合、東芝健保の制度で健康診断を再度受診いただく必要はありません。
お手元にある健康診断の結果を東芝健保へ報告ください。
パートアルバイト先等で受診していないがん検診がありましたら、補助金制度を利用し受診ください。

受診方法について不明点がある場合は、事前に東芝健保へお問合せください。
宛先：Knp-hoken-QA@ml.toshiba.co.jp

東芝けんぽ総合健診

申込期間	**2025年3月3日（月）9:00 ～ 2025年12月31日（水）まで** ※余裕をもってお早めに申し込みください。
受診期間	**2025年4月1日（火） ～ 2026年1月31日（土）まで**
自己負担額	**34歳以下**（任継本人および配偶者）：**2,000円** **35歳以上**：**4,000円** ※がん検診は胃部内視鏡以外、追加料金はありません。 胃部内視鏡実施の場合、自己負担の他に+3,300円（税込）の個人負担あり（補助対象外）
項目	8ページ参照　胃がん検診の見直しを行いました。詳しくは4ページをご確認ください。 （40歳以上：胃部X線（バリウム） 50歳以上：胃部X線（バリウム）または胃部内視鏡（カメラ）） ※胃部内視鏡実施の場合、自己負担の他に+3,300円（税込）の個人負担あり（補助対象外）
健診機関	別冊の「東芝けんぽ総合健診」健診機関一覧または、専用Webサイトでご確認ください。
申込方法	**Webまたは電話**（9ページ参照） Web申込を推奨しております。難しい場合は電話で申込ください。
検査結果	健診機関より登録した住所へ結果が郵送されます（受診後約1ヶ月）。 医療機関によっては、Web上で確認となる場合もあります。 アプリでも結果を参照できます。詳しくは15ページをご確認ください。
委託機関	H.U.ウェルネス株式会社
問い合わせ先	東芝健保 健診サポートセンター（委託機関が運営） Mail：info@kenshin-support.com TEL：**03-6895-3780**　受付時間 9:00 ～ 17:30（平日のみ） ※土日祝日、年末年始はお休み

注意事項

1. **受診項目の必須項目はキャンセルできません。**
   受診できない（したくない）必須項目がある場合は、「受診券」を利用した特定健康診査または、補助金制度を利用して健診を受診ください。なお、必須項目をキャンセルして受診した場合は、全額自己負担で受診いただきます。
2. 東芝けんぽ総合健診を受診された場合、特定健康診査受診券は利用できません。また、東芝けんぽ総合健診で受診したがん検診項目を同一年度内（4月～翌年3月）に補助金申請することはできません。
3. **受診日当日に東芝健保に加入している方が補助対象となります。資格喪失（脱退または扶養から外れた方（遡り資格喪失含む））後は補助対象外となり、受診した場合は後日健保負担額を請求させていただきます。**
4. 健診結果に基づく再検査・精密検査は保険診療となります。
5. 東芝健保への事前連絡および結果の提出は不要です。
6. **健康保険証または資格確認書、マイナ保険証※等、本人の健保加入資格が確認できるものを持参ください。**
   ※マイナンバーカードが保険証として利用できない健診機関もありますので、ご注意ください。

東芝けんぽ総合健診

検査項目・オプション項目

胃がん検診の年齢を見直しました。詳しくは４ページをご確認ください。

●必須項目

	分類		検査項目	年度末年齢 ３４歳以下	年度末年齢 ３５歳以上
健康診断	医師診察		医師診察	●	●
	身体計測等		身長・体重・BMI・腹囲・体脂肪計測	●	●
	視力・聴力		視力遠点、聴力オージオメータ	●	●
	血圧		血圧	●	●
	尿		蛋白・糖・潜血	●	●
	心電図		心電図１２誘導	●	●
	胸部		胸部Ｘ線	●	●
	血液	肝・膵機能	ＡＳＴ(ＧＯＴ)	●	●
			ＡＬＴ(ＧＰＴ)	●	●
			γ－ＧＴ	●	●
			ＡＬＰ	●	●
			総蛋白	●	●
		脂質	中性脂肪	●	●
			ＨＤＬコレステロール	●	●
			ＬＤＬコレステロール	●	●
			総コレステロール	●	●
		尿酸	尿酸	●	●
		腎機能	クレアチニン	●	●
			e-GFR	●	●
			尿素窒素	●	●
		糖代謝	血糖	●	●
			ＨｂＡ１ｃ	●	●
		血液一般	赤血球数	●	●
			ヘモグロビン	●	●
			ヘマトクリット	●	●
			ＭＣＶ	●	●
			ＭＣＨ	●	●
			ＭＣＨＣ	●	●
			白血球数	●	●
			血小板数	●	●
がん・生活習慣病検診	大腸がん検診		便潜血（２回法）		●
	腹部超音波		腹部超音波（胆のう・肝臓・膵臓・脾臓・腎臓）		●
	胃がん検診		胃部Ｘ線（バリウム）　※40歳以上		オプション＊3
			胃部内視鏡　※50歳以上		
	眼底（網膜疾患・動脈硬化）		眼底撮影（両眼）		オプション
	肺がん検診		喀痰細胞診　※50歳以上の高危険群＊1		オプション
	子宮頸がん検診		子宮頸部細胞診　※女性	オプション	オプション
	乳がん検診		マンモグラフィ　※40歳以上の女性	オプション＊4	
			乳腺エコー（超音波）　※30歳以上の女性		
特定保健指導＊2			40歳以上の該当者	ー	対象者●

＊1　50歳以上の高危険群：喫煙指数600以上の人（1日の本数×年数）　例：20本×30年
＊2　20ページ参照
＊3　39歳以下：受診不可、40 ～ 49歳：胃部Ｘ線のみ、50歳以上：胃部Ｘ線または胃部内視鏡のどちらか
＊4　29歳以下：受診不可、30 ～ 39歳：乳腺エコーのみ、40歳以上：マンモグラフィまたは乳腺エコーのどちらか

流れ

※健診機関への直接の申込ではありません。

パソコンやスマートフォン等、Webの環境はありますか?
（可能な限り、Webでの申込をお願いします。）

利用可能なブラウザは、
Chrome、Safari、Microsoft Edge、Firefox です。

いいえ

東芝健保　健診サポートセンターへお電話ください。
03-6895-3780
受付時間9:00 ～ 17:30（平日のみ）　※土日祝日、年末年始休み

はい

今まで、東芝けんぽ総合健診の予約サイトに登録をされたことはありますか?

はい

申し込み（11ページ）へ

いいえ

新規登録（10ページ）へ

申し込み

お電話にて申し込み受付

健診日の連絡（登録メールアドレス宛）

検診キット等受領（健診機関より発送）

受診（持ち物：健康保険証等の他、健診機関から指定のもの）

受診確認（登録メールアドレス宛）

受診機関より結果送付（医療機関によってはWeb確認となる場合あり）

対象者に特定保健指導の案内送付

既に新規登録がお済の方は、登録不要です。
以下からのメールを受信できるように、事前設定をお願いします。
(@hugp.com/info@kenshin-support.com)

1 予約申込専用サイトにアクセス

https://www.sougou-kenshin.com/yoyaku/login

2 「新規登録」をクリックし、必要項目を入力

お名前・フリガナ・保険証記号 / 番号は、以下のいずれかに記載されている通り入力してください。
間違いがあると登録できませんので、ご注意ください。

- 「健康保険証」(発行済みで猶予期間中の有効なもの)
- マイナポータルの画面表示「健康保険証」
- マイナポータルからダウンロードしたPDF 画面「医療保険の資格情報」
- 資格情報のお知らせ
- 資格確認書(対象者のみ発行)

住所欄は健診結果送付先として使用します。
番地、マンション名、部屋番号など詳細情報の入力をお願いします。

3 入力が完了したら、「個人情報保護規約を確認する」をクリック

4 (画面が切り替わります) 個人情報保護規約の内容を確認して「同意する」をクリック

5 (画面が切り替わります) 入力した内容に誤りがないことを確認し変更がなければ、「登録する」をクリック

6 登録受付画面が表示される

7 登録したメールアドレスにメールが届く

8 メール本文に記載されたURL からログインし、登録を完了させてください。

メールが届かない場合は、東芝健保　健診サポートセンター (03-6895-3780) へお問い合わせください。
※日程確定等の連絡に使用しますので、必ずメールの受信確認をお願いします。

1 予約申込専用サイトにアクセスし、登録したログイン ID・パスワードでログイン

https://www.sougou-kenshin.com/yoyaku/login

※初めて申し込みをする方は、事前に初回登録が必要です。
(10ページの手順に沿って登録してください。)

ログイン ID をお忘れの方：再度、新規登録の実施をお願いします (10ページ参照)
パスワードをお忘れの方：TOP 画面の「パスワードの再発行」を実施ください

2 「健診予約と問診回答」をクリック

3 健診機関を指定

4 オプションを設定

予めチェックがついている項目については、現在ついているチェックを外してからご希望の項目を選択ください。
※加入区分・年齢・性別により選択(受診) できるオプション項目が異なります。

5 希望日を設定(第3希望まで)

必ず第3希望日まで設定してください。
希望日に添えない場合もございますので、ご了承ください。

6 申込内容を確認

※窓口負担額合計に表示されている金額が当日窓口での支払い金額となります。
ただし、胃部内視鏡の鎮静、感染症検査、個人の希望により追加実施した費用は、表示金額に追加となります (全額自己負担)。

7 健診機関への伝達事項がある場合、ご要望欄に記入

(例：** 時希望、配偶者と同日希望、介助必要等)
ご希望に添えない場合もございますので、ご了承ください。

8 「健診を予約する」をクリック

9 申込完了

10 問診に必ず回答し、「問診完了」をクリック

7営業日を目安に登録されたメールアドレスに申込結果が届きます。
メールが届かない場合は、東芝健保 健診サポートセンター (03-6895-3780) へお問い合わせください。
希望日の予約が取れなかった場合は、誠に申し訳ございませんが再度申込手続きをお願いします。

東芝けんぽ総合健診

変更

1 **予約申込専用サイトにアクセスし、登録したログインID・パスワードでログイン**

https://www.sougou-kenshin.com/yoyaku/login

2 **「予約状況　変更・取消」をクリック**

3 **「詳細」をクリック**

4 （現在の予約状況が表示されます）
「予約内容変更」をクリック

5 **予約内容を変更**

6 **「予約内容を変更する」をクリック**

7 **申込完了**

7営業日を目安に登録されたメールアドレスに申込結果が届きます。

8 **問診確認**

前回回答した内容が表示されます。変更がないか確認ください。

✓修正があれば「変更する」をクリックして修正してください。
✓変更がなければ「変更しない」をクリックして終了してください。

【予約が取りづらい時】
健診機関にお電話で空き状況をご確認いただいて構いません。ただし、お問い合わせ電話で予約／仮予約ができた場合でも、必ずWebまたは電話による申込手続きを行わないと予約確定ができませんので、ご注意ください。Webの場合は、「ご要望欄」に”○月○日確定済み”等、必ず分かるように入力ください。

キャンセル

1 **予約申込専用サイトにアクセスし、登録したログインID・パスワードでログイン**

https://www.sougou-kenshin.com/yoyaku/login

2 **「予約状況　変更・取消」をクリック**

3 **「詳細」をクリック**

4 （現在の予約状況が表示されます）
「予約キャンセル」をクリック

5 **予約キャンセル確認**

キャンセルを実行する場合は、「はい」をクリック

変更・キャンセルについて

予約申込サイトにて変更・キャンセルをお願いします。
ただし、健診日の4日前～当日の場合には健診機関に直接ご連絡のうえ、必ず予約申込サイトでの変更・キャンセルもお願いします。
電話で予約をされた場合は、東芝健保 健診サポートセンター（03-6895-3780）までご連絡ください。

東芝健保からのお願い

●健診日の確定連絡が来た方には、後日健診機関より受診票一式が登録住所宛てに郵送されます。
（受診内容によっては送付がない場合もあります）
登録住所に変更や登録誤りがある場合は、受診票・結果票など健診機関からのご案内が届きませんので、必ず修正をお願いします。
※健診日の1週間前になっても届かない場合には、各健診機関へ直接お問い合わせください。

●健診結果だけでは健診が成立しません。
必ず問診に回答いただきますよう、ご協力をよろしくお願いいたします。

●健診受診後、対象者には特定保健指導の案内（健診当日または後日）がありますので、辞退や放置をせずに必ず受診ください。

Q 初回登録／申し込みができません

●保険証等に表記された、記号・番号・氏名・フリガナ・生年月日に、入力間違いはありませんか。表記されている内容をそのまま入力してください。

●年度末年齢34歳以下の配偶者以外（兄弟、姉妹、子等）の方は、受診対象外となりますので登録はできません。

●以下の方は翌月または翌々月以降に登録／申し込みが可能となります。

■新たに加入した方

■加入区分が変更になった方
（被保険者番号が変更になった方）

Q 受付時間の指定はできますか？

●ご要望欄に希望の時間帯を入力（電話の方は、オペレーターにお知らせ）ください。

※指定時間にご都合の悪い場合は、事前に健診機関に連絡願います。

Q 乳がん検査でマンモグラフィと乳腺エコー（超音波）を受診したい

●マンモグラフィと乳腺エコー（超音波）の両方は選択できません。費用補助がどちらか一方となるため、他の健診制度で追加受診されても補助金制度を利用することはできません。

Q 案内を受け取った後、東芝健保の資格を喪失してしまいました受診できますか？

●受診当日に加入資格がないと補助を受けられません。予約済みの方は、キャンセルしていただくか、資格喪失前に受診できるよう日程変更をしてください。

●資格喪失（脱退または、被扶養者認定基準により扶養から外れた（遡り資格喪失含む））後は補助対象外となり、受診した場合は後日健保負担額を請求させていただきます。

Q オプション検査の申し込みはどうすればいいですか？

●予約申込サイトから、オプション検査の選択ができます。

※東芝けんぽ総合健診の検査項目にない検査をオプションとして受診を希望される場合は、健診機関に直接お問い合わせください（実施した際の費用は全額自己負担となります）。

Q 胃がんの選択ができません。

●2025年度より国が推奨している受診年齢に合わせて、見直しを行いました。
胃部X線（バリウム）は40歳以上、胃部内視鏡は50歳以上の方が対象となります。また、ABC検診は従業員の方のみ受診可能となります。希望しても受診はできません。

**上記以外の質問については、Web予約申込サイトまたは東芝健保HPにも記載がされています。
解決できない場合は、16ページに記載の問い合わせ先までご連絡ください。**

受診後、健診機関から健診結果が届きます。医療機関によっては、Web上で確認となる場合もあります。
健診結果の活用法については、29ページを参照ください。

特定保健指導

健診は受けたら終わりではありません。健診結果に基づき特定保健指導の対象に該当した場合は、健診当日または後日、保健指導実施機関から連絡がありますので、必ず特定保健指導をお受けください（無料）。特定保健指導の詳細は、20～21ページを参照ください。
特定保健指導では、専門職の立場からあなたに合った支援やアドバイスが受けられます。生活習慣を変えることは簡単ではありません。専門職と一緒に無理のない目標を設定し、健康状態を維持・改善するための生活習慣を身につけていきましょう!

東芝けんぽ総合健診の結果はアプリでも閲覧可能です。

ウィズウェルネス（健康情報管理アプリ）

東芝けんぽ総合健診で受診した健診結果は、結果到着後3～5週間後よりアプリでもご確認いただけます。
急な外来受診等で健診結果が必要な時や、紙の健診結果票を紛失した場合でも、PC・スマートフォン・タブレットなどから、いつでも健診結果を確認できますので、ぜひご活用ください。

ウィズウェルネスで出来ること

●**健診・検査結果を時系列で表示、いつでもスマートフォンで確認!**

●**過去の健診結果を写真で取り込みデジタル化!**

●**「つながり」機能で、大切な人の健康を見守り!**

●**バイタルデータを一元管理!**

●**健康コラムを読んで健康知識が増える!**

画面はイメージです。

利用方法

PHRアプリ「ウィズウェルネス」に登録いただくと、アプリ上で結果が閲覧可能になります。

※新規登録完了後、団体情報の登録をお願いします。
団体コードを入力いただけないと、健診結果が連動されません。

【 団体コード：10003 】

登録方法・機能紹介

https://www.withwellness.com/pr/

アプリダウンロード（登録無料）

App Store からダウンロード　Google Play で手に入れよう

iOSの方はApp Store、Androidの方はGoogle Playで、「ウィズウェルネス」を検索。
または、二次元バーコードを読み取ってください。

PC・スマートフォン・タブレット（ブラウザ）の方

ウィズウェルネス

東芝けんぽ総合健診

個人情報の取扱いについて

●**利用する個人情報の内容および利用者の範囲**

東芝健康保険組合：健診項目に関する健診結果など

H.U.ウェルネス株式会社：以下「H.U.ウェルネス株式会社」における個人情報の取得について」に記載のとおり

●**利用範囲**

①健康の保持・増進・保健指導　②健診データの分析・解析
③集計結果の報告、健康相談

●**個人データの管理において責任を有する者**

東芝健康保険組合

●**「H.U.ウェルネス株式会社」における個人情報の取得について**

本サービスにおけるご利用者様の個人情報のお取り扱いについて、以下の事項をお読みいただき、内容にご同意のうえ、ご利用ください。

1.個人情報とは

個人情報とは、個人情報の保護に関する法律（以下「法」といいます。）第2条第1項第1号または同条項第2号に該当する情報をいい、これにはご利用者様の氏名・生年月日・住所・電話番号・電子メールアドレス・ご利用者様が受診された健康診断（がん検診含む）の結果等が含まれます。

2.個人情報の取得

弊社は、本サービスに関連してご利用者様の個人情報を取得します。これには、弊社がご利用者様から直接取得する場合のほか、ご利用者様が健康診断の予約を申し込まれた弊社の提携医療機関（以下「提携医療機関」といいます。）がご利用者様の健康診断の結果等を弊社に対して提供することにより取得する場合があります。

3.個人情報の利用目的

弊社は、本サービスに関連して取得する個人情報を、以下の目的のために利用するものとし、その他の目的には利用いたしません。

(1) 健康診断のご予約情報の管理および提携医療機関に対するご予約情報の提供
(2) ご利用者様の所属先に対する健康診断（がん検診含む）の結果報告
(3) ご利用者様のご登録情報等に関する経年管理
(4) 本サービスの改善
(5) ご利用者様の同意に基づく第三者への提供

4.第三者への個人情報の提供

弊社は、法または他の法令に定める事由に該当する場合、および以下に定める場合を除き、ご利用者様の個人情報を、第三者に開示・提供することはございません。

(1) 弊社は、本サービスに関連して、ご利用者様の個人情報を提携医療機関および所属先に対し提供いたします。
(2) ご利用者様が、株式会社医針盤が提供するPHRサービス「ウィズウェルネス™」を経由して健康診断結果の受領を希望される場合、弊社はご利用者様の個人情報を株式会社医針盤に対し提供いたします。
(3) 弊社は、本サービスの業務の一部を外部業者に委託しており、当該業者に対しご利用者様の個人情報を提供する場合があります。この場合、弊社は当該業者においてご利用者様の個人情報が安全に管理されるよう、必要な措置を講じております。
(4) 別途、ご利用者様から同意を得た場合、弊社は、当該同意の内容に従い、ご利用者様の個人情報を第三者に対し提供いたします。

その他、弊社におけるご利用者様の個人情報のお取り扱いに関する事項は、弊社のプライバシーポリシー（https://www.hugp.com/huwellness/privacy/）をご参照ください。

● 健診結果は、受診者へは健診機関より、東芝健保へは健診委託業者より報告されます。
●「高齢者の医療の確保に関する法律」に基づき、特定健康診査の結果を厚生労働省に提供することが健康保険組合に義務付けられているため、東芝健保は社会保険診療報酬支払基金経由にて個人情報を匿名化した健診結果を厚生労働省保険局に提出します。申込の際に記載した個人情報および健診結果については、掲載した利用目的以外には使用いたしません。

東芝けんぽ総合健診　お問い合わせ先

東芝健保 健診サポートセンター（委託機関（H.U.ウェルネス株式会社）が運営）
Mail：**info@kenshin-support.com**
TEL：**03-6895-3780**　受付時間 9:00 ～ 17:30（平日のみ）※土日祝日、年末年始はお休み

※東芝健保 健診サポートセンターより登録いただいているメールアドレス宛に受診に関するお知らせメールが届く場合があります。予めご了承ください。

「受診券」を利用した特定健康診査

健康保険組合連合会
（健保連：けんぽれん）の制度です

特定健康診査とは、生活習慣病のリスクを早期に発見するためのメタボリックシンドロームに着目した健診です。

受診期間
2025年4月1日～ 2026年3月31日

対象者
東芝健保加入の40～74歳の被扶養者、被保険者（特退、任継）
※受診日当日に東芝健保に加入されていない場合、利用できません。
※「東芝けんぽ総合健診」との併用はできません。

自己負担額
0円（自己負担はありません）
当日、健診機関に東芝健保が発行した「受診券」の提出が必須。

受診可能な医療機関の検索方法
●かかりつけ医へ問い合わせ
● Webで検索（詳細は18ページ参照）

検査項目

必須項目	医師の指示により実施
質　問　票（服薬歴・喫煙歴） 計　　測…身長・体重・BMI・腹囲 身体診察 血圧測定 脂　　質…空腹時中性脂肪※、HDL-コレステロール、LDL-コレステロール 代　謝　系…空腹時血糖※またはヘモグロビンA1c、尿糖 肝　機　能…AST（GOT）、ALT（GPT）、γ-GT（γ-GTP） 尿・腎機能…尿たんぱく	貧　血…ヘマトクリット値、血色素量、赤血球数 心電図…12誘導心電図 眼　底…眼底カメラ両眼 腎機能…eGFR、クレアチニン

※やむを得ず空腹時採血ができない場合、随時中性脂肪・随時血糖でも可

申請方法

メールの場合
宛先：Knp-hoken-QA@ml.toshiba.co.jp　件名：受診券発行依頼
本文：19ページの「（様式2-11）特定健康診査受診券　発行申請書」の項目について全て記載し、上記宛先へメール送信

郵送の場合
19ページの「（様式2-11）特定健康診査受診券　発行申請書」に必要事項を記入し、申請書に記載の送付先へ郵送

受診の流れ
①健診機関へ東芝健保が発行する受診券を利用して受診できるかを確認
②健診機関へ予約申込
③東芝健保に郵送またはメールにて申請
④東芝健保より受診券が届く（受診予定月の約1ヶ月前）
⑤受診券と保険証を健診機関窓口へ提示し受診

健診の結果により特定保健指導の対象となった場合、委託業者（SOMPOヘルスサポート（株）、（株）フィッツプラス、（株）保健支援センター）より案内が届く場合がありますので、必ず受診ください（詳しくは20～21ページ参照）。

がん検診もご受診ください

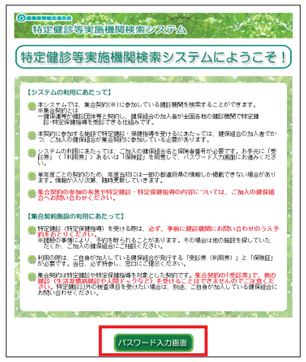
特定健康診査受診券ではがん検診は受診できません。がん検診・生活習慣病健診等を受診される場合は、25ページの補助金制度をご利用ください（市区町村が行っているがん検診も補助対象です）。

受診可能な医療機関の調べ方

1 「特定健診等実施機関検索システム」へアクセスして「パスワード入力画面」ボタンをクリック

健保連特定健診システム　検索

http://hoken.kenporen.or.jp/Kensin

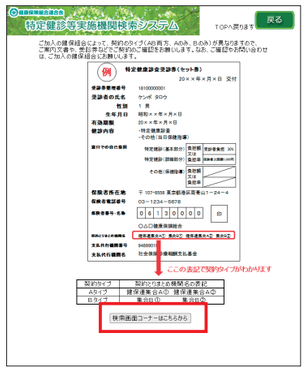


2 「ご加入の健康保険組合名」と「保険者番号」を入力して「検索画面に入る」ボタンをクリック

共通
ご加入の健康保険組合名：**「東芝」**
保険者番号：**保険者番号「06140305」**（半角）

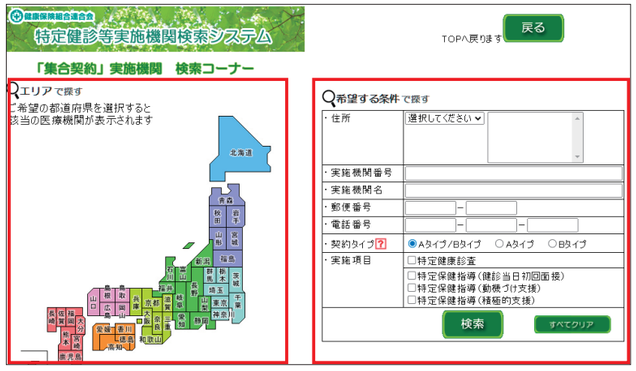
※個人の保険証番号ではありません。

3 「検索コーナーはこちらから」ボタンをクリック



4 受診できる医療機関を検索する

地図上の都道府県をクリックするか、希望する条件を指定して確認してください。
「契約タイプ」はA、Bどちらでも利用可能ですので「Aタイプ/Bタイプ」を選んでください。
「実施項目」は選択不要です。



（様式　２－１１）

受診対象年齢 ： 年度末年齢 ４０歳以上(従業員を除く)

（受診者本人）　→　（東芝健保）

特定健康診査受診券　発行申請書

東芝健康保険組合　御中

下記のとおり「特定健康診査受診券」の発行を申し込みいたします。

保険証記号・番号 ※保険証等に記載のとおり転記ください		記　号	番　号
被保険者氏名			
受診者①氏名	フリガナ		生 年 月 日
	漢　字		西暦　　年　　月　　日
受診者②氏名	フリガナ		生 年 月 日
	漢　字		西暦　　年　　月　　日
受診者③氏名	フリガナ		生 年 月 日
	漢　字		西暦　　年　　月　　日
連絡先電話番号		（　　）	
受診予定月 ※受診月が異なる場合は、早い受診月を記入ください		西暦　　年　　月　頃　受診	
任継の方のみ記入 (記号：300)		有効期限　西暦　　年　　月　　日	

受診券送付先住所 ※健保登録住所以外に送付希望の場合のみ記入ください	〒　　－

「特定健康診査受診券」は、紛失防止のため受診予定月の１ヶ月前に送付しますので、ご了承ください。

送　付　先	郵　送：〒212-8577　神奈川県川崎市幸区小向東芝町1番地 東芝健康保険組合　データヘルス事業担当 宛 社内便：（ケンポ）（ＤＨ事）　宛 メール：Knp-hoken-QA@ml.toshiba.co.jp ※本文に上記内容を記載いただいた場合、申請書のメール添付は不要です。

Ver.7

特定健康診査・特定保健指導

国（厚生労働省）の施策・高齢者の医療の確保に　関する法律により「特定健康診査」・「特定保健指導」を実施しています。
東芝健保独自の取り組み施策ではありません。

特定健康診査（特定健診）

特定健診とは、生活習慣病の予防と早期発見のため、内臓脂肪の蓄積に着目した健康診断（問診含む）です。
健康保険に加入する40歳以上75歳未満の方（被扶養者含む）を対象に、1年に1回受診いただき、ご自身の健康管理にお役立ていただきたい内容となっております。

特定健診を受けるとメリットだらけ!

①生活習慣病を見つけられる
②健康状態の変化を継続的に把握できる
③メタボのリスクが出たら、
　専門家のサポートを受けられる
④医療費を抑制できる

※かかりつけ医に通院中の方も特定健診の受診をおすすめしています。通院では、疾患のみの検査に限られる場合があります。
　特定健康診査項目を網羅できるよう、かかりつけ医と相談の上、ぜひ特定健診を受診ください。

特定保健指導

特定保健指導とは、特定健診の結果から内臓脂肪の蓄積に起因する生活習慣病のリスクが高い方に対して行います。健康状態が改善されることを目指して、管理栄養士などの専門職と一緒に、生活習慣の改善のため、生活の中で「変えられること」を見つけて実行し、良い生活習慣として習慣づけていくものです（判定基準は右図参照）。
一人ひとりが、生活習慣病予防のためにご自身で健康を管理するという『セルフケア』ができるようになることを目的としていますので、対象となった方は、ぜひこのチャンスを逃さずに必ず受けてください。

特定保健指導を受けるとメリットだらけ!

①専門家がサポートしてくれる
　（約2 ～ 3.5万円相当が無料）
②自分にあった方法で結果が出せる
③健康寿命を延ばせる
④将来の医療費や治療に掛かる
　時間を節約できる

※対象の方には健診実施機関または東芝健保が委託している特定保健指導実施機関より案内をお送りします。
　あらかじめご了承ください。

特定健康診査や特定保健指導を受けないと、こんなデメリットがあります

健康上のリスクを見逃し、改善するきっかけを後回しにしてしまうことが最大のデメリットです。
ご自身の健康を守るために、必ず受診しましょう。

さらには、健康寿命を延伸し医療費の適正化を実現するために、健保組合に特定健診の実施が義務化されています。
健診受診率が低い健保組合には、ペナルティとして国に納める納付金（高齢者医療のための拠出金）が加算され、高額な納付金を支払わなくてはなりません。

健保は、被保険者と事業主からいただく保険料を財源に事業を運営しております。
加入員のみなさまに還元できる施策を実施していくためにも、まずは健診をご受診ください。

特定保健指導の判定基準

STEP 1　腹囲とBMIで内臓脂肪蓄積のリスクを判定

①腹囲	②BMI	③
男性85cm以上 女性90cm以上	腹囲は基準値未満だが BMIが25以上	①②以外の方 保健指導の対象ではありません

BMI＝体重（kg）÷身長（m）÷身長（m）

STEP 2　検査結果・質問票より追加リスクをカウント

①血糖値*	②脂質	③血圧		④喫煙
空腹時血糖 （やむを得ない場合は随時血糖） 100mg/dl以上 空腹時血糖がない場合は HbA1c5.6%以上	空腹時中性脂肪150mg/dl以上 （やむを得ない場合は 随時中性脂肪175mg/dl以上） または HDLコレステロール40mg/dl未満	収縮期130mmHg以上 または 拡張期85mmHg以上	＋	「あり」 ※左記①～③に1つ以上 該当した時にカウント

＊空腹時血糖とHbA1cの両方を測定している場合は、空腹時血糖を優先

STEP 3　STEP1、2から保健指導レベルをグループ分け

STEP1で①に該当し、STEP2の追加リスクが	
2以上	積極的支援
1	動機づけ支援
0	指導対象外

STEP1で②に該当し、STEP2の追加リスクが	
3以上	積極的支援
1～2	動機づけ支援
0	指導対象外

STEP1で③に該当
指導対象外

STEP 4　以下の条件を踏まえて保健指導レベルを確定

●血圧、血糖、脂質について、投薬治療を受けている方は特定保健指導の対象にはなりません。
　主治医と相談のうえ、適切に治療を行ってください。
●65歳以上の方は、積極的支援の対象となった場合も動機づけ支援となります。

特定保健指導実施機関

SOMPOヘルスサポート㈱　㈱フィッツプラス　㈱保健支援センター
東芝けんぽ総合健診実施の一部健診機関

健保制度以外での健康診断

パート・アルバイト先、かかりつけ医、市区町村で健康診断を受診された方は、健診結果の報告をお願いします。

東芝健保ではパート・アルバイト先、かかりつけ医、市区町村の健康診断を受診された方については健診結果を送付いただくことで、健診受診を確認しています（ただし、東芝健保加入期間中に受診したものに限る）。
40歳以上の方の健診結果については、特定健康診査として国への報告が義務付けられていますので、忘れずにご報告ください。

〈提出不要の方〉
※保険診療で受診した際の検査結果（例：治療の一環で行った血液検査の結果など ）
※東芝けんぽ総合健診、「受診券」を利用した特定健康診査の結果

健康診断結果報告書の項目を全て受診していますか

- いいえ → **報告の対象外です**
- はい ↓

健診費用の自己負担はありましたか

- いいえ →
- はい ↓

領収書は受診者名義ですか

- いいえ → **補助対象外です**
- はい ↓

以下の資料を提出ください。

送付書類に不足なく記入しご提出いただいた方へ、クオカードをプレゼントします。
ただし、健保より健康診断の補助（補助金等）を受けている方は対象外。

送付書類	□ 23 ページの「（様式 2-12-1）健康診断結果報告書」 □ 24 ページの「（様式 2-12-2）質問票（問診）」 □ 健診結果のコピー
送 付 先	①郵便の場合 〒212-8577 神奈川県川崎市幸区小向東芝町 1 番地 東芝健康保険組合　データヘルス事業担当 ②社内便の場合 （ケンポ）（DH 事）
提出期限	**2026年5月20日健保必着**

以下の資料を提出ください。

補助金制度が利用できますので、以下の送付書類を提出ください。
補助金制度については25～26ページを参照ください。

送付書類	□ 23 ページの「（様式 2-12-1）健康診断結果報告書」 □ 24 ページの「（様式 2-12-2）質問票（問診）」 □ 健診結果のコピー	□ 27 ページの「（様式 2-4-1）保健事業補助金申請書」 □ 領収書（原本）
送 付 先 提出期限	一般被扶養者	被保険者（従業員）のお勤め先の健保担当者（総務・管理担当など） ※東芝健保への直接送付は不可 提出締切：2026年5月8日頃（事業所健保担当者→東芝健保　2026年5月20日健保必着）
	特退・任継	〒212-8577　神奈川県川崎市幸区小向東芝町1番地 東芝健康保険組合　データヘルス事業担当 提出締切：2026年5月20日健保必着

健診の結果により特定保健指導の対象となった場合、委託業者（SOMPO ヘルスサポート（株）、（株）フィッツプラス、（株）保健支援センター）より案内が届く場合がありますので、必ず受診ください（詳しくは20～21ページ参照）。

（様式　2－12－1）

健診結果報告書

被保険者番号		受診者氏名	
記号	番号	（ﾌﾘｶﾞﾅ）	
住　所		電話番号	生年月日
〒　　－			西暦　　年　　月　　日 （　　歳）

受診日	西暦　　年　　月　　日
受診病院名 および 住　所	【健診機関（病院）名】（正式名称で記入のこと） 【住所】〒　　－ 【電話番号】
健診の種類 （☑を入れてください）	□ パート・アルバイト等の勤務先で実施の健康診断　□ 市区町村で実施の健康診断 □ かかりつけ医で実施の健康診断　東芝けんぽ総合健診、特定健康診査（受診券）を受診の方は提出不要

健診項目	身体測定	身長	cm		※腹囲も忘れずにご記入ください。
		体重	kg		
		腹囲	cm		
		BMI			
	血圧	最高／最低（mmHg）	／		
	血液検査　脂質	中性脂肪（ﾄﾘｸﾞﾘｾﾗｲﾄﾞ）	mg/dl		
		HDLコレステロール	mg/dl		
		LDLコレステロール	mg/dl		
		Non-HDLコレステロール	mg/dl		
	肝機能	AST（GOT）	IU/l		
		ALT（GPT）	IU/l		
		γ－GT（γ－GTP）	IU/l		
	血糖	①血糖値	mg/dl		血糖は①②のいずれかをご記入ください。
		②HbA1c（NGSP）	%		
	腎機能	血清クレアチニン	mg/dl		実施した場合、ご記入ください。
	貧血検査	赤血球数（RBC）	万/mm³		
		血色素量（Hb）	g/dl		
		ヘマトクリット（Ht）	%		
	採血時間（いずれか○）		1.記載なし　2.食後10時間以上　3.食後3.5以上10時間未満　4.食後3.5時間未満		
	尿検査	尿糖（いずれか○）	－　±　＋　2＋　3＋以上		
		尿たんぱく（いずれか○）	－　±　＋　2＋　3＋以上		
	健康診断を実施した医師の氏名				
	診察・他覚所見		1.異常あり 2.異常なし	異常ありの場合は必ず具体的に記入	
	自覚症状（腰痛、肩こり等）		1.あり 2.なし	ありの場合は必ず具体的に記入	
その他	既往歴（高血圧、貧血等）		1.あり 2.なし	ありの場合は必ず具体的に記入	

※保険証を使用して受診した際の検査結果は提出不要（例：治療の一環で行った血液検査の結果など ）。

裏面あり　⇒

Ver11

（様式　２－１２－２）

質問票（問診）

被保険者番号													受診者氏名
記号				番号									(ﾌﾘｶﾞﾅ)

	質問項目	回答
	現在aからcの薬の使用の有無（医師の診断・治療のもとで服薬中の者）	
1	a.　血圧を下げる薬	1.　はい（服薬有）　2.　いいえ（服薬なし）
2	b.　血糖を下げる薬またはインスリン注射	1.　はい（服薬有）　2.　いいえ（服薬なし）
3	c.　コレステロールや中性脂肪を下げる薬	1.　はい（服薬有）　2.　いいえ（服薬なし）
4	医師から、脳卒中（脳出血、脳梗塞等）にかかっているといわれたり治療を受けたことがありますか。	1.　はい　2.　いいえ
5	医師から、心臓病（狭心症、心筋梗塞等）にかかっているといわれたり、治療を受けたことがありますか。	1.　はい　2.　いいえ
6	医師から、慢性腎臓病や腎不全にかかっているといわれたり、治療（人工透析など）を受けていますか。	1.　はい　2.　いいえ
7	医師から、貧血といわれたことがある。	1.　はい　2.　いいえ
8	現在、タバコを習慣的に吸っていますか。 ※「現在、習慣的に喫煙している者」とは、条件①と条件②を両方満たす者 条件①：最近１ヶ月間吸っている 条件②：生涯で６ヶ月以上吸っている、又は合計100 本以上吸っている	1.　はい（条件①②を両方満たす） 2.　以前は吸っていたが、最近１カ月間は吸っていない（条件②のみ満たす） 3.　いいえ（1.・2. 以外）
9	２０歳の時の体重から１０kg以上増加している。	1.　はい　2.　いいえ
10	１回３０分以上の軽く汗をかく運動を週２日以上、１年以上実施。	1.　はい　2.　いいえ
11	日常生活において歩行または同等の身体活動を１日１時間以上実施している。	1.　はい　2.　いいえ
12	ほぼ同じ年齢の同性と比較して歩く速度が速い。	1.　はい　2.　いいえ
13	食事をかんで食べる時の状態はどれにあてはまりますか。	1.　何でもかんで食べることができる 2.　歯や歯ぐき、かみあわせなど気になる部分があり、かみにくいことがある 3.　ほとんどかめない
14	人と比較して食べる速度が速い。	1.　速い　2.　普通　3.　遅い
15	就寝前の２時間以内に夕食をとることが週に３回以上ある。	1.　はい　2.　いいえ
16	朝昼夕の３食以外に間食や甘い飲み物を摂取していますか。	1.　毎日　2.　時々　3.　ほとんど摂取しない
17	朝食を抜くことが週に３回以上ある。	1.　はい　2.　いいえ
18	お酒（日本酒、焼酎、ビール、洋酒など）を飲む頻度はどのくらいですか。 ※「やめた」とは過去に月１回以上の習慣的な飲酒歴があった者のうち、最近１年以上酒類を摂取していない者	1.　毎日　2.　週５～６日　3.　週３～４日 4.　週１～２日　5.　月に１～３日　6.　月に１日未満 7.　やめた　8.　飲まない（飲めない）
19	飲酒日の１日当たりの飲酒量 日本酒１合（アルコール度数１５度・１８０ｍｌ）の目安とは ビール（同５度・５００ｍｌ）、焼酎（同２５度・約１１０ｍｌ）、 ワイン（同１４度・１８０ｍｌ）ウイスキー（同４３度・６０ｍｌ）、 缶チューハイ（同５度・約５００ｍｌ、同７度・約３５０ｍｌ）	1.　１合未満　2.　１～２合未満　3.　２～３合未満 4.　３～５合未満　5.　５合以上
20	睡眠で休養が十分とれている。	1.　はい　2.　いいえ
21	運動や食生活などの生活習慣を改善してみようと思いますか。	1.　改善するつもりはない 2.　改善するつもりである（概ね6か月以内） 3.　近いうちに（概ね1か月以内）改善するつもりであり、少しずつ始めている 4.　既に改善に取り組んでいる（6か月未満） 5.　すでに改善に取り組んでいる（6か月以上）
22	生活習慣の改善についてこれまでに特定保健指導を受たことがありますか。	1.　はい　2.　いいえ

送付資料	□（様式2-12-1）健診結果報告書　□（様式2-12-2）質問票（問診）　□健診結果コピー ※「健診結果報告書」および「質問票（問診）」は、全ての項目を記入してください。 ※健診費用が発生し補助金申請する場合は「保健事業補助金申請書」と領収書（原本）を添付のうえ申請してください。
お問い合わせ先 送付先	郵　送：　〒212-8577　神奈川県川崎市幸区小向東芝町1番地 東芝健康保険組合　データヘルス事業担当　宛 ※「健診結果報告書」在中とご記入ください。 社内便：　（ケンポ）（DH事） ＴＥＬ：　０４４－５２０－７８２６

補助金制度

市区町村から案内のあった健康診断・がん検診を受けて自己負担金があった場合および、以下①～③で受診できず、任意の医院で自費で受診した健康診断・がん検診について、補助を行います。

① 東芝けんぽ総合健診　→7ページ
② 「受診券」を利用した特定健康診査（40歳以上）→17ページ
③ パート・アルバイト先の健康診断・がん検診 →22ページ

注意事項

●同じ年度（4月～翌年3月）において、同じ項目（部位）の検査の補助は1回です。
●胃がん検診は2025年度から対象年齢を変更しました。詳しくは4ページを参照ください。
●40歳以上の乳がん検診の費用補助について、以下についてご注意ください。
・東芝けんぽ総合健診のオプションでマンモグラフィを受診し、乳腺エコー（超音波）を同時追加または別の健診機関で受診した場合、乳腺エコー（超音波）の費用は補助対象外となります。
・マンモグラフィと乳腺エコー（超音波）両方同時に受診した場合は、40歳以上推奨のマンモグラフィの費用に対し補助金を支給します。
●以下については補助対象外です。
・26ページに掲載している検査項目以外（腫瘍マーカー（PSA 検査、HPV 検査など）、PET 検査、CT 検査、脳ドックなど）
・資格喪失（脱退または扶養から外れた方（遡り資格喪失含む））後受診
・健診結果に基づく再検査、精密検査
・東芝けんぽ総合健診の自己負担額（35歳以上：4,000円、34歳以下（任継本人および配偶者）：2,000円）
・東芝けんぽ総合健診で受診済みのがん検診（既に東芝健保が補助をしているため）
・単価が出ないセット健診の検査項目
例1：人間ドックに含まれる胸部X線検査、腹部超音波検査、胃がん検査など
例2：胃がん検査のX線を内視鏡に変更した際の差額（東芝けんぽ総合健診の内視鏡差額3,300円も同様）
※ただし、費用がセット健診のコース料金に含まれないオプション項目（婦人科がん検診など）については、明細（料金）が確認できる場合に限り補助対象とする。
●気になる症状がある場合は健康診断・がん検診を待たず、保険診療にて受診し医師へご相談ください。

申請について

●保険証を利用せず検査費用の全額を自己負担したものが補助対象です。
●領収書の宛名は受診者の氏名で発行を受けてください。領収書に受診項目や項目別の単価の記載がない場合は、詳細内容がわかる明細書（検査項目・費用の明記があるもの）等を申請書に添付してください。

申請対象受診期間	**2025年4月1日～ 2026年3月31日受診分**	
提出先	一般被扶養者	被保険者（従業員）のお勤め先の健保担当者（総務・管理担当など） ※東芝健保への直接送付は不可
	特退・任継	【送付先】 〒212-8577　神奈川県川崎市幸区小向東芝町1番地 東芝健康保険組合　データヘルス事業担当
提出期日	**2026年5月20日健保必着** ※期日を過ぎるとお支払いができませんので、ご注意ください。	

補助金制度

健(検)診補助基準

	検査項目		対象者	補助限度額(税込)	備考
がん検診	胃がん	X線(バリウム)	40歳以上	14,300円	• 50歳以上はどちらか一方 • 40歳未満は対象外 • 東芝けんぽ総合健診での内視鏡自己負担3,300円は補助対象外
		内視鏡	50歳以上		
	肺がん	胸部X線	35歳以上	2,750円	
		喀痰細胞診	50歳以上の高危険群＊	4,400円	＊高危険群：喫煙指数600以上の人(1日の本数×年数) 例：20本×30年
	大腸がん	便潜血	35歳以上	2,090円	• 大腸カメラ検査は対象外
	乳がん	マンモグラフィ	40歳以上の女性	7,150円	• 40歳以上はどちらか一方 • 29歳以下は対象外 • 視触診との組み合わせ可 • 視触診単独実施は補助対象外
		超音波	30歳以上の女性		
	子宮頸がん	頸部細胞診	女性	5,500円	頸部細胞診以外(経腟エコー、体部細胞診等)は補助対象外
生活習慣病検診	眼底検査	網膜の疾患の有無や動脈硬化の程度を調べます	35歳以上	1,320円	
	腹部超音波検査	5臓器(胆のう・肝臓・膵臓・脾臓・腎臓)を調べます	35歳以上	6,050円	
その他の検査	骨密度		女性	3,300円	• 生涯1回のみ
	乳児健診 保健指導	発育、栄養、 疾病予防、 育児相談等	生後1年未満の被扶養者	3,300円	• 1回のみ • 母子手帳(お子様の氏名、健診日の記載のあるページ)のコピーの提出が必須です。
	健康診断	診察、身体計測、血圧測定、尿検査、血液検査	※未就学児、学校保健安全法の対象は除く	7,480円	• 23・24ページの「健診結果報告書」「質問票(問診)」の提出が必須です。 詳しくは22ページ参照

【提出先】
■一般被扶養者（従業員の家族）：受診者→一般被保険者（従業員）→各事業所の健保担当者→東芝健保
■特退・任継：受診者→東芝健保

（様式　2－4－1）

※事業主（所）記載欄		
適用事業所記号（3桁）		

東芝健康保険組合　使用欄		
グループ長		担当者

事業主（所） 健保担当者
印

【一般被扶養者・特退・任継用】

保健事業補助金申請書

東芝健康保険組合　御中
下記のとおり申請いたします。

領収書の返却希望 ☐

①《被保険者情報記入欄》　※太枠内の記入と、該当するするものに☑を入れてください。

被保険者証		被保険者氏名	被保険者の勤務先名 （特退・任継の方は記入不要）
記号	番号		

委任状	この申請に基づく補助金の受領を事業主に委任します。　西暦　年　月　日 ※特退・任継の方は記入不要　被保険者氏名 ＿＿＿＿＿＿

②《受診者情報記入欄》

受診者氏名	続柄	性別	生年月日（西暦）
	☐ 本人（被保険者） ☐ 家族（被扶養者）	☐ 男 ☐ 女	年　月　日

健診の種類	☐ 単独で受診（自治体の健診含む） ☐ パート・アルバイト先の健診（オプション含む）

判定結果
1：異常なし　2：経過観察（受診不要）3：要観察（要受診）
4：要治療・精検　5：治療中　6：判定不能

1．がん・生活習慣病検診

	検診項目		対象年齢	補助上限額（消費税10%込）	備考	補助金申請額	判定結果 該当する数字に○
がん検診	胃がん ※どちらかにチェック	☐ X線（バリウム）	40歳以上	14,300 円	• 50歳以上はどちらか一方 • 40歳未満は対象外 • 東芝けんぽ総合健診での内視鏡自己負担3,300円は補助対象外	円	1 2 3 4 5 6
		☐ 内視鏡	50歳以上				
	肺がん	胸部X線	35歳以上	2,750 円		円	1 2 3 4 5 6
		喀痰細胞診	50歳以上 高危険群＊	4,400 円	＊高危険群：喫煙指数600以上の人（1日の本数×年数） 例：20本×30年	円	1 2 3 4 5 6
	大腸がん	便潜血	35歳以上	2,090 円	• 大腸カメラ検査は対象外	円	1 2 3 4 5 6
	乳がん ※どちらかにチェック	☐ マンモグラフィ	40歳以上	7,150 円	• 40歳以上はどちらか一方 • 29歳以下は対象外 • 視触診との組み合わせ可 • 視触診単独実施は補助対象外	円	1 2 3 4 5 6
		☐ 超音波	30歳以上				
	子宮頸がん	頸部細胞診	女性	5,500 円	• 頸部細胞診以外（経膣エコー、体部細胞診等）は補助対象外	円	1 2 3 4 5 6
生活習慣病検診	眼底検査	網膜の疾患の有無や動脈硬化の程度を調べます	35歳以上	1,320 円		円	1 2 3 4 5 6
	腹部超音波検査	5臓器（胆のう・肝臓・膵臓・脾臓・腎臓）を調べます	35歳以上	6,050 円		円	1 2 3 4 5 6

2．そのほかの検査

骨密度		女性	3,300 円	• 生涯1回のみ	円	1 2 3 4 5 6
乳児健診 保健指導	発育・栄養・疾病予防・育児相談等	生後1年 未満の乳児	3,300 円	• 1回のみ	円	
	（添付書類）母子手帳（お子様の氏名、健診日の記載のあるページ）のコピー					
健康診断	身体計測・尿検査・血圧測定 血液検査・問診（他、医師の判断）	―	7,480 円	• 未就学児、学校保健安全法の対象は除く	円	
	（添付書類）「健診結果報告書」（様式2-12-1）・「問診票」（様式2-12-2）・健診結果のコピー					

健保記入欄	受診日	年　月　日

Ver.11

【一般被扶養者・特退・任継用】

保健事業補助金申請書　領収書添付用
（返却希望の方は、のり付けでなくホチキス止めでお願いします）

● 受診・申請前に確認をお願いします。

チェック	確認事項
□	保険診療での受診分については、補助対象外となります。
□	表面の検診項目に記載のない検査方法は、補助対象外となります。
□	「東芝けんぽ総合健診」を受診した場合、年度内に同一部位の補助金申請はできません。

● 提出前に書類の確認をお願いします。

チェック	確認事項
□	領収書は原本ですか。
□	領収書の宛名は、受診者本人になっていますか。
□	領収書に受診項目や項目別単価の記載がありますか。 ない場合は、内容の分かる明細書等を添付ください（詳細が分からない場合、補助対象となりません）。
□	この用紙は、被扶養者、特退、任継用です。一般被保険者（従業員）の申請は、別の用紙をご利用ください。
□	記載内容に不足はないですか。
□	乳児健診保健指導を申請の場合、添付書類は付いていますか。
□	健康診断を申請の場合、添付資料は付いていますか。 また、（様式2-12-1）「健診結果報告書」、（様式2-12-2）「問診票」の全ての項目を記載してありますか。

■注意事項

①	同一年度において、同一項目（部位）の検査を複数回（2回以上）補助金申請することはできません。 （例：東芝けんぽ総合健診のオプションでマンモグラフィを受診し、乳腺エコー（超音波）を同時追加または 別の医療機関で受診した場合、乳腺エコー（超音波）の費用は補助対象外です。）
②	提出書類を審査の上、補助限度額内で実費をお支払いいたします。
③	健診機関独自の人間ドックや検査項目の単価が出ないセット健診の項目は、補助対象外です。なお、胃X線検査から 内視鏡に変更した際の差額も同様。
④	東芝けんぽ総合健診の自己負担額（35歳以上：4,000円、34歳以下（任継本人および配偶者）：2,000円）は 補助対象外です。なお、胃部内視鏡受診時の追加個人負担3,300円も同様。
⑤	本申請書に記載した個人情報並びに証明書類については、東芝健保HP、総合健診ガイドの「個人情報の取扱いについて」 に掲載の利用目的以外には使用いたしません。

■提出先および支払日

	提出先	支払日
一般被扶養者 （従業員の家族）	**受診者 → 一般被保険者（従業員） → 各事業所の健保担当者(※) → 東芝健保 ※東芝健保への直接提出は不可。(HAS)受託会社の方は (HAS)のホームページより送付先をご確認ください。**	20日締め切り、翌月25日払い （給与併合払い）
特退・任継	**受診者 → 東芝健保**	20日締め切り、翌月25日払い （保険料引落し口座への振り込み）

■提出期限

健診結果が届いたら、速やかに申請書を提出してください。
年度（当年4月～翌年3月受診分）の締め切りは、5月20日健保必着となりますのでご注意ください。

健（検）診結果は有効に活用しましょう

健診結果報告書は必ず目を通す

健診は受けることが目的ではありません。
健診結果は、すみずみまでチェックをしてください。

健診結果報告書は必ず保存する

過去の数値と比較することで、今後の生活を見直すことができます。

健診結果報告書をかかりつけ医に確認してもらう

現在、通院している人は健診結果をかかりつけ医に確認してもらいましょう。
現在かかっている病気の治療に役に立ったり、重複検査の必要がなくなる場合もあります。

二次検査（再検査、精密検査）を無視しない

自覚症状がなくても進行する病気もあります。
『再検査』『精密検査』などの健診後の対応も含めて「健診」と捉えていただき、判定結果に従って、医療機関をご受診ください。

結果が基準値以内でも安心しない

気になることがあれば迷わず医療機関に相談してください。

特定保健指導の案内が届いたら、必ず受ける

経験豊富な保健師や栄養士などからアドバイスを受けられるので、効果的に生活習慣の見直しをすることができます。
費用はかかりませんので、ぜひご活用ください。

相談する医療機関が不明な場合や、こころとからだの健康全般についてのご相談がありましたら、
「こころとからだの健康相談」をご利用ください。詳細は、健保HP等でご確認ください。

健康に関する情報・相談窓口

ホームページ

e-ヘルスネット

厚生労働省が運営する生活習慣病予防のための健康情報サイト。食生活、運動、こころの健康など、幅広い情報を提供しています。

https://www.e-healthnet.mhlw.go.jp

健康ネット

公益財団法人健康・体力づくり事業財団が運営するホームページ。健康・体力づくりの普及のために行なっている様々な事業を紹介。

https://www.health-net.or.jp

WAM NET

独立行政法人福祉医療機構が運営する福祉・保健・医療の総合サイトです。医療、介護、障害者福祉などの情報を、経営者、専門職など様々な対象者に発信しています。

https://www.wam.go.jp/content/wamnet/pcpub/top/

日本医師会 禁煙は愛

日本医師会が運営する禁煙に関する情報を提供するサイト。喫煙による健康等への影響や、禁煙に取り組む方法などを紹介しています。

https://www.med.or.jp/forest/kinen/

健康長寿ネット

健康長寿社会の発展を目的に作られた公益財団法人長寿科学振興財団が運営するホームページ。高齢期を前向きに過ごすための様々な情報を提供しています。

https://www.tyojyu.or.jp/net/

こころの耳

厚生労働省が運営する、働く人のメンタルヘルスケアに特化した健康情報サイト。「働く人」、「ご家族の方」、「事業者の方」など、利用者にあわせて5つに情報を分類しています。

https://kokoro.mhlw.go.jp

医薬品医療機器総合機構

独立行政法人医薬品医療機器総合機構が運営するサイトです。医薬品等の安全な使用に役立つよう、最新の情報を提供しています。

https://www.pmda.go.jp

厚生労働省 まもろうよこころ

以下のサイトでは、様々な年代や悩みの種類に応じた電話相談窓口を紹介しています。
電話相談窓口の一覧は以下のURLをご覧ください。

まもろうよ こころ

https://www.mhlw.go.jp/mamorouyokokoro/soudan/tel/

https://www.mhlw.go.jp/mamorouyokokoro/

電話相談窓口

救急安心センター事業
受診等の判断・応急手当に関するご相談

急な病気やケガに関して、相談員に医療機関を受診すべきかどうかアドバイスを受けられます。ご利用は一部の地域に限られます。詳細は消防庁のHPをご確認ください。

#7119（相談料は無料、通話料は利用者負担）

子ども医療電話相談事業
子どもの諸症状の判断に関するご相談

全国同一の番号をプッシュすることにより、お住まいの都道府県の窓口に自動的につながります。小児科医師・看護師からお子さんの症状に応じた適切な対処の仕方や受診する病院等のアドバイスを受けられます。

#8000（相談料は無料、通話料は利用者負担）

『**がん検診について**』（国立がん研究センター　がん情報サービス）

https://ganjoho.jp/public/pre_scr/screening/about_scr01.html

『**がん検診の賢い受け方**』（がん検診の利益・不利益等の適切な情報提供の方法の確立に資する研究班）

https://gankenshin.jp/products/pros-and-cons/

『**動画で学ぶ「がん」について**』（がん対策推進企業アクション）

https://www.gankenshin50.mhlw.go.jp/movie/index.html

MEMO

□東芝健保ホームページ

健診に関する情報や申請書類などはホームページにも掲載しておりますので、あわせてご覧ください。

https://www.toshiba-kenpo.or.jp/

ユーザー ID：Tkenpo100　パスワード：Mirai100

□健診（全般）に関するお問い合わせ

東芝健康保険組合
データヘルス事業担当
〒 212-8577
神奈川県川崎市幸区小向東芝町 1 番地
Mail：**Knp-hoken-QA@ml.toshiba.co.jp**

□東芝けんぽ総合健診に関するお問い合わせ

東芝健保 健診サポートセンター（委託機関運営）
Mail：**info@kenshin-support.com**
TEL：03-6895-3780　受付時間 9:00 ～ 17:30（平日のみ）※土日祝日、年末年始はお休み

東芝健保における個人情報の取扱いについて

- 東芝健保各健診制度の健診は、東芝健康保険組合一般・特退・任継の被保険者（本人）および被扶養者の健康の保持・増進を図ることを目的としています。受診申し込みに際して知り得た情報や健診結果などの個人情報は、外部へ漏えいしないよう適切に管理いたします。また、それらの情報を掲載した目的以外で使用することはありません。
- 東芝健保は健診機関および健診委託業者から健診結果を取得します。また「高齢者の医療の確保に関する法律」に基づき、特定健康診査の結果を厚生労働省に提供することが健康保険組合に義務付けられているため、個人情報を匿名化した健診結果を厚生労働省保険局に提出します。