



よくある質問

1

現在妊娠中なのですが、生活習慣病健診・人間ドックは受診できますか？

▶ 受診可能ですが、オプション検査など一部受けていただけない項目もございます。

2

年度内に生活習慣病健診・人間ドックを複数回受診することが可能ですか？

▶ 受診できる回数は年度内1回のみです。複数回受診をされた場合、健保の補助はどちらか1回のみとなりますのでご注意ください。

3

不調もなく元気なのですが生活習慣病健診・人間ドックを受診した方が良いでしょうか？

▶ 生活習慣病は自覚症状がほとんどないため、気づかないうちに進行し、脳梗塞や心筋梗塞など重大な疾患を起こす可能性があります。早期発見し、疾患の重症化を予防するためにも、定期的な健診受診が大切です。

4

予約確定通知書をなくしてしまいました。どうすればよいですか？

▶ 再発行を希望される場合は、健診予約受付センター（0800-9199-017）までご連絡ください。健診予約受付センターの詳細は、P6をご参照ください。Webでご予約された場合は、健診ご予約サイトにログインいただき、「マイページ」から「予約確定通知書」をご確認ください。

5

希望条件内で予約ができなかった場合はどうなりますか？

▶ 健診予約受付センターよりお電話（Web申込の方はメール）にてご連絡させていただきます。

6

所定の手続を行わず、健診機関リストに記載されている健診機関で健診を受診してしまいました。健康保険組合の補助は適用となりますか？

▶ ベネフィット・ワンがご予約確定通知書を発行できる健診機関以外でのご受診や、ベネフィット・ワン所定手続以外でのお申込みの場合は、原則、健保の補助は適用されません。事前に健康保険組合へご相談ください。

7

通院している病院でも検査を受けているのに、生活習慣病健診を受けなければなりませんか？

▶ 生活習慣病健診は、生活習慣病の事前予防と早期発見のためには欠かせません。既に受診された他の検査にその項目が含まれているとは限らないため、生活習慣を見直す機会となりますので、ぜひ積極的にご受診ください。

「健診に行ってきたよ」
その一言が、
家族を安心させる。

2022年度 生活習慣病健診・人間ドックのご案内

※生活習慣病健診は、被扶養配偶者・任意継続者が対象となります。



健康診断を
ぜひご受診ください。

日本製紙健康保険組合

業務委託先 株式会社ベネフィット・ワン

健康寿命を延ばしましょう。

「病気を見つける」ことだけが目的ではなく、
「健康が証明される」ことも大事な目的となります。
年に1度の健診が、大切な家族や仲間の安心と笑顔につながります。



申込 期間	施設健診	巡回健診	受診 期間	施設健診	巡回健診
	2022年 3月18日(金) 2023年 2月28日(火)	2022年 3月18日(金) 2023年 1月20日(金)		2022年 4月1日(金) 2023年 3月31日(金)	2022年 6月1日(水) 2023年 3月31日(金)

混み合う時期を避けるために、お早めにお申込みください。

※施設健診は受診希望日の14日前までにご予約下さい。
※巡回健診は受診希望月の2ヶ月前の20日までにご予約下さい。

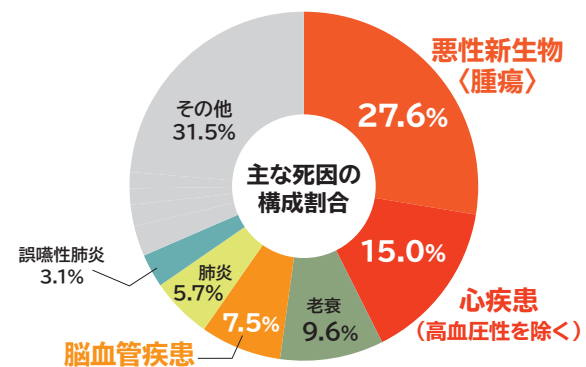
生活習慣病健診

被扶養配偶者・任意継続被保険者・
任意継続被扶養配偶者

自覚症状がないため、受診は
早期発見、医療費削減につながります。

気になる血糖値や尿酸値、肝機能やコレステロール値をはじめ、生活習慣病に関わる必要な検査を網羅した健診です。早期のリスク回避や生活習慣の改善につながります。

日本人の死因の約半数が生活習慣病



出典：令和2年（2020年）人口動態統計月報年計（概数）の概況より

メリット

- 1 早期発見が生活習慣病の最大のクスリとなる！
- 2 生活習慣病に特化した検査項目だからより安心。
- 3 何より自身のカラダを把握して、病気予防ができる。

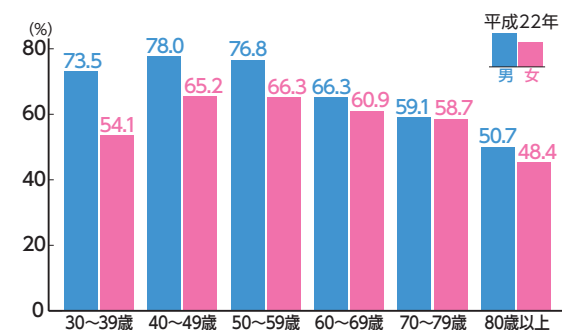
人間ドック

35歳以上の被保険者・被扶養配偶者
(任意継続者含む)

精密検査でがんなどの早期発見が
健康寿命を延ばす近道です！

年齢とともに高まるがんリスクなどに備え、生活習慣病健診よりさらに精度の高い検査項目が加わります。中高年の方、または最近ちょっと気になる不調がある方は、人間ドックで早期対策しましょう。

年齢別 人間ドック・健診の受診割合



注：入院者は含まない 出典：厚生労働省 平成26年人口動態統計より

メリット

- 1 徹底した精密検査で、病気を早期発見する！
- 2 細やかな数値を基に年に一度の健康管理ができる！
- 3 病気を予防することで、医療費削減につながる！

巡回レディース健診

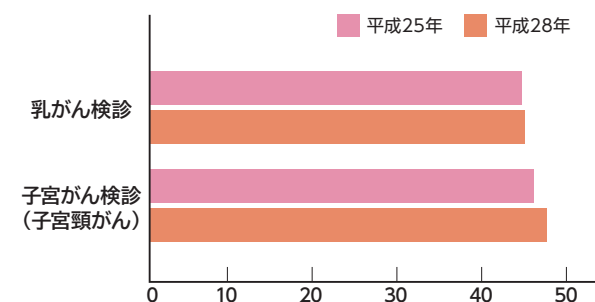
被扶養配偶者(任意継続者含む)

女性特有の様々な病気の発見や
お悩みを解消！

女性(被保険者・任意継続者・被扶養者)を対象とした健診を全国で実施しており、公共施設を利用した巡回車による会場健診を行っています。各地での開催情報をご確認の上、ぜひこの機会をご活用ください。

がん検診(オプション)を受診した40歳から69歳の割合

※子宮がん(子宮頸がん) 検診は20歳から69歳



出典：平成28年 国民生活基礎調査の概況より

メリット

- 1 女性特有のお悩みを解消！
- 2 気が付かないうちに忍び寄り病気を早期発見！
- 3 お気軽に近くの施設で受診できる！

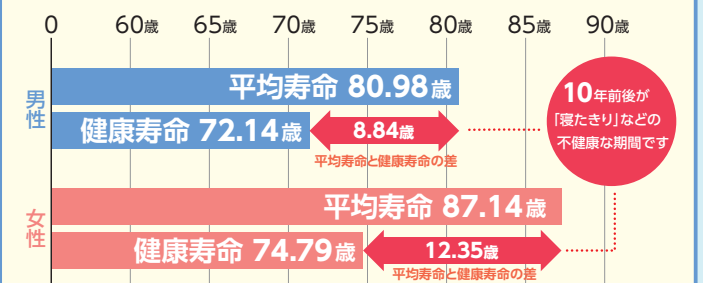
長生きだけが目的ではありません。

**本当の健康は、
元気に生活できることです。**

「健康寿命」とは…

一生のうち「健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間」と定義されています。

平均寿命と健康寿命の差



※厚生労働省「第11回健康日本21(第二次)推進専門委員会資料」(平成30年3月)

平均寿命と健康寿命で、
10年前後の差があります。



健診の上手な使い方

- 1 年に1回は、必ず健診を受けている
- 2 健診結果をストックして、数値を管理している
- 3 健診結果を反映して、生活習慣改善心がけている。
- 4 要検査を判定されたら、必ず受診している



各種健診のご案内



各種健診の補助

受診可能な対象年齢及び健診費用の補助額について

	年齢	加入区分	制度区分	オプション検査	健保補助額
生活習慣病健診 B2コース ※巡回レディース健診を含む	34歳以下	被扶養配偶者	一般・任意継続	・子宮頸部細胞診検査（※女性のみ） ・マンモグラフィ（※女性のみ） ・乳房エコー検査（※女性のみ） ・ABC検診（ペプシノゲン+ピロリ菌検査） どちらかのみ	上限 15,000円
		被保険者	任意継続		
	35歳以上	被扶養配偶者	一般・任意継続	・子宮頸部細胞診検査（※女性のみ） ・マンモグラフィ（※女性のみ） ・乳房エコー検査（※女性のみ） ・胃部X線検査 ・ABC検診（ペプシノゲン+ピロリ菌検査） どちらかのみ	上限 25,000円
		被保険者	任意継続		
人間ドックA（日帰り） 人間ドックC（2日間）		被保険者・ 被扶養配偶者	一般・任意継続	全てのオプション ※医療機関によって異なります。詳細はWEBサイトをご確認ください。	上限 30,000円

※生活習慣病健診について、上記に記載されていないオプション検査も受診可能ですが全額自己負担となります。

健診コース一覧

分類	必須項目	生活習慣病健診・ 巡回レディース健診	人間ドックA（日帰り）	人間ドックC（2日間）
問診	特定健診 標準的な質問票22項目を含む 既往歴・自覚症状・他覚症状	●	●	●
基本	身長・体重・腹囲測定・BMI	●	●	●
	肥満度	●	●	●
	座位血圧（収縮期・拡張期）	●	●	●
	視力（裸眼/矯正） 聴力検査（オーディオ）	●	●	●
尿	尿蛋白・尿糖	●	●	●
	尿潜血	●	●	●
	尿比重・尿沈渣・PH	●	●	●
血液 一般	赤血球・ヘマトクリット・ヘモグロビン	●	●	●
	白血球	●	●	●
	血小板数	●	●	●
	MCV・MCH・MCHC	●	●	●
肝機能	AST (GOT)・ALT (GPT)・γ-GTP	●	●	●
	HDLコレステロール・LDLコレステロール	●	●	●
脂質	総コレステロール	●	●	●
	中性脂肪	●	●	●
糖質	空腹時血糖もしくは随時血糖	●	●	●
	糖負荷試験	●	●	●
	HbA1c	●	●	●
腎機能	クレアチニン	●	●	●
	尿酸	●	●	●
その他 血液検査	ALP	●	●	●
	総蛋白・アルブミン・総ビリルビン	●	●	●
	CRP	●	●	●
肺機能	肺機能検査（スパイロメーター）	●	●	●
胸部	胸部X線	●	●	●
眼科	眼圧検査	●	●	●
	眼底検査(いずれか)	●	●	●
循環器	心電図	●	●	●
	心拍数	●	●	●
大腸	便潜血(いずれか)	●	●	●
腹部	腹部エコー	●	●	●
胃部	胃部検査(いずれか)	●	●	●
			●	●

※1 検査項目については上記項目を基準項目としておりますが、医療機関によって異なります。

モデルケース コースとオプションの組み合わせ例

生活習慣病健診を受診

今気になるところを
検査したら……？

■34歳以下の場合

健診費用 16,000円

健康保険組合補助 15,000円

自己負担額 1,000円

■35歳以上の場合

健診費用 16,000円

健康保険組合補助 16,000円

自己負担額 0円

※上限額は25,000円です。

気になる箇所をオプションで追加

■34歳以下の場合

生活習慣病健診
(便潜血2回法含)
16,000円

健康保険組合補助 15,000円

自己負担額 6,500円

■35歳以上の場合

生活習慣病健診
(便潜血2回法含)
16,000円

健康保険組合補助 25,000円

自己負担額 2,500円

その他オプション
子宮頸部細胞診検査(医師採取)
5,500円

その他オプション
子宮頸部細胞診
(医師採取)
マンモグラフィ
(2方向)
5,500円
6,000円

女性特有の検査をして
もらおうかしら？

人間ドックを受診

より詳しい検査で
安心したい！

人間ドック 46,000円

健康保険組合補助 30,000円

自己負担額 16,000円

※上記費用は、組み合わせの参考として目安の料金です。健診機関により料金は異なります。

各種健診 お申し込み方法

下記のいずれかの方法でお申し込みください。
お手元に「日本製紙健康保険組合員証（保険証）」をご用意ください。



各種健診 お申し込みからお支払いまでの流れ

1 お申し込み

！ お申し込み先はベネフィット・ワンとなります

P7に記載の「Webからのお申し込みの流れ」をご参照のうえ、お申し込みください。



PC／スマートフォン

<https://kenshin.happytlth.com/np/>



ベネフィット・ワン
健診予約受付センター

0800-9199-017 (フリーコール)

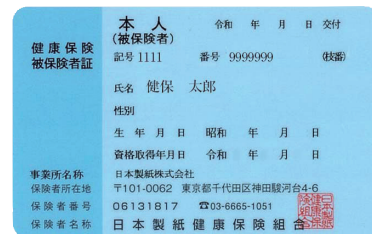
平日10:00～21:00 / 土・日・祝日 10:00～18:00 (年末年始を除く)

2 受診前

ベネフィット・ワンからご連絡

ご希望条件内で予約手配が完了しましたら、ベネフィット・ワン「健診予約受付センター」から「ご予約確定通知書」が送付されますので、これをもって確定のご連絡とさせていただきます。Web申込の方は、返信されたメールに記載のURLからダウンロードをお願いいたします。

受診日当日に「日本製紙健康保険組合員証」を持参いただき、受診してください。



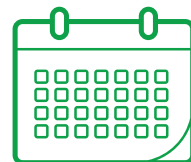
日本製紙健康保険組合員証

※ご希望条件内でご予約ができなかった場合は、健診予約受付センターから電話もしくは、Web申込の方はメールにてご連絡させていただきます。

※資格確認のため日本製紙健康保険組合員証を健診機関の窓口にご呈示ください。

3 受診後

受診された健診機関から結果通知書が、約1か月程度で届きます。
(健診機関により異なります)



自己負担がある方は、受診日当日に健診機関の窓口でお支払いください。

個人情報の取り扱いについて お問合せ先 株式会社ベネフィット・ワン 個人情報相談窓口 e-mail : privacy@benefit-one.co.jp

ご本人の同意なく無断で個人情報を取得、利用、提供はいたしません。利用についてご本人の同意を得た場合でも、特定された利用目的の達成に必要な範囲でのみ使用し、また、提供を同意されない限り第三者に提供することはありません。申込書などは、以下の事項に同意の上、ご記入ください。①お預かりした個人情報は、健診の予約の際に提携の健診機関などへ提出いたします。②健診機関より取得したお申し込み者の健診結果データを含む個人情報を株式会社ベネフィット・ワンならびに委託業者にて保持・管理する場合があります。③日本製紙健康保険組合が、お申し込み者の健診結果データを含む個人情報を株式会社ベネフィット・ワンより取得し、保持・管理する場合があります。④厚生労働省の定める「特定健康診査」項目の結果は、電子的標準様式に基づく電子データなどにて株式会社ベネフィット・ワンが回収し管理いたします。⑤皆さまの健診結果は、日本製紙健康保険組合が取りまとめ、保健指導対象者の選定などに利用させていただきます。

Webからのお申し込みの流れ



まずはログインしていただき、**[施設型]**か**[巡回型]**どちらか受診される方をお選びください。

健診ご予約サイトからのお申し込みが2回目以降の方

初めてご利用になる方

アカウントをお持ちの方はこちら

ハビルスID

IDを入力してください

パスワード

パスワードを入力してください

ログイン

ハビルスID・パスワードが不明な方はこちら

初めての方はこちら

サイトをご利用いただくためのIDおよびパスワードを登録します。

初回登録

初回認証項目

- ・保険証記号番号
- ・生年月日(8桁)
- ・カナ氏名

お申し込みに関する注意事項

- 各種健診コースについては[こちら](#)をご覧ください。
- Webからのお申し込みの流れは[こちら](#)をご覧ください。
- 施設型で受診される方は、受診希望日の14日前までにお申し込みください。
- 巡回型で受診される方は、受診希望日の2か月前の20日までにお申し込みください。
- 乳がんエコーとマンモグラフィはどちらか一方を受診してください。両方受診される場合は、どちらか一方のみ補助適用となります。
- 予約済みの方は、ログイン後マイページから予約内容や自己負担額をご確認いただけます。

機関(場所)

施設型で受診される方

巡回型で受診される方

施設(健診機関)型

条件検索や、こだわり条件でのさらに細かい絞り込み検索が可能

都道府県や料金等で検索

【健診施設】または【検査プラン】の一覧表示

ご希望の健診機関のプランを選択

日付・時間帯を指定して予約

ご希望の日・時間を選択

予約をクリック

日付・時間帯を指定して予約

ご希望の日・時間を選択

予約をクリック

入力内容を確認し、「この内容で予約する」ボタンを押せば申込完了

巡回(会場)型

条件検索で、細かい絞り込み検索が可能

登録する

「予約する」をクリック

施設名や日時を確認して「予約する」をクリック

施設名や日時を確認して「予約する」をクリック

申込完了