

健康診断ご案内

2025年度

\ NCRけんぽの皆様 /
最大**43,000**円分の健診が
無料で受けられます!!



日本NCR健康保険組合

はじめに

健康診断は
生活習慣病の予防や早期発見のために欠かせません
自分の健康状態について正確な知識を持ち
健康を維持するために
健診を上手にお役立てください

目次

- P.03 2025年度スケジュール【日程表】
おすすめ健診 巡回レディース健診
- P.04 NCRけんぽの健康診断
- P.05 健診コース別検査項目一覧
- P.06 契約医療機関健診
電話予約
- P.07 巡回レディース健診
郵送予約
- P.08 契約医療機関健診/巡回レディース健診
WEB予約
- P.10 よくある質問
- P.11 勤務先等で健診受診を予定されている方

健診結果の送付で
Amazon
ギフトカードを
プレゼント！

※NCRけんぽの健診予約システムのログインID、パスワードは
被保険者(加入者様本人)と被扶養者は同じものとなります



[2025年度スケジュール]

【日程表】

3月17日 WEB健康診断予約スタート

4月 9日 巡回レディース健診WEB予約スタート

12月20日 巡回レディース健診予約受付終了

2026年 3月31日 2025年度健康診断受診終了

\おすすめ健診/

[巡回レディース健診]

家の近くに健診会場があるのは便利だね

充実した健診が無料なのね

郵送予約だとIDとPWがわからなくても簡単に予約ができるね!



CHECK!!

✓ **郵送申込は簡単!**

同封の申込用紙に記入して送るだけ!!

✓ **会場は全国各地に!**

お近くのホテルや公的施設も会場です!!

✓ **乳がん、子宮頸がんもセット!**

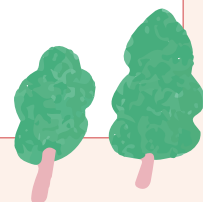
無料で受診ができます!!

✓ **土・日でも!**

土日も実施しているので予定が立てやすい!!

✓ **費用は無料!**

巡回レディース健診 >> P.07



（ NCRけんぽの健康診断 ）

健康診断実施期間：2026年3月31日まで
（ただし巡回レディース健診の郵送予約は2025年12月20日まで）

■ 健診コース

	34歳以下	35歳以上	
	定期健診	生活習慣病健診	人間ドック
契約医療機関	◎	◎	◎
巡回レディース健診	◎	◎	—
本人負担額	無料（0円）	無料（0円）	30,000円を超えた金額
婦人科健診	子宮頸がん	補助金上限 6,000円	
	乳がん	補助金上限 7,000円	

■ 予約方法

	☎ 電話予約	✉ 郵送予約	🏠 WEB予約
契約医療機関	◎ >> P.06	—	◎ >> P.08
オススメ! 巡回レディース健診	—	◎ >> P.07	◎ >> P.08
予約手順	NCRけんぽ契約医療機関一覧から選んで電話→予約申請	同封の申込用紙に記入し同封の封筒で郵送	「健診予約システム」から申込ID,PWは被保険者と同じです

＼ NCRけんぽの皆様 /

最大 **43,000円分** の健診が
無料 で受けられます!!



\\ NCRけんぽの健診について //

\\ 契約医療機関一覧 //



健診コース別検査項目一覧

日本NCR健康保険組合の検査項目

■ 定期健康診断: 34歳以下の方対象

検査項目 身長、体重、視力、聴力検査、血圧測定、診察、胸部X線、安静時心電図、尿検査
血液検査(血液一般検査・GOT・GPT・γ-GTP・HDLコレステロール・LDLコレステロール・中性脂肪・
空腹時血糖・ヘモグロビンA1C・UA(尿酸)・クレアチニン)

■ 生活習慣病健診: 35歳以上の方対象

検査項目 身長、体重、腹囲、視力、聴力検査、血圧測定、診察、胸部X線、尿検査、便潜血検査(2日法)・胃部X線、
安静時心電図、血液検査(血液一般検査・GOT・GPT・γ-GTP・HDLコレステロール・LDLコレステロール・
中性脂肪・空腹時血糖・ヘモグロビンA1C・UA(尿酸)・クレアチニン)

■ 人間ドック: 35歳以上の方対象

検査項目 生活習慣病健診に腹部超音波検査、眼底検査等を加えた充実した内容

■ 巡回レディース健診

検査項目 ・34歳以下の方は上記定期健康診断と同じ
・35歳以上の方は上記生活習慣病健診と同じ

オススメ!

■ 婦人科検診: 補助金の対象は、年齢を問わずすべての女性が対象

検査項目 子宮頸がん検診、乳がん検診(マンモグラフィー、乳房超音波のいずれかを選択)
NCRけんぽが実施している婦人科検診(子宮頸がん検診・乳がん検診)の受診をお勧めしておりますが、お住いの自治体で実施している
がん検診(乳がん・子宮頸がん)をお受けになる場合は自己負担額が補助金対象となります。

特定保健指導

40歳以上の方で健康診断の結果で特定保健指導の対象者になられた方にご案内させていただきます。
特定保健指導は生活習慣を見直し、目標を決めて自主的な取り組みをサポートする支援となります。

お問合せ先

健康診断全般

日本NCR健康保険組合
☎ 03-5244-9396
✉ hia.jp@ncrkenpo.or.jp

受付
時間

9:00~17:30
(土・日・祝日除く)

健診予約システム 契約医療機関

株式会社 バリューHRカスタマーサービス
☎ 0570-075-704
✉ kensin-ncr@apap.jp

受付
時間

9:30~17:00
(土・日・祝日除く)

巡回レディース健診

一般社団法人 全国健康増進協議会
☎ 03-5803-3377
✉ zenkenkyo-yoyaku@zenkenkyo.net

受付
時間

9:00~17:00
(12:00~13:00及び土・日・祝日除く)



契約医療機関健診

電話で/
簡単予約!

(定期健康診断・生活習慣病健診・人間ドック)
健診予約から受診までの流れ



STEP
01

健診機関を選ぶ

けんぽHP (ログイン不要)

契約医療機関一覧は
こちらから



QRコードから
契約医療機関一覧を
検索できます



[パソコン画面]

A 保健事業のタブをクリック

B 契約医療機関健診のタブをクリック
契約医療機関一覧 (青色) から検索できます

けんぽHP (ログインしてID, PWの入力が必要です)



[スマホ画面]

C 健診予約システムのタブをクリック
次の画面 上部右に表示の健診機関情報の
タブをクリック 健診機関情報一覧 でご確認ください

STEP
02

電話で予約する

受診希望の健診機関へ電話で予約を行う

- 日本NCR健康保険組合の健康診断受診
- 希望の日時、希望のコース名
- 健康保険証記号、番号
- 本人負担額を確認

[定期健診、生活習慣病健診は無料ですが、人間ドックに
ついては30,000円を超える分は自己負担となります]

STEP
03

利用申請を行う

電話で利用申請を行う

- バリューHRカスタマーサービスへ電話をかける
- 受診医療機関、受診日、健康保険記号、番号、
氏名を伝え利用申請を行う

株式会社 バリューHRカスタマーサービス
TEL : 0570-075-704

受付時間 9:30~17:00 (土・日・祝日除く)

STEP
04

健康診断受診承認書を受領

バリューHRカスタマーサービスから健康診断
受診承認書が郵送(FAX,メールでも可)されます。
受診承認書に記載されている内容をご確認ください。

日本NCR健保の指定健診機関

契約医療機関の中で日本NCR健保の加入者優先枠を設けている健診機関です
予約が年度を通して取りやすい健診機関です

下記に記載の
指定健診機関に
直接電話で予約します

東京地区

バリューHRビル クリニック

TEL : 0570-075-710

[アクセス]

JR 代々木駅 徒歩2分
東京メトロ 新宿3丁目駅 徒歩4分
小田急線 南新宿駅 徒歩9分

せいおう会 鶯谷健診センター

TEL : 03-3873-9161

[アクセス]

JR 鶯谷駅 徒歩6分
日暮里駅 徒歩6分

マイヘルスクリニック 神田院

TEL : 0120-260-709

[アクセス]

JR 神田駅 徒歩2分,
新日本橋駅 徒歩2分,
東京メトロ 銀座線 三越前駅 徒歩2分

大阪地区

桜十字グランフロント 大阪クリニック

TEL : 06-6377-8320

[アクセス]

JR 大阪駅 徒歩8分
阪急線 梅田駅 徒歩5分



巡回レディース健診

＼けんぽ オススメ！
簡単予約！

健診予約から受診までの流れ

同封の申込用紙で郵送申込ができ、けんぽHPのログインなしで簡単予約ができます!!

STEP
01

健診会場、日時を決める

巡回レディース健診会場と日時はQRコードで確認してください
(NCRけんぽHPからも確認いただけます)



STEP
02

申込用紙に記入

同封の「巡回レディース健康診断申込用紙」に必要事項を記入する
希望会場は第3希望まで記載ください!

STEP
03

同封の封筒で投函

申込締切日: 12月20日

同封封筒に申込用紙を入れてポストに投函ください

申込後の流れ

- 申込から4週間以内に、担当健診機関から日程決定通知ハガキがご自宅宛てに送られます
- 健診1週間前までに健診に必要な書類
(問診表・注意事項・受付時間・会場案内図など)が送られてきます
- 健診受診(健診受診所要時間90~120分)
- 健診結果通知のお届け(健診受診から1か月以内に送付されます)

※キャンセルなどの変更がある場合は、
日程決定通知に記載されている実施健診機関へご連絡ください



巡回レディース健診 WEB予約

【各エリアの健診実施機関】

エリア	実施健診機関名	住 所	電話番号
北海道ブロック	(公財) 北海道労働保健管理協会	北海道札幌市白石区 本郷通り3丁目南2番13号	011-862-5131
東北ブロック	(一財) 杜の都産業保険会	宮城県仙台市城野区 小鶴1-21-8	022-251-7261
関東・山梨ブロック	(医社) 同友会	東京都文京区 西片1-15-10	03-6891-2252
北陸・信越ブロック	(一社) 新潟県労働衛生医学協会	新潟県新潟市西区 北場1185-3	025-370-1800
東海ブロックⅠ	(社福) 聖隷福祉事業団	静岡県浜松市中央区 三方原町3453-1	053-477-0587
東海ブロックⅡ	(一財) 愛知健康増進財団	愛知県名古屋市中区 清水1-18-4	052-951-3373
近畿ブロック	(一財) 京都工場保健会	京都府宇治市 広野町成田1-7	0774-48-1290
中国・四国ブロック	(一財) 淳風会 淳風会健康管理センター	岡山県岡山市南区 古新田1112	086-281-5050
九州・沖縄ブロック	(公財) 福岡労働衛生研究所	福岡県福岡市 南区那の川1-11-27	092-526-1076



POINT!

巡回レディース健診の おすすめポイント

- 01 全国各地のホテルや公的な施設の会場で実施
- 02 土日の実施会場もあり
- 03 健康診断と婦人科検診(乳がん・子宮頸がん)が同時に無料で受けられます!!
- 04 簡単に予約申込みができます!!



契約医療機関健診／巡回レディース健診

(定期健康診断・生活習慣病健診・人間ドック)
健診予約から受診までの流れ



STEP
01

NCRけんぽのHPにアクセス

<http://www.ncrkenpo.or.jp/>

トップページ右下『健診予約システム』をクリック⇒ログインID・パスワードを入力してください
健診予約システムのID・パスワードは健康MYページ・WEB医療費明細と同じです



[スマホ画面]



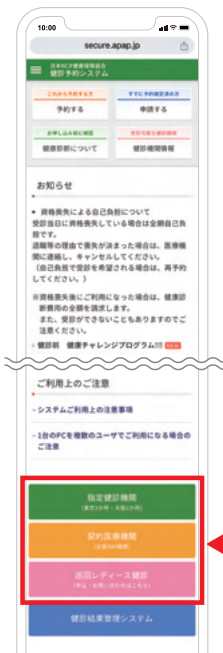
[パソコン画面]

STEP
02

健診予約システムTOP⇒健診種別を選択

『希望の健診』をクリック⇒健診機関・日時・オプションを選択し予約を行います
※人間ドック・各種オプション選択ができます

下へスクロールしてください



[スマホ画面]

希望の健診をクリック



[パソコン画面]

希望の健診をクリック

《流れに沿って申込み完了まで進めます》

STEP
03

申込み完了

申込み完了後の流れ

契約医療機関健診

申込み完了すると、申込番号が表示されます

「健康診断受診承認書」は、利用申込フォームで指定した方法(e-mail,FAXまたは郵送)で送付されます。届きましたら、再度内容をご確認ください。受診の際は、保険証等を健診機関までご持参ください。

▼メールでの届き方

tcf-kensin@apap.jpより

件名: [健診]PE2022○○○○○○○○○○○○○○○○

```

graph LR
    A[受診者選択] --> B[健診内容選択]
    B --> C[連絡先・支払方法]
    C --> D[申込内容確認]
    D --> E[賃借票]
    E --> F[完了]
    style A fill:#2e8b57,color:#fff
    style B fill:#f0f0f0
    style C fill:#f0f0f0
    style D fill:#f0f0f0
    style E fill:#f0f0f0
    style F fill:#f0f0f0
  
```

▼申込み完了時に送られるメールと健康診断受診承認書のサンプル

日本NCR 健康保険組合 健康診断受診承認のご通知

以下の内容で、健康診断受診承認書が発行されました。

■申込区分 電話申込

■承認番号 PE202200000000000

■受診者指名 健康 花子

■予約医療機関 新赤坂クリニックグループ 日本橋室町クリニック

■受診予約日 2024年00月00日

※PDFファイルを開くには、お使いのPCにAdobe Reader 6.0以上がインストールされている必要があります。Adobe Readerはアドビシステムズ(株)の公式サイト <http://www.adobe.co.jp> より無償で入手できます。

健康診断受診にあたり、ご質問や御不明点がございましたら下記までご連絡ください。

日本NCR健康保健組合
 (委託先)
 (株)バリューHR カスタマーサービス
 Email: kensin-ncr@apap.jp 電話:0570-75-704

健康診断受診承認書サンプル

[illegible]

巡回レディース健診

ご登録のメールアドレスに予約確定確認メールが届きます

これでお申し込み手続きは完了です

変更・キャンセルは、予約確定確認メールに記載されている実施健診機関にご連絡ください

確認メールが届かない方は全国健康増進協議会にメールでご連絡ください

e-mail : zenkenkyo-yoyaku@zenkenkyo.net



よくある質問

Q1.

健診は昨年も受けたので毎年受けないといけないのでしょうか？

健診は毎年受けることで経年での健康状況を把握できるため健康維持に不可欠です。また何かあっても早期に治療開始ができるため重症化のリスクを回避できます。

Q2.

勤務先で健診を受診しているので改めて健診受診は必要でしょうか？

お勤め先で健診を受診されている場合は、受診の必要はございませんが、健診結果のコピーをNCRけんぽまで郵送ください。
詳しくはP.11を参照ください。

Q3.

治療中ですが、健診受診は必要でしょうか？

通院で血液検査をされている方については治療項目以外の健康状態の検査は必要と考えておりますので、健康診断受診をお願いします。入院や手術などを控えているような場合は、今年度の健康診断は主治医にご相談ください。

Q4.

健診予約システムのIDとPWが必要と言われ予約が難しいです

直接お電話で医療機関へ予約をすると、ID・PWは不要です。直接電話予約をされた場合、予約日確定後に利用申請をバリューHR(Tel.0570-075-074)まで忘れずに行ってください。 >>手順はP6記載しています！

Q5.

NCRけんぽの健診予約システムのログインID、PWが不明です

ログインIDとPWは被保険者(加入者本人)と同じものとなります。
被保険者へご確認ください。もしご不明な場合は被保険者からNCRけんぽへメールでお問い合わせください。

Q6.

資格を喪失した後でも申込み及び健診受診はできますか？

資格喪失後はお申込み及び健診受診はできません。
お申込み時に資格を有していても資格喪失後に健診受診された場合は全額自己負担となります。

Q7.

妊娠中ですが、健診は受けることができますか？

妊娠中の方や出産後1年未満の方も健診受診はできますが、健診受診の判断は、主治医にご相談ください。

今年度NCRけんぼの健康診断をお受けにならない方で 勤務先等で健診受診を予定されている方

勤務先(パート先等)やかかりつけ医で健診受診を予定されているため、今年度NCRけんぼでご案内した健診を受診されない場合は、「健診結果(コピー)」の送付をお願いします。今年度のNCRけんぼの健康診断(補助金適用)を受けられる方についてはご提出は不要となります。 ※健康保険組合では40歳以上の方の健診実施者を国へ報告が必要になります。その為のご提出となります。

ご提出内容

1

ご提出書類

- 今年度4月以降に受診された「**健診結果(コピー)**」
- 下記の「**健康診断結果送付票**」(キリトリ線から切り離してお使いください)

2

ご提出の際の注意点

- 健診結果は次の特定健診項目が記載されている部分をコピーして提出してください

特定健診項目 > 身長、体重、腹囲、血圧、中性脂肪、HDLコレステロール
LDLコレステロール、AST(GOT)、ALT(GPT)、 γ -GT(γ -GTP)
空腹時血糖値又はHbA1c、尿糖、尿蛋白

- 健診結果に上記の特定健診項目の身長、体重、腹囲、血圧が記載されていない場合は自己測定した結果やほかで測定した結果を健診結果送付票にご記入ください
- 健診結果送付票については必ずご記入ください
- 送付いただきました健診結果と結果送付票は返却できませんので、「健診結果」は必ずコピーをお送りください

3

送付先

- 下記の健康診断結果送付票と「健診結果(コピー)」を送付してください

送付先: 〒104-0033 東京都中央区新川1-21-2 茅場町タワー4階
日本NCR健康保険組合 健康管理室宛

NCRけんぼのご案内した健診以外で健康診断を受診され健診結果送付いただいた方に
Amazonギフトカード1,000円分を差し上げます!! (送付時期: 3月予定)

健康診断結果送付票

[NCRけんぼの健診を受けれない場合のみ提出をお願いします]

健康診断は勤務先(パート先)等やかかりつけ医で受診されている方については、「健診結果(コピー)」を送付いただきますと、健診受診とさせていただきます。お手数ですが、健診結果のコピーと、本結果送付票に記入をいただき郵送ください。

年度内(4月1日～翌年3月末日)にNCRけんぼの健診受診の予定がある方はこちらの送付は不要です。

太字に囲まれている箇所は全てご記入ください

氏名		保険証 記号		保険証 番号	
電話番号		メールアドレス		生年月日	西暦 年 月 日
身体計測	身長: cm	体重: kg	腹囲: cm	血圧: /	
健診受診日		医療機関名			

特定健診問診票

※は入力必須項目です

	質問項目	回答 (該当する番号に○をつけてください)
1	現在、血圧を下げる薬を使用していますか。	①はい ②いいえ
2	現在、血糖を下げる薬又はインスリン注射を使用していますか。	①はい ②いいえ
3	現在、コレステロールや中性脂肪を下げる薬を使用していますか。	①はい ②いいえ
4	現在、たばこを習慣的に吸っていますか。 ※問いの「習慣的」という条件とは下記の通りになります 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、または合計100本以上吸っている	①はい(条件1と条件2を両方満たす) ②最近1ヶ月は吸っていない(条件2のみ満たす) ③いいえ(①②以外)

