

令和 7
2025
年度

1年に一度の

任意継続被扶養者 健診 定健A

40歳以上 あなたが対象です

申込期間

案内到着 ▶ 12月31日 水

受診期間

2026年
6月2日 月 ▶ 1月31日 土

STEP1

ログイン
けんしんナビに
ログイン



STEP2

えらぶ
医療機関と検査項目を
えらぶ

STEP3

申し込む
内容を確認し
申し込む

詳細は中面へ

健康診断事務委託先が（一財）日本健康文化振興会に変更になりました。

けんしんナビ 新規申込手順

※すでに登録済みの方は「O4STEP」よりお手続きください

パソコン、スマートフォン、タブレットでのご利用が可能です。
※画面はスマートフォンのものです。

01 step メールアカウント登録

2次元バーコードを読み取ったURL
にアクセスし、「新規会員登録」から
メールアドレスを登録するとURL
付きのメールが送信されます。

02 step 認証メール受信

届いたメールのURLにアクセス
すると会員登録画面に進みます。

03 step 会員登録・アカウントメール受信

お名前や住所、パスワードの登録を
行います。個人情報の取り扱いに同意
の上、登録してください。登録が終
わると登録完了のメールが届きます。

04 step マイページログイン

ログインIDとパスワードを入力しま
す。その後、一時パスワード付きの
メールが届きます。

05 step 一時パスワード入力

メールに記載される一時パスワード
を入力後、メニュー画面から申込画
面に進むことができます。

06 step 受診申込 コース選択

ご希望のコースを選択します。
受診を希望される都道府県も選択
してください。

07 step 受診申込 医療機関検索

医療機関をリストまたは地図か
ら選択します。

08 step 受診申込 オプション選択

ご希望のオプションを選択しま
す。表示されていない検査は自己
負担（自費）となります。

※自費での追加検査をご希望の場合は「08:希
望日選択」にてその旨を入力してください。

※オプション選択→医療機関検索の順でもお申込みいただけます。

09 step 受診申込 希望日選択

ご希望の受診日を入力します。

10 step 受診内容確認

入力内容を確認の上、「受診申込確
定」ボタンを押して完了です。

11 step 申込完了

完了後に申込内容の確認メールが届
きます。また、ご自身の受診進捗に
ついてはメニュー画面で確認できま
す。

一般財団法人 日本健康文化振興会
Japan health and culture promotion center

けんしんナビの お問い合わせ先 TEL:050-3538-6221 対応時間9:00~17:30(月~金、土日祝)

健康診断・制度について
のお問合せ

一般財団法人 日本健康文化振興会
関西事務所
〒532-0011 大阪府大阪市淀川区西中島5-3-10
イトーピア新大阪ビル 4F
TEL 06-6305-0130 (平日9:00~17:30)

お申込み後の連絡・お問合せ

一般財団法人 日本健康文化振興会
〒166-0004
東京都杉並区阿佐谷南1丁目14番地1号
TEL 03-3316-0777 (平日9:00~17:30)

対象者

40歳以上 任意継続 被扶養者

※ 年齢は年度末時点
(2026年3月31日)

※ 受診当日に当健康保険組合の資格がない方は対象外です。
資格喪失後の受診は検査費用を返還請求させていただきます。

検査項目

検査項目		受診を選択する項目
定健A (基本健康診断) 申込者は全員 受診していただきます。	○内科診察	○血液検査
	○自覚症状・既往歴・問診	GOT・GPT・γ-GTP
	○身体計測（身長・体重・BMI・腹囲）	中性脂肪
	○視力・聴力	HDLコレステロール・LDLコレステロール
	○血圧測定	赤血球数・ヘモグロビン
	○検尿（糖・蛋白・潜血）	空腹時血糖
	○心電図検査	○胸部X線 直接（デジタル）撮影
以下の検査は、基本健診を受診希望した、女性のみ対象となります。		
① 子宮頸部細胞診検査		
乳房検査（右記いずれか1つ）	② マンモグラフィ	
医師視触診の実施が必須場合があります	③ 乳腺エコー	

※ 申込は年度に1回、同日に同一医療機関での受診となります。（医療機関側による指定は除きます。）

* 乳がん検査の補助は、②マンモグラフィー、または、③乳房エコーどちらか一方を年度に1回です。

健診費用

原則、医療機関窓口でお支払いいただきます。

¥7,000円（税込）

- ※ 上記以外の追加検査を希望した場合は実費負担（医療機関へ直接支払い）となります。
- ※ 2次検査（再検査・精密検査）は健康保険を使用して、診察扱いにて受診して下さい。
- ※ 医療機関に直接予約した後、振興会への利用申込手続がない場合は、費用補助は出来ません。

医療機関

この健診は、お住まいに近い病院・クリニック等で気軽に受診することができます。

「けんしんナビ」でご覧いただける医療機関からお選びください

申込方法



<https://nextage-kenpo-ninkei.kenshin-navi.com>

お手続きには健康保険の記号・番号が必要です。
記号・番号は下記のいずれかでご確認ください。

- ・マイナ保険証
- ・発行済みの保険証
- ・資格確認証
- ・資格情報のお知らせ



※インターネット申込「けんしんナビ」がご利用いただけない場合のみ、申請用紙を別途、ご案内いたします。
日本健康文化振興会 担当：篠原宛に直接ご連絡ください。 06-6305-0130（関西事務所 代表）

こんな時はどうする？

Q 申込はしなければいけないの？

A 迷わずお早めに。
忘れてしまうと予約が取れずに
受診できないかもしれません。

Q 受診日変更・健診キャンセルしたい

A 早めに医療機関と日本健康文化振興会へ
連絡してください。
無断キャンセルは
キャンセル料が発生する場合があります。

Q マイナ保険証の確認方法がわからない

A 下記のいずれかでご確認ください。
・マイナ保険証
マイナポータルの「ホーム」→「証明書」→
「健康保険証」からご確認ください。
・資格確認証
・資格情報のお知らせ
・発行済みの保険証

受診日決定前 [日本健康文化振興会](#) へ

受診日決定後 [受診予定の医療機関](#)
へ連絡後
[日本健康文化振興会](#) へ

TEL 03-3316-0777（平日9：00～17：30）
メールフォームによるお問い合わせ
(<https://www.healthnet.or.jp/contact/>)

Q 受診日はいつわかる？

A 緑色の封筒で送付される
『健康診断受診票』で確認できます。

Q 健康診断結果はいつ届く？

A 受診後1か月程度で医療機関より
送付されます。

※ 健診費用は、原則、医療機関の窓口でお支払いいただきます。

一部の医療機関で、窓口払いが不可能な場合があります。
その場合は、自己負担金の精算は収納代行機関へ委託しています。
健康診断を受診してから2～3か月後（目安）に日本健康文化振興会から、お支払いのご案内（URL）を
メールまたはSMS（ショートメッセージ）で送信します。
届きましたら、URLにログイン後、案内に従い支払方法を選択してください。

個人情報の取扱いについて

受診申込手続きで申込者より一般財団法人日本健康文化振興会(以下、当会)が取得した個人情報
は、健康保険組合の指示のもと、健康支援サービス提供の目的（健康の保持・増進活動、保健指導、
健診等の受診勧奨）に利用し、その利用目的の範囲内で提携の健診実施医療機関等の第三者へ提
供します。ここで取得した個人情報は当会ホームページの「個人情報保護指針」、「個人情報のお取扱い
について」(<https://www.healthnet.or.jp/privacy/>) の通り取扱います。
内容を確認し、同意の上お申込みください。

