

令和6年度 特定保健指導 指定機関一覧

北海道ブロック

私学事業団では、加入者・任意継続加入者・被扶養者の皆様を対象とした特定健康診査の結果をもとに特定保健指導を実施しています。

特定保健指導を利用すると、管理栄養士や保健師等の専門家から食生活や運動について無料でアドバイスを受けることができます。

特定保健指導は、次の方法で受けることができます。

自宅で受けたい

①オンライン型(東京臨海病院・Pep Up)…P.3～P.4へ

お手持ちのパソコンやスマートフォンで保健指導を受けることができます。

職場や自宅で受けたい

②訪問・オンライン型(SOMPO)……………P.5へ

保健指導スタッフが職場やご自宅に直接お伺いします。忙しくてなかなか時間が取れない人におすすめです。

特典が付く会場で受けたい

③会場型(札幌ガーデンパレス)……………P.6～P.10へ

健康づくりに役立つ特典をご用意しています。ご活用ください。

最寄りのクリニック等で受けたい

④個別型……………P.11～P.15へ

お近くの保健指導機関をご確認のうえ、直接ご予約ください。本冊子には保健指導機関の一部のみ掲載しています。私学共済のホームページに一覧を掲載していますので、そちらもあわせてご確認ください。

私学共済 指定機関一覧



で検索



●保健指導機関に直接ご予約のうえご利用ください。

●受診の際は、「特定保健指導利用券」、「加入者証」(任意継続・被扶養者証を含みます)及び「健康診断の結果(医療機関から受け取った書類)」をお持ちください。

※保健指導機関の事情により予約受付ができない場合や、昨年度保健指導を受けることができた保健指導機関であっても、今年度は受けられない場合があります。

※この冊子の地域にかかわらず、全国の保健指導機関で保健指導を受けることができます。

私学共済ホームページでご確認いただくか、私学事業団までお問い合わせください。



特定保健指導終了者にPep ポイントが
300ポイント付与されます!

私学共済 ヘルスケアポイント

検索

【オンライン型特定保健指導】

- 特定保健指導利用券をお持ちの私学共済加入者とその被扶養者、任意継続加入者とその被扶養者が対象です。
- 東京臨海病院の管理栄養士、保健師がサポートします。

■オンライン型保健指導実施までの流れ

STEP 1

二次元コードを読み取り、
予約サイトから【個人申込】で
ご予約をお取りください。

<https://reserva.be/rinkaihokenshido>



STEP 2

後日オンライン面談の招待メールが届きます。
(メールはkenshinrm@tokyorinkai.jpから送信されます)
書類と参加特典が郵送で届きます。

STEP 3

ご予約日時にオンラインで初回面談をお受けください。

【注意事項】

- ・オンライン面談はシスコシステムズ社のビデオ会議システム【Webex】を利用します。
- ・インターネット接続環境（Wi-Fi環境推奨）及びメールアドレスをお持ちの方が対象です。
- ・相互に表情・声・しぐさ等が確認できるように、フロントカメラとマイク機能のあるパソコンやタブレット端末、スマートフォンなどのいずれかをご用意ください。
- ・オンライン面談にかかる通信費は自己負担となります。
- ・面談中の録音・撮影は禁止です。
- ・面談は20分以上、30分程度です。



【お問い合わせ】

日本私立学校振興・共済事業団 東京臨海病院 健康医学センター

☎ 03-5605-8822 平日9:00～16:30 / 第2・第4土曜 9:00～12:00

メール: tokuteihokenshido@tokyorinkai.jp

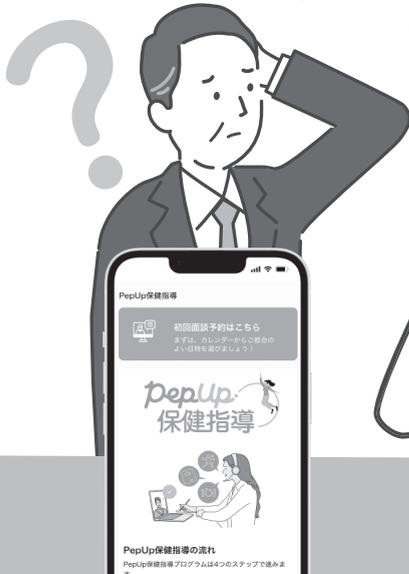
PepUp.で

健康相談を (保健指導) 受けましょう!

なぜ特定保健指導の
対象になってしまったのか?

特定保健指導の
対象から外れるためには
どうすればいいの?

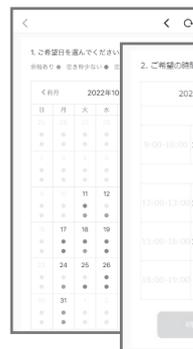
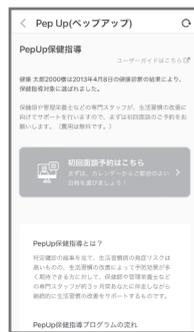
／お答えします!／



オンラインだから
好きな場所で
受けられる!

お申し込み(予約)方法

Pep Upを開くとトップページに特定保健指導の案内が表示されます。都合の良い日時を選び、面談予約をしましょう。今すぐ予約できます!



予約が簡単!



Pep Upの登録が
まだの方は同封の
「健康年齢のお知らせ」の
登録方法に沿って
ご登録ください

▶健康年齢のお知らせ



Pep Upを気軽に
健康相談サポーターとして
ご活用ください

新規登録で
200ポイント
プレゼント!



「訪問型」特定保健指導

お忙しい方でも
スマホやPCで
お気軽参加！

特定保健指導を職場・自宅・遠隔 (zoom等) で受けられます

■面談可能時間…対面面談 平日・土日祝：9時～18時 / 遠隔面談 平日・土日祝：9時～21時

- ・最近運動不足だなあ
- ・睡眠の質が悪いなあ
- ・体型が変わって、着られる服が限られてきたなあ…

こんなことを感じたことは
ありませんか？



「笑って健康」プロジェクト

■特典その1

お笑い芸人の限定動画を配信！

■特典その2

保健指導期間中に特別メールを配信！
芸人さんが皆様を応援します。

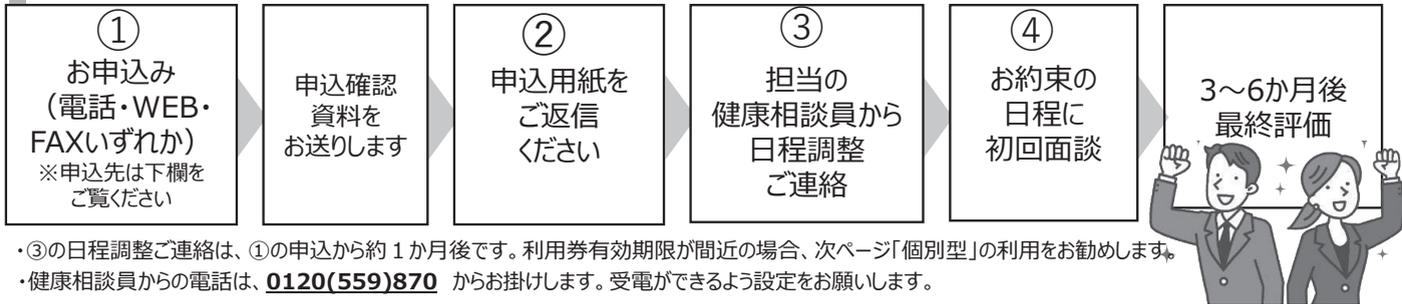
「笑う」ことに期待されている医学的効果

- ・高血圧の予防
- ・脳梗塞、心筋梗塞予防
- ・血糖値の上昇を抑制
- ・がん予防、うつ予防

※本プロジェクトの動画を無断転載・複製することを禁じます。
(動画の視聴は無料/閲覧期間は2025年8月末迄)

健康相談員 (保健師・看護師・管理栄養士) がサポートします！

保健指導実施までの流れ



申し込み先・申し込み方法

【申し込み先】

 SOMPOヘルスサポート株式会社

☎03(5209)8553 FAX03(5209)8989 (担当 | 平尾・松村)

電話の場合の受付時間：平日10-12時/14-17時 (FAXは24時間受付)

プライバシーマークを取得しており、個人情報につきましては厳重に取り扱います。

【申し込み方法】

電話・WEB・FAX (FAXの場合は以下をもれなく記載して送信してください。)

①日本私立学校振興・共済事業団の加入者である旨お申し出ください。

②以下項目を確認します。

加入者証記号・番号、お名前、住所(面談希望場所)、電話番号、学校または所属部署名
WEBでの申込ご希望の方は下記URLまたは右の二次元コードよりお申込みください。

<https://questant.jp/q/4QRE247W>



北海道ブロックで特定保健指導(会場型)を実施します。 **予約制・特典あり**

対象者	特定保健指導利用券(令和6年度分)をお持ちの加入者、被扶養者、任意継続加入者とその被扶養者		
お持ちいただくもの	特定保健指導利用券、加入者証又は加入者被扶養者証、健康診断の結果(医療機関から受け取った書類)		
費用	無料		
特典	<p>低周波治療器 (オムロン)</p>  <p>全身のこりや痛みに対応する多彩なモードで、お好みの強さを選んで治療できます。コンパクトな本体で、操作も楽に行えます。</p>	<p>体重体組成計 カラダスキャン (オムロン)</p>  <p>体重・体脂肪率・BMI・内臓脂肪レベル・判定機能(体脂肪・内臓脂肪レベル)が測定でき、厚さ28mmの薄型なので収納も便利です。</p>	<p>コンパクトフードスチーマー (Toffy)</p>  <p>トレイは2種類付属されていて、1段だけでなく、2段同時でも使用ができます。トレイが透明なので中の状況を確認しながら調理ができます。</p>

右記の3つのうち、いずれか1つをお選びください。

※特典は特定保健指導当日に直接お渡しいたします。また、特典の内容は、変更になる場合がありますのでご了承ください。

札幌会場	札幌ガーデンパレス 札幌市中央区北1条西6丁目
開催日時	令和7年3月6日(木) 3月7日(金) 3月8日(土) ①9:00 ②10:00 ③11:00 ④13:00 ⑤14:00 ⑥15:00 ⑦16:00 ⑧17:00
定員	各日8名
申込締切日	令和7年2月2日(日) 締め切り日を過ぎても定員に空きがあるときは、お受けできる場合がありますのでお問い合わせください。
実施者	東京臨海病院

申し込み方法及び問い合わせ先	<p>【申し込み方法】 7ページの申込書に必要事項をご記入のうえ、下記申し込み先まで郵送又はFAXでお申し込みください。 定員に達し次第締め切りとさせていただきますので、お早めにお申し込みください。 当日のご案内については、申し込み締め切り後に送付いたします。</p> <p>【申し込み先/問い合わせ先】 札幌ガーデンパレス 共済業務課 〒060-0001 札幌市中央区北1条西6丁目 ☎ : 011(222)6234 (平日 9:00 ~ 17:15) FAX : 011(222)6311</p>
----------------	---

※血糖、脂質、血圧に関して服薬されている人は、初回面談のみで保健指導を中断する場合があります。

令和6年度特定保健指導(会場型) 申込書

★ こちらの申込用紙にご記入のうえ、下記申し込み先まで郵送又はFAXにてお申し込みください。
 なお、申し込み状況によっては別日程をご案内する場合があります。

申し込み先

〒060-0001 札幌市中央区北1条西6丁目
 札幌ガーデンパレス 共済業務課
 FAX 011(222)6311

* 申込内容につきまして、
 保健指導以外の目的に
 使用することは一切あり
 ません。

■基本項目(すべての項目にご記入ください)

加入者証の記号・番号		記号							番号						
利用券整理番号(11桁) ※利用券をご確認ください。		2	4												
利用者ご本人様	フリガナ														
	氏名														
	生年月日	昭和		年		月		日	性別	<input type="checkbox"/> 男	<input type="checkbox"/> 女				
	住所 マンション名等も正確にご記入ください。	〒		-					都道 府県	市 郡	区 町 村				
	日中の連絡先	電話	()	-					携帯・職場・自宅				

キリトリ線

■希望日時・希望する特典の項目にご記入ください ※6ページにある日時からお選びください。

	希望日 いずれか1つに☑をつけてください。	希望時間	希望する特典 いずれか1つに☑をつけてください。
第一希望	<input type="checkbox"/> 3月6日・ <input type="checkbox"/> 3月7日・ <input type="checkbox"/> 3月8日	： <input type="checkbox"/> いつでも良い	<input type="checkbox"/> 低周波治療器
第二希望	<input type="checkbox"/> 3月6日・ <input type="checkbox"/> 3月7日・ <input type="checkbox"/> 3月8日	： <input type="checkbox"/> いつでも良い	<input type="checkbox"/> 体重体組成計カラダスキャン
第三希望	<input type="checkbox"/> 3月6日・ <input type="checkbox"/> 3月7日・ <input type="checkbox"/> 3月8日	： <input type="checkbox"/> いつでも良い	<input type="checkbox"/> コンパクトフードスチーマー

⑤のりしろ

↑のりしろ

⑧のりしろ

最後に中身を入れて⑦⑧⑨のりづけ

0600001

(受取人)
札幌市中央区北1条西6丁目

札幌ガーデンパレス
共済業務課
行

おそれいりますが
切手をお貼り
ください

①山折り
④山折り

- 【返信用封筒の作り方】
1. 山折り線の作り方
 2. 一度開き、
 3. 送付するものを①→②→③のりしろの中に入れて、④の順に山折りします。
 4. ⑦のりしろの中に入れて、⑧の順に山折りします。
 5. ⑨のりしろの中に入れて、⑨の順に山折りします。
- 【ご注意】
- ・ 申込書は、封筒を閉じた状態で、封筒の中に入れてください。
 - ・ 封筒作成の際、申込書と一緒に折ります。
 - ・ 封筒作成の際、申込書と一緒に折ります。

[差出人]	
氏名	住所
	〒

④折って開く

③山折り

⑨のりしろ
⑨のりづけ

⑥ ↓のりづけ
⑥のりしろ

③山折り
②山折り

個別型 特定保健指導指定機関一覧

最寄りの病院等でも、個別に保健指導が受けられます。

この冊子に載っている実施機関は、全国組織の健診機関等のグループとの集合契約【集合契約A】による実施機関です。

市町村国保の特定健康診査等の枠組みを利用する集合契約【集合契約B】による実施機関は、この冊子には掲載しておりませんが、私学共済ホームページに掲載の一覧表（PDF）または同ページのリンク先である各自治体のホームページにて確認できます。

※この度お送りした冊子の地域にかかわらず全国の保健指導機関で保健指導を受けることができます。他の地域の冊子も私学共済ホームページにて確認できます。

私学共済 指定機関一覧



で検索



https://www.pmac.shigaku.go.jp/annai/fukushi/shidou/shidou_02/index.html

【利用方法】

(手順1) 利用券に記載されている「特定保健指導区分」をご確認ください。
「動機付け支援」または「積極的支援」のいずれかに区分されています。

(手順2) 「特定保健指導指定機関一覧」の表の右側にある「動機付け支援」「積極的支援」の○印を確認のうえ、ご希望の実施機関を選んでください。

(手順3) ご希望の実施機関へお電話で直接ご予約ください。

【当日の持ち物】

特定保健指導の受診日当日は、「特定保健指導利用券」「加入者証」（任意継続・被扶養者証を含みます）及び「健康診断の結果（医療機関から受け取った書類）」、実施機関より指定されたもの等をご持参ください。



④個別型

令和6年度 特定保健指導指定機関一覧 北海道ブロック
<申込方法>直接保健指導機関に電話でお申し込みください。

令和6年7月1日現在

都道府県	実施機関名	電話番号	所在地	動機付支援	積極的支援
北海道	医療法人社団 はらだ病院	0166-25-6000	北海道旭川市1条通 16 右 7	○	○
	医療法人社団慶友会 吉田病院	0166-25-9587	北海道旭川市4条西 4-1-2	○	○
	旭川赤十字病院	0166-76-9296	北海道旭川市曙1条 1-1-1	○	○
	Hokensi 生活習慣改善サポート	070-2327-3555	北海道旭川市春光台3条 2-5-14	○	○
	北海道対がん協会 旭川がん検診センター	0166-53-7111	北海道旭川市末広東2条 6-6-10	○	○
	社会医療法人元生会 森山病院	0166-45-2031	北海道旭川市宮前2条 1-1-6	○	○
	医療法人社団 網走中央病院	0152-44-8611	北海道網走市南6条東 1-7	○	○
	社会福祉法人北海道社会事業協会 洞爺病院	0142-74-2555	北海道虻田郡洞爺湖町高砂町 126	○	○
	医療法人社団恵愛会 茨戸病院	0133-74-3011	北海道石狩市花川東 128-14	○	○
	北海道済生会 小樽病院	0134-25-4321	北海道小樽市築港 10-1	○	○
	社会医療法人北斗 北斗病院	0155-47-7777	北海道帯広市稲田町基線 7-5	○	○
	公益財団法人北海道医療団 帯広第一病院	0155-25-3121	北海道帯広市西4条南 15-17-3	○	○
	社会医療法人恵和会 帯広中央病院	0155-24-2200	北海道帯広市西7条南 8-1-3	○	○
	社会医療法人博愛会 開西病院	0155-38-7541	北海道帯広市西23条南 2-16-27	○	○
	医療法人徳洲会 帯広徳洲会病院	0155-30-1805	北海道河東郡音更町木野西通 14-2-1	○	○
	北星記念病院	0157-51-1234	北海道北見市中央三輪 2-302-1	○	○
	釧路市医師会健診センター	0154-25-4774	北海道釧路市錦町 2-4 フィッシャー・マンズ・ワーフ MOO5階	○	○
	医療法人 太平洋記念みなみ病院	0154-46-3162	北海道釧路市春採 7-9-9	○	○
	独立行政法人地域医療機能推進機構 札幌北辰病院	011-893-5881	北海道札幌市厚別区厚別中央2条 6-2-1	○	○
	社会医療法人貞仁会 新札幌ひばりが丘病院	011-894-7070	北海道札幌市厚別区厚別中央3条 2-12-1	○	○
医療法人徳洲会 札幌徳洲会病院	011-890-1620	北海道札幌市厚別区大谷地東 1-1-1	○	○	
さっぽろ糖尿病・甲状腺クリニック	011-707-1024	北海道札幌市北区北7条西 2-8-1 札幌北ビル2階	○	○	

令和6年度 特定保健指導指定機関一覧 北海道ブロック
 <申込方法> 直接保健指導機関に電話でお申し込みください。

④個別型

令和6年7月1日現在

都道府県	実施機関名	電話番号	所在地	動機付支援	積極的支援
北海道	一般社団法人日本健康倶楽部 北海道支部診療所	0120-489-155	北海道札幌市北区北7条西 4-1-2 KDX 札幌ビル	○	○
	公益財団法人 北海道結核予防会	011-700-1331	北海道札幌市北区北8条西 3-28 札幌エルプラザ 5階	○	○
	さっぽろ糖尿病・甲状腺クリニック イオン平岡	011-375-7891	北海道札幌市清田区平岡3条5-3-1 イオンモール札幌平岡1階	○	○
	公益財団法人北海道労働保健管理協会 健診センター診療所	011-862-5088	北海道札幌市白石区本郷通 3丁目南 2-13	○	○
	慈啓会病院	011-561-8292	北海道札幌市中央区旭ヶ丘 5-6-50 慈啓会病院	○	○
	医療法人溪仁会 溪仁会 円山クリニック	011-611-7766	北海道札幌市中央区大通西 26-3-16	○	○
	時計台記念病院	011-251-8366	北海道札幌市中央区北1条東 1-2-3	○	○
	船員保険北海道健康管理センター	011-218-1655	北海道札幌市中央区北2条西 1-1 マルト札幌ビル4・5階	○	○
	JA 北海道厚生連 札幌厚生病院	011-251-5713	北海道札幌市中央区北3条東 8-5	○	○
	札幌フジクリニック	011-281-4355	北海道札幌市中央区北4条西 5 アスティ 45ビル5階	○	○
	医療法人社団光星 メディカルプラザ札幌健診クリニック	011-209-5450	北海道札幌市中央区北5条西 2 JR タワ-オフィスプラザ さっぽろ8階	○	○
	特定医療法人札幌循環器クリニック 札幌循環器病院	011-747-6660	北海道札幌市中央区北11条西 14-29	○	○
	公益財団法人パブリックヘルスリサーチセンター 附属健康増進センター 札幌商工診療所	011-261-2010	北海道札幌市中央区南1条西 5-15-2	○	○
	公益財団法人北海道労働保健管理協会 札幌総合健診センター	011-222-0710	北海道札幌市中央区南2条西 2-18-1 NBF 札幌南二条ビル7階	○	○
	医療法人社団 明日佳札幌健診センター	011-531-2226	北海道札幌市中央区南10条西 1-1-30 ホテルライフポート札幌	○	○
	社会医療法人 北海道循環器病院	011-552-3375	北海道札幌市中央区南27条西 13-1-30	○	○
	医療法人新産健会 スマイル健康クリニック	011-854-8508	北海道札幌市豊平区月寒東2条 16-1-96	○	○
	医療法人北志会 札幌ライラック病院	011-812-8822	北海道札幌市豊平区豊平6条 8-2-18	○	○
	独立行政法人地域医療機能推進機構 北海道病院	011-831-2606	北海道札幌市豊平区中の島1条 8-3-18	○	○
	社会医療法人恵和会 西岡病院	011-853-8322	北海道札幌市豊平区西岡4条 4-1-52	○	○
医療法人清仁会 北海道内科リウマチ科病院	011-611-1371	北海道札幌市西区琴似1条 3-1-45	○	○	
医療法人新産健会 ことに・メディカルサポートクリニック	011-631-3101	北海道札幌市西区八軒一条西 1-2-10 サ・タワ-プレイス1階	○	○	

④個別型

令和6年度 特定保健指導指定機関一覧 北海道ブロック
<申込方法>直接保健指導機関に電話でお申し込みください。

令和6年7月1日現在

都道府県	実施機関名	電話番号	所在地	動機付支援	積極的支援
北海道	社会医療法人 母恋 天使病院	011-214-1553	北海道札幌市東区北12条東 3-1-1	○	○
	公益財団法人北海道対がん協会 札幌がん検診センター	011-748-5522	北海道札幌市東区北26条東 14-1-15	○	○
	社会医療法人社団愛心館 愛心メモリアル病院	011-752-3535	北海道札幌市東区北27条東 1-1-15	○	○
	社会医療法人社団カレスサッポロ 北光記念クリニック	011-722-1122	北海道札幌市東区北27条東 8-1-15	○	○
	医療法人徳洲会 札幌東徳洲会病院	011-722-1110	北海道札幌市東区北33条東 14-3-1	○	○
	公益社団法人勤労者医療協会 勤医協中央病院	011-782-9124	北海道札幌市東区東苗穂5条 1-9-1	○	○
	日本赤十字社総合病院 伊達赤十字病院	0142-23-2211	北海道伊達市末永町 81	○	○
	医療法人社団豊友会 千歳豊友会病院	0123-24-4191	北海道千歳市富丘 1-618-6	○	○
	社会医療法人平成醫塾 苫小牧東病院	0144-55-8811	北海道苫小牧市明野新町 5-1-30	○	
	一般財団法人ハスカッププラザ 苫小牧市保健センター	0144-35-0081	北海道苫小牧市旭町 2-9-7	○	○
	特定医療法人社団千寿会 三愛病院	0143-83-1111	北海道登別市中登別町 24-12	○	○
	公益社団法人函館市医師会 函館市医師会健診検査センター	0138-43-8801	北海道函館市田家町 5-16	○	○
	函館市医師会病院	0138-43-6000	北海道函館市富岡町 2-10-10	○	○
	函館赤十字病院	0138-51-8877	北海道函館市堀川町 6-21	○	○
	医療法人徳洲会 日高徳洲会病院	0146-42-0701	北海道日高郡新ひだか町静内こうせい町 1-10-27	○	○
	社会福祉法人北海道社会事業協会 富良野病院	0167-23-2181	北海道富良野市住吉町 1-30	○	○
	一般財団法人 室蘭・登別総合健診センター	0143-45-5759	北海道室蘭市東町 4-20-6	○	○
	広域紋別病院	0158-24-3111	北海道紋別市落石町 1-3-37	○	○
	栗山赤十字病院	0123-72-7222	北海道夕張郡栗山町朝日 3-2	○	○



Q.この冊子以外の実施機関はないの？



A.あります！
私学共済ホームページをご覧ください。

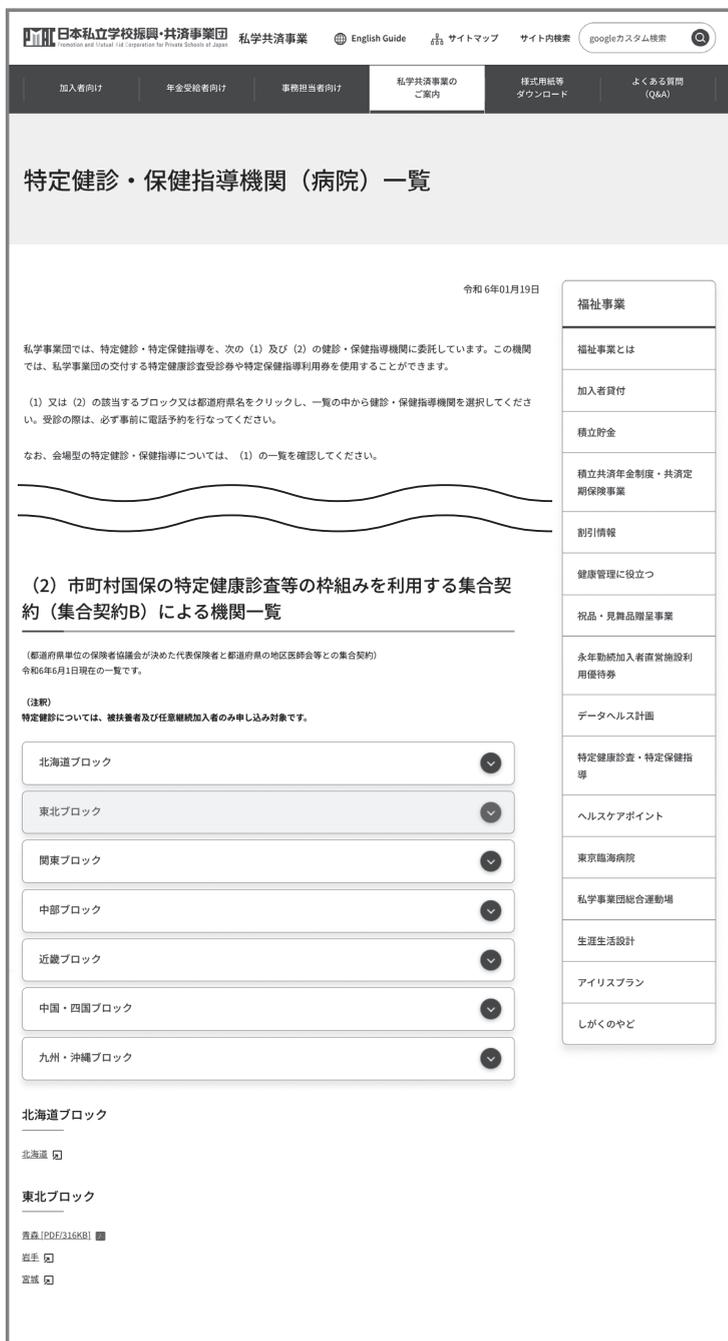
- 特定保健指導は本冊子掲載の実施機関以外にも受診できる場所があります。
- 利用券を使用できる実施機関は全国に多数あるため、掲載しきれない部分は私学共済ホームページでご確認ください。

私学共済 指定機関一覧

https://www.pmac.shigaku.go.jp/annai/fukushi/shidou/shidou_02/index.html



機関一覧ページへ
アクセス！



令和6年01月19日

私学共済事業では、特定健診・特定保健指導を、次の(1)及び(2)の健診・保健指導機関に委託しています。この機関では、私学共済事業の交付する特定健康診査受診券や特定保健指導利用券を使用することができます。

(1)又は(2)の該当するブロック又は都道府県名をクリックし、一覧の中から健診・保健指導機関を選択してください。受診の際は、必ず事前に電話予約を行ってください。

なお、会場型の特定健診・保健指導については、(1)の一覧を確認してください。

(2) 市町村国保の特定健康診査等の枠組みを利用する集合契約(集合契約B)による機関一覧

(都道府県単位の保険者協議会が決められた代表保険者と都道府県の地区医師会等との集合契約)
令和6年6月1日現在の一覧です。

(注釈)
特定健診については、被扶養者及び任意継続加入者のみ申し込み対象です。

北海道ブロック

東北ブロック

関東ブロック

中部ブロック

近畿ブロック

中国・四国ブロック

九州・沖縄ブロック

北海道ブロック

北海道

東北ブロック

青森 [PDF]316KB

岩手

宮城

福祉事業

福祉事業とは

加入者貸付

積立貯金

積立共済年金制度・共済定期保険事業

割引情報

健康管理に役立つ

祝品・見舞品贈呈事業

永年勤続加入者褒賞優待利用優待券

データヘルス計画

特定健康診査・特定保健指導

ヘルスケアポイント

東京臨海病院

私学共済総合運動場

生涯生活設計

アリスプラン

しがくのやど

あなたの
最寄りの実施機関が
探せます

リサイクル適性 (A)

この印刷物は、印刷用の紙へ
リサイクルできます。