

## 令和6年度 長野支部 保険料率のご案内

### 健康保険料率

令和6年2月分まで

9.49%

令和6年3月分から

9.55%

### 介護保険料率

令和6年2月分まで

1.82%

令和6年3月分から

1.60%

※40歳から64歳までの方(介護保険第2号被保険者)は健康保険料率と介護保険料率を合わせた率となります。  
※賞与については支給日が3月1日分から変更後の保険料率が適用されます。  
※任意継続被保険者の方は、令和6年4月分の保険料率から変更となります。

「保険料率」に関するお問い合わせは 企画総務グループ【☎026-238-1251】まで

## 令和6年度 生活習慣病予防健診のご案内

協会けんぽでは、年度内おひとり様1回に限り、**健診費用の補助**を行っています。さらに健診後は生活習慣病を発症するリスクのある方へ、保健師・管理栄養士による生活習慣改善のアドバイスを**無料**で行っています。



### 生活習慣病予防健診のポイント

対象	35歳～74歳の被保険者 ※75歳の誕生日を迎える前日までに受診を終えていただく必要があります。		
内容	労働安全衛生法上の定期健診の検査項目	+	胃がん・大腸がん検診
			+
			女性は乳がん・子宮頸がん検診も! (※年齢の条件および別途自己負担あり)
費用	最高 <b>5,282円</b> ※一般健診が18,865円(税込)相当の場合の金額		

申込方法

協会けんぽのホームページで健診機関を検索



補助が使える健診機関→

健診機関へ予約  
(協会けんぽへの連絡は不要です)

詳しくは3月下旬に事業所へ送付するパンフレットと対象者一覧をご覧ください!



緑色の封筒が目印!!

さらに、令和6年度からは付加健診※の対象年齢が**拡大**されます!

令和5年度  
40歳・50歳

令和6年度以降  
40歳・45歳・50歳・55歳  
60歳・65歳・70歳

費用は  
**2,689円**  
(最高)



※付加健診とは、腹部エコー検査や詳細な血液検査等、一般健診に加えて実施するより**詳細な健診**です。

「生活習慣病予防健診」に関するお問い合わせは 保健グループ【☎026-238-1253】まで

## 令和6年能登半島地震により被災された皆様へ

令和6年能登半島地震による災害の被災者の皆様に心よりお見舞い申し上げるとともに、亡くなられた方やそのご家族に、心よりお悔やみ申し上げます。  
協会けんぽでは、令和6年能登半島地震により被災された加入者の皆様につきまして様々な対応を行っております。詳細は右記の二次元コードより参照ください。



# 退職後の健康保険は速やかにお手続きを!

退職などで健康保険の資格を喪失した場合、75歳未満の方は引き続き何らかの健康保険制度への加入が義務づけられています。退職後はご自身の状況に応じて、以下のいずれかの健康保険へ加入手続きをしてください。

加入先	協会けんぽ任意継続※ (最長2年間) <small>※他の健康保険組合の「任意継続」についてはご加入先にお尋ねください。</small>	国民健康保険	ご家族の健康保険 (被扶養者)
手続き先	お住まいの 都道府県の 協会けんぽ支部	お住まいの 市区町村	ご家族の 勤務先
保険料	在職時保険料の約2倍※ <small>※退職時点の標準報酬月額 × お住まいの都道府県別健康保険料率 (40歳～64歳の方は介護保険料率が上乘せ)により算出されます。 ただし、退職時点の標準報酬月額には上限があります。 (令和6年度は令和5年度と同じで30万円)</small>	前年度所得や 家族構成により決定  <small>※詳しくはお住まいの 市区町村にお尋ねください。</small>	被扶養者分の 保険料負担はありません



協会けんぽの任意継続を希望される場合は以下をご確認ください

## 協会けんぽの任意継続に加入する場合の条件

- 退職日(資格喪失年月日の前日)までに、健康保険の被保険者期間が継続して2か月以上あること
- 退職日の翌日から20日以内※にお住まいの都道府県の協会けんぽ支部へ「任意継続被保険者資格取得申出書」を提出(必着)すること ※20日目が土・日・祝日の場合は翌営業日まで

「協会けんぽの任意継続」に関するお問い合わせは業務グループ【TEL:026-238-1250】まで

## 従業員の退職時には保険証の回収をお願いします

資格がなくなった保険証(退職日の翌日や扶養から外れた日以降の保険証)は使用できません。誤って資格の切れた保険証を使用した場合、被保険者に医療費(協会けんぽ負担分)の返納を求めています。従業員の退職の際は、従業員とご家族(被扶養者)分すべての保険証回収にご協力ください。



2024年12月2日に  
保険証は廃止されます

## 今から使おう! マイナ保険証

### マイナンバーカードで受診するメリット

**安心** よりよい医療が受けられる!

- 特定健診や診療の情報を医師と共有でき、重複検査を防ぎ、自身の健康・医療データに基づくより適切な医療を受けられます。  
※本人の同意なく情報が共有されることはありません。
- 薬の情報も医師・薬剤師と共有でき、重複投薬や禁忌薬剤投与のリスクも減少します。  
※本人の同意なく情報が共有されることはありません。
- 旅行先や災害時に受診する際も、薬の情報等が連携されます。

**便利** 各種手続きも便利・簡単に!

- マイナポータルで医療費通知情報を入力でき、医療費控除の確定申告が簡単にできます。
- 医療費が高額な場合に申請する「限度額適用認定証」が不要になります。
- 就職や転職後の保険証の切り替え・更新が不要。  
※新しい保険者による登録手続きが必要です。
- 高齢受給者証の持参も必要なくなります。

マイナ保険証のメリットの詳細は、右の二次元コードからご確認ください。  
厚生労働省HP【マイナンバーカードの保険証利用でみんなにいいことたくさん!!】



共に目指します。世界で一番(ACE)の健康長寿。

**全国健康保険協会 長野支部**  
協会けんぽ

協会けんぽでは給付金の申請や健康づくりを行う際に参考に  
なる情報を動画で公開中!!  
視聴はこちらから→→→

