

令和6年度 長野支部 保険料率のご案内

令和6年度の協会けんぽ長野支部の健康保険料率は9.55%となります。また、40歳以上65歳未満の方が負担する介護保険料率（全国一律）は1.60%となります。

全国で
4番目に低い!



健康保険料率 令和6年2月分まで (3月納付分)	9.49%	▶▶▶	健康保険料率 令和6年3月分から (4月納付分)	9.55%	(前年度比) +0.06%
介護保険料率 令和6年2月分まで (3月納付分)	1.82%	▶▶▶	介護保険料率 令和6年3月分から (4月納付分)	1.60%	(前年度比) -0.22%
40歳以上65歳未満の方の保険料率 令和6年2月分まで(3月納付分)	11.31%	▶▶▶	40歳以上65歳未満の方の保険料率 令和6年3月分から(4月納付分)	11.15%	(前年度比) -0.16%

令和6年度 長野支部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

長野支部の令和4年度インセンティブ制度実績は全国8位

インセンティブ
制度とは

下記の健康づくりに関する「5つの取り組み」に対して、全国47支部を前年度からの伸び率等が考慮された得点によりランキングし、上位15位以内の支部に対してインセンティブを付与します。付与されたインセンティブは翌々年度の健康保険料率に反映します。

長野支部の令和4年度の実績は、総合順位(全国47支部中) **8位**



5つの取り組み

協会けんぽの健康診断を受診しましょう!
令和4年度実績 **11位**

協会けんぽでは、年度内おひとり様1回に限り、健康診断費用の補助を行っています。

日々の取り組みでメタボを予防しましょう!
令和4年度実績 **14位**

日頃から、運動をする、食生活を改善する、禁煙するなど、健康的な生活習慣に取り組みましょう。

協会けんぽの健康サポートを受けましょう!
令和4年度実績 **12位**

健診結果で生活改善が必要とされた方を対象に、保健師等が**無料**で健康サポートを行っています。

健診結果で要治療(要再検査)の判定を受けたら医療機関を受診しましょう!
令和4年度実績 **21位**

健康診断で要治療や要再検査の判定を受けた方は、放置せず、できるだけ早く医療機関を受診しましょう。

後発医薬品を利用しましょう! 令和4年度実績 **21位**

ジェネリック医薬品は、先発医薬品と同じ有効成分を持ちながら、安い価格で手に入る医薬品です。協会けんぽでは、医療費の抑制と、加入者の皆さまの金銭的負担を軽減するために、ジェネリック医薬品の使用促進に取り組んでいます。※一部のジェネリック医薬品におきまして、供給不足や欠品が生じており、切り替えを希望されても難しい場合があります。切り替え希望の方は、医療機関や薬局とよくご相談ください。

5つの皆さまの取り組みで、長野支部は令和4年度実績で報奨金(約6億8百万円)を得ることができました。加入者及び事業主の皆さまの健康への取り組みが医療費適正化につながります。協会けんぽも全力でサポートいたしますので、共に取り組んでまいりましょう。

インセンティブ制度に関するお問い合わせは、企画総務グループ (026-238-1251) まで

ご家族の

令和6年度 特定健康診査(特定健診)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。

✓ **対 象** 40～74歳の被扶養者(ご家族)

✓ **健診項目** 診察等・問診・身体計測・血圧測定・血中脂質検査
・肝機能検査・血糖検査・尿検査

※がん検診は、健康増進法等に基づき市町村が実施しています。
詳細はお住まいの市町村ホームページをご確認ください。

✓ **健診案内** **送付内容** ・案内パンフレット
・受診券(セット券)

送付時期 ・令和6年4月上旬※に被保険者のご自宅宛て
に送付します。

※令和6年1月上旬時点のデータで作成しています。それ以降にご加入の方は
5月頃から順次発送します。

黄色の封筒が
目印!!



✓ **申込方法**

自宅や職場の近くで受診可能です。受診券(セット券)
に同封されている実施機関一覧表から健診機関を選択
しご予約ください。

※市町村が行う集団健診については別途ご案内します。

✓ **健診受診当日の持ち物**

- ・受診券(セット券)
- ・保険証
- ・健診費用(自己負担分)

健診費用は各健診機関ごとに異なります。
受診前にご確認ください。

✓ **健診後のサポートも!**

健康サポートの対象になられた方にはご自宅へ利用券をお送りしますので、ぜひご利用ください。

安心して働くためには、ご家族の健康は欠かせません。事業主の皆様からも受診を勧めてください。

なお、35歳以上の被保険者(本人)の健診である「生活習慣病予防健診」
につきましては右記の二次元コードよりご確認ください。



健診に関するお問い合わせは、
保健グループ(026-238-1253)まで

在職時の保険証を
使用できるのは
退職日までです。

**退職される際は、ご家族分も含め、
すみやかに勤務先へ保険証をご返却ください**

- ◇現在お持ちの保険証は、退職日の翌日から使用できなくなります。
- ◇退職日の翌日以降に無効の保険証を使用して医療機関を受診した場合
後日総医療費の7～8割を協会けんぽに返還いただくこととなります。

よくある質問

- Q: 月の途中に退職するのですが、月末まで保険証は使用できますか?
A: 使用できません。退職日以降、すみやかにご退職される勤務先へ
ご家族分も含め、ご返却ください。



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

メルマガ登録から健康づくりを始めよう♪
毎月10日に健康情報配信中!
登録はこちらから→→→

