

2025

11

～職場内で掲示・回覧願います～

## 協会けんぽ 福島通信

令和8年1月13日～

## 各種給付金の電子申請を開始します

令和8年1月13日からオンラインで各種給付金を申請できる電子申請がスタートします。  
電子申請は郵送に係る手間が必要ないことや、申請後の処理状況がオンラインで確認  
できること等、メリットがたくさん！ぜひご利用ください。

詳しくはこちら  
(協会けんぽHP)

利用対象

被保険者・被扶養者、社会保険労務士

## オンライン禁煙セミナーを開催します

事業主、労務管理担当者を対象とした「オンライン禁煙セミナー」を開催します。

今回はオンライン(Zoom)のみの開催となります。

参加を希望される方は、協会けんぽホームページから申込書を印刷の上記入し、ご提出ください。

開催日程

令和7年12月4日(木) 13:30～15:00

申込書・参加方法等はこちら  
(協会けんぽHP)

講演内容

2名の講師が、専門分野の観点から講演いたします。

職場で実践すべき禁煙対策や、喫煙が引き起こす健康被害について  
学ぶことができます。

## 『職場における禁煙対策』

大和 浩 先生

(産業医科大学 産業生態科学研究所  
健康開発科学研究室)

## 『人生の最期から考えるタバコの害』

西形 里絵 先生

(福島県立医科大学 医学部 法医学講座)

## マイナ保険証をお持ちでない方へ『資格確認書』をお送りしました

現在、健康保険証をお持ちの加入者(令和6年11月29日までに日本年金機構において新規に資格取得  
(扶養認定)の決定をされた方)であって、マイナ保険証による保険診療を受けられない方の資格確認書  
を、被保険者様のご自宅へ送付しました。(福島支部発送日：令和7年10月30日)

被保険者様のご自宅へ送付後、宛先不明等の理由により不着となった場合は、事業所様へ再度発送いた  
しますので、速やかな配付にご協力をお願いいたします。

全国健康保険協会 福島支部  
協会けんぽ〒960-8546 福島市栄町6-6 福島セントランドビル8階 TEL:024-523-3915(代表)  
このチラシは協会けんぽ福島支部が作成し、日本年金機構から発送される納入告知書に同封しております。  
納入告知書の請求額や保険料徴収については、最寄りの年金事務所へお問い合わせください。

# 健診受けっぱなしになっていませんか？

## その受けっぱなし、もったいない！！



健診を受けた後に、「**要精密検査**」・「**要治療**」項目がある場合は、まずは健診機関を受診しましょう。



健診の結果、生活習慣の改善が必要になったら  
どうしたらいいんだろう？

健康づくりの専門家である保健師・管理栄養士のサポートを受けられる、  
特定保健指導を利用しよう**(無料)**！

※健康事業所宣言を実施されている事業所様は、特定保健指導のご利用が必須となります。



### 特定保健指導の流れ

1

#### 目標の設定

- 保健師等の専門家と面談をし、健康づくりに向けた目標を立てます。
- ライフスタイルや体の状態に合わせて、運動や食事・喫煙・飲酒等の生活習慣の改善に向けた取り組みを一緒に考えて目標を決めます。
- 面談時間は、20～30分程度です。

2

#### 行動計画の実践

- ①で考えた具体的な目標を実践しましょう。保健師・管理栄養士が皆様を応援します！

3

#### 目標達成度のチェック

- 体重の減量等、目標を達成できたか確認を行いましょう！

### 特定保健指導の受け方



1

#### 健診当日に 健診機関で受ける！

- 担当者様**  
面談するための場所の確保や  
日程調整をする必要がありません。
- 加入者様**  
後日面談のために仕事を途中で  
抜ける必要がありません。

2

#### 後日お勤め先または オンラインでの面談

##### 担当者様へ

健診当日に受けられなかった場合、事業所へ案内が届きますので、特定保健指導を受けるよう従業員の方へのお声がけ・日程調整をお願いします。