

協会けんぽNEWS

2025年
1月号

全国健康保険協会長野支部

職場内での回覧をお願いします

長野支部公式
LINEを始めました!
毎月2回、情報を発信!
友だち登録はこちらから



健康づくりサイクルの定着を目指しましょう!

① 健診の受診

健康づくり サイクル

③ 日々の健康づくり

② 健診後の行動

元気に働き続けるためには、
日々の健康が大切です。
毎年の健診受診から、受診後の行動、
日々の健康づくりまでの
サイクルをまわしましょう!



① まずは年一回 健診を受診!

- ・被保険者(35歳~74歳)の方
⇒「生活習慣病予防健診」
- ・被扶養者(40歳~74歳)の方
⇒「特定健診」

② 健診の結果を 踏まえて 行動しましょう!

- ・医療機関への早期受診
健診で医療機関への受診が必要と判定
された場合は、早期に受診してください。
- ・健康サポートの利用
生活習慣の改善が必要な方には
無料の健康サポートを実施しています

③ 日々の健康づくり も忘れずに!

- ・適度な運動を継続する
- ・バランスの良い食生活
- ・アルコールを控える
- ・禁煙等

【令和7年度・生活習慣病予防健診の対象年齢一覧表】

令和7年度の健診対象年齢は、以下の表のとおりです。健診準備にご活用ください。

健診の種類	対象年齢	生年月日
一般健診	35歳~75歳(※1)	昭和25年4月2日~平成3年4月1日
子宮頸がん検診(単独受診)	20歳~38歳の 偶数年齢の女性の方	昭和62年4月2日~平成18年4月1日

(※1)75歳になる方は誕生日の前日までに受診をお願いします。(誕生日当日以降は後期高齢者医療制度加入となり対象外です)

一般健診に加えて受診できる健診	対象年齢	生年月日
付加健診(※2)	40歳	昭和60年4月2日~昭和61年4月1日
	45歳	昭和55年4月2日~昭和56年4月1日
	50歳	昭和50年4月2日~昭和51年4月1日
	55歳	昭和45年4月2日~昭和46年4月1日
	60歳	昭和40年4月2日~昭和41年4月1日
	65歳	昭和35年4月2日~昭和36年4月1日
	70歳	昭和30年4月2日~昭和31年4月1日
乳がん検診	40歳~74歳 (偶数年齢のみ)	昭和26年4月2日~昭和61年4月1日
子宮頸がん検診(※3)	36歳~74歳 (偶数年齢のみ)	昭和26年4月2日~平成2年4月1日

(※2) 付加健診とは、節目の年齢において一般健診に追加できる健診です。眼底検査や腹部超音波検査などの検査が受けられます。

(※3) 36歳・38歳の方は子宮頸がん検診の単独受診も可能です

「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(026-238-1250音声案内2)まで

令和7年度の生活習慣病予防健診の予約をスムーズに行っていただくために 事業者様へ『情報提供サービス』のご利用をおすすめしています!

3月(健診機関により4月)から令和7年度の生活習慣病予防健診の予約受付が始まります。
健診のご案内は3月中旬～下旬に発送を予定しておりますが、**情報提供サービス**をご利用いただくことで、**生活習慣病予防健診対象者のデータをダウンロード**することができます。

情報提供サービスのおすすめポイント

- ▶ 令和7年度の生活習慣病予防健診対象者のデータをダウンロードできる!^(※)
- ▶ 情報は常に更新されるので、対象者がすぐわかる!健診予約状況の管理に最適

(※)ダウンロードの開始時期についてはホームページでお知らせします。

ご利用の流れ



情報提供サービストップ画面
へアクセス



利用申請(事業者)
から入力して申請



IDとパスワードを
郵送でお届け



IDとパスワードでログイン
健診対象者データをダウンロード

「情報提供サービス」に関するお問い合わせは企画総務グループ(026-238-1250音声案内4)まで

令和6年度「医療費のお知らせ」QA

加入者の皆様には令和7年1月中旬より順次「医療費のお知らせ」をお送りしております。
今回はよくあるご質問を紹介いたします。

Q1 令和6年9月から12月に受診した分の医療費が記載されていないのはなぜですか?

Q2 退職された従業員の「医療費のお知らせ」が届いているのはなぜですか?

A1 「医療費のお知らせ」の作成には、医療機関等から協会けんぽに送られてくる医療費データを使用していますが、協会けんぽに届くまで、**受診した月から3か月以上かかります**。令和7年2月の確定申告時期に「医療費のお知らせ」をご利用いただくことを可能とするため、令和6年8月受診分までとさせていただきます。

A2 「医療費のお知らせ」はデータ抽出日(令和6年11月上旬)の記録に基づき作成しておりますので、その後、退職等の入力処理が行われた分は送付されることとなります。恐れ入りますが、同封の返信用封筒にて**長野支部までご返送**をお願いします。

「医療費のお知らせ」についてのお問い合わせはレセプトグループ(026-238-1250音声案内3)まで

資格情報のお知らせと加入者情報(マイナンバーの下4桁)の配付をお願いします。

令和6年12月2日からの健康保険証を利用登録したマイナンバーカードで医療機関等を受診していただくことを基本とする仕組みへの移行に伴い、令和6年9月に「資格情報のお知らせ及び加入者情報(マイナンバーの下4桁)」を送付しました。

従業員様への配付にご協力いただき、ありがとうございました。

その際にお知らせしておりました直近に加入された方の「資格情報のお知らせ及び加入者情報(マイナンバーの下4桁)」を令和7年1月から順次送付いたしますので、お手数をおかけしますが、従業員様への配付にご理解・ご協力をよろしくお願いいたします。

対象者

令和6年6月10日から令和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)の決定をされた加入者のうち、令和6年12月6日時点で健康保険に加入されている方

「資格情報のお知らせ」についてのお問い合わせは(026-238-1250音声案内0)まで



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! **x10** 登録はこちらから
kyoukaikenpo.or.jp(@の後ろ)からのメールを受信できるよう設定してください

