

協会けんぽ

職場内での回覧、
掲示をお願いいたします

令和8年

3月号

栃木支部からのお知らせ

令和8年度 健康診断のご案内

協会けんぽでは、メタボリックシンドロームリスクの早期発見に重点を置いた「生活習慣病予防健診（お勤めのご本人様向け健診）」や「特定健康診査（扶養のご家族様向け健診）」の費用補助を行っています。

令和8年度からはご本人様向けに「人間ドック健診」の費用補助も開始し、健診をもっと手厚く、より多くの方へ拡大します。
※費用補助は年度内一度限り

生活習慣病予防健診等（お勤めのご本人様対象）

ご案内は3月下旬に
事業所様にお届け



※画像は令和7年度の
ものとなります。

生活習慣病予防健診

- 生活習慣病予防健診の自己負担額は最高5,500円です。
- 定期健康診断の項目+がん検診がセットの健診です。
- 20歳、25歳、30歳、35歳～74歳の方が対象です。

※20歳、25歳、30歳の方は胃・大腸の検査を省略した項目で、自己負担額は最高2,500円です。

人間ドック健診 **NEW** 令和8年度から費用補助が始まりました!!

- 人間ドック健診の補助額は最高25,000円です。
- 35歳～74歳の方が対象です。

※一部健診機関での実施になります。また、自己負担額は健診機関ごとに異なります。

受診方法 — 簡単2ステップ—

- 1 受診したい
健診機関（※）へ
電話で予約
- 2 マイナ保険証等を
持参し健診を受ける



健診実施機関一覧

※協会けんぽの補助を使った生活習慣病予防健診や人間ドック健診を受診できるのは、協会けんぽと契約している健診機関に限ります。
※年度内にお一人様につき1回、生活習慣病予防健診または人間ドック健診のいずれかの健診費用の補助をご利用いただけます。

特定健康診査（40歳～74歳の扶養のご家族様対象）

受診券は4月下旬に
ご自宅にお届け



選べる
3つの受診方法

- 自己負担額は0円～約1,600円です。
- 協会けんぽが発行する「特定健康診査受診券」および「マイナ保険証」等が必要です。
- 3つの受診方法がありますので、ご都合に合わせて受診方法をお選びください。

特定健診については
HPをチェック



市町の集団健診

費用：無料
（市町のがん検診とセットで
受診できる会場あり）

各市町が主催で行う健診です。
日程等詳細は各市町ホームページをご確認ください。

健診機関等での受診

費用：無料～約1,600円

協会けんぽと契約している健診機関等で受診ができる健診です。対象の健診機関等はホームページをご確認ください。

栃の葉健診

費用：無料
（有料オプションあり）

協会けんぽが行う独自の健診です。地域の公民館等で不定期開催のため対象者に随時案内を送付しています。

退職後の健康保険について

任意継続にご加入される場合は **20日以内**にお手続きが必要です！

退職後の健康保険には、「協会けんぽの任意継続」、「国民健康保険」、「ご家族の健康保険(被扶養者)」の3つの選択肢があります。毎月納める保険料などを比較の上、選択された健康保険にご加入ください。

協会けんぽの任意継続加入の要件

- 1 退職日までに、継続して2か月以上の被保険者期間があること
- 2 退職日の翌日から**20日以内**に、「任意継続被保険者資格取得申出書」を提出すること

※令和6年12月2日から、「健康保険証」から「マイナ保険証」の活用を基本とする制度に変わりました。従来の健康保険証は発行されません。「マイナ保険証」を利用できない状況にある方は、「資格確認書交付申請書」を併せてご提出ください。

よくあるご質問



国民健康保険と協会けんぽの任意継続の保険料はどちらが安いのですか？



保険料の算出方法が異なります。双方の保険料を比較していただき、加入先をご検討ください。



国民健康保険

前年の所得や世帯人数などに応じて決定され、毎年見直しが行われます。
(詳しくはお住まいの市区町村役場の国民健康保険担当課へお問い合わせください。)

協会けんぽの任意継続

退職時の標準報酬月額に保険料率を乗じて決定します。

退職時の標準報酬月額※
(上限があります。また、原則2年間変わりません)



お住まいの都道府県支部の保険料率
(改正される場合があります)



1か月分の
保険料

※令和8年度における標準報酬月額の上限は32万円です。

※健康保険料率に子ども・子育て支援金率(全国一律0.23%)、および40歳から64歳までの方は、介護保険料率(全国一律1.62%)が加わります。

提出の際の添付書類や制度の詳細は協会けんぽのホームページをご確認ください。



お問い合わせ先 TEL 028-616-1691 業務グループ(音声案内1)



「もしも」と「いつも」に安心を。

協会けんぽ

全国健康保険協会 栃木支部

〒320-8514 宇都宮市泉町6-20 宇都宮DIビル7階

☎028-616-1691(代表) 受付時間:平日8:30~17:15(土日祝・年末年始を除く)

協会けんぽ栃木支部

検索

<https://www.kyoukaikenpo.or.jp/shibu/tochigi/>

健康保険制度等に関するお役立ち情報配信中！

栃木支部公式 LINE

お友だち登録はこちらから→



栃木支部公式 メルマガ

新規登録はこちらから→

