

## 令和6年度の生活習慣病予防健診のご案内 (被保険者様)

令和6年度（2024年4月1日～2025年3月31日）

※年度内にお一人様につき1回、健診費用の一部を補助します。

（注：協会けんぽが契約している健診機関での受診に限ります。）

※令和6年度より疾病の早期発見等の目的、定年延長の状況等を踏まえ、付加健診の対象年齢を40歳から70歳までの5歳刻みの方（40歳・45歳・50歳・55歳・60歳・65歳・70歳）に拡大します。

健診の種類	検査の内容	対象者	自己負担額
一般健診	・問診 ・診察等 ・身体計測 ・血圧測定 ・尿検査 ・便潜血反応検査 ・血液検査 ・心電図検査 ・胃部レントゲン検査 ・胸部レントゲン検査	35歳～74歳の方 (75歳の誕生日の前日まで)	最高5,282円
	・眼底検査	※医師が必要と判断した場合のみ	最高79円
子宮頸がん検診 (単独健診)	・問診 ・細胞診	20歳～38歳の偶数年齢の 女性の方	最高970円
付加健診	・尿沈査顕微鏡検査 ・血液学的検査 ・生化学的検査 ・眼底検査 ・肺機能検査 ・腹部超音波検査	一般健診を受診する 40歳、45歳、50歳、55歳、 60歳、65歳、70歳	最高2,689円
乳がん検診	・問診 ・乳房エックス線検査 ・視診、触診(医師が必要と 判断した場合のみ)	一般健診を受診する 40歳～74歳の偶数年齢の 女性の方	50歳以上 最高1,013円 40歳～48歳 最高1,574円
子宮頸がん検診	・問診 ・細胞診	一般健診を受診する 36歳～74歳の偶数年齢の 女性の方	最高970円
肝炎ウイルス検査	・HCV抗体検査 ・HBs抗原検査	一般健診を受診する方で 過去にC型肝炎ウイルス検査を 受けたことがない方	最高582円

★協会けんぽの生活習慣病予防健診には、労働安全衛生法に定められている定期健康診断（事業者健診）の項目が含まれており、定期健康診断（事業者健診）に代えることができます。

そのうえ、胃がん・肺がん・大腸がん・乳がん・子宮頸がんのがん検診も含まれます。

★協会けんぽからの補助があり、健診をお得に受診できます。

生活習慣病予防健診を、ぜひご利用ください。

★事業所様への「令和6年度 生活習慣病予防健診のご案内」は、3月下旬に送付予定です。

# 退職する時って保険証はどうするの??

- ① 保険証は**事業所に返却**しましょう ② 健康保険証の**切替手続き**をしましょう

保険証は **退職日の翌日から無効** になりますので、すみやかに事業所へ返却してください。

ご家族(被扶養者)がいらっしゃる場合は、**ご家族の保険証も一緒に返却** してください。

※高齢受給者証、限度額適用認定証をお持ちの場合は、一緒に返却してください。



保険証が未返却の場合、協会けんぽから事業所様やご自宅宛てに文書や電話で返却のご案内があります。また、無効の保険証を使って医療機関等を受診した場合、無資格受診となり医療費(総医療費の7~8割)を協会けんぽへ返還していただくことがあります。

「保険証回収・返却」に関する【お問い合わせ先 レセプトグループ ☎ 088-602-0258】

## 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手でき、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!!】



### ジェネリック医薬品を使用すると、どれくらい安くなるの?

### 第11回 逆流性食道炎

胃液や胃の内容物が食道に逆流して、食道の粘膜に炎症を起こす病気で、食道の病気のなかでも近年増えていきます。胃液の逆流は、胸やけや、呑酸(どんさん：胃液が口のなかに逆流すること)、つかえ感などの症状を起こします。逆流性食道炎は、それ自体は命に関わるような病気ではありませんが、慢性化すると食道の粘膜が胃の粘膜のように変化して、食道がんにつながることもあります。逆流性食道炎のお薬にもジェネリック医薬品があります。

価格差例	先発医薬品 薬価	ジェネリック医薬品 薬価	差額 (1日あたり)	差額 (1年あたり)
1日2回、 1回1錠の場合	36円(1日)	20円(1日)	<b>16円</b>	<b>5,840円</b>

※表中の価格は薬価の全額(10割負担)で計算していますので、窓口で支払う負担額はこちらの通りではありません。

※用量、薬価は一例です。同じ有効成分のジェネリック医薬品でも、メーカーによって価格は異なります。

※自己負担分は四捨五入され10円単位での支払いになります。

※上記は薬価のみを計算したものであり、実際に支払う医療費には、調剤基本料や薬剤管理指導料、薬剤情報提供料などが含まれます。



全国健康保険協会 徳島支部

協会けんぽ

〒770-8541 徳島市八百屋町2丁目11 ニッセイ徳島ビル7F

☎088-602-0250(代表)

協会けんぽ 徳島



# 医療機関等を受診する際に マイナンバーカードを 一度使ってみませんか？

## 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入手でき、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。

## マイナンバーカードで受診するための準備

### 1 マイナンバーカードをお持ちでない方は、まずはマイナンバーカードを取得

#### 申請 ※以下から選択

1    
スマホから パソコンから  
オンライン申請

2    
証明写真機  
から 郵送

#### 受け取り

- ①ハガキが届く
- ②受け取りに行く



#### 詳しくはこちら



マイナンバーカード  
総合サイト

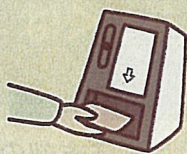
2 へ

### 2 マイナンバーカードをお持ちの方は保険証利用の申込み

マイナンバーカードを健康保険証として利用するには、申込みが必要です。 ※以下から選択

#### 医療機関で

- ☑ 医療機関・薬局の顔認証付きカードリーダーから申し込みます



#### スマホから

- ☑ 下記3つを準備 マイナポータル
  - ①マイナンバーカード
  - ②マイナンバーカード読取対応のスマホ
  - ③アプリ「マイナポータル」のインストール
- STEP1 「マイナポータル」を起動する。
- STEP2 「申し込む」をタップする。
- STEP3 利用規約等に同意する。
- STEP4 マイナンバーカードを読み取る。



iPhone



Android



#### セブン銀行ATMで

- ☑ 必要なものはマイナンバーカードのみ！

#### ATM 画面

マイナンバーカードでの手続き

健康保険証  
利用の申込み



# マイナンバーカードでの 受診前には登録情報の確認を！

ご自身の健康保険証情報がシステムに  
正しく登録されているか確認をお願いします。

スマホ等のマイナポータル(わたしの情報)上でご確認いただけます。

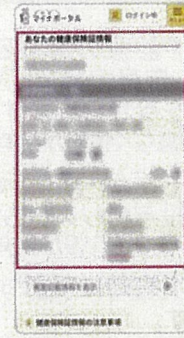
## Q 確認方法



1. マイナポータルにログイン  
します。



2. ログイン後、画面下部の「注  
目の情報」までスクロールし、  
「最新の健康保険証情報の確  
認」を押します。



3. 健康保険証情報のページが  
表示されます。ページの中段に  
ある「あなたの健康保険証情  
報」から、登録されている健康  
保険証情報を確認いただけます。



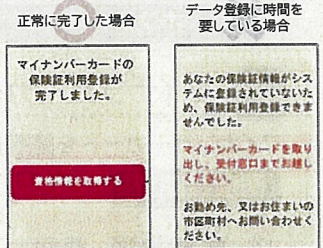
◆令和5年8月8日第2回マイナンバー情報総点検本部資料一部加工

初めての利用時など、登録が完了しているかどうかわからない状態で受診する場合は、  
念のため、マイナンバーカードとあわせて健康保険証を携行してください。

💡 医療機関等にある顔認証付きカードリーダー上での健康保険証利用登録時は、このような画面が表示されます

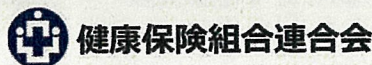
医療機関・薬局に設置されている顔認証付きカードリーダー上で利用登録手続を  
行った場合も、利用登録が正常に完了しているか否かを確認することができます。

- ▶ 登録が正常に完了している場合は、「マイナンバーカードの保険証利用登録が完了  
しました。」と画面に表示されます。
- ▶ データ登録に時間を要している場合は、「あなたの保険証情報がシステムに登録さ  
れていないため、保険証利用登録できませんでした。」と画面に表示されます。



◆厚生労働省HP掲載資料一部加工

ご不明点等がある場合や情報が正しく登録されていない場合には、  
マイナンバー総合フリーダイヤル(0120-95-0178)もしくは  
ご加入の協会けんぽ支部にお問合せください。



協会けんぽ支部の  
連絡先はこちら



初企画

全国健康保険協会(協会けんぽ)徳島支部主催

令和5年度

# メンタルヘルスセミナー

健康な「体」は健康な「心」から

生涯を通じて5人に1人がこころの病気にかかるとも言われている昨今。

「体」の健康はもちろん、「心」の健康を保つための  
正しい知識・対策を、協会けんぽと一緒に身に付けませんか？

参加  
無料

日程

令和6年3月6日(水)

時間

14:00~16:00

(受付開始:13:30~)

会場

徳島県JA会館 別館2F大ホール

770-0011 徳島市北佐古一番町5-12

※先着100名様

※申し込み詳細は裏面に記載

## セミナー内容

14:00~ 傷病手当金から見るメンタル疾患の現況

協会けんぽ徳島支部 支部長  
中川 智

14:20~ 職場におけるハラスメントの防止関係について

徳島労働局 雇用環境・均等室 労働紛争調整官  
富永 直基 様

14:45~ 笑いヨガレクリエーション

15:00~ 最新のメンタルヘルス対策について



岩野 沙織 先生

・笑いヨガ認定ティーチャー  
・2009年より笑いクラブ  
「あわらフタークラブ」を主催

先生からのコメント  
「心と体は運動しています。  
体が緩むと心も緩む。  
笑いの健康体操“笑いヨガ”  
で免疫力を高め、心と体を  
整えましょう。」



中瀬 勝則 先生

・中瀬医院 院長  
・労働衛生コンサルタント  
・笑いヨガ認定ティーチャー

先生からのコメント  
「興奮と緊張を与える“交感神経”が過剰に  
なっているあなた…  
現代病とも呼ばれる“自律神経の乱れ”に  
ついて知ることは、自分と向き合うこと  
です。  
心がスッと軽くなるセミナーによろこそ！」

主催：全国健康保険協会(協会けんぽ)徳島支部

後援：徳島県、徳島労働局、徳島県商工会連合会、徳島商工会議所、徳島県経営者協会、  
徳島県中小企業団体中央会、徳島産業保健総合支援センター



全国健康保険協会 徳島支部  
協会けんぽ

お問い合わせ先▶ 企画総務グループ：088-602-0251

FAX 088-602-0717

メンタルヘルスセミナー 参加申込書

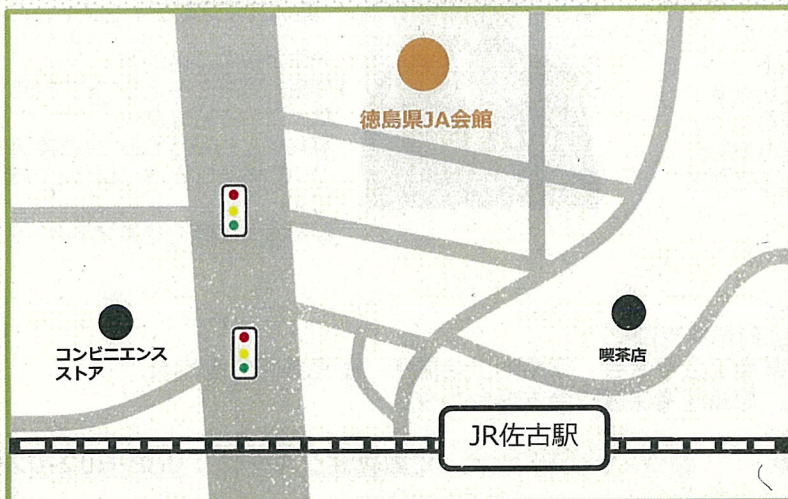
フリガナ				
ご参加者氏名				
保険証の記号・番号	記号		番号	
事業所名				
事業所住所	〒 - TEL ( ) -			

お申し込み期限

令和6年3月5日(火)

※ご記入いただいた内容は本セミナーにおいてのみ使用し、他の事業に利用することはありません。

※参加は先着順となります。参加申し込み後、定員に達しご参加いただけない場合のみ、当協会よりお電話にてご連絡させていただきます。



【アクセス】

- ・ JR佐古駅より徒歩約2分
- ・ 駐車場有  
※駐車可能台数200台