

さが支部通信

職場内で回覧・掲示ください!



セルフメディケーションに取り組んでみませんか?

セルフメディケーションとは?

「自分自身の健康に責任をもち、軽度な身体の不調は自分で手当てすること」です。以下の4つのポイントを実践して、毎日をいきいきと過ごすために、健康管理力を高めていきましょう。

Point
01

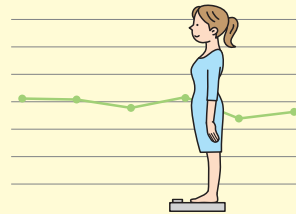
規則正しい生活を心がける

自分の健康に積極的に関わることで、知識が向上し、健康維持に役立ちます。

Point
02

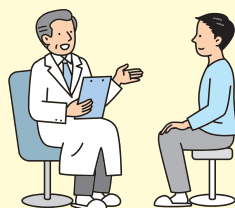
健康と生活習慣をチェック

日ごろから自分の健康状態をチェックして健康への意識を高めましょう。

Point
03

正確な知識を持つ～専門家を活用～

分からないことがあれば、医師・薬剤師などの医療専門家に相談してみましょう。

Point
04

OTC医薬品を上手に使う

軽度な体の不調には、OTC医薬品(市販薬)の活用も選択肢になります。



\\ セルフメディケーションの心強い味方!! //

こんなときにはOTC医薬品をご活用ください!



忙しくて思うように
受診ができない!



花粉症で
ちょっと
つらい...

病院に行くほどでも
ないけど体調が悪い



急な体調不良を
なんとかしたい

健康管理の
常備薬に

OTC医薬品はOver The Counter(カウンター越し)の略で、薬局やドラッグストアなどで、医師の処方箋なく購入できる要指導医薬品や一般用医薬品のことです。

協会けんぽ佐賀支部LINE友だち募集中

協会けんぽ佐賀支部からのお知らせや皆様の健康づくり、健康保険に関する情報を配信しています!
お友だち登録がまだの方は、ID検索、二次元コードからご登録をお願いします!

LINE ID

@kenpo_saga

▼LINE登録



高齢受給者証の負担割合が現在「3割」となっている方へ

昨年の収入が一定の基準を下回る場合は 一部負担金の割合が「2割」になります

医療機関における一部負担金の割合が現役並み所得者であるとして「3割」となっている方であっても、令和6年(2024年)中の収入が、以下の基準収入額未満である場合、申請により一部負担金の割合が「3割」から「2割」になります。

70歳以上の被扶養者を有する場合	70歳以上の被扶養者を有しない場合	(被保険者の収入が383万円以上の方のうち) 旧被扶養者を有する場合
(被扶養者の収入と合わせて) 520万円未満	383万円未満	(旧被扶養者の収入と合わせて) 520万円未満

制度の詳細や申請方法はこちら

<https://www.kyoukaikenpo.or.jp/g7/cat710/sb3160/sbb3166/260812#linkseido>



令和6年度被扶養者資格の再確認にご協力いただき ありがとうございました



協会けんぽでは、保険給付の適正化を目的に、健康保険の被扶養者となっている方が、現在もその状況にあるかを確認させていただくため、令和6年10月から11月にかけて被扶養者資格の再確認を実施しました。

事業主・加入者の皆様には、ご多忙なところ、「被扶養者状況リスト」等の提出にご協力いただき、誠にありがとうございました。

令和6年度被扶養者資格再確認の結果

被扶養者の解除となった人：**約6.3万人**(令和7年3月31日現在)

被扶養者の解除により見込まれる前期高齢者納付金の負担軽減額：**11億円程度**

届出はその都度必要です！

被扶養者の解除となった理由として、就職して健康保険の資格を取得したものの、被扶養者から解除する届出を年金事務所へ提出していないというものが多くを占めています。就職や一定の収入を超えた場合など、被扶養者の条件に該当しなくなったときは、その都度「健康保険被扶養者(異動)届」の提出が必要です。

被扶養者に異動があった場合は、すみやかな届出にご協力をお願いします。
※提出先は日本年金機構となります。

