

11
2025

けんぽ通信

2025年11月号／発行：全国健康保険協会新潟支部／編集：企画総務グループ



令和7年度 被扶養者資格再確認のご協力をお願い

協会けんぽでは、保険給付の適正化を目的に、健康保険法施行規則第50条に基づき、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、毎年、被扶養者資格の再確認を実施しております。協会けんぽからお送りする「被扶養者状況リスト」に記載されている対象者の扶養状況をご確認いただき、提出いただきますようお願いいたします。

確認の対象となる方(以下のいずれかに該当する被扶養者)

- ①健康保険の資格が重複している可能性が高い方
- ②同居が扶養認定の要件となっている続柄の方のうち、被保険者と別居している可能性が高い方
- ③令和6年中の課税収入額が130万円(60歳以上は180万円)の金額を超過している方(18歳未満の方や直近で認定された方を除く)

※上記に該当する被扶養者がいない場合は、被扶養者状況リストはお送りいたしません。

被扶養者状況リストの発送時期

令和7年11月6日(木)に発送いたします。

【扶養解除となる被扶養者の方がいる場合】

確認の結果、扶養解除となる場合は、被扶養者状況リストと被扶養者異動届を提出します。扶養解除の迅速化のため、被扶養者異動届は可能な限り電子申請により、日本年金機構へお届けください。なお、電子申請によるお届けが難しい場合は被扶養者状況リストに同封の被扶養者調書兼異動届を協会けんぽへご提出をお願いいたします。



「被扶養者状況リスト」は変更・異動の有無にかかわらず**毎年ご提出**ください
提出期限：令和7年12月12日(金)

令和8年1月から電子申請がスタート

令和8年1月からオンラインで各種給付金の申請ができる電子申請がスタートします。電子申請は郵送にかかる手間がないことや、申請後の処理状況をオンラインで確認できます。

電子申請の メリット

1



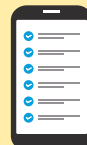
システムチェックにより、記載漏れなどのミスを防げます。

2



郵送などにかかっていた時間、費用が削減できます。

3



スマホやPCから申請後の処理状況が確認できます。

利用 対象者

被保険者、被扶養者(一部申請に限る)、社会保険労務士(保健事業を除く)

※被保険者と被扶養者はマイナンバーカード所持者が利用可能。
社会保険労務士は協会けんぽのID/パスワードを取得した方が利用可能。

詳しくはこちらの
ホームページを
ご覧ください





血圧はどこで測れるの??

会社・職場に血圧計を設置しましょう！

血圧は健康のパロメーターです。高血圧は、症状がないまま命に係わる重大な病気を引き起こすことから「サイレントキラー」と呼ばれています。従業員のみなさまがいつでも測れるように、社内に血圧計を設置しましょう！

会社以外で測れる場所は？

会社以外でも血圧チェックは身近な場所で簡単にできます！まずは測って自分の数値を把握しましょう！

会社・職場で

- 職場は大切な測定チャンス！
- 安全で元気に働くために職場で測れる環境づくりを！



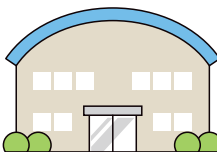
薬局・ドラッグストアで

- 無料の「血圧測定コーナー」があるお店も！
- 相談できる薬剤師さんもいます



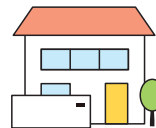
体育館や公共施設で

- 運動や用事のついでに血圧チェックはいかがでしょうか



ご自宅で

- 他の場所で測定し収縮期（上の血圧）が130mmHg、拡張期（下の血圧）80mmHgを超えたら自宅で血圧計を準備しましょう！



協会けんぽでは「新潟県」「新潟県脳卒中・心臓病等総合支援センター」「新潟県医師会」「新潟大学大学院生活習慣病予防・健診医学講座」「明治安田」とともに「いいがたSTOP高血圧プロジェクト」を推進していきます

詳細はコチラ >>>



新潟県からのお知らせです。

健康立県通信

40歳代の約5割が危険性あり！オーラルフレイル

5つの項目のうち、2つ以上該当するとオーラルフレイルです。該当した場合には、かかりつけ歯科医に相談しましょう。

- | | | |
|---|--|--------------------------|
| 1 | 自身の歯は、何本ありますか？19本以下の場合チェックしてください。（さし歯や金属をかぶせた歯は、自分の歯として数えます。インプラントは、自分の歯として数えません。） | ☐ |
| 2 | 半年前と比べて固いものが食べにくくなりましたか？ | ☐ |
| 3 | お茶や汁物等でむせることがありますか？ | ☐ |
| 4 | 口の渇きが気になりますか？ | ☐ |
| 5 | 普段の会話で、言葉をはっきりと発音できないことがありますか？ | ☐ |

オーラルフレイルは、口の機能の健常な状態と機能低下との間にある状態です。オーラルフレイルであると、将来のフレイル、要介護認定、死亡のリスクが高いことがわかってます。



詳細はコチラ



お問い合わせ先 新潟県健康づくり支援課
025-280-5934

年末年始の給付金のお支払いについて

傷病手当金・出産手当金・出産育児一時金・埋葬料（費）について、**12月17日（水）までに**協会けんぽ新潟支部で受付した分は、年内にお支払いができる予定です。（ご申請の内容に不備がある場合や確認が必要な場合は除きます）



「傷病手当金・出産手当金・出産育児一時金・埋葬料（費）」は、申請書の受付からお支払いまでに10営業日（土日祝日・年末年始を除く10日間）いただいております。年末年始をまたぐ場合、通常時よりお支払いまでの期間が長くなります。



全国健康保険協会 新潟支部
協会けんぽ

※この広報誌は協会けんぽにご加入の事業者様以外にも情報提供としてお送りしています。

〒950-8513 新潟市中央区東大通2-4-4
日生不動産東大通ビル3階
TEL025-242-0260（代表）

協会けんぽ 新潟

