

令和8年3月

# 船員保険丸

生活習慣病

新年度も  
お忘れなく！

予防健診



船員保険  
イメージキャラクター  
かもめっせ

令和8年度より、船員保険の生活習慣病予防健診がさらに充実します。  
年度内に1回限り**無料**で受診できますので、ぜひご利用ください。

## 1 健診の対象年齢を拡大します！

若く健康なうちからご自身の健康に関心を持っていただくため、従来の対象者\*<sup>1</sup>に加え、**20・25・30歳の被保険者様、20・25・30・35～39歳の被扶養者様**も生活習慣病予防健診\*<sup>2</sup>の対象になります。

船員手帳の健康証明を受けられる健診機関もございます。

\*<sup>1</sup> 35歳以上の被保険者様および40歳以上の被扶養者様 \*<sup>2</sup> 20・25・30歳の方は胃がん検査を含みません

## 2 オプション検査を拡大します！

- 50歳以上が対象の前立腺がん検査が**無料**で受けられます。
- 40歳以上の偶数年齢の女性が対象の骨粗しょう症検査を**新たに実施**します。
- 子宮頸がん検診の対象年齢を、従来の40歳以上から、**20歳以上の偶数年齢**に引き下げます。

健診の詳細は、船舶所有者様宛にお送りしている  
パンフレットをご確認ください。





# 令和8年3月分（4月納付分）からの 船員保険の保険料率が決定しました



一般保険料率

介護保険料率

子ども・子育て支援金率

保険料率の詳細は  
こちらから↓

**11.05%** **1.76%** **0.23%**

※令和8年4月分（5月納付分）より



船員保険部  
ホームページ

第3版!

船員のためのやさしい健康づくり

# ヘルスコンパス

を発売しました!



## 健康づくりのヒントを丸ごと一冊に!

全国健康保険協会船員保険部では船員向け健康づくり冊子「ヘルスコンパス」を発売しています。このたび、新たな情報を加えてリニューアルした「ヘルスコンパス」第3版を発売いたしました。

## 船員に特化した健康情報が満載!

「交代制勤務で睡眠不足…」 「最近おなか周りが気になる」 など船員の働き方やライフスタイルを踏まえた、船内でも実践できる健康づくりのヒントが満載です。



令和8年2月下旬に全被保険者様および全船舶所有者様へ送付しています。  
本誌の内容は全国健康保険協会船員保険部のホームページでもご覧いただけます。  
日々の健康づくりにぜひお役立てください!



全国健康保険協会  
船員保険

〒102-8016  
東京都千代田区富士見2-7-2 ステージビルディング14階  
TEL 03-6862-3060  
受付時間 8:30 ~ 17:15 (土日祝除く)

船員保険メルマガ  
「うみがめ〜る」  
会員募集中!

