

健康保険 ガイドブック

日本語版

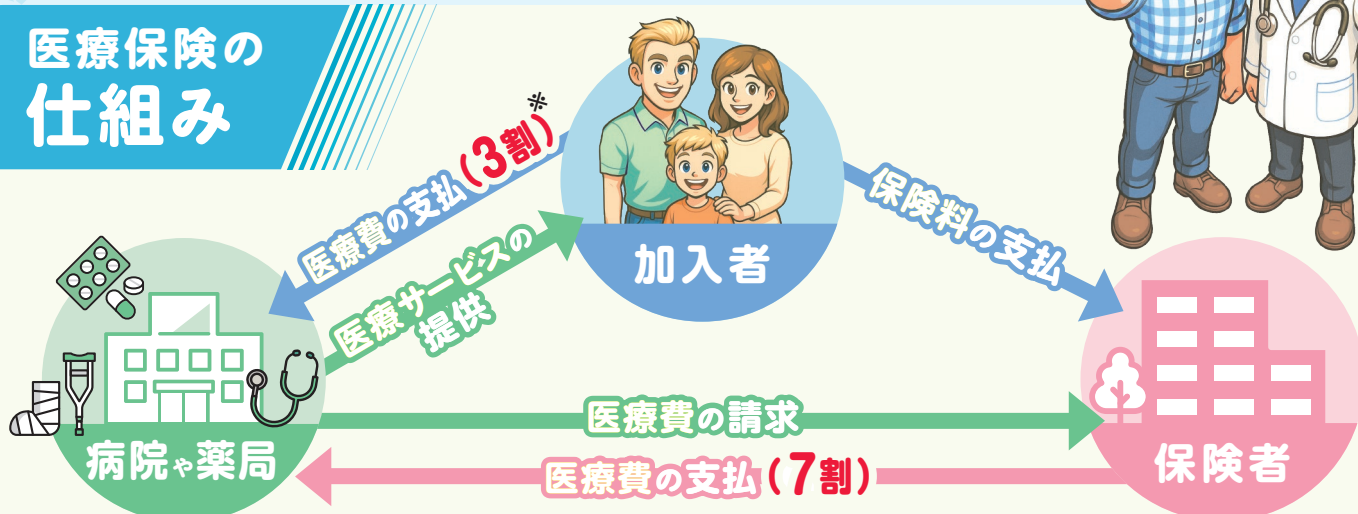
日本の医療保険制度

日本に住むすべての人が加入し、医療費をみんなで支え合う「国民皆保険制度」です。

日本に住む人は、**国籍を問わず、公的医療保険に加入しなければなりません。**

病気やケガで病院を受診するとき、
医療費の自己負担分（**3割**または**2割**）を支払うことで、
医療サービスを受けることができます。

医療保険の 仕組み



※自己負担割合は年齢等により、**2割**の場合があります。



健康保険の加入手続き



健康保険の加入要件を満たしている場合、
加入手続きは事業主が行います。

働いている方は被保険者、働いている方に扶養されている家族は、被扶養者として加入します。結婚や出産で扶養家族が増えた場合も事業主が加入手続きを行います。



健康保険料の支払い

保険料

50%

50%



健康保険料は、給料の額に応じて決められ、**事業主と被保険者が50%ずつ負担します。**

事業主は、被保険者の給料から保険料を控除します。被扶養者の保険料負担はなく、被扶養者が増えても保険料の額は変わりません。

病院を受診するとき



病院の種類

入院や手術などを行う**病院**、日常的な病気の診断や相談ができる**診療所(クリニック)**、治療を受けた後にお薬を受け取る**薬局**、歯の治療を行う**歯科医院**などがあります。

病院・診療所



薬局



歯科医院



病院を受診するとき



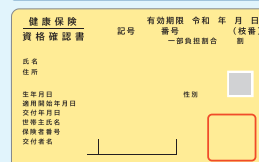
ご自分の「**マイナ保険証**」もしくは、「**資格確認書**」を持参してください。

マイナ保険証※



※健康保険証として利用登録する必要があります。

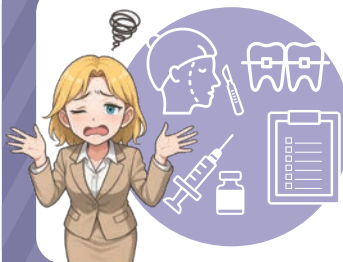
資格確認書



マイナ保険証や資格確認書を持っていなかった場合、医療費は**全額自己負担**になります。



健康保険が使えないケース



美容整形、歯の矯正、予防注射、健康診断など、健康保険が使えないものもあります。



仕事や通勤中の災害が原因の病気やケガについては、健康保険が使用できません。
(労災保険の適用)

在職時の**健康保険**を使えるのは、**退職日**まで

就職



協会けんぽに
加入している期間

退職



例えば

3月31日退職の場合、4月1日以降、
在職時の健康保険は使えません。

健康保険の資格がないまま受診した場合、医療費(保険負担分)を返還していただくことになります。

1

診療時間外に受診すると「追加料金」がかかります

追加料金がかかる時間帯	追加料金	
	初めて	2回目から
休日 📅 (日曜・祝日)	+2,500円	+1,900円
時間外 🕒 平日: 8時前・18時以降 土曜: 8時前・12時以降	+850円	+650円
深夜 🌙 (22時～翌6時)	+4,800円	+4,200円



休日や夜間に病院を受診すると**追加の料金**がかかります。本来、休日や夜間は緊急性の高い重症患者に対応する時間帯なので、**平日の診療時間内**に受診するようにしましょう。ただし、急病の時などやむを得ない場合は、我慢せず受診しましょう。

2

いきなり大病院に行くと「追加料金」が発生する場合があります

紹介状なしで大病院(大学病院等)を受診すると、診察料に加えて**7,000円以上(全額自己負担)**の特別料金が発生する場合があります。また、大病院に軽症患者が集中すると、本来担うべき重篤な患者への対応や緊急医療などに支障が生じます。



▶「紹介状」がないと

特別料金
診察料 + **7,000円以上** (全額自己負担)

▶「紹介状」があると

診察料

3

複数の病院での受診は控えましょう

同じ病気や症状の治療のために複数の病院を受診すると、受診のたびに**医療費の負担**が増えます。また、同じような検査や薬の処方により、**体にも負担**がかかります。普段から身近に受診できる病院を持ちましょう。



給付金の申請

医療費を全額支払ったときや 高い医療費を払ったとき

療養費

- やむを得ない理由で、医療費を**全額自費**で支払ったとき
- コルセットなどの**治療用装具**を作製・装着したとき（医師の指示） など

申請により**払い戻し**（自己負担分）を受けることができます。



高額療養費

同一の月に病院で支払った自己負担額が高額になり、**自己負担限度額を超えた**ときは、申請することで、その超えた分が払い戻されます。

医療費が高額になる場合、「**限度額適用認定証**」を事前に申請して窓口提示すれば、窓口負担が自己負担限度額までになります。

なお、「**マイナ保険証**」を利用できる病院であれば、「**限度額適用認定証**」がなくても窓口負担が自己負担限度額までになります。

限度額適用認定証

健康保険限度額適用認定証	
被保険者	住所
	氏名
	年 月 日

事前に
申請



窓口負担を**自己負担限度額まで**に抑えることができます。

マイナ保険証



限度額適用認定証
なしでOK!

自己負担額が
即時に減額されて
助かった!



病気やケガで働けなくて給料がもらえないとき

傷病手当金

被保険者が**病気やケガ**で仕事を休み、その間の**給料を受けられない**ときに支給される給付金です。病気やケガの療養のために連続して3日間仕事を休んだ後、4日目以降の仕事に就けなかった日に対して支給されます。

申請書に**事業主と療養担当者（医師等）の証明**を受け、**協会けんぽ**に提出してください。



支給額

=

直近1年間の
標準報酬月額
の平均額の
30分の1

×

3分の2

×

支給日数

子供が生まれたとき

出産育児一時金 / 家族出産育児一時金

被保険者が出産したときは「出産育児一時金」が、
被扶養者が出産したときは「家族出産育児一時金」が
申請により支給されます。

支給額

1児につき **50万円**

出産にかかる費用を協会けんぽから
医療機関に**直接支払う制度**があります。



出産手当金

被保険者が**出産**のために仕事を休み、その間の**給料を受けられない**ときに支給される給付金です。

申請書に**事業主と医師等の証明**を受け、**協会けんぽ**に提出してください。

支給額

=

直近1年間の
標準報酬月額
の平均額の
30分の1

×

3分の2

×

支給日数

ご本人・ご家族が亡くなられたとき

埋葬料(費)・家族埋葬料

被保険者・被扶養者が業務外の事由により亡くなったときは、申請により埋葬料(費)が支給されます。「亡くなった方」「申請する方」によって、「埋葬料」「家族埋葬料」「埋葬費」に分かれます。

支給額

50,000円

※家族埋葬料は、扶養家族が亡くなった場合に支給されるものです。

※埋葬費の場合は、50,000円の範囲内で実際に埋葬に要した費用が支給されます。

健康診断



生活習慣病予防健診（被保険者の健康診断）

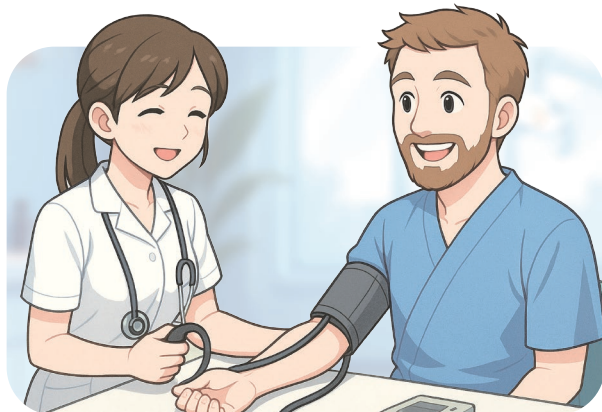
対象年齢：35歳～74歳

生活習慣病予防健診とは、生活習慣病の発症や重症化の予防を目的とした健康診断で血液検査や尿検査のほか、がん検診を含む充実した検査内容となっています。

年度内にお一人様につき1回、**健診費用の補助**があります。

自己負担額は **最高5,500円**

総額の7割を協会けんぽが負担します。



※生活習慣病予防健診の項目に詳しい検査が追加された「**人間ドック健診**」もあります。

特定健診（被扶養者の健康診断）

対象年齢：40歳～74歳

特定健診とは、メタボリックシンドロームに着目した健康診断で、診察、問診、血液検査、尿検査など、基本的な検査内容となっています。

年度内にお一人様につき1回、**健診費用の補助**があります。

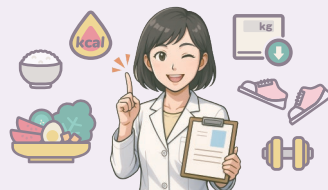
自己負担額は **無料か500円**

※愛知県内で受診した場合



特定保健指導 （健康サポート）

健診を受けた結果、「メタボリックシンドローム」のリスクのある40歳から74歳までの方を対象に、保健師または管理栄養士等がサポートします。



全国健康保険協会 愛知支部

☎ **052-856-1490**（代表）

〒450-6363 名古屋市中村区名駅1-1-1 JPタワー名古屋23階

受付時間 8:30～17:15（土・日・祝日・年末年始を除く）



愛知県内の病院を調べる

▶ **あいち救急医療ガイド**

<https://www.qq.pref.aichi.jp>



外国語で
病院を探すことができます



外国語で相談できるところ

▶ **愛知県国際交流協会**

（あいち多文化共生センター）



052-961-7902