

## 退職後の健康保険のご案内

退職や勤務時間の短縮等により資格がなくなった後の健康保険には、以下の**3つの選択肢**があります。毎月納める保険料等を比較のうえ、選択された健康保険にお手続きください。

加入先	協会けんぽの 任意継続被保険者	国民健康保険の 被保険者	家族の健康保険の 被扶養者
加入要件	<ul style="list-style-type: none"> <li>退職日（資格喪失日の前日）までに被保険者期間が継続して2か月以上あること</li> <li>退職日の翌日から20日以内に任意継続資格取得申出書を提出すること（必着）</li> </ul>	お住まいの市区町村役場へご相談ください	被扶養者としての認定基準を満たすこと
手続き	お住まいの都道府県の協会けんぽ支部へ任意継続資格取得申出書を提出 ※申請は、申請書をご郵送いただくか、電子申請をご利用ください。	お住まいの市区町村役場の国民健康保険担当課で手続き	ご家族の勤務先の事業所を通じて届出
保険料	退職前に給与から控除されていた保険料の <b>約2倍</b> ※令和7年度保険料上限（群馬支部） 36,352円（介護保険料含む）	前年の所得などにより決定 ※離職理由等による軽減制度の対象となる場合があります。	被扶養者の負担はなし

双方の保険料を比較してみてください

### 電子申請をご利用ください!

各種申請手続きが**オンラインでもっと手軽に!**

- 記入漏れを防ぐ
- 手間・時間・郵送費用削減
- 制度や詳細を確認しながら申請できる
- スマホやパソコンから申請状況を確認できる



詳しくはこちら



協会けんぽ 電子申請



### 「けんぽアプリ」リリースしました!

スマートフォンアプリケーション「けんぽアプリ」を令和8年1月26日にリリースしました。

けんぽアプリから電子申請を利用できるほか、健康に役立つ情報もお届けします。

▼iOS



▼Android



便利な機能も追加予定!  
ぜひご利用ください!

協会けんぽ けんぽアプリ



令和7年12月2日以降、使用できなくなった健康保険証については、ご自身で廃棄をお願いいたします。

(4月納付分)

# 令和8年3月から保険料率が変わります!

令和8年度の保険料率が決定いたしました。

また、全国平均保険料率が**9.9%**に引き下げられたこともお知らせいたします。

## 健康保険料率 (群馬支部)

令和8年2月分 (3月納付分) まで

**9.77%**



令和8年3月分 (4月納付分) から

**9.68%**

## 介護保険料率 (全国一律)

令和8年2月 (3月納付分) まで

**1.59%**



令和8年3月分 (4月納付分) から

**1.62%**

子ども・  
子育て支援金  
が追加!

令和8年4月分 (5月納付分) から

**0.23%**

## 保険料負担を減らすためには

協会けんぽの加入者及び事業主の皆様の健康への取組を健康保険料率に反映させるインセンティブ制度。5つの指標に基づき、協会けんぽ47支部ごとに加入者の実績を評価してランキングを行い、47支部中、**上位15支部**に対して、結果に応じてインセンティブ (報奨金) を付与します。このインセンティブにより、**健康保険料率の引き下げ**につながります。

① 特定健診等の実施率 **32位**

② 特定保健指導の実施率 **42位**

③ 特定保健指導対象者の減少率 **34位**

④ 医療機関への受診勧奨基準において速やかに受診を要する者の医療機関受診率 **46位**

⑤ 後発 (ジェネリック) 医薬品の使用割合 **31位**

令和6年度  
全国支部別ランキング

47支部中 **46位**

ひとりひとりの健康への取組が  
2年後の保険料率に反映される  
ため、ご協力をお願いします!

## 皆様をお願いしたい4つの取り組み

健康診断の  
受診

対象となった場合は  
特定保健指導  
を受ける

「要治療」  
(再検査を含む) の  
判定なら受診する

ジェネリック医薬品  
の利用