

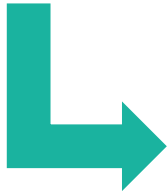
協会けんぽ北海道支部からのお知らせ



令和 8 年 3 月 1 3 日
全国健康保険協会北海道支部
企画総務部企画グループ

はじめに

- 健康保険制度の意義や協会の役割をメッセージとして共感いただけるよう、コミュニケーションロゴ・タグラインを作成しました。



人生100年時代。

やりたいことにいろいろと挑戦できる時代です。

けれども、長い人生の中で、

自分や家族、大事な人の健康、医療や介護、老後の生活など、将来について不安を感じることもあるかもしれません。

あなたの人生を守ること。

それは、あなたの今を守り続けること。

あなたが病気やケガで困ったとき、

全国に広がるいちばん身近なセーフティネットとして、

大きな安心を届けることはもちろん、

人生100年時代だからこそ、毎日の健康づくりを支え、

あなたが安心して、生き生きと暮らせる土台でありたい。

「もしも」だけでなく、「いつも」の安心も考える。

あなたが羽ばたく未来へ。

協会けんぽは、どんなときも寄り添い、伴走し続けます。

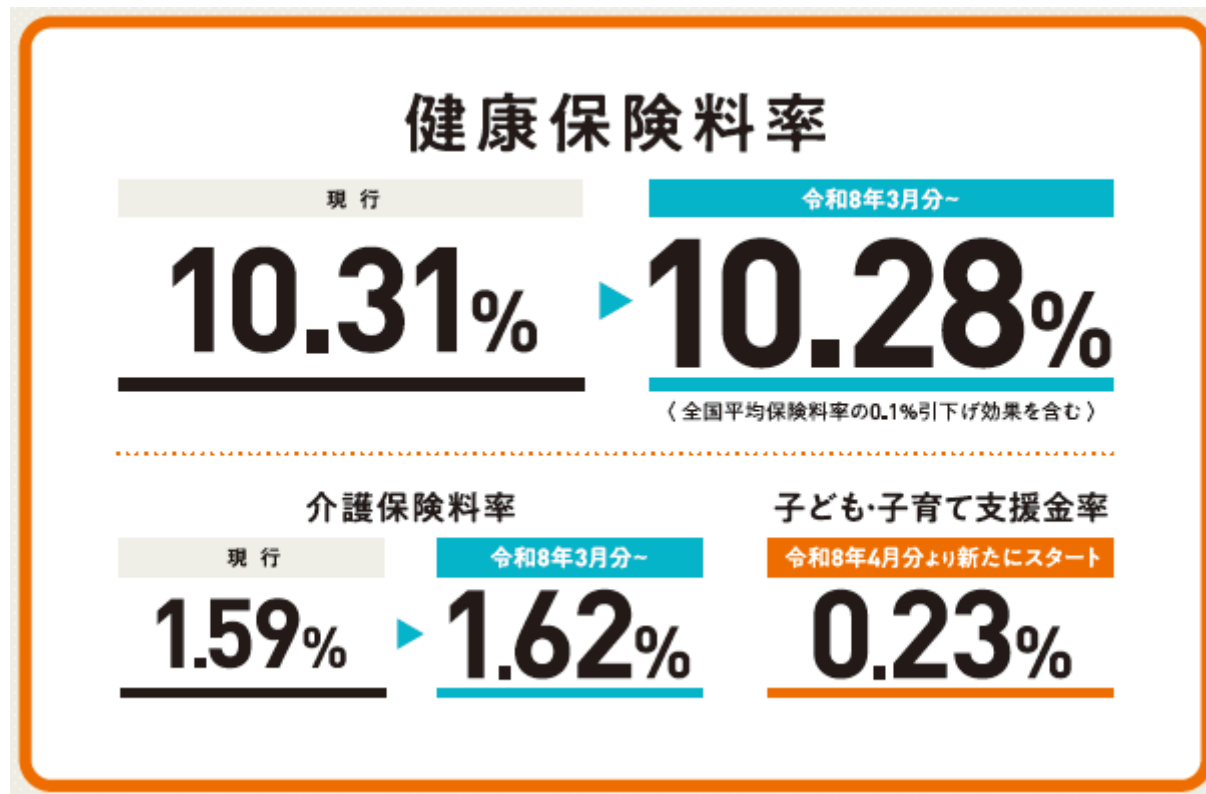
目次

1. 令和8年度北海道支部保険料率について	3
2. インセンティブ制度について	9
3. 電子申請・けんぽアプリについて	17
4. 健診体系の見直しについて	30
5. マイナ保険証・資格確認書について	34
6. 上手な医療のかかり方について	48
7. その他	52

1. 令和8年度北海道支部保険料率について

1. 令和8年度北海道支部保険料率について

- 全国平均健康保険料率が令和7年度の10.00%から令和8年度9.90%となり、北海道支部における令和8年度の健康保険料率は10.28%となりました。



子ども・子育て支援金は、少子化・人口減少が危機的な状況にある中で策定された「加速化プラン」の財源の一部であり、子育て世帯に対する大きな給付の拡充を通じて、こどもや子育て世帯を社会全体で応援する仕組みです。

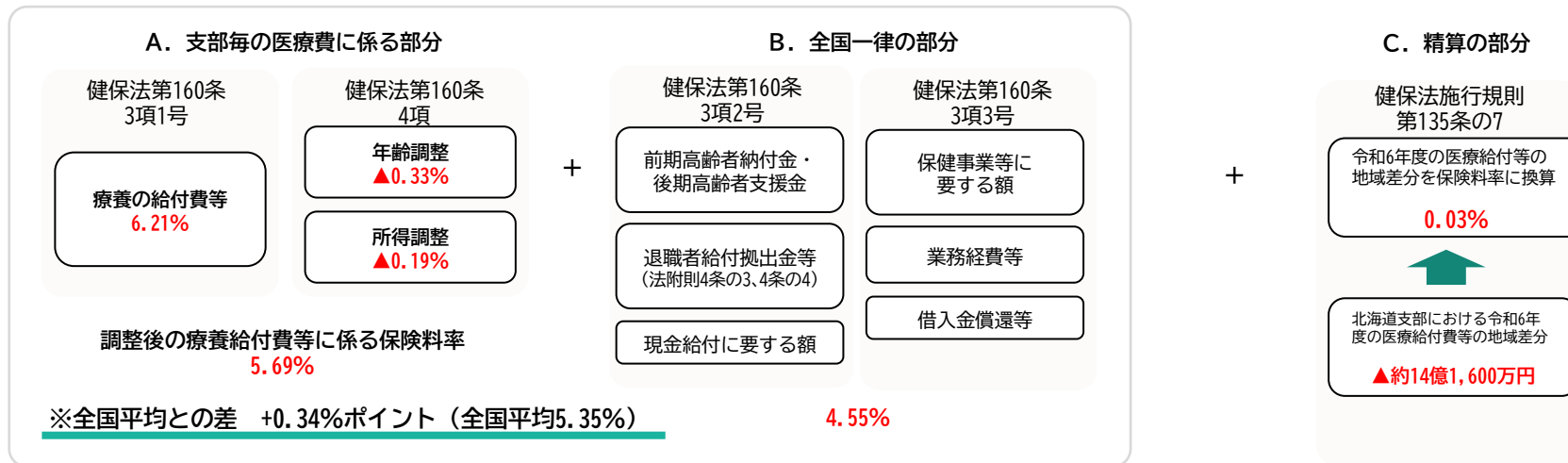
1. 令和8年度北海道支部健康保険料率について

令和8年度北海道支部健康保険料率

北海道支部医療費分5.69% + 全国一律部分4.55% + 精算部分0.03% + インセンティブ分0.01% = **10.28%** (※)

※) 健保法施行規則135条の3：都道府県単位保険料率を算定する場合において、その率に1,000分の5未満の端数が生じたときは、これを切り捨てた率とし、1,000分の0.05以上1,000分の0.1未満の端数が生じたときは、これを1,000分の0.1に切り上げた率とする。

【令和8年度北海道支部保険料率の内訳】



インセンティブ反映前保険料率 (A+B+C) = **10.27%**



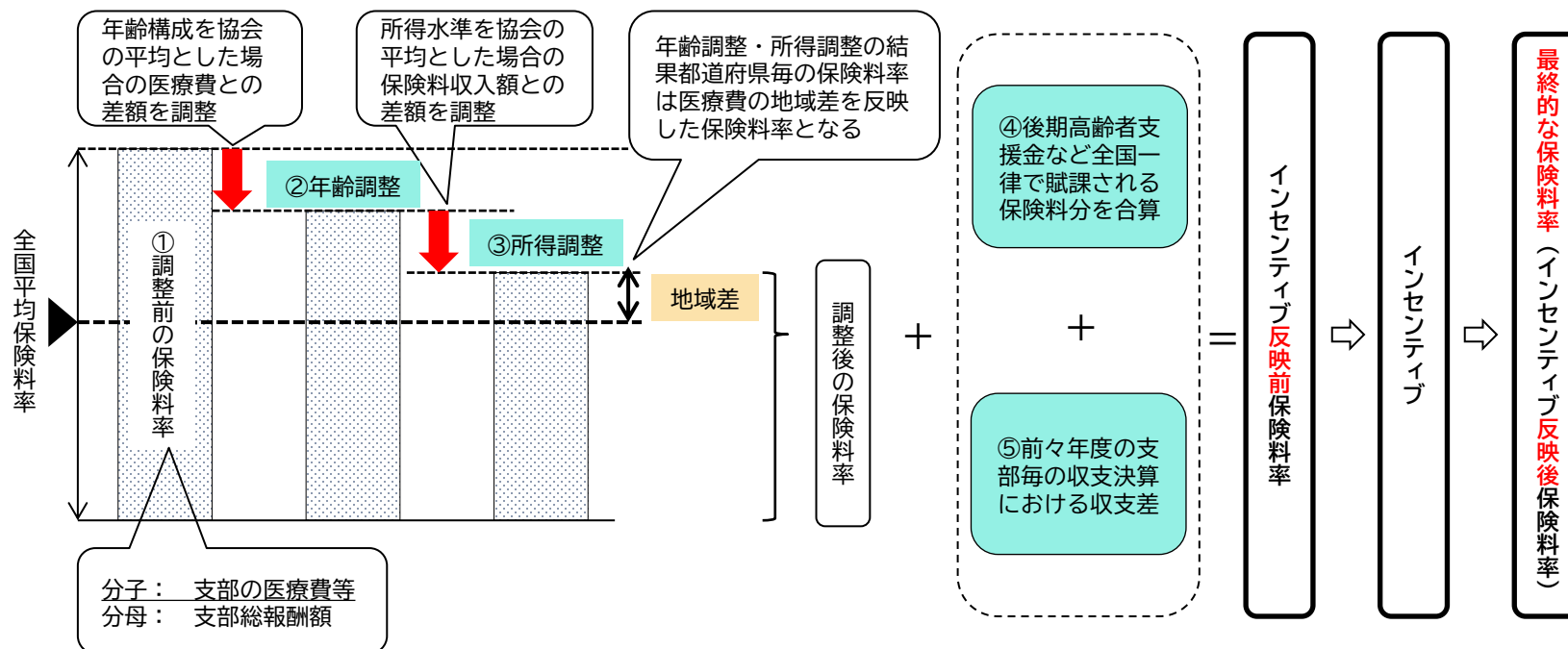
令和6年度インセンティブ制度実績による加算 = **0.01%**

※端数整理のため、計数が整合しない場合があります。

1. 都道府県単位保険料率の設定について

- 都道府県毎に地域の医療費や所得水準をそのまま保険料率に反映させた場合には、年齢構成の高い県ほど医療費が高く、保険料率が高くなる。また、所得水準の低い県ほど、同じ医療費でも保険料が高くなる。
- このため、協会けんぽにおける都道府県毎の保険料率の設定にあたっては、地域の医療費や所得水準の違いがそのまま反映されるのではなく、相互扶助と連帯の観点から、年齢構成の違いに伴う医療費の差や所得水準の違いに起因する財政力の差は都道府県間で相互に調整した上で、保険料率を設定することとなっている。

保険料率設定のイメージ（年齢構成が高く、所得水準の低い北海道の例）



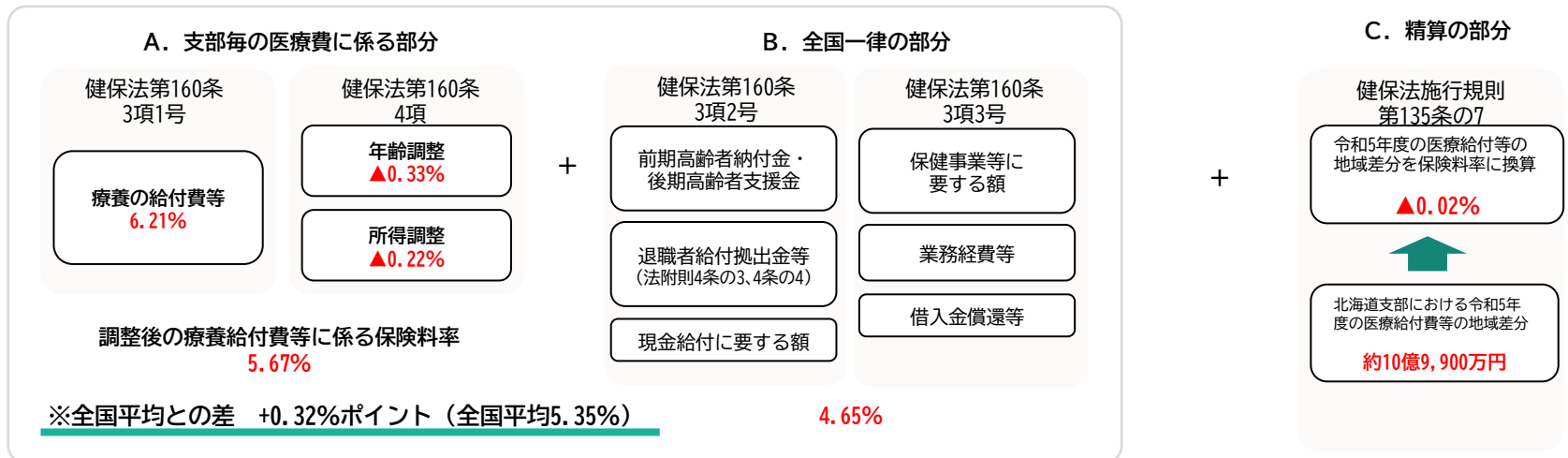
1. 令和7年度北海道支部健康保険料率について

(参考) 令和7年度北海道支部保険料率

北海道支部医療費分5.67% + 全国一律部分4.65% + 精算部分▲0.02% + インセンティブ分0.01% = **10.31%** (※)

※) 健保法施行規則135条の3: 都道府県単位保険料率を算定する場合において、その率に1,000分の5未満の端数が生じたときは、これを切り捨てた率とし、1,000分の0.05以上1,000分の0.1未満の端数が生じたときは、これを1,000分の0.1に切り上げた率とする。

【令和7年度北海道支部保険料率の内訳】



インセンティブ反映前保険料率 (A+B+C) = **10.30%**



令和5年度インセンティブ制度実績による加算 = **0.01%**

※端数整理のため、計数が整合しない場合があります。

1. 令和8年度北海道支部健康保険料率について

[モデルケース] 標準報酬月額300,000円・標準賞与年額450,000円の場合

	健康保険料率	毎月 (折半後)	賞与 (折半後)	年間 (12か月+賞与)
令和7年度	10.31	15,465	23,197	208,777
令和8年度	10.28	15,420	23,130	208,170
差	-0.03	-45	-67	-607

各都道府県の健康保険料率は、地域の医療費等に基づいて算出されますので、健康診断を受診し健康状態を把握することで、病気の早期発見・早期治療に繋がり医療費の上昇を抑えることができます。

ぜひ従業員の皆さまに協会けんぽの生活習慣病予防健診の受診を勧めていただき、日々の健康づくりに取り組みましょう！

2. インセンティブ制度について

2. インセンティブ制度の概要について

- 協会のインセンティブ制度は、事業主及び加入者の皆さまが自ら予防・健康づくりに取り組むことで健康度の向上を図り、将来の医療費の適正化にも資するよう、保健事業の指標における支部間の実績の均てん化及び全体の底上げを図ることを目的としております。

①評価指標・②評価指標ごとの重み付け

- 特定健診・特定保健指導の実施率、速やかに受診を要する者の医療機関受診割合、後発医薬品の使用割合などの評価指標に基づき、支部ごとの実績を評価する。
- 評価方法は偏差値方式とし、指標ごとの素点（50～80）を合計したものを支部の総得点とし、全支部をランキング付けする。

評価指標	配点
指標1 特定健診等の実施率 【評価割合】 実施率：50% 実施率の対前年度上昇幅：25% 実施件数の対前年度上昇率：25%	70
指標2 特定保健指導の実施率 【評価割合】 実施率：50% 実施率の対前年度上昇幅：25% 実施件数の対前年度上昇率：25%	70
指標3 特定保健指導対象者の減少率 【評価割合】 減少率：100%	80
指標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 【評価割合】 受診率：50% 受診率の対前年度上昇幅：50%	50
指標5 後発医薬品の使用割合 【評価割合】 使用割合：50% 使用割合の対前年度上昇幅：50%	50
合計	320

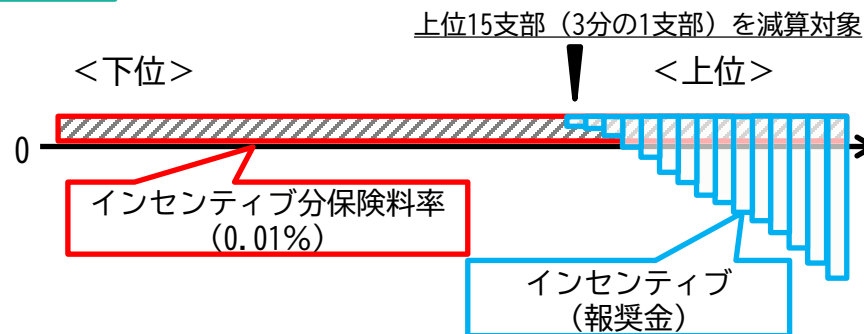
2. インセンティブ制度の概要について

- 全支部の後期高齢者支援金に係る保険料率の中に、インセンティブ制度の財源となる保険料率（0.01%）を設定するとともに、支部ごとの加入者及び事業主の行動等を評価し、その結果、上位15支部については、報奨金によるインセンティブを付与。

③ 支部ごとのインセンティブの効かせ方

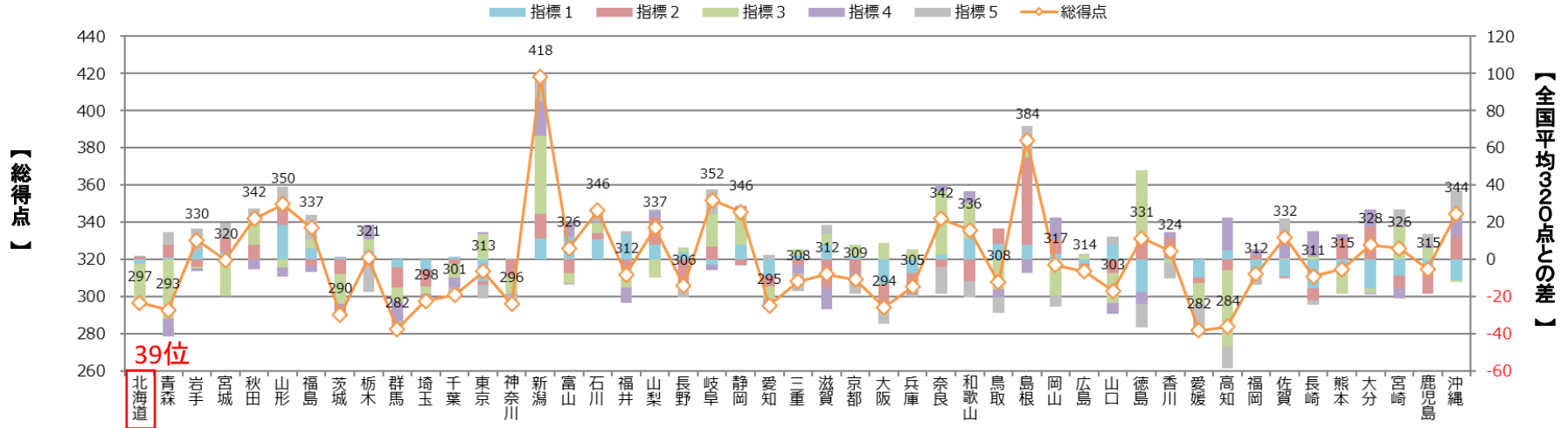
- 保険料率の算定にあたり、全支部の後期高齢者支援金に係る保険料率の中に、インセンティブ分保険料率として 0.01%（※）を盛り込んでいる。
（※）協会けんぽ各支部の実績は一定の範囲内に収斂している中で、新たな財源捻出の必要性から負担を求めるものであるため、保険料率への影響を生じさせる範囲内で、加入者・事業主への納得感に十分配慮する観点から設定。
- その上で、評価指標に基づき全支部をランキング付けし、上位15支部については、支部ごとの得点数に応じた報奨金によって段階的な保険料率の引下げを行う。

支部ごとのランキング

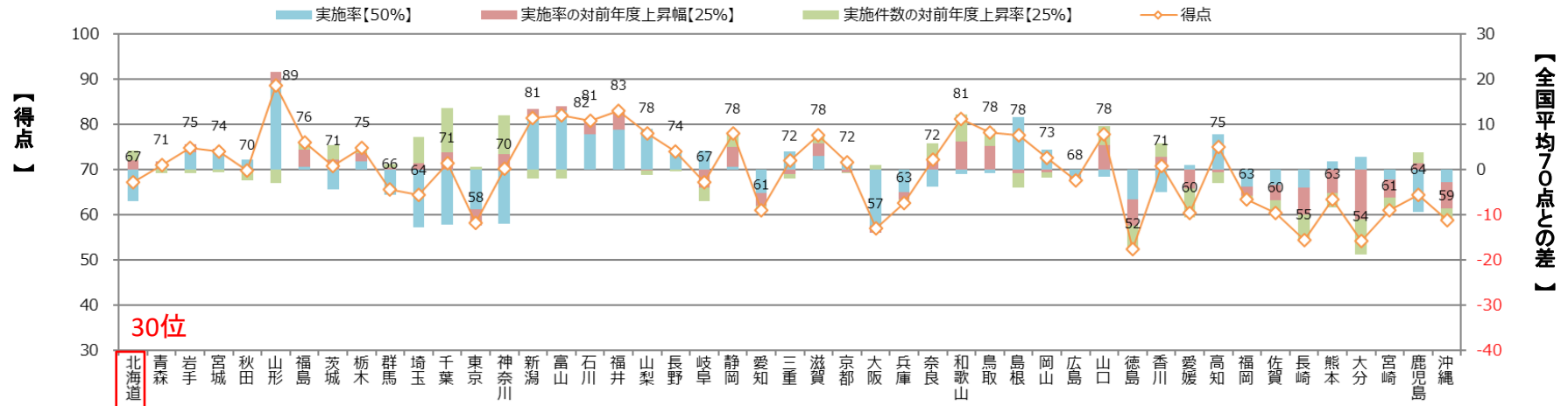


2. 令和6年度（4月～3月確定値）のデータを用いた実績

5つの評価指標の総得点及び各評価指標の全国平均との差

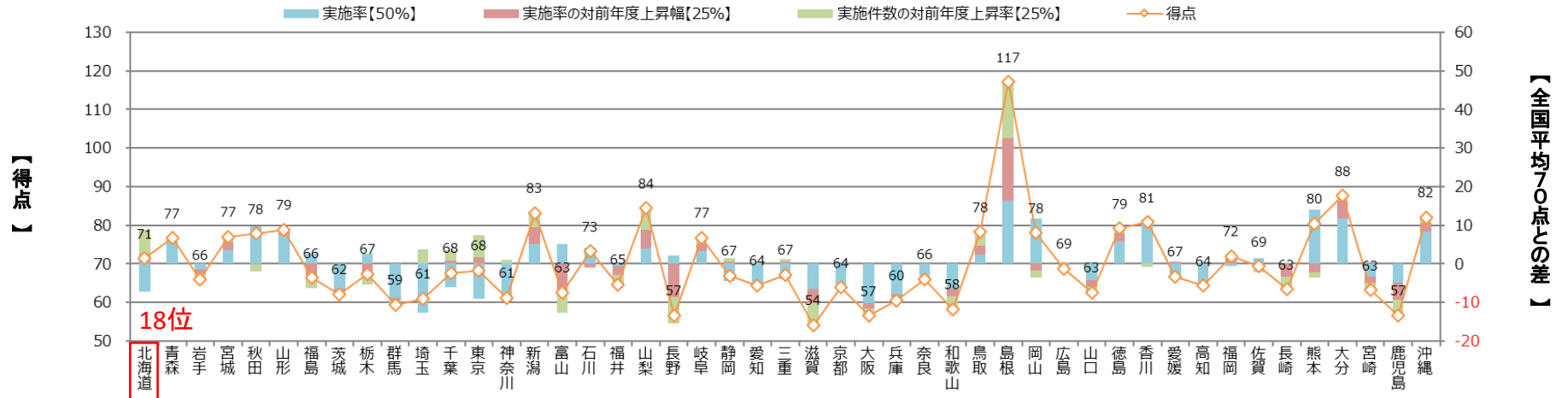


指標1. 特定健診等の実施率の得点及び当該評価指標に係る各項目の全国平均との差

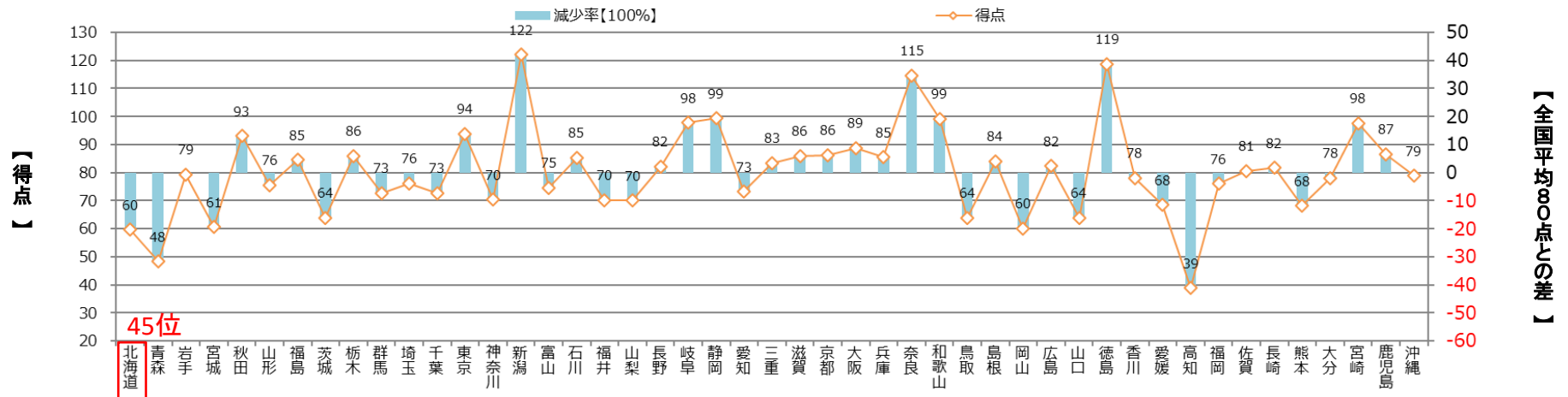


2. 令和6年度（4月～3月確定値）のデータを用いた実績

指標2. 特定保健指導の実施率の得点及び当該評価指標に係る各項目の全国平均との差

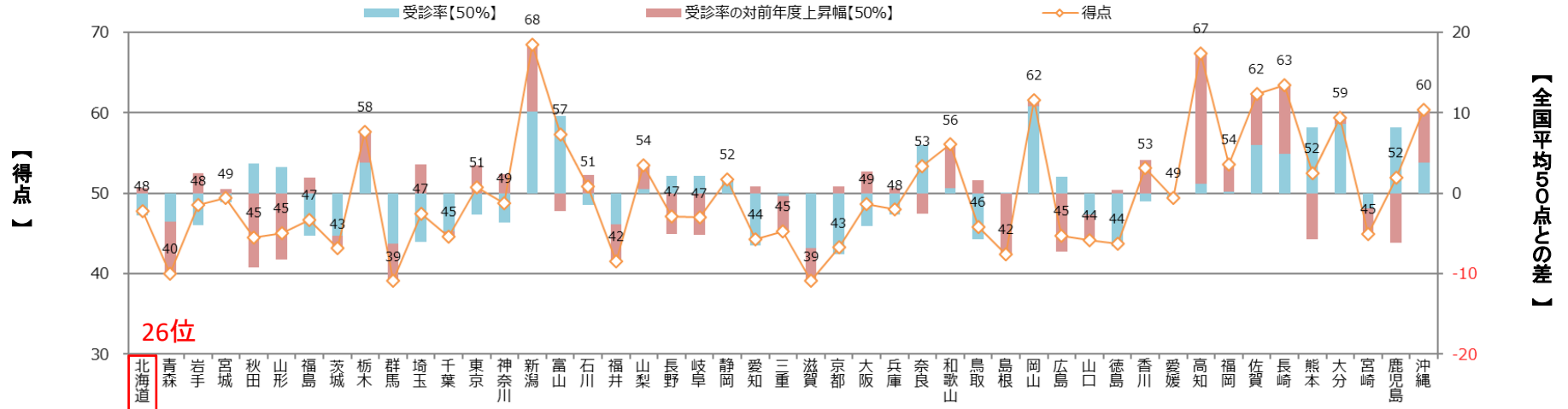


指標3. 特定保健指導対象者の減少率の得点及び当該評価指標に係る各項目の全国平均との差

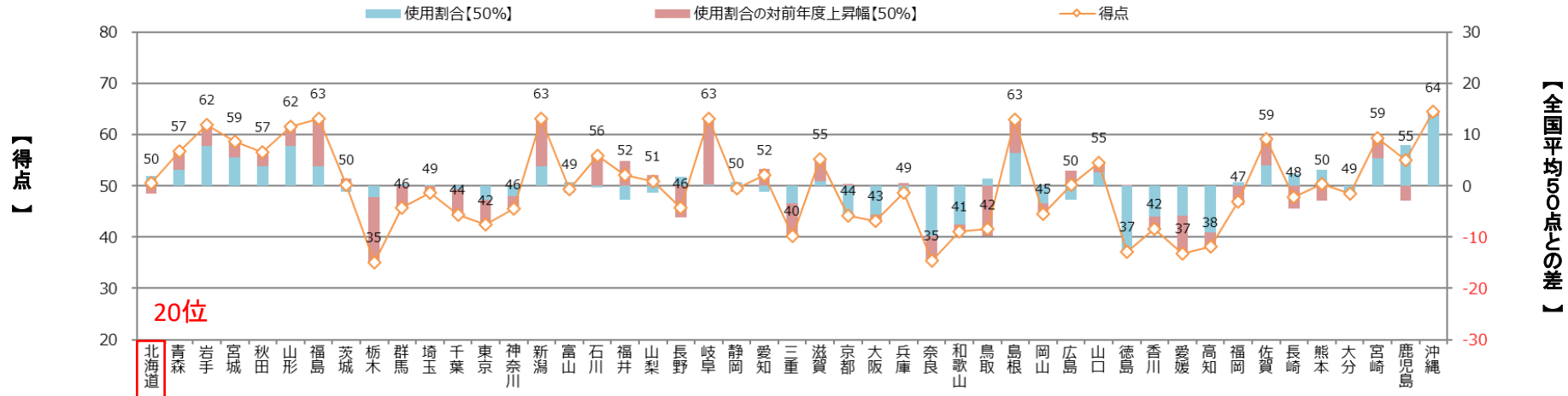


2. 令和6年度（4月～3月確定値）のデータを用いた実績

指標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の得点及び当該評価指標に係る各項目の全国平均との差



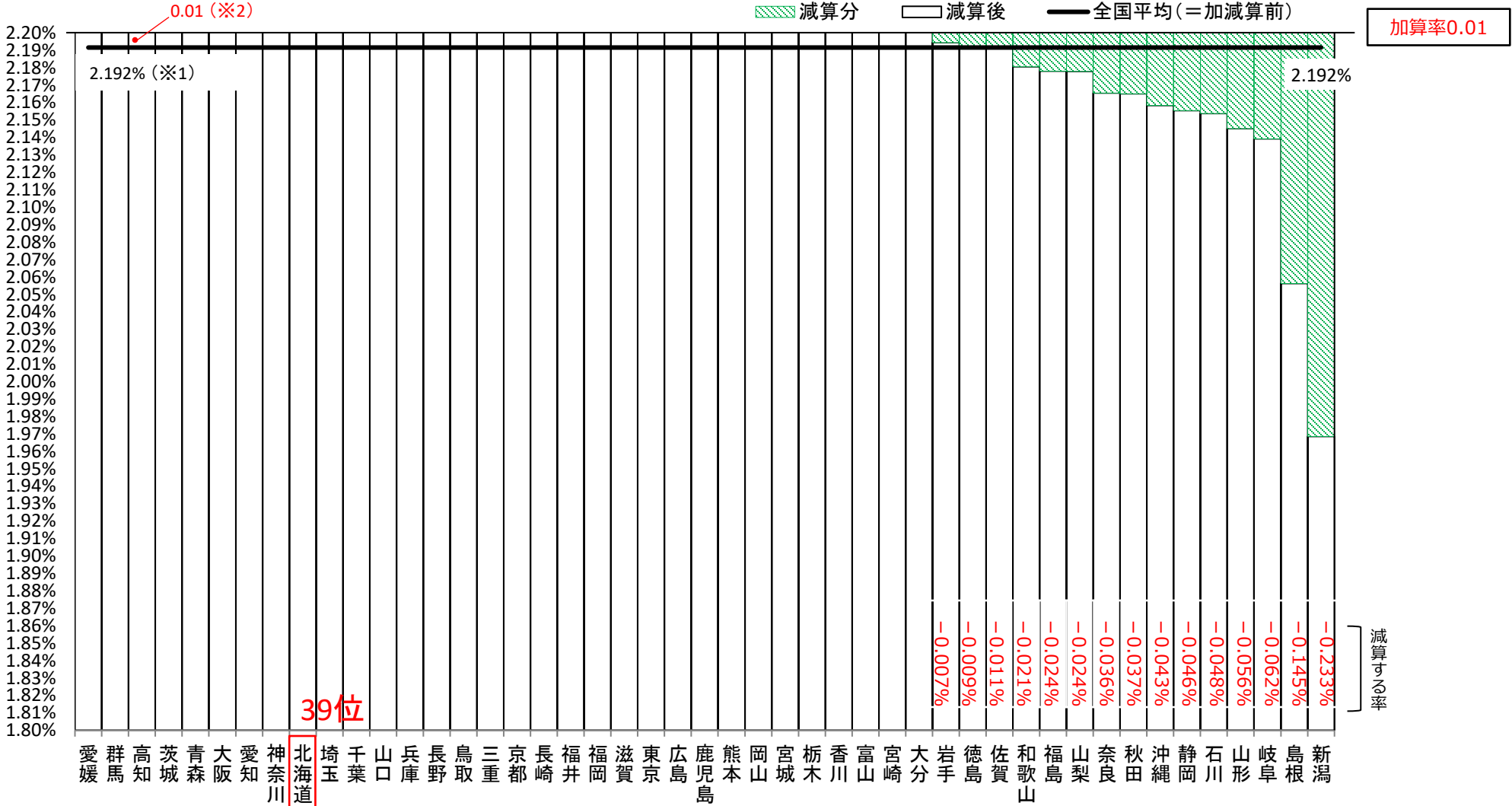
指標5. 後発医薬品の使用割合の得点及び当該評価指標に係る各項目の全国平均との差



2. 令和6年度実績（4月～3月速報値）のデータを用いた試算

【令和6年度実績評価 ⇒ 令和8年度保険料率へ反映した場合の試算】

令和8年度保険料率の算出に必要な令和8年度総報酬額等の見込み額が現時点で未確定であるため、本試算と令和8年度保険料率に加算・減算される実際の率とは差異が生じることに留意が必要。



※1 令和8年度保険料率における後期高齢者支援金相当の保険料率は、令和8年度の後期高齢者支援金及び総報酬額の見込み額を基に算出するが、現時点では未確定であるため、令和6年度決算における後期高齢者支援金相当の保険料率（2.192%）で仮置きしている。
 ※2 令和8年度保険料率に加算されるインセンティブ保険料率は、令和6年度の総報酬額に0.01%を乗じた額を令和8年度の総報酬額の見込み額で除することにより算出する。

2. 取り組んでいただきたいこと

- 北海道支部では引き続き、健診・特定保健指導（健康サポート）の推進、重症化予防、後発医薬品の使用促進に取り組んでいきます。特に健診・特定保健指導について一緒に取り組んでいきましょう。

① 協会けんぽの健康診断を受けましょう！

協会けんぽでは次の（１）（２）の健診を行っております。
年度内お一人さま1回に限り、健診費用の一部を補助します。



毎年健診を受け、
自身の健康状態を
確認しよう！

（１）生活習慣病予防健診

（対象：35歳～74歳の被保険者）

- ✓ 自己負担額が最高5,282円で受診可能
- ✓ 罹患数の多いがんの検査もカバー
（大腸がん、肺がん、胃がん等）
- ✓ 乳がん検診、子宮頸がん検診の費用補助
もあります。 ※偶数年齢の女性が対象

（２）特定健康診査

（対象：40歳～74歳の被扶養者）

- ✓ 生活習慣病のリスクの有無を検査します。
- ✓ 無料で受けられる健診機関もあります。
- ✓ 「無料集団健診」「特定健診プラス」など、受診方法も選べます。

事業主さまへ

従業員の方で、生活習慣病予防健診を利用されない場合は、健診結果を北海道支部にご提供ください。



詳細はこちら

提供いただくことで・・・

- ✓ 健康サポートが受けられる！
- ✓ マイナポータルで健診結果を確認できる！

② 無料の健康サポート（特定保健指導）を利用して、より良い生活習慣を手に入れましょう！

健康サポートとはこれからの健康づくりを応援するプログラムです。
健診の結果、生活習慣の改善が必要と判定された方は、健康づくりのプロ（保健師・管理栄養士）と一緒に生活習慣を振り返りましょう。
小さな一歩が、健康づくりにつながります！

- ✓ 協会けんぽから案内が届いたら必ず利用しましょう！
会社の労務ご担当者さまは該当された方へのお声がけと、面談日程等の取りまとめをお願いします。



健診当日に実施している健診機関もあります。
会社の労務ご担当者さまの事務負担が軽減されるので、おすすめです！

3. 電子申請・けんぽアプリについて

3. 電子申請の目的と利用方法

背景・目的

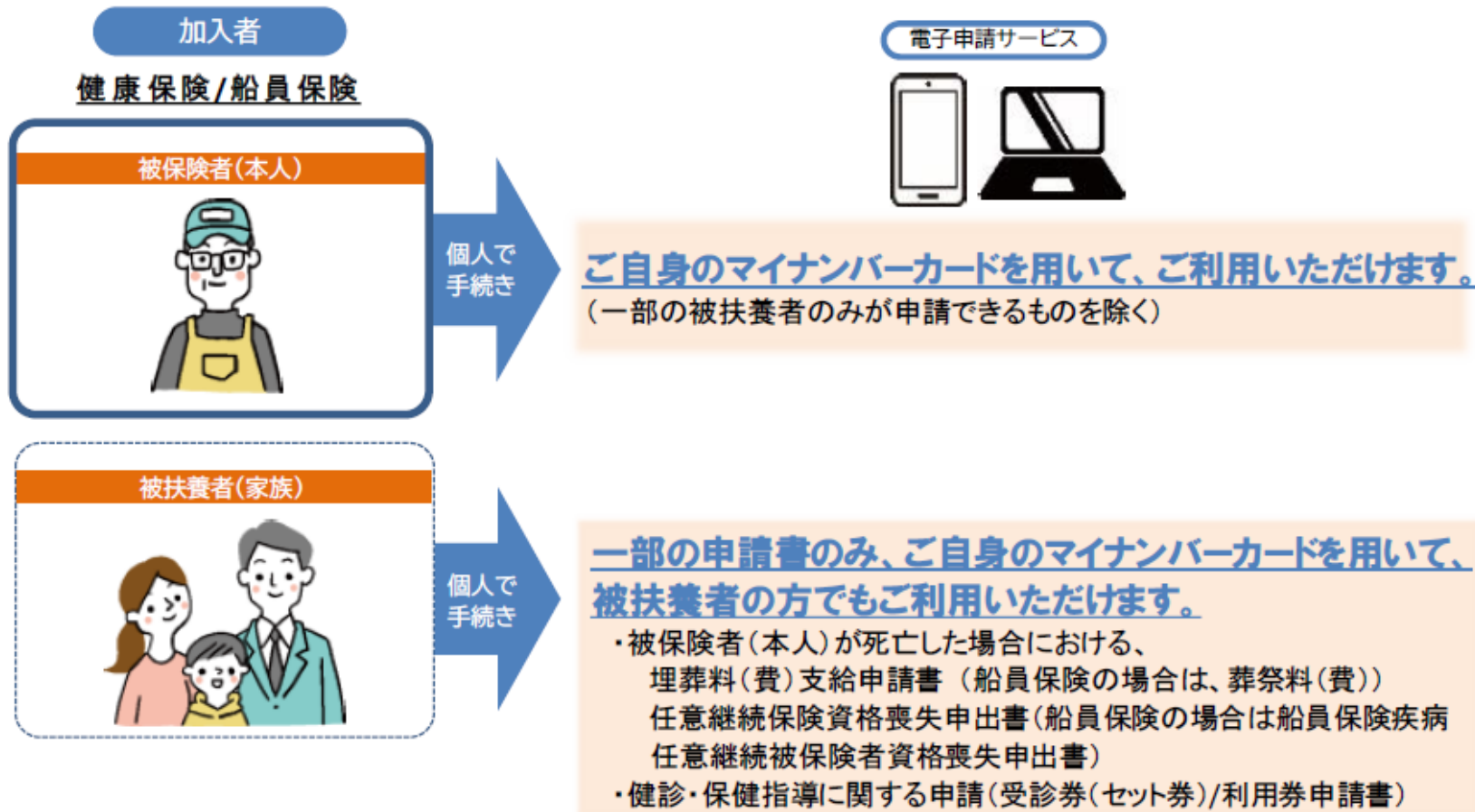
加入者の利便性の向上や負担軽減及び業務効率化のため、政府の「デジタル・ガバメント実行計画」及び「デジタル社会の実現に向けた重点計画」に基づく電子申請サービスの導入を推進することとし、**令和8年1月13日よりサービスを開始しました。**

電子申請の利用方法

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（保健事業は除く） ※ 被保険者と被扶養者は、マイナンバーカードで本人確認を行うため、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、事前にユーザーID/パスワードを取得することで利用可能。
利用可能時間	平日8時～21時 ※ 土日祝日および年末年始（12/29～1/3）を除く
申請の流れ （概要）	①「協会ホームページ」または「けんぽアプリ」から電子申請サイトにログイン。 ②希望する申請書を選択し、マイナンバーカードを利用（被保険者および被扶養者）して協会けんぽの資格情報を取得。 ③申請情報を入力して必要な添付書類を電子ファイルでアップロード。 ④申請完了。給付金等については「受付」「審査中」「審査完了」「返戻」など、審査状況が確認可能。

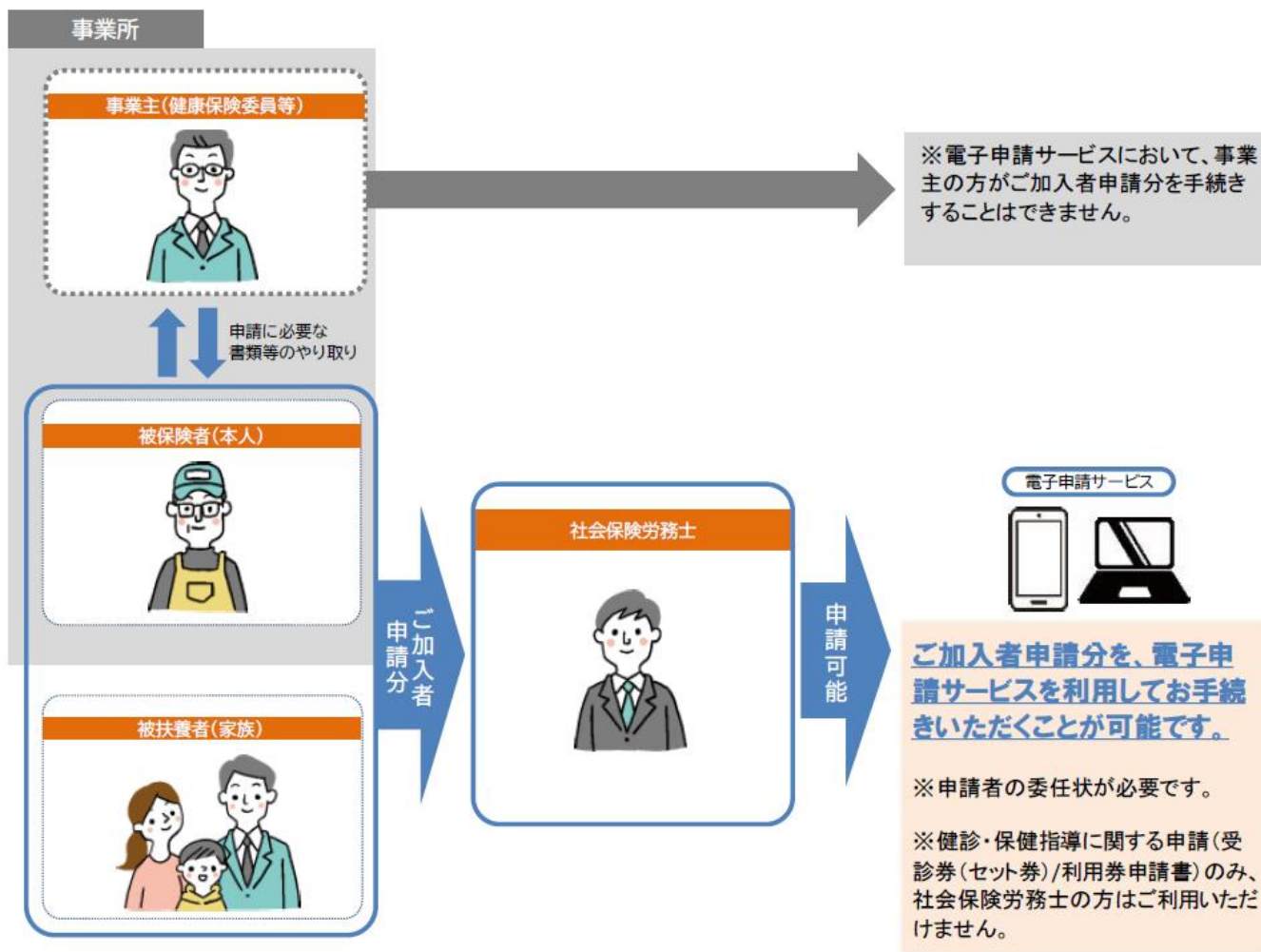
3. 電子申請の利用対象者

- 電子申請サービスをご利用いただくには、ご自身のマイナンバーカードが必要となります。



3. 電子申請の利用対象者

- 事業主や健康保険委員等ご担当者さまがご加入者さまの電子申請を代理することはできません。
- 社会保険労務士は、委任状があれば、ご加入者さまの申請を代理することが可能です。



3. 電子申請対象の申請書

<適用・給付関連申請書>

- 傷病手当金支給申請書
- 出産手当金支給申請書
- 出産育児一時金支給申請書
- 出産育児一時金内払金支払依頼書
- 埋葬料（費）支給申請書
- 療養費支給申請書（立替払等）
- 療養費支給申請書（治療用装具）
- 高額療養費支給申請書
- 任意継続被保険者資格取得申出書
- 任意継続被保険者資格喪失申出書
- 限度額適用認定申請書
- 限度額適用・標準負担額減額認定申請書
- 任意継続被保険者資格取得申出・保険料納付遅延理由申出書
- 任意継続被保険者氏名・生年月日・性別・住所・電話番号変更（訂正）届
- 任意継続被保険者被扶養者（異動）届
- 任意継続被扶養者変更（訂正）届
- 高齢受給者証再交付申請書
- 特定疾病療養受療証交付申請書
- 高齢受給者基準収入額適用申請書（新規判定用）
- 高齢受給者基準収入額適用申請書（定期判定用）
- 海外療養費支給申請書
- 高額医療費貸付金貸付申込書
- 出産費貸付金貸付申込書
- 移送費支給申請書
- 高額介護合算療養費支給申請書兼自己負担額証明書交付申請書
- 年間の高額療養費支給申請書兼自己負担額証明書交付申請書
- 健康保険法第118条第1項該当・非該当届
- 資格確認書交付申請書

<保健関連申請書>

- 特定健康診査受診券（セット券）申請書
- 特定保健指導利用券申請書

● 療養費支給申請書（立替払等）

開封厳禁の診療報酬明細書等を添付する必要がある場合は、電子申請の対象外となります。

● 高齢受給者証再交付申請書 ● 資格確認書交付申請書

につきましては、社会保険労務士と任意継続被保険者の方のみ申請可能。

申請書により申請書情報の入力・添付書類の登録方法が異なります。

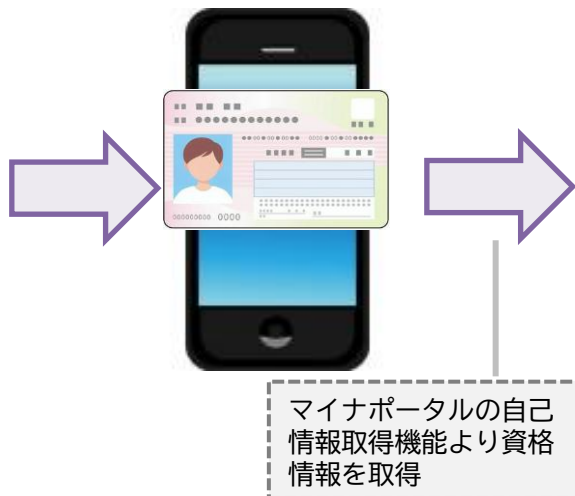
3. 電子申請の流れ

1. 「協会ホームページ」または「けんぽアプリ」から電子申請サイトへログイン
2. 利用規約・個人情報の取扱いに同意
3. 申請書を選択
4. マイナンバーカードを利用して協会けんぽの資格情報を取得(加入者の方)
5. 申請情報を入力
6. 添付書類のアップロード
7. 入力内容を確認し送信

<申請書を選択>



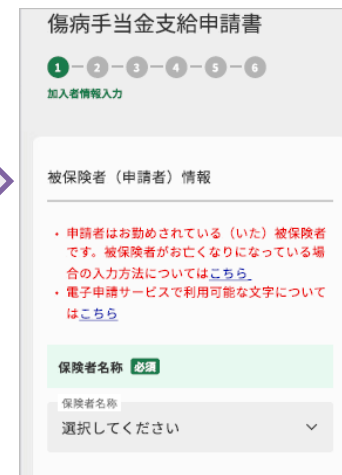
<マイナンバーカード読み取り>



<申請する資格を選択>



<申請書情報入力>



3. 電子申請にかかる審査状況の確認

- 電子申請サービスでは給付金等の審査状況を確認できます。
- 決裁状況に応じ「受付」・「審査中」・「審査完了」・「返戻」の進捗ステータス及び状況コメントが利用者側の電子申請サービス画面上で確認が可能となります。
- 返戻となった場合は、返戻理由のお知らせ・申請ファイルを電磁的方法によりお返しします（電子ポスト機能）。また、郵送でもお知らせします。
- なお、再申請する際は、申請ファイルを利用することができます。
- 審査結果は郵送でもお送りします。

受付番号	14-90-260202-631-000008
申請日	令和 8年(2026年) 2月 2日
提出先支部	神奈川
保険者名称	神奈川
記号・番号	14010204-5000005
申請者氏名	協会 花子
申請書名	埋葬料(費)支給申請書
状況	返戻
更新日	令和 8年(2026年) 2月 3日
申請状況コメント	「協会電子ポスト」ボタンを押して返戻文書をご確認ください。
協会電子ポスト	協会電子ポスト

全2件

★ スター付き OFF 交付日付 新しい順

2026/01/20

☆

お返しする理由のお知らせ (pdf)
健康保険申請費等のお返し及び再申請について (ご連絡)
有効期限2026/03/31

2026/01/20

☆

申請ファイル・添付書類ファイル (zip)
申請ファイル・添付書類ファイル
有効期限2026/03/31

【ダウンロードできるデータ】

・ 返戻理由のお知らせ (PDF)

・ 申請書情報として入力した内容をイメージ化した画像データ
・ 添付書類の画像データ
・ 入力内容のJSONファイル (返戻されたデータを利用して再申請する際のファイル)

3. 電子申請のメリットについて

- 印刷や郵送にかかる費用や時間の削減
- 申請前の入力チェック等による記入もれの防止
- 申請後の処理状況を確認できる

協会けんぽ 加入者のみなさまへ

電子申請の利用・詳細については、電子申請特設ページをご覧ください。

各種申請手続きが

オンラインでもっと手軽に

2026年1月13日スタート

これからは、**電子申請**がおすすめです。

「安心」

システムチェックにより、記入漏れなどのミスが防げます。

制度の詳細やよくある質問を画面上で確認しながら入力できるため、正確に申請ができます。

「便利」

郵送などにかかっていた手順、時間、費用が削減できます。

スマホやPCから申請後の処理状況を確認できます。

電子申請対象書類

オンラインでほぼすべての申請が可能です。

- 傷病手当金支給申請書
- 出産手当金支給申請書
- 出産育児一時金支給申請書
- 高額療養費支給申請書

- 埋葬料(費)支給申請書
- 療養費支給申請書(立替払等)
- 療養費支給申請書(治療用具)
- 任意継続資格取得申請書

- 特定健康診査受診券(セット券)申請書
- 特定保健指導利用券申請書

[ご利用方法は裏面へ](#)

PCでもスマホでも

4ステップでカンタン申請

ご利用可能期間
 8時~21時

STEP 1

ウェブサイトまたはアプリからログインして申請したい申請書を選択

STEP 2

マイナンバーカードを利用して協会けんぽの資格情報を取得

STEP 3

入力フォーマットに必要事項を入力し添付書類は電子ファイルをアップロード

STEP 4

申請手続き完了です!

電子申請の利用は表面の二次元コードから、もしくは「協会けんぽ 電子申請」で検索してください。

協会けんぽ 電子申請

2026年1月26日スタート

けんぽアプリをぜひご利用ください!

協会けんぽでは、すべての加入者様とつながる「けんぽアプリ」をリリースしました。けんぽアプリからも電子申請を利用できるほか、あなたの健康に役立つ情報もお届けします。今後便利な機能も実装予定ですので、この機会にけんぽアプリをぜひご利用ください!

インストールはこちら

Android

iOS

ぜひご利用ください。

電子申請の特設ページはこちらをご覧ください。

3. けんぽアプリ開発の経緯と将来像について

1. 開発の経緯

- 令和6年12月2日より従来の保険証の新規発行が終了し、マイナ保険証へ移行。
- 協会のサービス等は、事業主経由によるものが多く、加入者に直接アプローチできる手段が少ない。
- 政府が推進する「医療DX」は医療のデジタル化を通じて業務効率化や「患者中心」の医療サービスの実現を目指す仕組み。一方で協会は、加入者4,000万人の日々の健康を支える仕組み「けんぽDX」の実現を目指す。
- その第一歩として、「加入者4,000万人とつながるプラットフォーム」となる「けんぽアプリ」を開発し、加入者4,000万人一人ひとりに直接届くサービスや情報を提供することで、更なる保険者機能強化を図る。

2. けんぽアプリで実現すること（将来像）

- 協会が現在、提供しているサービス（保険給付や健診、特定保健指導、広報等）を「紙」から「デジタル」に移行し、また、ベストなタイミングで受けられるよう、けんぽアプリに実装。
- 加えて、これまで協会で実施していなかった「健診予約」や「デジタルな健康手帳」等、加入者の利便性向上に資する機能も実装。
- 更には、他保険者を含む外部機関と連携する等サービスを拡充し、加入保険者に関わらず利用できるアプリへ。

3. けんぽDX構想について

- 協会けんぽは、けんぽアプリ等を通じて様々な情報のご案内をお届けしていきます。

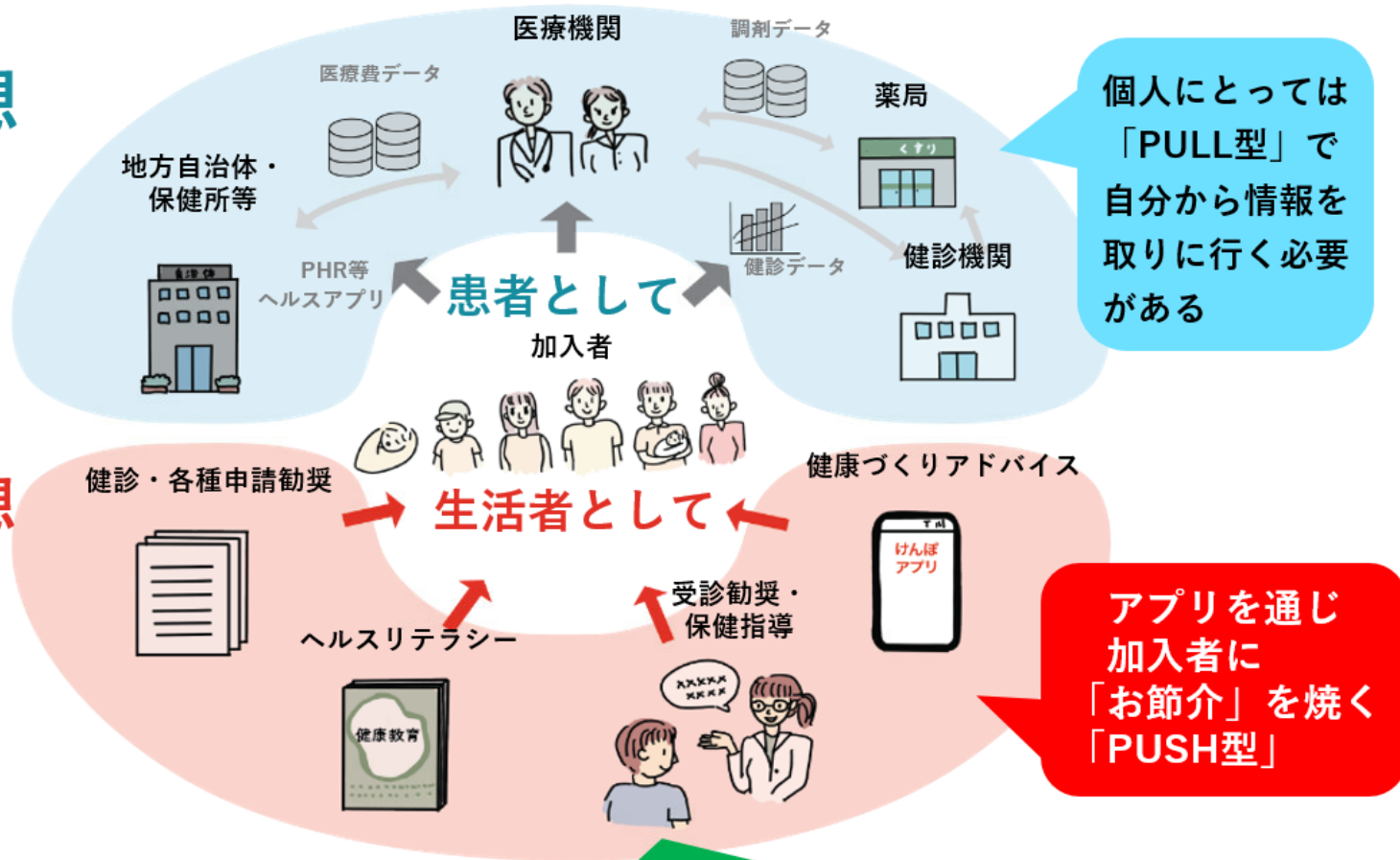
医療DX構想
=PULL型



けんぽDX構想
=PUSH型



医療・健康DXの完成



このピースを担うのが「保険者機能」

3. けんぽアプリの将来像について



けんぽアプリの主な対象

加入者

(被保険者・被扶養者)

約**4,000万人**

生活習慣病予防健診
受診対象者人数

約**1,900万人/年**

総申請件数

令和8年1月の電子申請開始時に対象となる運用
徴収や現金給付における現在の総申請件数

約**560万件/年**

特定健康診査受診対象者数

約**380万人/年**

保健指導対象人数

約**210万人/年**

初回面談実施 (直営)

約**22万人/年**

事業主/事業所

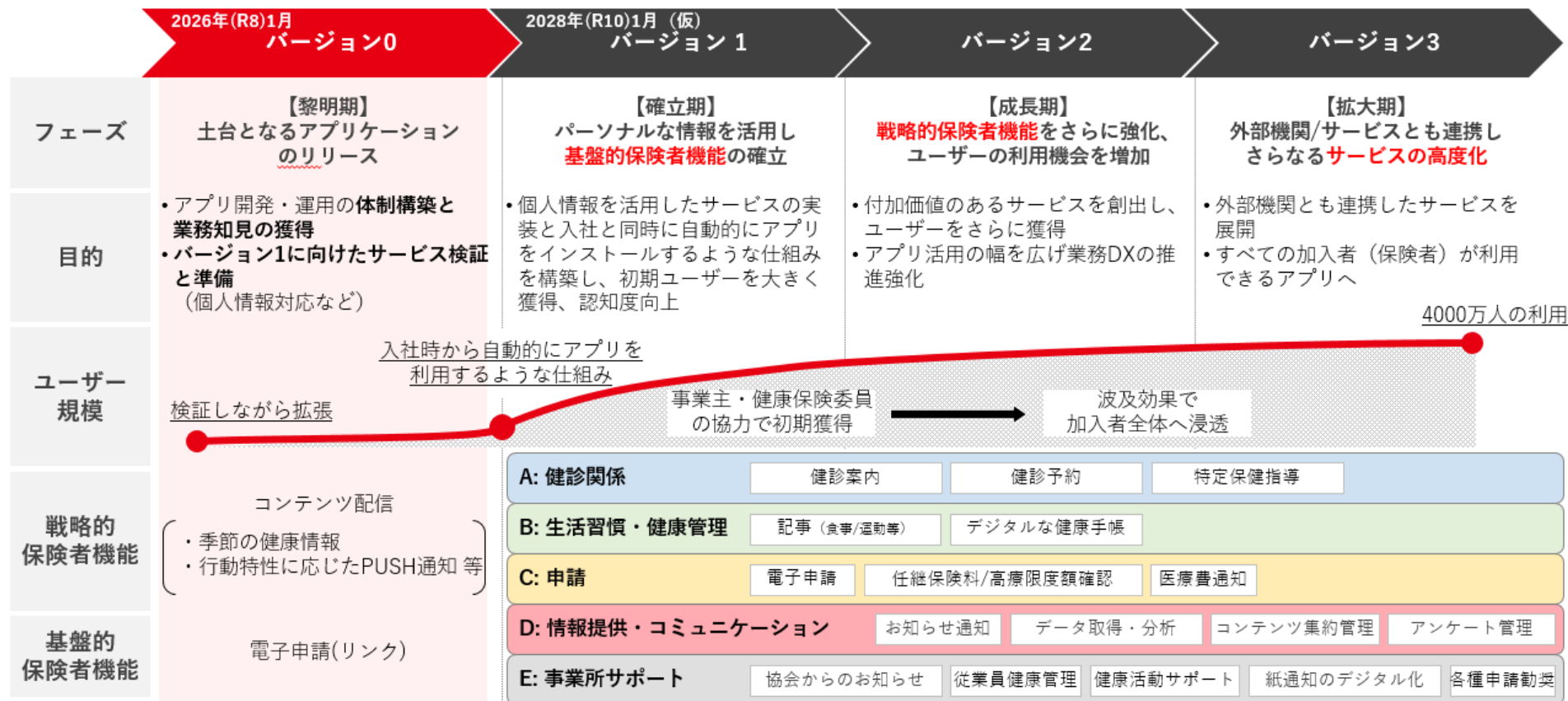
事業所数: **270万**事業所

健康保険委員: **33万人**

※上記けんぽアプリの機能については今後の検討状況により変更する可能性があります。

3. けんぽアプリのロードマップ

- まずは、電子申請やコンテンツ配信を中心にスタートし、利用者の声や得られたデータを検証しながら、段階的に機能拡充を行います。



※上記けんぽアプリの機能については今後の検討状況により変更する可能性があります。

3. けんぽアプリをご利用ください



ぜひご利用ください！

【Androidユーザー用】

<https://play.google.com/store/apps/details?id=jp.or.kyoukaikenpo.KenpoApp>



【iOSユーザー用】

<https://apps.apple.com/jp/app/けんぽアプリ/id6754955404>



4. 健診体系の見直しについて

4. 健診体系の見直しについて

- 協会けんぽの健診が令和8年4月より、さらに「手厚く・新しく」になりました。

令和8年4月スタート! ※被保険者が対象

もっと! 1

35歳以上の方は
人間ドック健診に
最高25,000円の
補助!

もっと! 2

35歳以上の方に加え
20、25、30歳の方も
生活習慣病予防健診
の対象に!

もっと! 3

40歳以上の女性に
骨粗しょう症検診を
開始!



より良い健康を形づくる新たなピース!
現役世代の皆さまをより力強くサポートする
新しい健診が始まります。

詳しくは
協会けんぽ 健診



令和9年度からは、これらの健診がすべて被扶養者も対象となります。

もっと! 1

人間ドック健診に対する
補助を開始

対象

35歳~74歳の被保険者

補助額

協会けんぽが最高25,000円補助します

内容

一般健診の項目に検査項目がさらに追加され、当日の医師による健診結果説明や特定保健指導も含まれる総合的な健診です。

健診の
選択肢が
増える!



もっと! 2

生活習慣病予防健診の
対象者を若年者へ拡大

対象

20歳、25歳、30歳の被保険者

自己負担額

最高2,500円

内容

血液検査や尿検査などの一般的な検査に肺のがん検診を加えた若年者用の健診です。

若い世代に
健康と向き合う
機会が広がる!



もっと! 3

40歳以上の女性に
骨粗しょう症検診を開始

対象

一般健診・節目健診を受診する40歳~74歳の
偶数年齢の女性被保険者

自己負担額

最高1,390円

内容

問診や骨の中にあるカルシウムやマグネシウム等の成分量を測定することで、骨粗しょう症の予防と早期発見を目的とした検診です。

自覚症状がない!
骨粗しょう症を
早期に発見!



4. 生活習慣病予防健診の内容について

生活習慣病予防健診の内容

年度内にお一人様につき1回、
健診費用の一部を補助します

協会補助額
(1人当たり)
最高 14,135円
(一般健診の場合)

健診の種類	検査の内容	対象者	自己負担額
一般健診	血液検査や尿検査などの一般的な検査に胃、大腸、肺のがん検診を加えた健診です。 ※35～39歳の方は、胃・大腸のがん検診を省略できます。	35歳～74歳の方 (75歳の誕生日前日まで毎年受診可)	最高 5,500円
	医師が必要と判断した場合に限り、眼底検査を合わせて受診可能です。		最高 80円
	問診の結果、50歳以上で喫煙指数(1日本数×年数)が600以上の方のうち希望者は、喀痰検査を併せて受診可能です。		最高 590円
子宮頸がん検診 (単独受診)	子宮の入り口(子宮頸部)の細胞を調べ、がんやその前段階の異常の早期発見を目的とした検診です。	20歳～38歳の 偶数年齢の女性の方	最高 990円
一般健診 NEW (若年)	一般健診の項目から胃・大腸の検査を省略した、若年者用の健診です。	20歳、25歳、30歳の方	最高 2,500円
節目健診 NEW	一般健診の検査項目に尿の詳しい検査や腹部超音波、眼底検査などを加えた、5年に1度受診できる、より詳細な健診です。	40歳、45歳、50歳、55歳、 60歳、65歳、70歳の方	最高 8,280円

4. 追加できる健診と人間ドック健診について



一般健診・節目健診に追加できる健診

単独受診はできません

健診の種類	検査の内容	対象者	自己負担額
骨粗鬆症検診 NEW	問診や骨の中にあるカルシウムやマグネシウム等の成分量を測定することで、骨粗鬆症の予防と早期発見を目的とした検診です。	一般健診を受診する 40歳～74歳の 偶数年齢の女性の方	最高 1,390円
子宮頸がん検診	子宮の入り口（子宮頸部）の細胞を調べ、がんやその前段階の異常の早期発見を目的とした検診です。	一般健診を受診する 36歳～74歳の 偶数年齢の女性の方 <small>※36歳、38歳の女性は子宮頸がん検診の単独受診も可 ※20歳、30歳の女性は一般健診(若年)に追加受診も可</small>	最高 990円
乳がん検診	乳房のエックス線撮影(マンモグラフィ)で、しこりなどの異常の早期発見を目的とした検診です。	一般健診を受診する 40歳～74歳の 偶数年齢の女性の方	50歳以上 最高 980円 40歳～48歳 最高 1,700円
肝炎ウイルス検査	血液検査でB型肝炎とC型肝炎の感染の有無を調べる検査です。	一般健診を受診する方のうち、過去にC型肝炎ウイルス検査を受けたことがない方	最高 540円

人間ドック健診 **NEW**

検査の内容	対象者
一般健診の検査項目に血液の詳しい検査や眼圧検査、医師による健診結果の説明などを加えた、より詳しく体の状態を調べることができる、検査項目が1番多い健診です。	35歳～74歳の方 (75歳の誕生日前日まで毎年受診可)


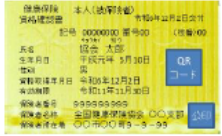
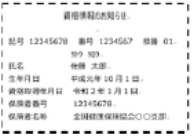
令和8年度から
定額補助を実施

協会補助額
(1人当たり)
最高 25,000円

5. マイナ保険証・資格確認書について

5. マイナ保険証・資格確認書・資格情報のお知らせについて

- 令和7年12月2日をもって健康保険証での受診が終了し、マイナ保険証での受診が基本となりました。マイナ保険証をお持ちでない方には資格確認書が発行されます。

	名称	形状	取得方法	使用目的	使用方法
①	マイナ保険証	マイナンバーカード 	マイナンバーカードの入手後、マイナンバーカードの保険証利用登録を行う	カードリーダーが設置されている医療機関を受診するとき	医療機関に設置されているカードリーダーで読み取り
②	資格確認書	従来の健康保険証と同じプラスチックカード型(色は黄色) 	・資格取得時等に申請 ・マイナ保険証をお持ちでない方に職権で発行	マイナ保険証をお持ちでない方が医療機関を受診するとき	医療機関に提示
③	資格情報のお知らせ	紙製カード型 	・資格取得時に送付(申請不要) (マイナポータルから確認できる「わたしの情報」でも代用可能)	カードリーダーが使えない場合に医療機関を受診するとき	マイナンバーカードと資格情報のお知らせの両方を医療機関に提示 (資格情報のお知らせのみでは受診不可)

5. マイナ保険証の利用登録

- マイナンバーカードで医療機関を受診するには、マイナンバーカードの保険証利用登録を行う必要があります。

① 医療機関等にある顔認証付きカードリーダーからの申請

- (1) 顔認証付きカードリーダーにマイナンバーカードを置く
- (2) 本人確認（顔認証等）
- (3) 「登録する」を選択 → 登録完了

② マイナポータルからの申請

- (1) マイナポータルアプリ内の「健康保険証利用申込」を選択
- (2) 利用規約確認後、「同意して次へ進む」を選択
- (3) 「申し込む」を選択
- (4) 数字4桁の利用者証明用電子証明書の暗証番号（パスワード）を入力し「次へ」を選択
- (5) マイナンバーカードを読み取る → 申込完了

③ セブン銀行ATMからの申請

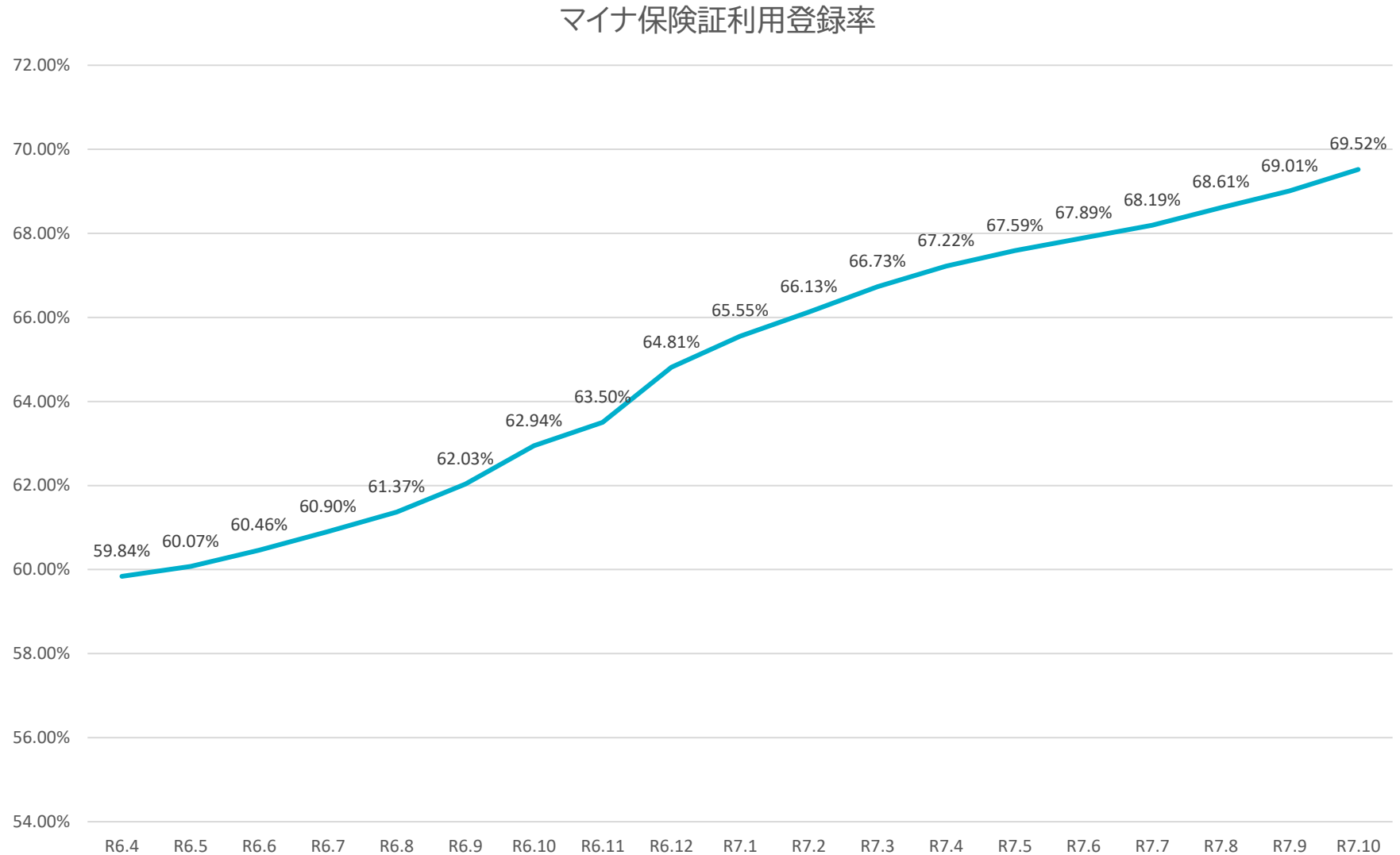
- (1) 「各種お手続き」を選択
- (2) 「マイナンバーカードの健康保険証利用の申込み」を選択
- (3) 利用規約に同意のうえ「確認」を選択
- (4) マイナンバーカードを挿入
- (5) 利用者証明用パスワード（4桁）を入力 → 申込完了

※ 顔認証付きカードリーダーには複数の種類があります。



5. 協会におけるマイナ保険証の利用登録状況

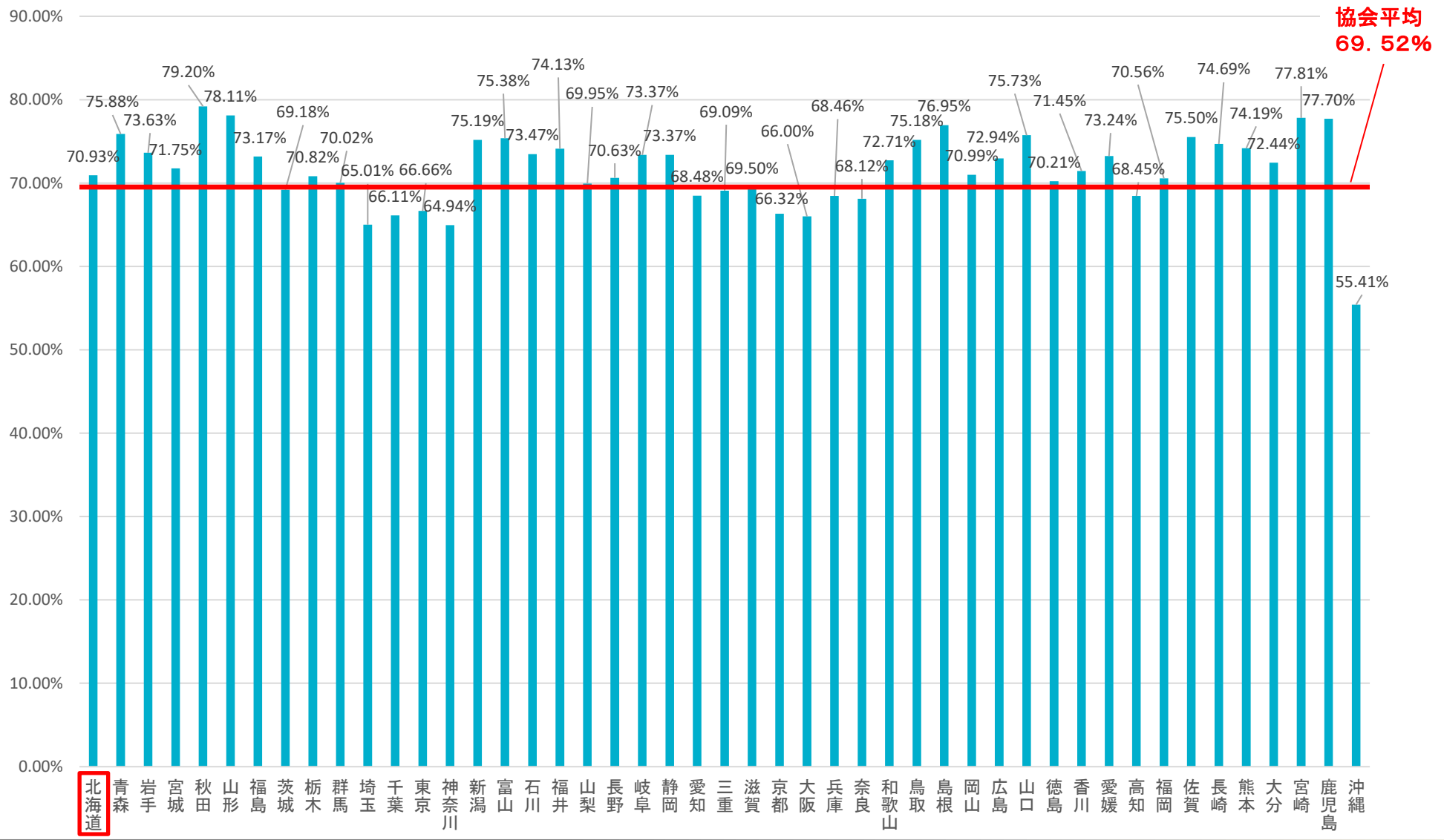
(協会加入者のマイナ保険証**利用登録**状況の推移)



5. 協会におけるマイナ保険証の利用登録状況（支部別）

(都道府県支部加入者別マイナ保険証**利用登録率**)

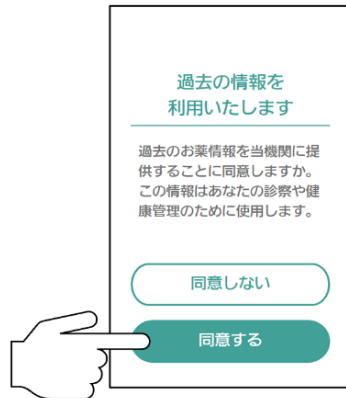
※数値は令和7年10月時点



5. マイナ保険証の使用方法

- マイナ保険証で受付する際、過去の健康医療情報の提供に同意いただくと、医師・薬剤師が過去の健康医療情報を確認できるようになり、重複投薬などを防ぐことができます。

- ① 医療機関等受付にある顔認証付きカードリーダーの読み取り口にマイナンバーカードを置く
- ② 認証方法を選択し、本人確認を行う
- ③ 画面の案内に沿って、情報提供の可否を選択



過去の健康医療情報の提供に**同意**いただくと、医師・薬剤師が過去の健康医療情報を確認できるようになり、正確なデータに基づくより良い医療が受けられます。

※ 画面はサンプルです。カードリーダーの種類によって表示画面は異なります。



【 顔認証 】

顔を枠内に
入れてください

【 暗証番号 】

4桁の暗証番号を
入力してください

○ ○ ○ ○

1	2	3
4	5	6
7	8	9
取消	0	クリア

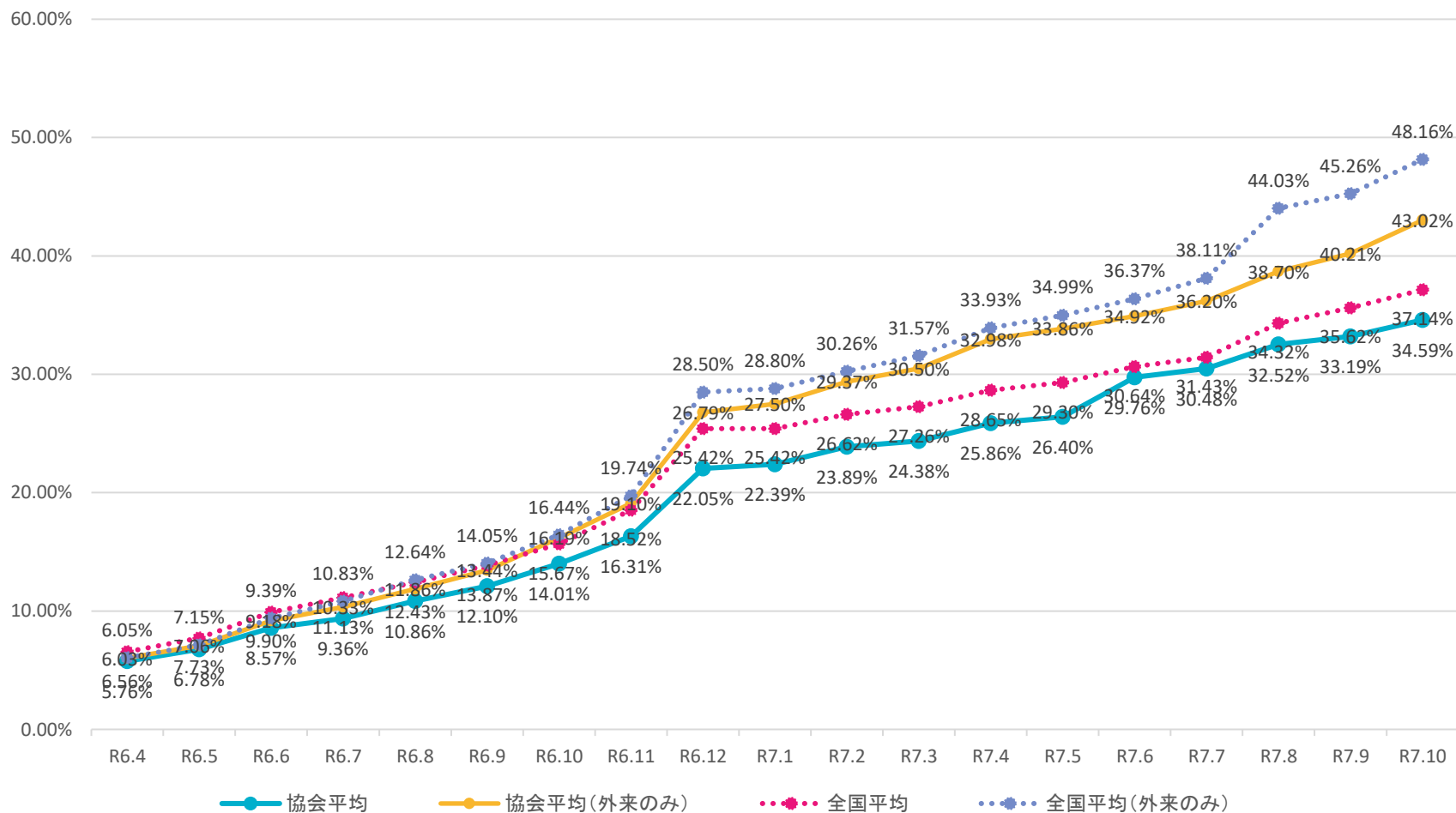
※ 画面はサンプルです。カードリーダーの種類によって表示画面は異なります。

※ 暗証番号を連続して間違えると不正防止のためロックがかかります。
(その場合でも顔認証はできます)

- ④ マイナンバーカードでの受付完了

5. 協会におけるマイナ保険証の利用状況

(マイナ保険証利用状況の推移)

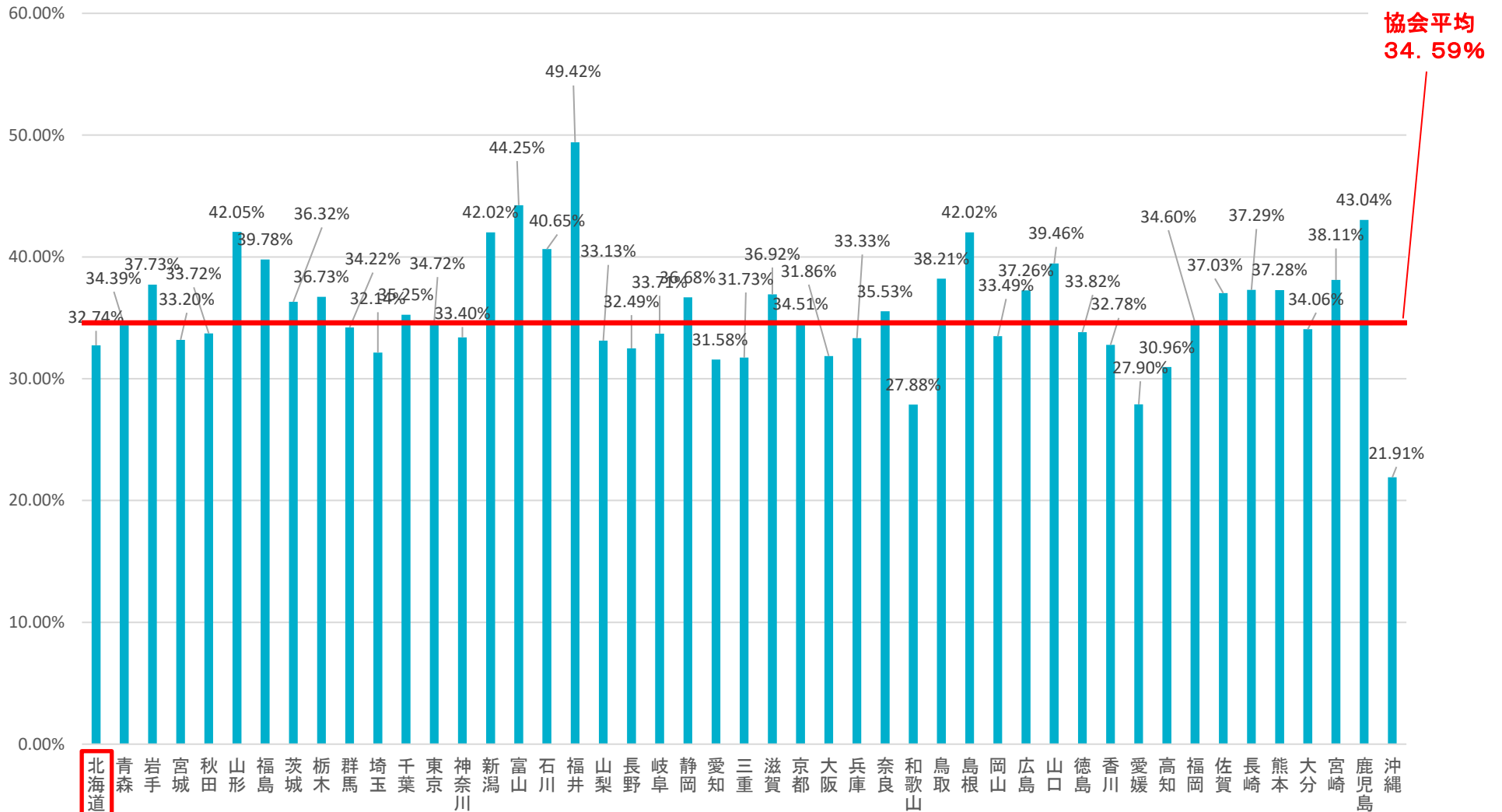


※利用状況(全体) = マイナ保険証利用件数 / オンライン資格確認利用件数
 利用状況(外来のみ) = マイナ保険証によるオンライン資格確認の利用人数 / レセプト枚数(外来レセのみ)

5. 協会におけるマイナ保険証の利用状況（支部別）

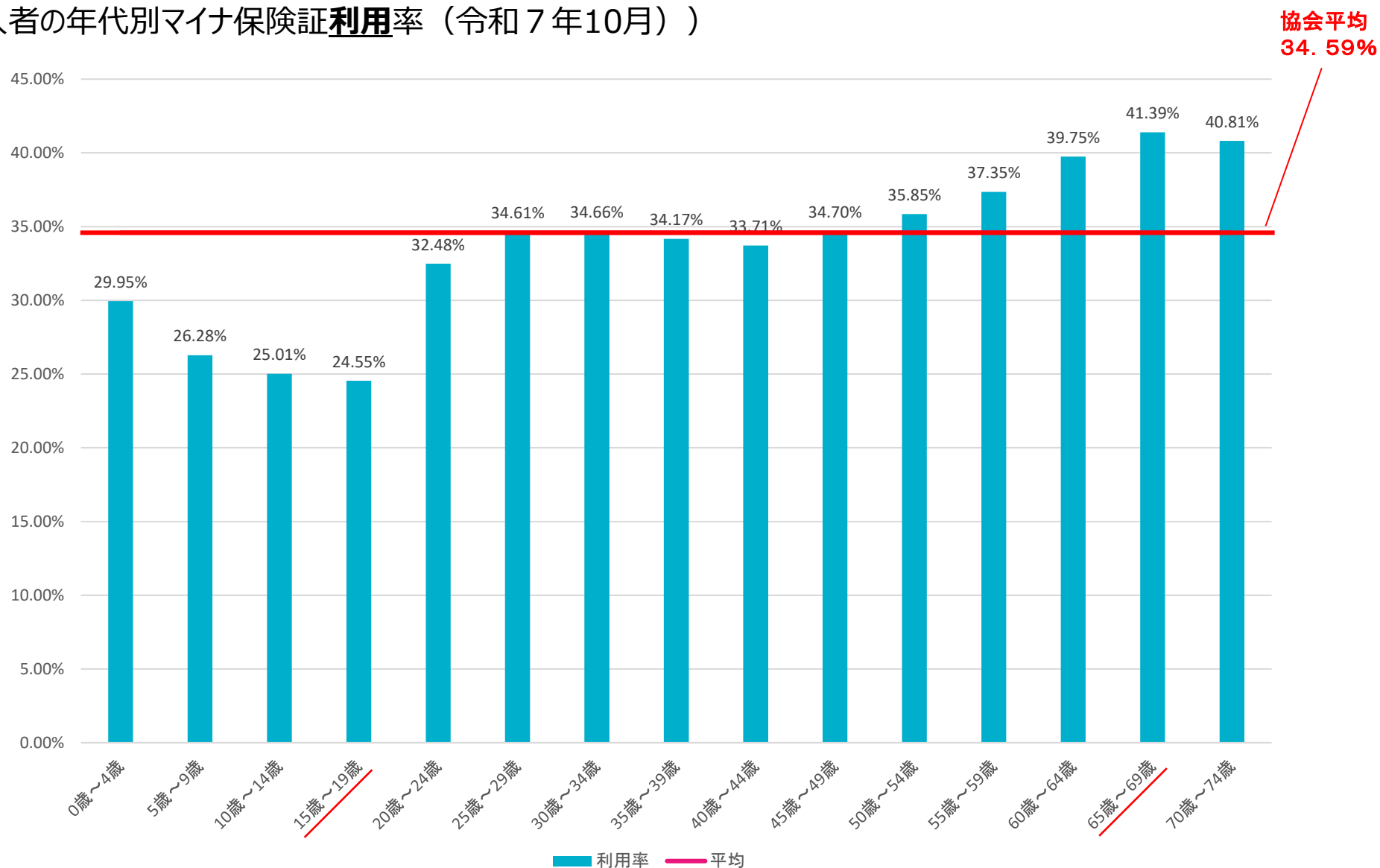
※数値は令和7年10月時点

(都道府県支部加入者別マイナ保険証**利用率**)



5. 協会におけるマイナ保険証の利用状況（年代別）

（加入者の年代別マイナ保険証**利用率**（令和7年10月））

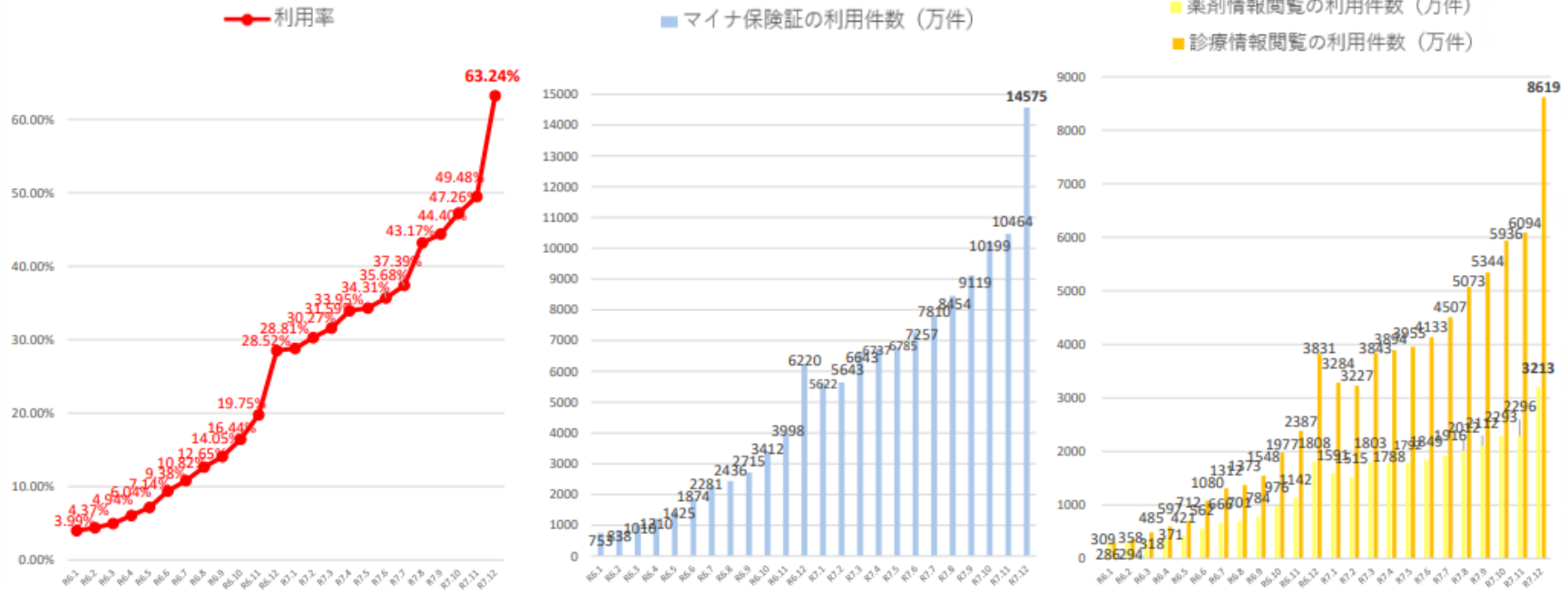


5. (参考) 最新のマイナ保険証の利用状況

令和8年2月12日
第210回社会保障審議会医療保険部会

マイナ保険証の利用状況

※利用率=マイナ保険証利用人数/レセプト件数



【12月分実績の内訳】

	合計 (人)	マイナンバーカード (人)	資格確認書 (人)	特定健診等情報 (件)	薬剤情報 (件)	診療情報 (件)
病院	22,027,374	14,260,319	7,767,055	5,101,593	2,087,318	8,979,247
医科診療所	72,215,618	48,042,046	24,173,572	15,283,510	16,946,054	43,909,940
歯科診療所	21,924,829	14,487,416	7,437,413	4,885,562	3,716,260	5,273,982
薬局	62,140,519	35,964,235	26,176,284	15,468,643	9,377,286	28,023,120
総計	178,308,340	112,754,016	65,554,324	40,739,308	32,126,918	86,186,289

3

5. (参考) 最新のマイナ保険証の都道府県別利用実績

オンライン資格確認 マイナ保険証の利用実績 (都道府県別の医療機関・薬局での利用 (令和7年12月))

令和8年2月12日
第210回社会保障審議会医療保険部会

○ 都道府県別のマイナ保険証の利用率 (令和7年12月) は以下のとおり。

※黄色 = 上位5県 灰色 = 下位5県

都道府県名	利用率
北海道	62.96% (+11.43%)
青森県	67.63% (+12.77%)
岩手県	64.93% (+13.90%)
宮城県	67.13% (+14.75%)
秋田県	64.13% (+14.21%)
山形県	68.36% (+14.09%)
福島県	65.70% (+14.52%)
茨城県	66.69% (+14.78%)
栃木県	66.54% (+12.53%)
群馬県	64.54% (+13.88%)
埼玉県	63.24% (+13.99%)
千葉県	65.81% (+13.70%)
東京都	60.44% (+14.01%)
神奈川県	63.26% (+12.80%)

全国	63.24% (+13.76%)
----	------------------

都道府県名	利用率
新潟県	69.32% (+12.08%)
富山県	73.80% (+12.51%)
石川県	68.73% (+13.02%)
福井県	69.61% (+15.59%)
山梨県	62.22% (+15.93%)
長野県	61.16% (+12.26%)
岐阜県	65.72% (+14.19%)
静岡県	70.17% (+11.86%)
愛知県	65.18% (+15.38%)
三重県	65.29% (+12.62%)
滋賀県	64.81% (+14.06%)
京都府	58.74% (+16.04%)
大阪府	56.31% (+13.81%)
兵庫県	61.06% (+15.83%)
奈良県	61.59% (+12.13%)
和歌山県	58.10% (+18.98%)

都道府県名	利用率
鳥取県	64.73% (+13.37%)
島根県	65.44% (+11.80%)
岡山県	61.85% (+13.87%)
広島県	64.69% (+12.04%)
山口県	68.07% (+11.14%)
徳島県	56.49% (+12.35%)
香川県	59.38% (+14.84%)
愛媛県	61.34% (+13.95%)
高知県	53.89% (+12.12%)
福岡県	62.16% (+13.44%)
佐賀県	66.33% (+13.84%)
長崎県	62.73% (+11.67%)
熊本県	67.46% (+13.35%)
大分県	61.18% (+14.70%)
宮崎県	70.53% (+11.68%)
鹿児島県	68.88% (+13.43%)
沖縄県	50.71% (+20.21%)

※ 利用率 = マイナ保険証利用人数 ÷ レセプト件数
(括弧内の値は令和7年11月の値からの変化量 (%ポイント))

5. マイナ保険証のメリットについて

- マイナ保険証を使用することで、データに基づくより良い医療が受けられます。また、限度額適用認定証の手続きも不要となります。

マイナ保険証のメリット

- ① データに基づくより良い医療が受けられる
- ② 手続きなしで高額療養費の限度額を超える支払いが免除される
- ③ 救急現場で、搬送中の適切な応急処置や、搬送先の選定などに活用される※
- ④ マイナポータルで確定申告時に医療費控除が簡単にできる
- ⑤ 医療現場で働く人の負担を軽減できる

※ 令和7年10月から全国で開始された「マイナ救急」では、救急車を要請する場合でも、救急搬送中のより適切な処置や円滑な病院の選定のためにマイナ保険証が活用され、搬送先の病院でも活用されます。

マイナ救急にて医療情報を活用するためには、マイナ保険証が必要です。

マイナ救急の詳細は、総務省消防庁ホームページをご覧ください。

(総務省消防庁>消防庁の役割>消防・救急体制の充実強化>あなたの命を守る「マイナ救急」)

5. マイナ保険証の利用促進について

- 医療機関や薬局などでの受診の際には、メリットのあるマイナ保険証で受診するよう、従業員の皆さまへ積極的にお声がけください。



協会けんぽホームページ掲載の動画「使ってみよう！マイナ保険証」も、ぜひご覧ください。
(全国健康保険協会ホーム>広報・イベント>広報>今から使おう！マイナ保険証)

【使ってみよう！マイナ保険証】



5. 資格確認書の発行方法

- マイナ保険証をお持ちでない方が新規加入される場合は、資格取得届（被扶養者異動届）の「資格確認書発行要否欄」に☑をしていただくと事業所に送付されます。

① 新規加入時に資格取得届（被扶養者異動届）の資格確認書発行要否欄に☑をした場合※

- (1) 資格取得届等の資格確認書発行要否欄に☑して事業所経由にて日本年金機構へ提出
- (2) 日本年金機構にて処理後、協会へ連携
- (3) 協会にて資格確認書（資格情報のお知らせも一緒に）を発行、事業所に送付

※ 発行要否欄に☑をして自動発行となるのは新規加入時のみとなります。
例えば、被扶養者の氏名変更で被扶養者異動届を提出した際に、資格確認書発行要否欄に☑をしても、自動発行はされません。

② 資格確認書交付申請書の提出

- (1) 被保険者が資格確認書交付申請書を事業所経由にて協会へ提出
- (2) 協会にて資格確認書を発行、事業所に送付

③ マイナ保険証を保有していない方等への職権発行

マイナ保険証未登録等で過去に資格確認書の発行履歴が無く、現存の方を対象に発行、事業所に送付（資格取得処理後約2か月程度で交付）

6. 上手な医療のかかり方について

6. 時間外受診・紹介状なし大病院受診について

- 医療機関や薬局では曜日や時間帯により割増料金（加算）がかかります。緊急性の高いとき以外は「平日の日中」に受診しましょう。
- 緊急時でない、いきなり的大病院受診は全額患者負担の特別料金が発生します。

時間外受診

- ・ 夜間・早朝・休日・深夜など、通常の診療時間外に受診すると、医療費に加えて割増料金（時間外加算）が発生します。自己負担の増加だけでなく、医療スタッフの負担になるとともに、緊急性の高い方の治療に与える可能性もあります。
- ・ 夜間や休日に体調を崩し、「病院に行くべきか迷う」「救急車を呼ぶべきか分からない」といったときは、電話相談窓口を利用しましょう。

紹介状なし大病院受診

- ・ 紹介状を持たずに大病院（大学病院や病床数200以上の病院など）を受診すると、診察料とは別に全額患者負担となる特別料金がかかります。かかりつけ医を受診すれば、必要なときは紹介状が発行されます。



北海道小児救急電話相談

#8000 またはTEL011-232-1599
毎日19時～翌朝8時

夜間、お子さんの急な病気やケガで困ったときに、ただちに医療機関にかかる必要があるか、どう対処すればよいか、電話で看護師や医師から助言を受けられます。



救急安心センターさっぽろ

#7119 またはTEL011-272-7119
24時間365日

急に具合が悪くなったときなど、119番に電話した方が良いのか、様子を見た方がよいのか、判断に困ったら迷わずご相談ください。

6. リフィル処方せんについて

- リフィル処方とは、症状が安定している患者に対して、医師の処方により医師及び薬剤師の適切な連携の下で、一定期間内に最大3回まで反復利用できる処方せんです。

リフィル処方せん

- 長い間同じ薬を飲んでいるなど症状が安定し、通院をしばらく控えても大丈夫と医師が判断した場合、医師の処方により医師及び薬剤師の適切な連携の下で、一定期間内に最大3回まで繰り返し使用できる処方せんです。
- メリットとして、受診の回数や通院時間、診察の待ち時間を減らすことができます。

リフィル処方せんの使用イメージ

1回目	2回目	3回目
<ul style="list-style-type: none">● 医療機関で診療を受け、リフィル処方せんを受け取る。● 通常の処方せんと同様、交付日含めて4日以内に、調剤薬局で薬を受け取る。	<ul style="list-style-type: none">● 調剤予定日の前後7日以内に、調剤薬局で薬を受け取る。 	<ul style="list-style-type: none">● 調剤予定日の前後7日以内に、調剤薬局で薬を受け取る。 <p>※4回目は医療機関での診療が必要です。</p> <p>※それぞれ別の薬局での受け取りも可能ですが、継続的に服薬状況を管理するためにも、可能な限り同じ薬局をご利用ください。</p>

薬局・薬剤師の役割

リフィル処方せんで薬を受け取る時には、薬剤師が患者の体調や服薬状況を確認することになっています。必要に応じて、患者に医療機関への受診を促したり、医師に服薬状況の情報共有を行ったりします。患者自身が気になる自覚症状や体調の変化がある場合は、医療機関を受診することが重要です。

さらにワンポイント! 電子処方せんの活用が便利です!

リフィル処方せんは1回目の調剤の後、次の調剤まで処方せんをなくさずに保管する必要がありますが、電子処方せんでは、処方せんの原本が紙から電子データになるため、調剤ごとに紙の処方せんを持参する必要がなく、紛失のおそれもありません。

6. セルフメディケーションについて

- 日頃から自分の健康状態を知って生活習慣をみなおしたり、市販薬（OTC医薬品）を活用したりするなど、自分自身で健康管理や病気の予防を行っていきましょう。

セルフメディケーション

- ・ 自分自身の健康に責任を持ち、軽度な身体の不調は自分で手当てすること（WHOの定義）をいいます。
- ・ 以下のポイントを実践し、健康管理力を高めていきましょう。



セルフメディケーションの心強い味方

OTC医薬品
をご存じですか？

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。様々な疾病や症状の改善に効果を発揮します。自分自身で健康管理を行い、軽度な体の不調の症状緩和などに活用することができます。

7. その他

7. バイオシミラーについて

- 協会けんぽはジェネリック医薬品と同様にバイオ後続品（バイオシミラー）の使用促進に取り組みます。

バイオ医薬品

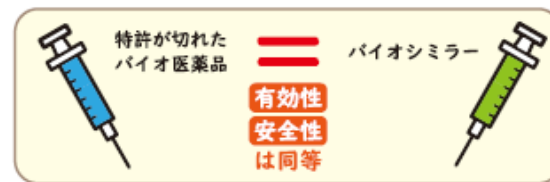
- ・ 遺伝子組換え技術や細胞培養技術等を応用し、生物が持つタンパク質（ホルモン、酵素、抗体等）を作る力を利用して製造される医薬品です。今までは治療が難しかった病気への効果が期待されています。

バイオシミラー

- ・ バイオ医薬品（先行バイオ医薬品）の特許が切れた後に、他の製薬会社から販売される薬で、先行バイオ医薬品と同等、同質の品質、安全性、有効性を有しています。

ジェネリック医薬品とバイオシミラーの違いは？

項目	ジェネリック医薬品	バイオシミラー
先発/先行医薬品	化学合成医薬品	バイオ医薬品
先発/先行医薬品との有効成分（品質特性）の比較	同一であること	同等性/同質性（類似性）
剤形	多様	主に注射剤



バイオ医薬品、
バイオシミラー
が使われている
病気の例

- がん
- 糖尿病
- 関節リウマチ
- 腎性貧血
- 低身長
- クローン病
- 潰瘍性大腸炎
- 加齢黄斑変性 など

協会けんぽ北海道支部

LINE 公式アカウント

友だち追加方法

二次元コードから登録

LINE アプリ内
「ホーム」

「友だち追加」

「QRコード」



健康づくりを
もっと身近に！

イベント・健診の
お知らせが届く！

知っておきたい
季節の健康情報



メニュー画面から
欲しい情報にすぐアクセス！
健診の内容や健診実施機関も確認できます！



健康づくりに役立つ「季節の健康情報」を
毎月お届けします！

画面下部のメニューから 様々な情報にアクセスすることが可能です。



- 各健診の内容や制度等について確認できます。
- 受診できる健診機関を確認できます。随時更新中!
今年も協会けんぽの健診をぜひご利用ください。
- 過去の季節の健康情報を確認できます。
- こんなときはどんな申請ができるか項目を分けております。
従業員からの問い合わせや、自身の申請時にご利用ください。

過去の配信内容 (季節の健康情報)



過去の配信テーマ 一部

- 7月 「寝る前のスマートフォン」
- 8月 「お酒と健康」
- 9月 「加熱式たばこ」
- 10月 「ジョギング・ウォーキングの習慣」
- 11月 「家庭内感染」
- 12月 「休暇明けの心の管理」

ぜひご登録ください！

ご清聴ありがとうございました。

※ご不明な点がございましたら、お気軽にお問合せください！

【お問合せ先】

協会けんぽ北海道支部 企画総務部 企画グループ

TEL : 011-726-0364