

今月号のトピックス

- ▶協会けんぽ 2025(令和7)年度 決算(見込み)のお知らせ
- ▶お得で安心! 上手な医療のかかり方
- ▶マイナ保険証を利用しましょう!
- ▶9月は厚生労働省が定める健康増進普及月間です
- ▶健康づくり講演会のご案内



医療を受けるならマイナ保険証!

マイナ保険証には、過去のお薬の情報や健診結果をふまえた医療が受けられたり、窓口で限度額以上の支払が不要になる等の「4つのメリット」があります。詳細はリンク先のページをご覧ください。



協会けんぽ 2025(令和7)年度決算(見込み)のお知らせ

2025年度の決算(見込み)の概要

2025年度の決算は収入が12兆3,406億円、支出が11兆6,611億円、収支差は前年度から209億円増加し、6,795億円となりました。

保険料収入は、賃上げや被保険者数の増加により前年度比4,057億円の増加となりました。保険給付費は加入者1人当たり保険給付費が増加した影響で前年度比2,818億円の増加となっています。また、拠出金等は後期高齢者支援金が増加した影響で前年度比1,634億円の増加となりました。

※詳しくは、協会けんぽのホームページをご覧ください。



Q. 2025年度の決算は黒字でしたが、協会けんぽの財政は今後どのような見通しなのでしょうか?

A. 協会けんぽの財政は、当面、賃上げ等により保険料の増加が見込まれるものの、

- 現在の不安定な世界情勢が我が国の経済社会に及ぼす影響が不透明であり、これまでのような保険料収入の増加が中長期的に継続するか予測が難しいこと
- 協会けんぽ加入者の平均年齢の上昇や医療の高度化等により保険給付費の継続的な増加が見込まれること
- 団塊の世代がすべて後期高齢者になったことにより後期高齢者支援金の中長期的に高い負担額のまま推移することが見込まれること

等に留意が必要と考えています。

また、医療費については、物価や賃金、人手不足等の医療機関等を取りまく環境の変化に対応するため、2026(令和8)年度診療報酬改定において、診療報酬(本体部分)の改定率が3.09%(2026年度: +2.41%、2027年度: +3.77%)と高い伸び率とされ、2026年6月以降の医療費に反映されることなどから、今後の動向を注視する必要があると考えています。

※2026年度は平均保険料率を10.0%から9.9%に引き下げたほか、国から交付される国庫補助が2026年度から3年間減額されることとなっています。

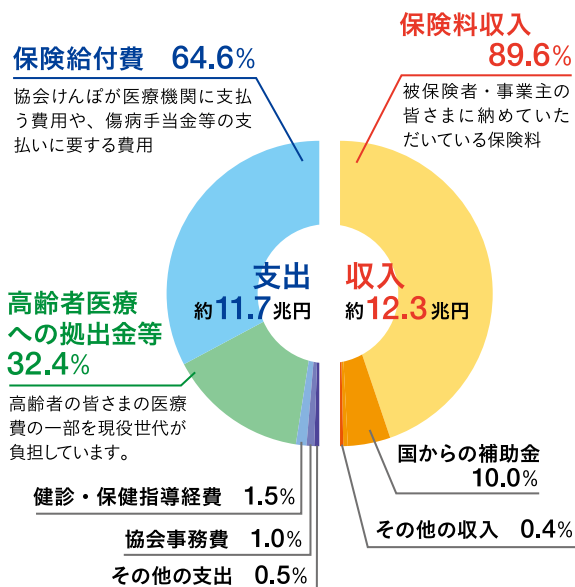


医療機関を受診する際に、医療のかかり方を少し工夫することで、自己負担の軽減や医療費の適正化につながります。詳しくは次のページをご覧ください。

2025年度決算(見込み) 医療分(単位: 億円)

収入	保険料収入	110,546 (+4,057)
	国庫補助等	12,383 (+ 693)
	その他	477 (+ 132)
	計	123,406 (+4,881)
支出	保険給付費	75,369 (+2,818)
	拠出金等	37,829 (+1,634)
	その他	3,413 (+ 220)
	計	116,611 (+4,672)
単年度収支差		6,795 (+ 209)

※()内は、前年度比 ※支出の「その他」は下図の「健診・保健指導経費」「協会事務費」「その他の支出」の合計



お得で安心！ 上手な医療のかかり方



お得になるポイント① 診療時間内(日中)に受診

- 休日や夜間等、通常の診療時間外に医療機関を受診すると、通常の医療費に加えて時間外加算が発生します。
- 通常の診療時間外は、医師や看護師などの医療スタッフを減らしています。限られた検査や治療しかできず、平日の診療時間内に改めて受診が必要になる場合があります。(結果的にお金も時間も余計にかかってしまいます。)
- 医療スタッフの負担になるとともに、真に治療が必要な方の治療の機会を奪うことになりかねません。

緊急時以外は、診療時間内に受診するようにしましょう。



安心のポイント① 診療時間外(休日・深夜等)の受診前に電話

休日や夜間に「すぐに病院に行った方がよいか」や「救急車を呼ぶべきか」悩んだりためらう時に、医師・看護師等の専門家に電話で相談できることをご存知でしょうか。受診する前に電話でご相談ください。

★北海道小児救急電話相談

#8000 または
011-232-1599

毎日19時～翌朝8時



保護者の方が、休日・夜間の子どもの症状にどのように対処したらよいのか、病院を受診した方がよいのかなど判断に迷ったときに、小児科医師・看護師に電話で相談できます。

(相談の例)

- 子どもが熱を出して、下痢をしています…
- 子どもの咳が止まらなくて…
- 子どもが誤って洗剤を飲んでしまって…

#8000の使い方



★救急安心センターナッぽろ

#7119 または **011-272-7119** 24時間 365日

急に具合が悪くなったときなど、119番に電話した方がよいのか、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。

(サービス対応地域：札幌市、石狩市、新篠津村、栗山町、当別町、南幌町、島牧村、北広島市、恵庭市、長沼町)



お得になるポイント② ジェネリック医薬品の利用

- ジェネリック医薬品は、既に有効性や安全性について先発医薬品で確認されていることから開発期間やコストを大幅に抑えられ、先発医薬品よりも3割から5割程度安くなる場合が多いです。
- 慢性的な病気によって薬を長期間服用する場合などは、ジェネリック医薬品の使用で、薬代の大幅な削減につながります。

ジェネリック医薬品を利用しましょう。



安心のポイント② 先発医薬品と同等の効き目

- 先発医薬品と効き目や安全性が同等であることが証明されたものだけが、厚生労働大臣によって承認されます。
- 効能や効果・用法・用量は基本的に変わりなく、製品によっては、先発医薬品よりも飲みやすくなるように薬の大きさや味、においの改良や、湿気や光に弱いなどの品質面の改善による保存性の向上など、よりよく工夫されたものもあります。



お得になるポイント③ かかりつけ医を持ちましょう

- 紹介状なしで初診から大病院を受診すると、初診料+特別料金が かかります。かかりつけ医がいれば必要に応じて紹介状を用意して もらえます。
- 同じ病気でいくつもの医療機関の受診をすることなく、初診料等、 余分な検査費用もかかりません。

かかりつけ医を見つけましょう。

かかりつけ医の紹介状がない場合

初診料



特別料金
7,000円
以上



安心のポイント③ かかりつけ医(かかりつけ薬局)の存在

かかりつけ医とは、健康に関することを何でも相談でき、必要な時には専門医、専門医療機関を紹介してくれる、身近で頼りになる医師のことです。

日常生活における健康相談から傷病による受診や通院など、「かかりつけ医」はどの世代の方にとっても健康をサポートする頼もしい存在となります。

- 日頃の状態をよく知っているかかりつけ医は、ちょっとした体調の 変化にも気づきやすく、病気の予防や早期発見、早期治療が可能 になります。
- かかりつけ医が、病気や症状、治療法などについての的確な診断や アドバイスをしてくれます。
- かかりつけ医は、専門的な検査や治療が必要な場合などに、適切 な医療機関を紹介してくれます。

詳しくは協会けんぽのホームページをご覧ください。

協会けんぽ 上手な医療のかかり方

検索



さらにポイント!

かかりつけ薬局があると

- ・ 薬の重複や飲み合わせ
- ・ 薬が効いているか
- ・ 副作用がないか

などを継続的に 確認してもらえます。

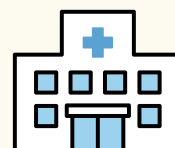


マイナ保険証を利用しましょう!

マイナ保険証とは

- 健康保険証の利用登録をしたマイナンバーカードが、マイナ保険証です。
※「マイナ保険証」という新たな証明書が交付されるわけではありません。
- 利用登録状況はマイナポータルでご確認できます。
- 資格確認書を利用されているという方も、ぜひ切り替えをお願いします。

マイナ保険証の 基本的な情報を まとめたガイドを こちら



マイナ保険証のメリット

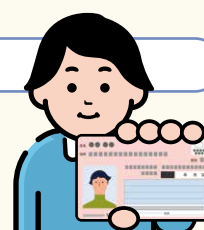
- 過去のお薬・診療データに基づく、より良い医療が受けられる
- 突然の手術・入院でも高額支払いが不要になる
- 救急現場で、搬送中の適切な処置や搬送先の選定などに活用される
- 確定申告の医療費控除申請が簡単になる



マイナ保険証の利用登録方法

受診する際にマイナンバーカードをお持ちください

マイナ保険証の利用登録をしていない場合も、医療機関・薬局にマイナンバーカードを お持ちいただくと、その場で登録できます。



9月は厚生労働省が定める健康増進普及月間です

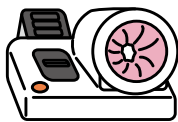
生活習慣病の特性や運動・食事・禁煙など個人の生活習慣の改善の重要性についての理解を深め、さらにその健康づくりの実践を促進するため、9月1日から30日までの1か月間を『健康増進普及月間』と定められています。健康づくりサイクルをまわして、生活習慣病を予防しましょう！

①健診を受けましょう

健診を受診して体の状態を知るところから始まります。健康状態を確認するために健診を毎年受診しましょう！



協会けんぽの健診について、詳しくはこちら



②健診後の行動

健診結果はご覧になりましたか？健診結果をもとに生活習慣を改善したり、早期に医療機関を受診しましょう！



健診後について、詳しくはこちら

健康サポートのご案内



健診後のフォロー



③日々の健康づくり

適度な運動やバランスの良い食生活等で日々の健康に気をつけましょう。

健康づくりに役立つ情報配信中！

けんぽアプリのダウンロード・公式LINEの友だち追加を行い、健康づくりにご活用ください。



●けんぽアプリ



iPhone



Android

●LINE

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

健康づくり講演会のご案内

北海道支部では、加入者の皆さまが健康づくりへの関心を高めるきっかけとして、主に事業主・労務管理ご担当者さまを対象とした「健康づくり講演会」を開催します。多くの皆さまのご参加をお待ちしております。

日時 9月14日(月) 14:00～2時間程度 (開場 13:30)

講演内容 「メンタルヘルスと睡眠について」

●第一部

講師：三井 信幸 様

(北海道大学大学院医学研究院神経病態学分野
精神医学教室准教授
北海道大学保健センター 副センター長)

●第二部

講師：桑原 富美恵 様

(北海道産業保健総合支援センター
産業保健相談員)

※講演内容等について変更となる場合がございます。
予めご了承ください。

会場 TKP札幌駅カンファレンスセンター ホール3A

(札幌市北区北7条西2丁目9 ベルヴェオフィス札幌 3階)

定員 会場：100名(先着順)

オンライン：定員なし (YouTubeでライブ配信)

参加申込方法などの詳細については、
北海道支部ホームページをご覧ください。

協会けんぽ北海道支部 健康づくり講演会

検索



発行元



「もしも」と「いつも」に安心を。
協会けんぽ

全国健康保険協会 北海道支部

〒001-8511
札幌市北区北10条西3-23-1
THE PEAK SAPPORO 3階
TEL：011-726-0352(代表)

けんぽアプリ、電子申請を
ぜひご利用ください



健康保険委員の新規申込、
交代、事業所の名称・所在地
変更などの届出用紙は、
北海道支部ホームページ
に掲載しています。



詳しくはこちら