

セルフメディケーションを始めましょう

セルフメディケーションとは、「自分自身の健康に責任を持ち、軽度の身体の不調は自分で手当てすること」(WHOの定義)です。

こんなときにはOTC医薬品(市販薬)をご活用ください!



OTC医薬品(市販薬) 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。

セルフメディケーション税制

健康診断などを受けている人が一部のOTC医薬品を購入した際に税金が戻ってくる(所得控除を受けられる)制度



セルフメディケーションについて

<https://www.kyoukaikenpo.or.jp/assets/serumelf2.pdf>

健康保険各種給付金の受取口座について

給付金の振込先として公金受取口座を指定できます。

公金受取口座とは?

給付金などを受け取るための口座として、あらかじめ国(デジタル庁)に登録を行った口座です。なお、登録状況はマイナポータルよりご確認いただけます。

電子申請で給付金の振込先を記入する際の注意点

◆公金受取口座を希望する場合

希望する 希望しない 「希望する」ボタンを選択

◆公金受取口座を希望しない場合

希望する 希望しない 「希望しない」ボタンを選択

金融機関名称	必須	支店名	必須
預金種別		口座番号	必須

の各ページを入力してください

紙の申請書で給付金の振込先を記入する際の注意点

◆公金受取口座を希望する場合

「公金受取口座の利用について」に「1」と記入

公金受取口座を希望する場合は振込先情報の記入不要

◆公金受取口座を希望しない場合

「公金受取口座の利用について」に「2」と記入

振込先情報を正確にご記入ください。

※公金受取口座に登録されていない状態で公金受取口座を希望された場合には、申請書をお返しすることになりますのでご注意ください。



全国健康保険協会 神奈川支部

TEL 045-270-8431 (代表)

協会けんぽ

<https://www.kyoukaikenpo.or.jp>



〒220-8538 横浜西区みなとみらい4-6-2 みなとみらいブランドセントラルタワー9階

職場のみなさままで回覧をお願いします

協会けんぽ

かもめだより

第66号

令和8年・夏

全国健康保険協会
神奈川支部

健康保険委員 事務局
担当:企画総務グループ

電子申請サービス・けんぽアプリを利用しましょう

電子申請サービス

給付金の申請をはじめとする健康保険の主要なお手続きについて利用することができます。オンラインで申請手続きを完了させることが可能となるため、ぜひ「電子申請サービス」をご利用下さい。

メリット



システムチェックにより、記載漏れなどのミスを防げます。



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、正確に申請できます。



郵送などにかかっていた手間、時間、費用を削減できます。



スマホやPCから申請後の処理状況を確認できます。

サービス提供時間(利用可能時間帯)

平日 8:00 ~ 21:00

※平日の上記時間外および土日祝日、年末年始12/29~1/3、緊急のシステムメンテナンス時はご利用できません
※17:15以降に送信完了した申請は、翌営業日の受付日扱いになります。

準備いただくもの

- ・マイナンバーカード
- ・PCまたはマイナポータルをインストールしたスマートフォン(タブレット)
- ・添付書類(必要な場合のみ)

電子申請サービスについて



https://www.kyoukaikenpo.or.jp/electronic_application/about/

申請の流れ

ステップ1

ウェブサイトまたはけんぽアプリからログインして申請したい申請書を選択



ステップ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



ステップ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



ステップ4

申請手続き完了です



けんぽアプリ

協会けんぽは、すべての加入者様とつながるスマートフォンアプリケーション「けんぽアプリ」をリリースしました。

「けんぽアプリ」からも電子申請サービスを利用できるほか、あなたの健康に役立つ情報もお届けします。今後便利な機能も追加予定ですので、この機会にぜひ「けんぽアプリ」をご利用ください!

けんぽアプリの概要やインストール方法について



https://www.kyoukaikenpo.or.jp/about/business/public_relations/007/001/



生活習慣病予防健診等のご案内

生活習慣病の発生や重症化の予防を目的とした血液検査や尿検査、がん検診等、被保険者(ご本人)に受けていただく健診です。令和8年4月から、「人間ドック健診」のほか、生活習慣病予防健診では「一般健診」(若年)、「節目健診」、「骨粗鬆症検診」を受診できるようになりました。

被保険者様向けの健診について

https://www.kyoukaikenpo.or.jp/health_promotion/health_checkups/insured/001/



ポイント1

35歳～74歳の方

人間ドック健診に
協会けんぽが
最高**25,000円**を
補助！

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。



ポイント2

35歳以上の方に加え 20、25、30歳の方

生活習慣病
予防健診の
対象に！

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。



ポイント3

40歳～74歳の 偶数年齢の女性の方

一般健診・節目健診(※)を
受診する方
骨粗鬆症検診
を開始！

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。

※一般健診の項目に尿の詳細な検査や腹部超音波検査、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。



予約方法

協会けんぽと契約している**健診機関**へ、**WEB**または**お電話**で直接予約してください。
協会けんぽへの申し込み手続きは不要です。

神奈川支部の
健診機関一覧は
こちら



https://www.kyoukaikenpo.or.jp/shibu/kanagawa/health_guidance/organization/checkups_list_001/

1都3県(東京・埼玉・千葉・神奈川)の
健診機関や巡回健診の
日程等を検索することができる
ページはこちら



<https://www.kanagawa01.kyoukaikenpo.or.jp/>

人間ドック健診・生活習慣病予防健診の
「**胃部レントゲン検査**(上部消化管エックス線検査)」は**必須項目**です。
自己都合等により受診しない場合は、健診費用補助の対象外となります。

以下に該当する方は**健診機関(医師)にご相談ください。**

●アレルギーの方 ●妊産婦の方 ●現在治療中の方 ●受診前に他の健診で同じ検査をしている方 ●受診当日に体調不良の方

事業者健診の結果をご提供ください

生活習慣病予防健診を利用せず、労働安全衛生法の定期健康診断(事業者健診)を利用されている従業員様の健診結果の提供をお願いいたします。

メリット1

特定保健指導を
無料で受けられる

メリット2

事業所の健康度が
把握でき、課題を
見える化できる

メリット3

マイナポータル上で
健診結果の
閲覧ができる

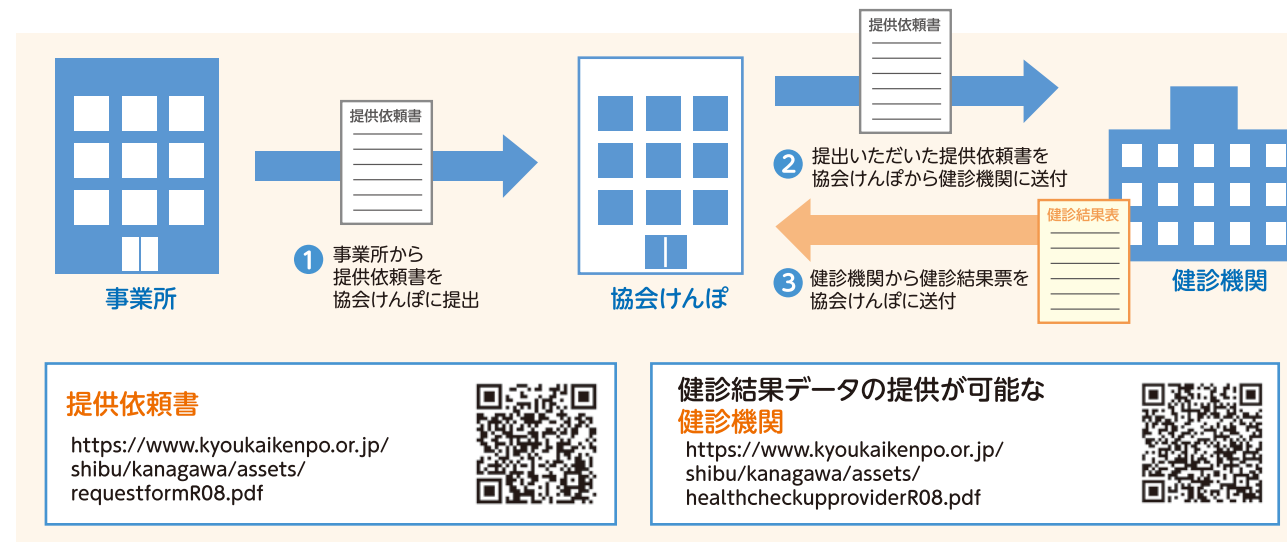
メリット4

健康保険料率上昇
の抑制につながる

提供方法[A、Bの2種類があります]

A 協会けんぽへ「提供依頼書」を提出し、健診機関から協会けんぽへ健診結果データを提供する

以下「健診結果データの提供が可能な健診機関」で受診した場合、「提供依頼書」を協会けんぽに提出いただくことにより、健診機関が協会けんぽへデータ提供を行います。



B 健診結果票の写しと問診項目質問票を事業所様から協会けんぽへ直接郵送する

事業所様で管理されている健診結果票の写しに、受診者ご本人の「問診項目質問票」を添付し、協会けんぽへ郵送してください。

<https://www.kyoukaikenpo.or.jp/shibu/kanagawa/assets/medicalquestionnaireR08.pdf>

問診項目質問票



事業者健診結果の提供依頼は法律に基づくものです。

事業主様が協会けんぽに健診結果を提供しても責任を問われることはありません。

【高齢者の医療の確保に関する法律 第27条】(要約)

3.保険者は、事業者等に対し、厚生労働省令で定めるところにより、労働安全衛生法その他の法令に基づき当該事業者等が保存している当該加入者に係る健康診断に関する記録の写しその他これに準ずるものとして厚生労働省で定めるものを提供するように求めることができる。
4.記録の写しの提供を求められた事業者等は、厚生労働省令で定めるところにより、当該記録の写しを提供しなければならない。

【健康保険法 第150条】(要約)

2.保険者は、被保険者等を使用している事業者等又は使用していた事業者等に対し、厚生労働省令で定めるところにより、同法その他の法令に基づき当該事業者等が保存している当該被保険者等に係る健康診断に関する記録の写しを提供するように求めることができる。
3.労働安全衛生法その他の法令に基づき保存している被保険者等に係る健康診断に関する記録の写しの提供を求められた事業者等は、当該記録の写しを提供しなければならない。

事業者健診結果の提供について

https://www.kyoukaikenpo.or.jp/shibu/kanagawa/health_guidance/003/001/

