2026年
11月号

全国健康保険協会長野支部 職場内での回覧をお願いします

協会けんぽNEWS

便利な 電子申請使ってみませんか?



従業員の皆さまにも周知願います

「医療費のお知らせ」一斉送付終了のお知らせ

協会けんぽによる事業所宛の「医療費のお知らせ」一斉送付は、
マイナポータル等のデジタル化の進展に伴い、
令和７年度（令和８年１月送付分）で終了いたしました。

今年からは、 ご自身のスマートフォンやパソコンから「マイナポータル」をご利用いただき、医療費情報をご確認いただきますようお願いいたします。

マイナポータルで医療費情報を確認するメリット

☑ **スマートフォンやパソコンから、いつでも医療費情報を閲覧(※)できます。**

（※）受診した月の翌々月の11日以降に閲覧できます。なお、令和８年１月から12月までの１年間分の情報は、原則２月９日以降に閲覧できます。**紙の医療費のお知らせを依頼される場合より、約１か月程度早く情報を確認できます。**

詳しくはこちら
マイナポータル：医療費



☑ **確定申告（医療費控除）でe-Taxと連携すれば自動入力が可能です。**

詳しくはこちら
国税庁HP
医療費控除を受ける方へ（確定申告特集）
※令和８年分は12月上旬に更新予定です。

紙の「医療費のお知らせ」を希望される方は

令和８年１月～12月診療分の医療費のお知らせについて、書面による送付を希望される場合は「医療費のお知らせ依頼書」にて、令和９年３月以降にご依頼ください。

（※）医療機関から協会けんぽに医療費のデータ（レセプト）が届き、医療費のお知らせに反映されるまで受診月から３か月程度かかります。確定申告の期間内に間に合わない場合があるためご留意ください。

協会けんぽHP
医療費のお知らせ依頼書

医療費のお知らせ Q&A



Q. 医療費のお知らせがないと、確定申告（医療費控除の申告）はできないのでしょうか？

A. **医療費のお知らせがなくても医療費控除の申告はできます。**
この場合は、医療機関等からの領収書に基づき作成した「医療費控除の明細書」を確定申告書に添付してください。なお、医療費控除の明細書を添付した場合には、それらの領収書を５年間保存する必要があります。

協会けんぽ、日々しんぽ。



もしもの「保険」を、もっと簡単で便利に。
いつもの「保健」を、もっと手厚く身近に。

皆さまの日常と健康を支えるために、
協会けんぽは日々“しんぽ”しています。

「もしも」と「いつも」に安心を。
私たちは協会けんぽです。

令和８年１月、協会けんぽは、加入者・事業主の皆さまとのコミュニケーションを一層深めていきたいとの思いを込めて、コミュニケーションロゴを制作しました。
力をひとつにするという意味がある、協会の「劦(きょう)」の字をモチーフに、幸福の象徴である三羽の「青い鳥」が力を合わせ、健やかで安心な生活を築き、輝く明日へと羽ばたく様を表現しています。

けんぽのしんぽ❶



けんぽDX

けんぽDXで手続きをもっと簡単･便利に。
けんぽアプリから電子申請ができるようになりました！

けんぽのしんぽ❷



人間ドック健診の費用補助

人間ドック健診に**最高25,000円の補助**を開始。
皆さまの健康づくりを支えます！ ※35歳以上の方が対象

上手な医療のかかり方

皆さんは、病気やケガをしたとき、医療機関への受診の仕方を意識したことはありますか？
家計や身体にもやさしい「上手な医療のかかり方」４つのポイントを紹介します！

受診時間に注意しましょう！

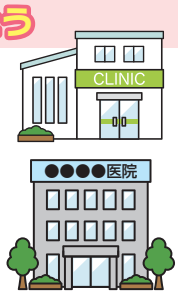
休日や夜間の受診には割増料金がかかります。休日、夜間の安易な受診は、自己負担の増加だけでなく、**本当に治療が必要な方の治療機会を奪うことになりかねません。**

緊急時以外は、診療時間内に受診しましょう。



はしご受診はやめましょう

同じ病気で同時期に複数の医療機関を受診することを「はしご受診」といいます。
はしご受診をすると、受診するたびに初診料がかかり、同じ検査が繰り返され、身体的にも経済的にも負担となります。
むやみに医療機関を変えずかかりつけの医師に不安や疑問を伝えましょう。



受診すべきか迷ったら救急相談へ

休日や夜間に、こどもの症状で迷ったら「**こども医療でんわ相談（＃8000）**」に電話すると、小児科医師や看護師などの専門家に相談できます。
また、大人の場合は「＃7119」にて相談できます。

※明らかに緊急を要する場合は医療機関を受診してください。

こども医療でんわ相談 検索

「かかりつけ医」をもちましょう！

日常的な診療や健康管理を行ってくれる身近なお医者さん「**かかりつけ医**」や服薬状況を管理してくれて、健康相談に応じてくれる「**かかりつけ薬局**」を上手に活用しましょう。



上手な医療のかかり方について詳しくは**厚生労働省のホームページ**をご確認ください

上手な医療のかかり方.JP 検索

信州 ACE プロジェクト
共に目指します。
世界で一番(ACE)
の健康長寿

2026
健康経営優良人
KENKO Investment for Health
大規模法人部門

「もしも」と「いつも」に安心を。
協会けんぽ
全国健康保険協会 長野支部

長野支部の公式 LINE 始めました！
毎月２回、協会けんぽの事業案内や
健康情報をお届けします！

友だち追加は
こちらから▼