

職場の皆さままでご覧ください！

令和8年3月分(4月納付分)からの保険料率のお知らせ

令和8年度の保険料率が決定しましたので、お知らせいたします。

健康保険料率（長崎支部）

令和8年2月分(3月納付分)まで

10.41%

令和8年3月分(4月納付分)から

10.06%

(全国平均保険料率の0.1%引下げ効果を含む)

介護保険料率

令和8年2月分
(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・子育て支援金率

令和8年4月分より新たにスタート

0.23%

※令和8年4月分(5月納付分)より子ども・子育て支援金制度が始まります。
※40歳から64歳までの方には、健康保険料率と子ども・子育て支援金率に介護保険料率が加わります。
※賞与については、支給日が3月1日分から変更後の保険料率が適用されます。
※任意継続被保険者の方は、令和8年4月分の保険料率から変更となります。

皆さまの取り組みで保険料率が変わるインセンティブ制度

インセンティブ制度とは、健康づくりに関する5つの取り組みの達成度合いに応じて協会けんぽ47都道府県支部を順位付けし、上位の15支部にインセンティブ(報奨金)が与えられ、皆さまの保険料率の引き下げにつながる制度です。



加入者の皆様に取り組んでいただきたい5つの取り組み



- ①被保険者（ご本人）様は**生活習慣病予防健診**、被扶養者（ご家族）様は**特定健診**を毎年受診しましょう！
- ②健診結果で「生活改善が必要」と判定された場合には、**特定保健指導**を受けましょう！
- ③**日頃から健康的な生活を心がけ**、生活習慣病のリスクを減らしましょう！
- ④健診の結果、「要治療」・「要精密検査」の判定を受けた方は**速やかに医療機関を受診**しましょう！
- ⑤医療機関でお薬が処方される場合、医師や薬剤師に「**ジェネリック医薬品**」の希望を伝え、**積極的に利用**しましょう！



皆様の取り組みが、健康保険料率上昇の抑制につながります。ご協力よろしくお願いたします！

退職後の健康保険について

74歳までの被保険者(ご本人)が退職等で健康保険の資格を喪失した場合は、ご自身で次に入会する健康保険の選択と加入のお手続きが必要です。
退職後の健康保険には、主に「協会けんぽの任意継続」、「国民健康保険」、「ご家族の健康保険(被扶養者)」の3つの方法があります。
保険料などを比較のうえ、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 | 国民健康保険 | ご家族の健康保険(被扶養者) |
|------|--|--|---|
| 手続き先 | お住まいの都道府県の協会けんぽ支部 | お住まいの市町村の国民健康保険担当課 | ご家族の勤務先 |
| 加入条件 | <ul style="list-style-type: none"> ○退職日までに被保険者期間が継続して2か月以上あること ○退職日の翌日から20日以内に手続きをすること(郵送の場合は必着) | <ul style="list-style-type: none"> ○お住まいの市町村の国民健康保険担当課にお問い合わせください。 | <ul style="list-style-type: none"> ○ご家族が加入している健康保険の扶養の条件を満たすこと ※ご家族の勤務先にお問い合わせください。 |
| 保険料 | <ul style="list-style-type: none"> ○退職前に控除されていた保険料を2倍した額 ※ただし、保険料の上限があります。また、お住まいの都道府県と在職中に加入されていた協会けんぽ都道府県支部が異なる場合、2倍した額とならないことがあります。 | <ul style="list-style-type: none"> ○加入する世帯の人数や前年の所得等によって決まります。 ○保険料の減免制度があります。(倒産・解雇などにより離職した場合) ○お住まいの市町村により保険料が異なります。 | <ul style="list-style-type: none"> ○被扶養者の保険料負担はありません。 |

※協会けんぽの任意継続の加入期間は最長2年間となります。

退職後の健康保険のお手続きは速やかに行っていただくよう、よろしくお願いいたします。

各種給付金等の申請には「電子申請サービス」をご利用ください！

電子申請は郵送にかかっていた手間、時間、費用を削減でき、申請後の処理状況がオンラインで確認できるなど、メリットがたくさんあります！ぜひ「電子申請サービス」をご利用ください！



これからは**電子申請**がおすすめです！

電子申請の詳細については、こちらをご確認ください。

