

職場内で回覧してください！

令和8年 11 月号

協会けんぽ 岡山

Japan Health Insurance Association OKAYAMA

健康保険に関するタイムリーな話題をお届け！

けんぽクイズ Kenpo Quiz

問題

令和８年の１年間に支払った医療費を知りたいときどうすればいい？

Ⓐ マイナポータルにアクセスして確認する

Ⓑ 会社から「医療費のお知らせ」が配られるのを待つ

こたえは裏面へ

被扶養者資格の再確認にご協力ください



協会けんぽでは、保険給付の適正化を目的に、健康保険法施行規則第50条に基づき、毎年度、事業主さま宛に被扶養者資格の再確認を実施しております。
令和8年10月下旬に、事業主さまへ「被扶養者状況リスト」を送付し、**12月11日（金）**を提出期限としています。

変更なしの場合でも毎年必ずご提出が必要です。

再確認の対象となる方

Check!

以下のいずれかに該当する被扶養者

1. **健康保険の資格が重複している可能性が高い方**
2. **同居が扶養認定の要件となっている続柄の方のうち、被保険者と別居している可能性が高い方**
3. **令和7年中の課税収入額が130万円（60歳以上は180万円、19歳以上23歳未満かつ配偶者でない場合は年間収入が150万円）の金額を超過している方**
   （18歳未満の方や令和8年4月1日以降に認定された方を除く）

※対象者がいない事業所には「被扶養者状況リスト」はお送りしていません。

- **扶養解除となる被扶養者の方がいる場合**
  確認の結果、扶養解除となる被扶養者がいる場合は、扶養解除手続きの迅速化のため、日本年金機構へ「被扶養者異動届」を電子申請にてお手続きください。
  なお、電子申請が難しい場合は被扶養者状況リストに同封の「被扶養者調書兼異動届」を協会けんぽへご提出ください。
- **令和7年度の実績**
  被扶養者の解除となった方：約18.8万人
  被扶養者の解除により見込まれる前期高齢者納付金の負担軽減額：約6億円

電子申請・けんぽアプリをご利用ください！



従来「紙」の申請書提出が必要だった各種手続きについて、ご自宅や職場のスマートフォン、パソコンを利用して申請することができる「電子申請サービス」が利用できます！
※パソコンで申請する場合にはICカードリーダライタが必要です。

電子申請について

また、全ての加入者さま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」が開始しています！電子申請サービスへのアクセスのほか、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。この機会にぜひご利用ください！

けんぽアプリについて

令和8年度も残すところあとわずか 健診受診はお済みですか？

協会けんぽでは、加入者の皆さまの健康づくりを支える
ため、年度内に1度の健診費用補助を行っています。
健診がまだお済みでない場合には、「生活習慣病予防健診」
または「人間ドック健診」をぜひご活用ください！



生活習慣病予防健診			人間ドック健診
一般健診 35歳～74歳	**一般健診（若年）** 20歳・25歳・30歳 ※胃がんと大腸がんの検診はありません	**節目健診** 40歳・45歳・50歳・55歳・60歳・65歳・70歳 ※より詳細な健診	**人間ドック健診** 35歳～74歳
自己負担額 **最高5,500円**	自己負担額 **最高2,500円**	自己負担額 **最高8,280円**	※協会補助額 **最高25,000円**

事業所さまには、従業員の皆さまへ健診受診の周知をお願いします。
健診の結果、
- 生活習慣の改善が必要とされた方→保健師等による健康サポート
- 要治療・要精密検査と判定された方→早期の医療機関受診

健康サポートや早期受診へのお声かけ・環境づくりにご協力ください！

健診機関一覧

重要「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、
令和7年度（令和8年1月送付分）で終了いたしました。

これまで従業員さまへの配付にご協力いただきありがとうございました。
今後は、加入者さまご自身で「マイナポータル」から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。また、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。

（※）受診した月の翌々月の11日以降に閲覧ができます。
なお、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。



マイナポータルの医療費情報
こちらを読み取りログインしてください▶

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。

【けんぽクイズ】こたえ：Ⓐ マイナポータルにアクセスして確認する
スマホやパソコンからご自身でご確認をお願いします。e-Taxと連携すれば確定申告（医療費控除）の手続きも簡単にできます。（紙による「医療費のお知らせ」一斉送付は令和7年分をもって終了しました）



タイムリーな情報をお届け♪
スマホやパソコンで
気軽に楽しんでいただける
健康情報を月2回配信中！
健康に関するコラムや
お役立ち情報をお届け！

LINE メルマガ

「もしも」と「いつも」に安心を。
協会けんぽ 全国健康保険協会 岡山支部
086-803-5780（代表）
［受付時間］8:30～17:15（土・日・祝・年末年始を除く）
〒700-8506 岡山市北区本町6-36 第一セントラルビル1号館8階
ホームページ