



令和8年

10

月号

協会けんぽ

岡山

Japan Health Insurance Association OKAYAMA

けんぽクイズ

Kenpo Quiz

Q

問題

健康づくりのために今すぐ
できるのはどっち？

A NEAT (ニート)

B EAT (イート)

こたえは裏面へ

職場内で回覧
してください！

健康保険に関するタイムリーな話題をお届け！

ご家族さまも1年に1度は
健康診断を！（特定健診のご案内）

特定健診とは、生活習慣病の予防を目的とした健診です。

年度内におひとり様につき1回、健診費用の一部を協会けんぽが
補助しています！！生活習慣病の早期発見、健康維持のためにご家族さまにも健診を
受診していただくよう、従業員さまにお声かけをお願いいたします。

対象者

40歳～74歳の被扶養者
(ご家族さま)

自己負担額

0円～1,830円
※岡山県内で受診の場合

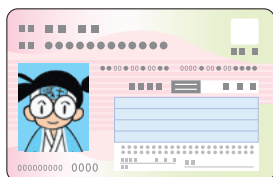
受診方法

今年度も
折り返し！
健診はお済み
ですか？1 受診券
(セット券)を準備2 健診機関を
予約※お住まいの市町村が
実施する「がん検診」を
同時に受診ができる
機関もあります。岡山支部の
健診機関一覧

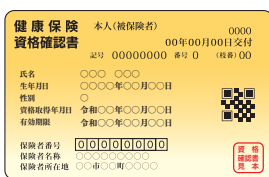
3 健診を受診



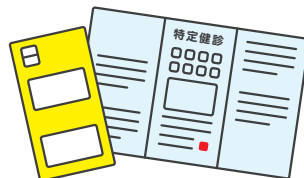
マイナ保険証



資格確認書

どちらか
OR

資格が確認できるもの

ご家族さまの健診は受診券が必要です。
お忘れなく！！

受診券 (セット券)

持ち物

第三者行為による傷病届等について

交通事故や暴力行為などの第三者行為によりケガをした場合の治療費は、相手方（加害者）が負担することが原則ですが、健康保険を使用して治療を受けた場合は、「第三者行為による傷病届」の提出が必要です。

なぜ届出が必要？

健康保険を使用した場合は、相手方（加害者）が支払うべき治療費等を、協会けんぽが一時的に立て替えて支払います。協会けんぽが後日、相手方（加害者）に対して立て替えた治療費等を請求するために、「第三者行為による傷病届」の提出が必要となります。



※工作中・通勤途中にケガをした場合は、労災保険の対象となるため、健康保険は使用できません。労災保険については、労働基準監督署へご相談ください。
※加害者との示談は慎重に！また、示談をする前に必ず協会けんぽへご連絡ください。

第三者行為による傷病届等について
詳しくはこちら



申請書様式・添付書類についてはこちら



はり・きゅう、あん摩・マッサージの施術は健康保険が使えるの？

はり・きゅう、あん摩・マッサージについて、以下の要件をすべて満たす場合のみ「療養費」としてご申請いただけます。健康保険の対象とならない場合は、全額自己負担となりますので、ご注意ください！

はり・きゅうの場合

① 対象となる傷病であること

神経痛・リウマチ・五十肩・頸腕症候群・腰痛症・頸椎捻挫後遺症

② 医師がはり・きゅうの施術について同意していること

医師による適当な治療手段がない場合（医療機関において治療を行い、その結果、治療の効果が現れなかった場合等）に限ります。

※医療機関等との併用での施術は健康保険の対象となりません。



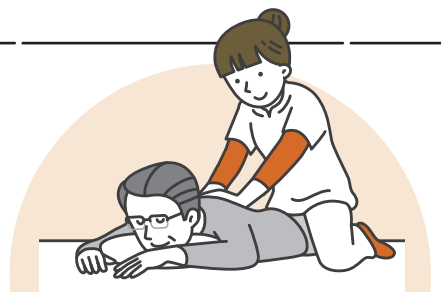
あん摩・マッサージの場合

① 対象となる傷病であること

筋麻痺・関節拘縮等であって医療上マッサージを必要とする症例

② 医師があん摩・マッサージの施術について同意していること

※疲労回復や慰安目的などのマッサージは健康保険の対象となりません。



療養費支給申請書の内容をよく確認し、
委任欄は必ず自分で記入しましょう。

詳しくはこちらから



【けんぽクイズ】こたえ：④ NEAT（ニート）

NEATは日常生活（通勤、家事、歩行）によるカロリー消費、EATは意図的な運動（筋トレやジョギング）によるカロリー消費。手軽に今すぐ座りっぱなしを脱却してNEATで健康づくりを意識してみましょう。



「もしも」と「いつも」に安心を。

全国健康保険協会
岡山支部

☎ 086-803-5780

〔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



LINE



メルマガ



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！
健康に関するコラムや
お役立ち情報をお届け！