



# ほっかいどう

第197号

令和7年

3月号

全国健康保険協会 北海道支部  
協会けんぽ

職場内での回覧・配付にご協力をお願いします！

## 今月号のトピックス

- 令和7年度 北海道支部保険料率のお知らせ
- LINEを活用した健康情報の周知について
- ご存知ですか？リフィル処方せん
- 退職後の健康保険についてのご案内

## 医療を受けるならマイナ保険証！

マイナ保険証には、より良い医療が受けられたり、窓口で限度額以上の支払が不要になったりする等のメリットがあります。具体的なメリットや安全性等についてはリンク先のページをご覧ください。



## 令和7年度 北海道支部保険料率のお知らせ

協会けんぽの保険料率は、都道府県支部ごとの医療費水準等に基づき毎年改定されています。この度令和7年度の北海道支部の保険料率が決定しましたのでお知らせします。

### 健康保険料率 北海道支部

10.21%

令和7年2月（3月納付分）まで



10.31%

令和7年3月（4月納付分）から

### 介護保険料率 全国一律

1.60%

令和7年2月（3月納付分）まで



1.59%

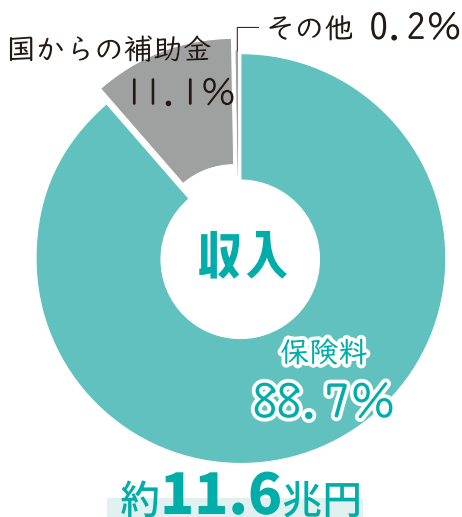
令和7年3月（4月納付分）から

※健康保険料と介護保険料は労使折半となります。

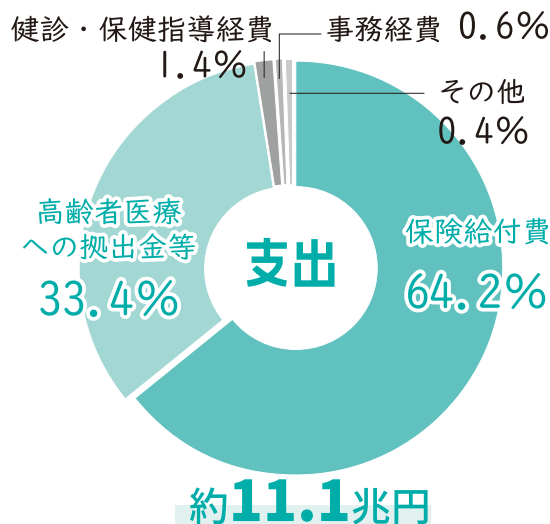
※40歳から64歳までの方（介護保険第2号被保険者）には、健康保険料率に介護保険料率が加わります。

※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7年4月分の保険料率から変更となります。



令和5年度決算からみた  
協会けんぽの財政について



## 今後の見通し

- 医療費の伸びが賃金の伸びを上回るという財政の赤字構造は続いている
- 今後の加入者の保険給付費は一貫して増加傾向となる見込み
- 団塊の世代が後期高齢者になることにより後期高齢者支援金の短期的な急増が見込まれ、その後も中長期的に高い負担額で推移することが見込まれる

協会けんぽは、加入者の健康増進の取組や医療費適正化をさらに推進していきます。

保険料率については、保険財政の持続可能性を確保するため、中長期的な視点から設定しています。

# LINEを活用した健康情報の周知について

協会けんぽ北海道支部では、LINE公式アカウントにて健康づくりに役立つ情報等を配信しています。今回は従業員の皆様への健康情報配信ツールとしてのLINEの活用法を紹介します。

事業主様・労務管理担当者様へ

## 健康情報の社内周知でお困りではありませんか？



- 忙しくて手が回らない
- 専門家が監修した健康情報を探すのが大変だ

左記のようなお悩みをかかえている皆様におすすめしたいのがLINEを活用した健康情報の社内周知です。やり方は以下の2ステップです。

### STEP 1

従業員様のLINEの友だちに北海道支部公式アカウント追加する。



◀ チラシのダウンロードはこちら

協会けんぽ北海道 LINE

🔍 検索



社内掲示・配布用チラシ

### STEP 2

北海道支部から通知が届いたら配信内容を確認する。  
(配信頻度は月に2回程度)



毎月中旬には  
専門家監修の記事を  
配信しています。

### 配信テーマはこちら (一部)

- 令和7年1月 運動
- 令和7年2月 免疫を高める食事
- 令和7年3月 睡眠
- 令和7年4月 健診
- 令和7年5月 5月病 (メンタルを含む)

配信済みのテーマもLINEのリッチメニュー内「季節の健康情報」から見るができます。



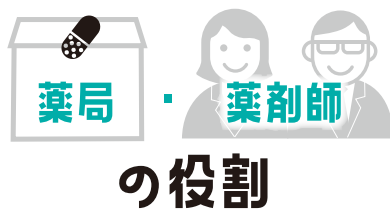
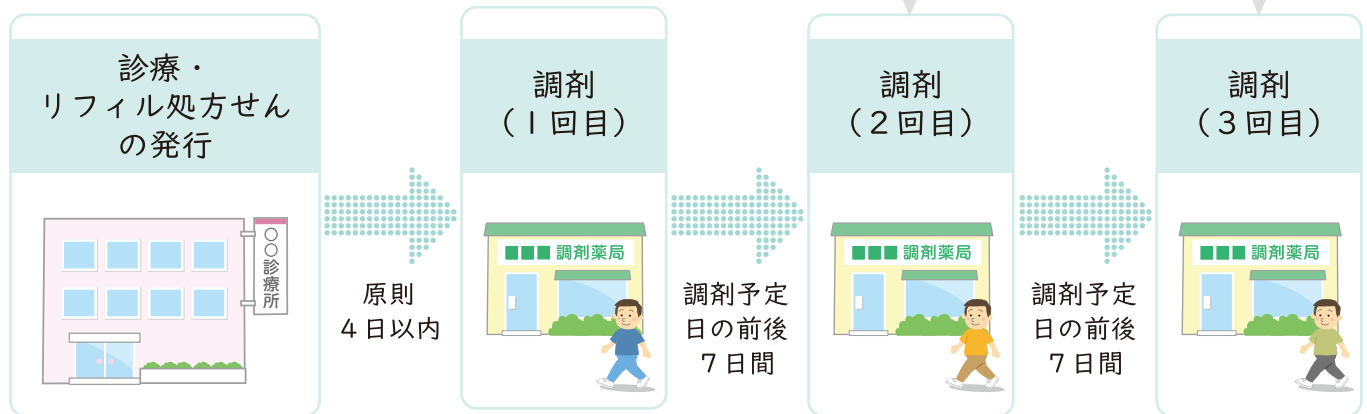
# ご存知ですか？リフィル処方せん

## リフィル処方せんとは？

症状が安定している患者に対して、医師の処方により医師及び薬剤師の適切な連携の下で、一定期間内に、最大3回まで反復利用できる処方せんです。リフィル処方せんの発行ができるかは病状に応じて医師が判断します。リフィル処方せんにすることで通院負担が軽減されるメリットがあります。

## リフィル処方せんによる薬の受取方法

1回目の有効期間は通常の処方せんと同様4日以内です。2回目以降は、診療なしで薬局にて薬を受け取ることができ、薬の受け取り期間は、「調剤予定日（投薬期間を経過する日）の前後7日間」となっています。それぞれ別の薬局での受取りも可能ですが、継続的に服薬状況を管理するためにも、可能な限り同じ薬局をご利用ください。



リフィル処方せんで薬を受け取る時には、薬剤師が患者の体調や服薬状況を確認することになっています。必要に応じて、患者に医療機関への受診を促したり、医師に服薬状況の情報共有を行ったりします。



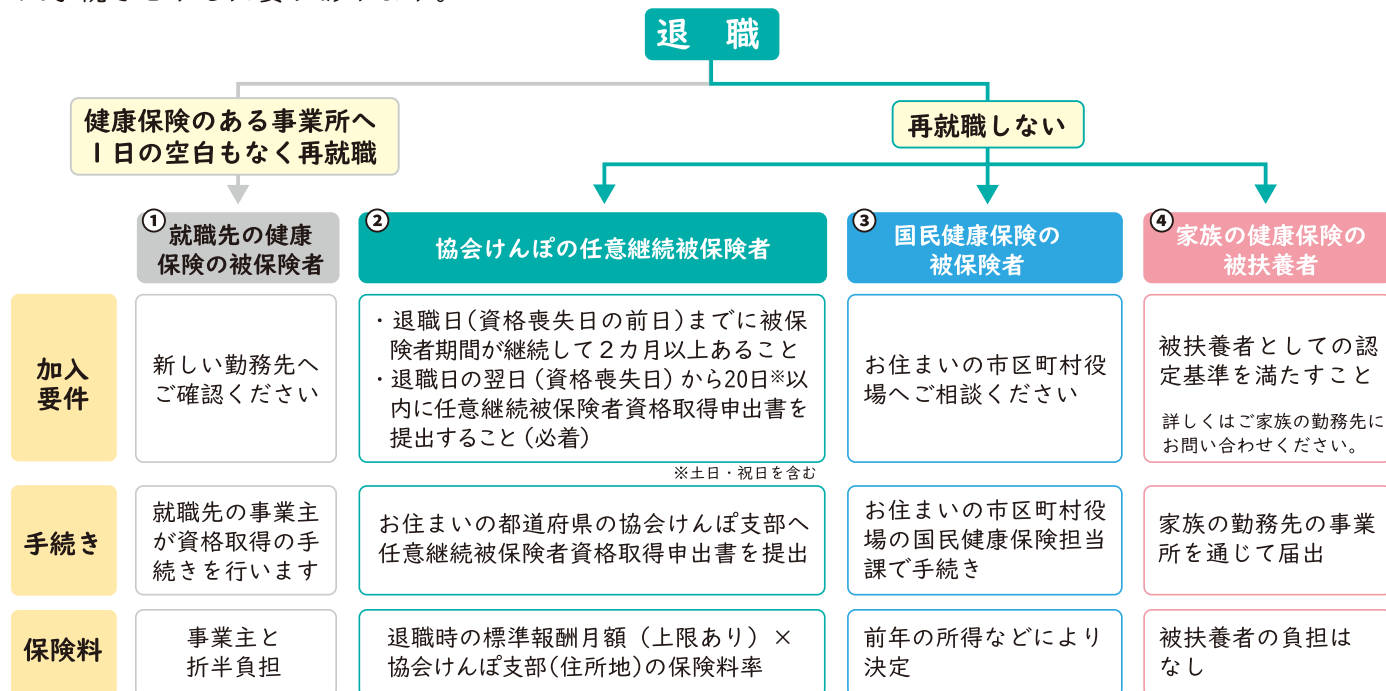
## 留意点

- ✓ 医師が患者の病状等を踏まえて、個別に投与期間を判断します（最大3回まで）
- ✓ 投薬量に限度が定められている医薬品や湿布薬は、リフィル処方ができません。
- ✓ リフィル処方せんによる投薬期間中でも、患者自身が気になる自覚症状や体調の変化がある場合は、医療機関を受診することが重要です。

**リフィル処方を希望する場合、まずは医師に相談しましょう！**

# 退職後の健康保険についてのご案内

74歳までの被保険者様が退職などでその資格を喪失した場合には、引き続き何らかの健康保険制度への加入が義務づけられています。退職後はご自身の状況に応じて、以下のいずれかの健康保険に加入手続きをする必要があります。



**Q** 任意継続の手続きにはどれくらい日数がかかりますか？

**A** 事業主様に任意継続被保険者資格取得申出書の資格喪失証明欄を記入※していただくことで受付後1週間程度で資格情報のお知らせ等を送付できます。記入がない場合は、2～3週間程度時間がかかることがあります。

※退職証明書等のコピーの添付でも可

「資格喪失年月日」は退職日の翌日を記入願います。

任意継続被保険者資格取得申出書のダウンロードはこちら



**Q** マイナ保険証を利用できないのですが、どうすればいいですか？

**A** マイナンバーカードを持っていない等でマイナ保険証を利用できない状況にある方は、資格確認書交付申請書をあわせてご提出願います。

資格確認書交付申請書のダウンロードはこちら



**Q** 国民健康保険に切り替えたいので任意継続健康保険をやめる手続き方法を教えてください。

**A** 任意継続健康保険をやめることを希望する場合、任意継続被保険者資格喪失申出書を提出することで資格を喪失することができます。資格喪失日は、申出が受理された日の属する月の翌月1日となります。

任意継続被保険者資格喪失申出書のダウンロードはこちら



発行元



全国健康保険協会 北海道支部  
協会けんぽ

〒001-8511 札幌市北区北10条西3丁目23-1  
THE PEAK SAPPORO 3階  
TEL (011) 726-0352 FAX (011) 726-0379



健康保険委員の新規申込、交代、事業所の名称・所在地変更などの届出用紙は、北海道支部ホームページに掲載しています。