

加入者・事業主の皆さまへ

協会けんぽ

9²⁰²⁵月号

岩手支部

KYOUKAIKENPO IWATESHIBU

職場の皆さままで回覧をお願いします

令和7年度 被扶養者資格再確認のご協力のお願い

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、健康保険の被扶養者となっている方が、現在もその状況にあるかを確認させていただくため、被扶養者資格の再確認を実施しております。

令和7年度につきましては、被扶養者資格が解除となる可能性の高い対象者に絞って 10 月下旬に「被扶養者状況リスト」をお送りいたします。

被扶養者資格の再確認は、被扶養者の方の現況確認だけではなく、加入者みなさまの保険料負担の軽減につながる大切な確認となりますので、ご理解とご協力をお願いいたします。

令和7年度の予定

確認の対象となる方

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6年中の課税収入額が 130 万円（60 歳以上は 180 万円）の金額を超過している方（18 歳未満の者や直近で認定された者を除く）

※上記に該当する被扶養者がいない場合は、被扶養者状況リストはお送りいたしません。

※被扶養者状況リストの内容に変更がない場合も必ずご提出をお願いいたします。

送付時期

令和7年10月下旬（予定）に送付いたします。

提出期限

令和7年12月12日（金）

扶養解除となる被扶養者の方がある場合

確認の結果、扶養解除となる場合は、被扶養者状況リストと被扶養者異動届を提出します。扶養解除の迅速化のため、被扶養者異動届は電子申請により、日本年金機構へお届けください。なお、電子申請によるお届けが難しい場合は、被扶養者状況リストに同封の被扶養者調査兼異動届を協会けんぽへご提出ください。

令和6年度の実績

- 扶養解除者数 約 6.3 万人
- 高齢者医療制度への負担軽減額（効果額） 約 11 億円

マイナ保険証をお持ちでない方へ「資格確認書」をお送りいたします

令和7年12月2日より、現在お持ちの健康保険証は使用することができなくなります。マイナ保険証をお持ちの方はマイナ保険証を利用して医療機関等を受診していただけますが、**マイナ保険証をお持ちでない方が医療機関を受診する際には資格確認書が必要となります。**今回送付対象となる方には、**申請によらず職権で発行いたします。**

送付対象者

令和6年11月29日までに加入された方（水色の保険証が発行されていた方）のうち、令和7年4月30日時点でマイナ保険証をお持ちでなく、かつ令和7年5月16日時点において加入している方

発送時期

令和7年9月19日・令和7年9月26日
※なお、到着には差出日から2営業日ほどかかる見込みであり、前後する可能性があります。

送付先

被保険者様住所に送付（特定記録郵便）
※被保険者様・被扶養者様の分をまとめて送付

事業主様への
お願い

令和7年7月31日に送付対象者一覧表を送付しておりますが、従業員様の住所に送付した資格確認書が、あてどころ不明等により当協会に返送された場合、返送された方の資格確認書を事業所様に送付いたします。

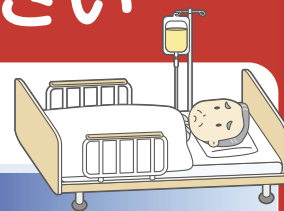
お手数をおかけしますが、従業員様に配付いただきますようお願いいたします。

お問い合わせ先 TEL 019-604-9070（業務グループ）

健診で「要治療」・「要精密検査」と判定されたら

早急に医療機関を受診してください

生活習慣病は自覚症状がないまま徐々に進行するため、治療せずに放置すると、動脈硬化などが急速に進み、**重大な病気**につながります。



重大な病気の発症を防ぐために

協会けんぽでは、健診結果において「**血圧値**」、「**血糖値**」、「**LDL（悪玉）コレステロール値**」が高く、「要治療」・「要精密検査」と判定されながら**医療機関の受診が確認できない方**に対し、**文書や電話による案内**を行っております。

※岩手支部では医療機関への受診勧奨を外部委託機関により実施しています。



▲詳しくはこちら

事業主の皆様へのお願い



「要治療」・「要精密検査」となった方には、**早めの受診を勧めていただく**とともに、受診のための**時間の確保等**のご配慮をお願いいたします。また、事業所様へ外部委託機関から電話があった場合は、ご本人様にお取次ぎいただきますようお願いいたします。
(令和7年度委託先：株式会社 エム・エイチ・アイ)



お問い合わせ先 TEL 019-604-9089 (保健グループ)

岩手県からのお知らせ

ちょっとした改善、いますぐ実行！ こまめな運動で健康な身体づくり

身体活動・運動の量が多い人は、少ない人と比較して、2型糖尿病や循環器疾患、がんなどの生活習慣病の発症・死亡リスクが低いことが報告されています。

運動は「無理なく少しずつ」が大切です。まずは生活の中で座りっぱなしの時間を減らして、今よりも少し身体活動を増やしましょう！

いつもの生活にプラスして…

- 家事を積極的に行う
- 物を取る時に一度立ち上がる
- 歯磨き中や調理の時にかかとの上げ下げを行う
- 仕事の合間にストレッチをする
- 通勤や買い物の際、1つ前のバス停で降りて目的地まで歩く
- 休みの日に家族や友人と外出を楽しむ
- エレベーターをやめて、階段を使う
- 歩く時に、スピードを速めたり、歩幅を広くする 等

生活習慣病の予防の観点から見た、1日の目標歩行数は、8,000歩です。10分歩けば1,000歩歩けますので、時間をみつけて歩きましょう！

身体活動の強さ	生活活動の例
強	階段を上る（速く） 重い荷物の運搬 雪かき 畑仕事 こどもと遊ぶ 早歩き 自転車に乗る
	階段をゆっくり上る 風呂掃除、草むしり 掃除機をかける 洗濯を干す 普通歩行、犬の散歩 座って安静
弱	

お問い合わせ先 TEL 019-629-5468 (岩手県保健福祉部健康国保課)

「いわて健康情報ポータルサイト」で、各地域のお散歩マップも掲載しています！



ホームページでも読めます！

毎月お届けする広報紙を
ホームページで掲載中です

PDFデータにより掲載しておりますので、**事業所内での閲覧**にご活用ください。



お問い合わせはこちらまで

<https://www.kyoukaikenpo.or.jp/>



全国健康保険協会 岩手支部
協会けんぽ

〒020-8508 盛岡市中央通 1-7-25
朝日生命盛岡中央通ビル 2 階
(代表) 019-604-9009

※このお知らせは保険料納入告知書に同封しているため、協会けんぽに加入されていない事業所様にも送付されています。該当しない事業所様には大変ご迷惑をお掛けいたしますが、何卒ご理解をお願いいたします。なお、お問い合わせは協会けんぽ岩手支部までお願いいたします。