

令和7年

11月号

協会けんぽ

高知支部からのお知らせ

職場の皆さままで回覧をお願いします

バックナンバーは
こちらから



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、健康保険の被扶養者の方の扶養資格と扶養状況の再確認を実施しています。皆様には毎年度事業にご対応いただき、ありがとうございます。今年度も期限までのご提出をお願いいたします。

提出期限

令和7年12月12日(金曜日)

令和7年度
被扶養者資格
再確認について
詳しくはこちら



令和8年1月から電子申請がスタートします!

令和8年1月からオンラインで各種給付金の申請ができる電子申請がスタートします。電子申請は郵送に係る手間がないことや、申請後の処理状況がオンラインで確認できること等、メリットがたくさん!ぜひご利用ください。

電子申請
について
詳しくはこちら



保険証はマイナ保険証へ

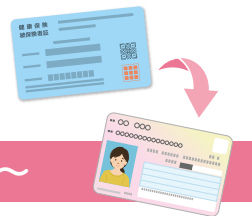
～令和7年12月2日からの保険証の取り扱いについて～

昨年の12月より現行の保険証の発行を停止し、「マイナ保険証」を基本とする仕組みに移行しているところですが、令和7年12月2日より、現行の保険証が使用できなくなります。

これからは、マイナンバーカードを医療機関にご提示いただくことで、「マイナ保険証」として使用いただくことができます。

マイナンバーカードとの紐づけ方法・医療機関でのご使用方法は、ホームページをご確認ください。

マイナ保険証
について
詳しくはこちら



血圧・血糖が高めの方は“早めの受診”がカギ

生活習慣病予防健診の受診当日に、「血圧」と「血糖」が高めと判定された方には、早めの**医療機関の受診**をおすすめします。**医療機関への受診や再検査**によって、病気の発症や重症化を防ぐ効果が期待でき、将来的な医療費の削減にもつながります。

対象の方へ健診機関から医療機関の受診のご案内があったら、**1か月以内の受診**をご検討いただくよう、お声掛けをお願いします。



受診の目安となる検査値

検査項目		基準値
血圧	収縮期血圧(上の血圧)	160mmHg以上
	拡張期血圧(下の血圧)	100mmHg以上
血糖	空腹時血糖	126mg/dL以上
	HbA1c	6.5%以上

正常血圧と比べて、
脳出血や脳梗塞の発症リスクが
約5倍※

※ 標準的な健診・保健指導プログラム(令和6年度版)

高知支部では、
血糖リスク保有者の割合が
全国47位※
→ 糖尿病発症の恐れ

※ 2024年度支部別スコアインレポート

以下の機関では、健診時の血圧・血糖が高い方に医療機関への受診をご案内しています

愛宕病院	三愛病院
クリニック グリーンハウス	JA高知病院 JA高知健診センター
高知検診クリニック	須崎くろしお病院
高知県総合保健協会	細木病院
高知厚生病院	森下病院
高知西病院	50音順

医療機関の受診が確認できない場合は、健診から約6か月後に、ご自宅へ医療機関の受診をお勧めするご案内をお送りします。**必ずご確認ください。**



静かに進行している

糖尿病

20歳から10kg以上体重が増加した人は、そうでない人に比べて、2.2倍糖尿病を発症しているという結果が出ています。

(野口緑ら 大阪大学大学院医学系研究科公衆衛生学 2023年 日本肥満学会で発表)

- 糖尿病発症の予防には、適正体重を維持することが大切です。
- 体重計にのり、自身の体重を把握しましょう。

特設サイトは
こちら



全国健康保険協会 高知支部
協会けんぽ

〒780-8501
高知市本町 4-1-24 高知電気ビル新館 2 階
☎ 088-820-6010 (代表)