



けんぽだより

■生活習慣病予防健診で年に一度の健康チェック!

一般健診

対象:35歳~74歳の被保険者(ご本人)

自己負担額
最高 5,282円

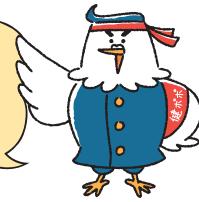
協会けんぽの生活習慣病予防健診

血圧測定 血液検査 尿検査
心電図検査 胸部レントゲン検査
腹部レントゲン検査 便潜血反応検査

メタボリックシンドロームとともに
5大がん 肺 胃 大腸
子宮 乳房 までカバー!

※子宮頸がん検診・乳がん検診は、別途自己負担が必要です。

生活習慣病予防健診は、
健診費用が安い+
検査項目が充実した
おトクな健診だボ!



生活習慣病予防健診の3つのメリット

- 労働安全衛生法で定められている「定期健康診断」として利用できる
- 健診費用の約7割を協会けんぽが補助
- 「がん検診」もセットで充実

付加健診

一般健診に追加できる健診
(単独受診はできません)

最高 2,689円

令和6年4月より、付加健診の対象年齢について、現行の**40歳・50歳**に加え、**45歳・55歳・60歳・65歳・70歳**も対象になります。

※付加健診とは…節目の年齢において、肝臓・胆のう・腎臓などの腹部の臓器の様子を調べるために腹部超音波検査や、高血圧・動脈硬化などを見つける手がかりとなる眼底検査といった、より詳細な健診です。

毎年、3月下旬に「生活習慣病予防健診のご案内」を送付しています！ 詳しくは[こちら](#)



健診結果の放置は**危険！** 健診は受けたあの行動こそが大切です！

健診

異常なし

引き続き、健康づくりと
年に一度の健診を！

健診で健康状態をチェック

年に一度は必ず健診を受けて、健康状態をチェックしましょう。毎年の健診結果を見比べて、「前回と比べて変化が大きかった」「からだの変化を感じる」などがあれば、生活習慣の改善のはじめどきです。

生活習慣の改善が必要

健康サポート(特定保健指導)を利用して、
生活習慣を改善！

健康サポート(特定保健指導)とは？

40歳~74歳までの方で、健診の結果から**生活習慣病リスクが高い方**を対象に、保健師や管理栄養士などの専門家が、**一人ひとりにフィットした生活習慣の改善をサポート**するものです。

※健康サポートが受けられるよう、
おひとり20分~30分程度の時間確保に
ご協力をお願いします。

医療機関への受診が必要

すでに治療が必要な可能性があります。
医療機関への早期受診を！

未治療者への受診勧奨

協会けんぽでは、健診の結果、**血圧値・血糖値・LDL(悪玉)コレステロール値**が「要治療」「要精密検査」と判定された方のうち、医療機関への受診が確認できない方へ、受診をおすすめするご案内をお送りしています。

※令和6年10月より、被扶養者(ご家族)にも医療機関への受診勧奨通知をお送りします。

令和6年度の
保険料率が
決定しました

健康保険料率・介護保険料率は、令和6年3月分(4月納付分)から変更となります。

健康保険料率

現行 9.81%

令和6年3月分から 9.94%

介護保険料率

現行 1.82%

令和6年3月分から 1.60%

任意継続される方の
保険料額も確認できます！

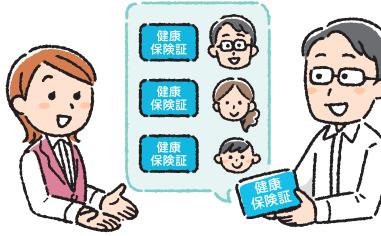
令和6年度
保険料額表は
こちら▶



※40歳~64歳までの方(介護保険第2号被保険者)は健康保険料率と介護保険料率を合わせた率となります。

引き続き、協会けんぽでは、皆さまの健康を守り続けるため健康づくり事業を推進していきます。

資格喪失後の健康保険証回収は、ご家族の分もお忘れなく



！健康保険証を事業所で持ったままの場合

回収した健康保険証を返却せず、事業所で持ったままにしていると、ご本人様に返納催告を行います。回収後はすみやかにご返却ください！



- 協会けんぽより、事業主様にご本人様の連絡先を確認させていただく場合がありますので、その際はご協力をお願いします。

- 紛失等により回収できない場合は、「回収不能届」を添付してください。

健康保険証回収(返却)のご案内チラシを協会けんぽのホームページに掲載しています！

外国人従業員様のために7ヵ国語翻訳版もありますので、ご活用ください。

スマホの方は
こちら



三重支部のHP ► 広報 ► 【事業所担当者様へ】外国人の方への保険証回収や返納金等のリーフレットを作成しました！(7ヵ国語に対応)

退職(資格喪失)後に協会けんぽの健康保険証を使ったらどうなるの？

医療費を返納していただくことになります！

資格喪失後に古い健康保険証を使用すると「資格喪失後の無資格受診」となり、後日ご本人様から医療費(協会けんぽ負担分。総医療費の7割～8割)を返納していただくことになります。

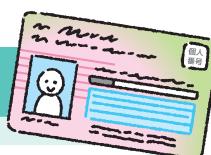


返納金額が数百万円となるケースも。
返納に応じていただけない場合は、法的手続きをとらせていただくことがあります。

お問い合わせ先 レセプトグループ 059-225-3316

2024年12月2日に
保険証は廃止されます

今から使おう！マイナ保険証



マイナンバーカードで受診するメリット

安心

よりよい医療が受けられる！

- 特定健診や診療の情報を医師と共有でき、重複検査を防ぎ、自身の健康・医療データに基づくより適切な医療を受けられます。
※本人の同意なく情報が共有されることはありません。
- 薬の情報も医師・薬剤師と共有でき、重複投薬や禁忌薬剤投与のリスクも減少します。
※本人の同意なく情報が共有されることはありません。
- 旅行先や災害時に受診する際も、薬の情報等が連携されます。

便利

各種手続きも便利・簡単に！

- マイナポータルで医療費通知情報を入手でき、医療費控除の確定申告が簡単にできます。
- 医療費が高額な場合に申請する「限度額適用認定証」が不要になります。
- 就職や転職後の保険証の切り替え・更新が不要。
※新しい保険者による登録手続きが必要です。
- 高齢受給者証の持参も必要なくなります。

マイナ保険証のメリットの詳細は、右の二次元コードからご確認ください。
厚生労働省HP【マイナンバーカードの保険証利用でみんなにいいことたくさん!!】

