けんぽだより

全国健康保険協会 三重支部
協会けんぽ
無料 LINEの友だち追加はここから≫≫

令和8年 1月号

職場内で回覧をお願いいたします 回覧チェック欄 事業主様 ☑ 健保ご担当 ☑ 全従業員様 ☑ 回覧が完了したら✔

どうすればいい？ 退職した後の健康保険

退職等で健康保険の資格を喪失したら…
3つのなかから選んでご自身でお手続きを！

	1 国民健康保険	2 協会けんぽ任意継続	3 ご家族の健康保険（被扶養者）
手続き先	お住まいの市区町村	お住まいの都道府県の協会けんぽ支部	ご家族のお勤め先
保険料	前年度の所得や家族構成により決定 ※離職理由などにより保険料が減免されることがあります	在職時の約2倍（上限あり） ※上限金額は毎年見直され変更することがあります	負担なし
	必ず双方の保険料を比較してください		
加入要件	お住まいの市区町村へご相談ください	下記をご確認ください	ご家族が加入されている健康保険の扶養認定条件を満たす必要があります

●任意継続の加入要件

退職日（資格喪失日の前日）までに**継続して2ヵ月以上の被保険者期間**があること

＋

退職日の翌日（資格喪失日）から**20日以内（必着）**に「任意継続被保険者資格取得申出書」を提出すること（20日目が土日祝日の場合は翌営業日まで）

マイナ保険証をお持ちでない方は＋「資格確認書交付申請書」の提出も必要です。

●申出書の申請方法

オススメ **電子申請** マイナンバーカードが必要です

便利
- 時間・費用の削減！
- 申請後の処理状況がオンラインで確認できる！
- システムチェックで記載漏れ防止！

安心

申請方法は同封のリーフレットをご確認ください

または

郵送 電子申請が利用できない方

ご印刷はこちらから

お住まいの都道府県の協会けんぽ支部へ

マイナ保険証で！

「医療費のお知らせ」と同等の情報を「マイナポータル」でいつでも確認できる

メリットいっぱい！

さらに マイナポータルからe-Taxに連携することで医療費控除の申請手続きが簡単

または

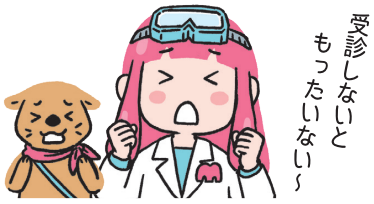
マイナ保険証をお持ちでない方は **資格確認書で！**

「資格確認書交付申請書」のダウンロードはこちらから

医療機関等の受診方法

ぜひこの機会にマイナ保険証への切り替えを！

健康診断



受けないなんてもったいない！

令和８年度から**被保険者様向け**健診の仕組みが**大きく**変わります！

NEW! 1 人間ドック健診の補助が始まります！（対象健診機関のみ）

協会けんぽ
補助対象の健診の中で、
検査項目最多！

35歳以上の被保険者様を対象に、協会けんぽから
人間ドックの補助（最高 25,000円）を行います。

人間ドック健診

\NEW!/

自己負担額は健診機関で設定
（協会けんぽ補助額 最高 25,000円）

〈検査内容〉

眼圧・血液の詳しい検査等
＋オプション項目（前立腺がん・乳腺エコー等あり）

＋

一般健診＋節目健診の検査項目
（生活習慣病予防健診と同内容）

生活習慣病予防健診

一般健診 自己負担上限額 **5,500円**
節目健診 自己負担上限額 **8,280円**
（健診単価の引き上げ等により、自己負担額が変更となります。）

〈検査内容〉

節目健診
（40～70歳で5歳ごとの節目の年齢にあたる方が対象）
腹部超音波、眼底検査などを加えた
より詳細な健診

一般健診
定期健康診断項目を含め、
がん検診（肺、胃、大腸）も実施

生活習慣病予防健診もさらに充実！

NEW! 2 20歳、25歳、30歳の被保険者様にも健診の補助が始まります！

従来の生活習慣病予防健診〈一般健診〉の補助を、20歳・25歳・30歳の被保険者様にも拡大します。
（胃・大腸がん検診を除いた内容）

NEW! 3 40歳以上の偶数年齢の女性を対象に、骨粗鬆症検診の補助が始まります！（生活習慣病予防健診とセットで受診時）

令和8年度の生活習慣病予防健診・人間ドックのご案内は**3月下旬**に送付します