

令和2年度版

協会けんぽの

知っトク!ガイドブック



も く じ

協会けんぽ編

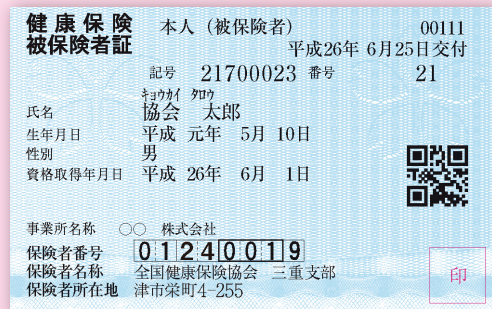
- 協会けんぽ.....1
- 都道府県支部ごとの保険料率.....1
- インセンティブ制度.....2

職場の健康づくり編

- 生活習慣病予防健診.....3・4
- 特定保健指導.....5・6・7
- 健康診断後の確認と対策.....8
- 特定健康診査.....9
- 健康事業所宣言.....10

事務手続き編

- 健康保険給付一覧.....11・12
- 保険証の交付・回収.....13
- 申請書の印刷・作成.....14
- 協会けんぽのお問い合わせ先.....14
- 申請先のご案内.....15



こちらの保険証をお持ちの方は
協会けんぽの加入者です

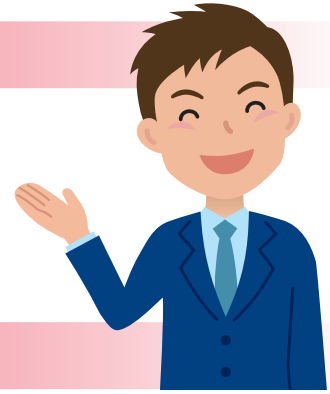


全国健康保険協会 三重支部
協会けんぽ



協会けんぽ

協会けんぽは、平成20年10月1日、従来の国（社会保険庁）が運営していた政府管掌健康保険に代わり健康保険を運営するため設立しました。協会けんぽでは、都道府県ごとに支部があり、支部ごとに保険料率が異なり、また、健診・保健指導など地域の実情に応じたサービスを実施しています。



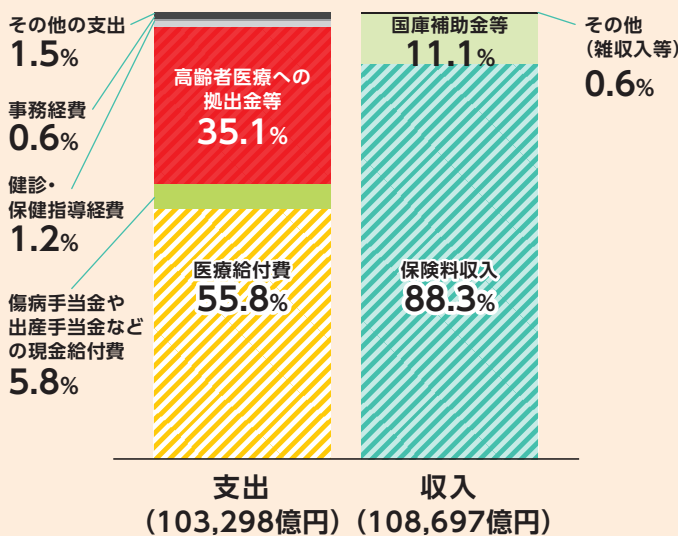
都道府県支部ごとの保険料率

健康保険の保険料率は、都道府県ごとに地域の加入者の皆さまの医療費に基づいて算出されています。このため、疾病の予防などの取り組みにより都道府県の医療費が下がれば、その分、都道府県の保険料率も下がることになります。

Q 保険料は何に使われているのですか？

A 加入者の皆さまの医療費等が約6割、高齢者の医療費を支えるための拠出金等が約4割です。

協会けんぽの収支内訳 [令和元年度決算(医療分)]



被保険者一人当たり*

[保険料の負担]

年間 **38.7万円**

※その他国庫補助金(税金)による収入約5.1万円



[医療費等の支出]

年間 **約40.2万円**

[内訳]

医療費等: 25.4万円

高齢者医療への拠出金: 14.8万円

※平成30年度決算(医療分)

皆さまの保険料1万円当たりの使い道



加入者の皆さまが病院等を受診した時の医療費
約 **5,580円**



加入者の皆さまが病気で職場を休んだ際の手当金や出産した時の給付金
約 **580円**



加入者の皆さまの健診費
保健指導費
約 **120円**



高齢者の方々が病院等を受診した時の医療費(拠出金)
約 **3,510円**



協会けんぽの事務経費等
約 **210円**

インセンティブ制度で、加入者の皆さまの取り組みが 保険料率に反映します

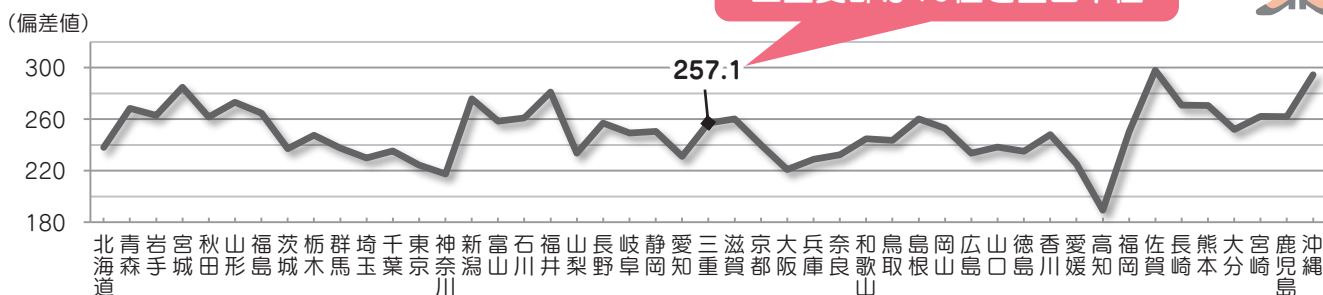
インセンティブ制度とは、協会けんぽの加入者及び事業主の皆さまの取り組みに応じてインセンティブ(報奨金)を付与し、ご負担いただいている都道府県支部ごとの保険料率に反映させる制度です。

加入者及び事業主の皆さまに取り組んでいただきたいことは、健診・保健指導など5つで、この取り組みが医療費の適正化につながります。



平成30年度の支部ごとの実績

三重支部は19位と全国中位



保険料率引き下げのカギを握る5つの評価指標

..... 事業主・担当者の方へ

1 特定健診等の受診率 UP

協会けんぽの生活習慣病予防健診(被保険者の方)、特定健診(被扶養者の方)を受診してください。

2 特定保健指導の実施率 UP

健診結果で生活改善が必要と判定された方*は、協会けんぽの特定保健指導をご利用ください。

*腹囲: 男性85cm以上、女性90cm以上、収縮期血圧: 130mmHg以上、空腹時血糖値: 100mg/dl以上など。詳細はホームページをご覧ください。

3 特定保健指導対象者の減少率 UP

特定保健指導の対象とならないよう、日常から健康的な生活習慣に取り組んでください。

特定保健指導を受けた方は、プログラムに最後まで取り組むとともに、必要に応じて医療機関を受診してください。

4 受診勧奨を受けた要治療者の医療機関受診率 UP

生活習慣病予防健診の結果、血圧または血糖値の項目で「要治療者(再検査含む)」の判定を受けた方は、協会けんぽから受診勧奨のご案内を送付しますので、必ず医療機関を受診してください。

5 ジェネリック医薬品の使用率 UP

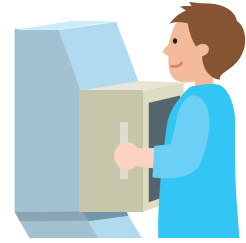
お薬を受け取る際は積極的に後発医薬品(ジェネリック医薬品)をご選択ください。

協会けんぽも全力でサポートさせていただきますので、一緒に取り組んでいきましょう。





「病気を見つける健診」から「予防のための健診」へ 被保険者が受ける生活習慣病予防健診



生活習慣病予防健診とは？

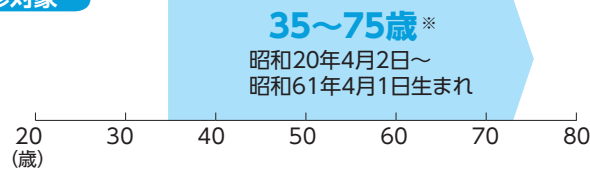
生活習慣病予防健診とは、生活習慣病の予防を目的に血液検査やレントゲン検査など、被保険者(加入者ご本人)が受けることのできる健康診断です。年度内1回に限り、健診費用の補助を受けることができます。

どんな検査が受けられる？(健診内容)

■一般健診 **単独での受診可能**

- 診察等 ●問診 ●身体計測
- 血圧測定 ●尿検査
- 便潜血反応検査
- 血液検査 ●心電図検査
- 胸部レントゲン検査
- 胃部レントゲン検査
- 眼底検査(医師の判断により実施)

受診対象



※今年度で75歳を迎える方は、誕生日の前日までに受診を終えていただく必要があります。

自己負担額 最高 7,169円 (眼底検査を受診した場合、最高79円追加)

■子宮頸がん検診 **単独での受診可能**

- 問診
- 細胞診

※自己採取による検査は実施していません。

受診対象



※令和2年度(2020年4月～2021年3月)を迎える誕生日で、偶数年齢になる女性

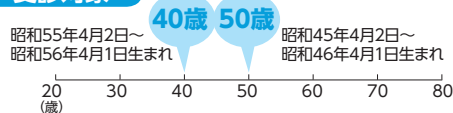
自己負担額 最高 1,039円

一般健診に追加できる健診 **単独での受診不可**

■付加健診

- 尿沈渣顕微鏡検査 ●眼底検査
- 血液学的検査(血小板数、末梢血液像)
- 生化学的検査(総蛋白、アルブミン、総ビリルビン、アミラーゼ、LDH)
- 肺機能検査 ●腹部超音波検査

受診対象



自己負担額 最高 4,802円

■肝炎ウイルス検査

- HCV抗体検査 ●HBs抗原検査

受診対象

一般健診を受診される方

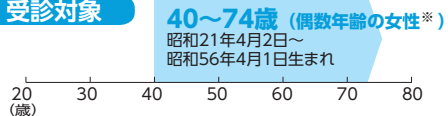
※過去にC型肝炎ウイルス検査を受診された方は受診できません。

自己負担額 最高 624円

■乳がん検診

- 問診 ●乳房エックス線検査
- 視診・触診(医師の判断により実施)

受診対象



※令和2年度(2020年4月～2021年3月)を迎える誕生日で、偶数年齢になる女性

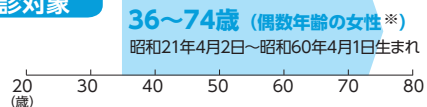
自己負担額 50歳以上 …… 最高 1,086円
40歳～48歳… 最高 1,686円

■子宮頸がん検診

- 問診 ●細胞診

※自己採取による検査は実施していません。

受診対象



※令和2年度(2020年4月～2021年3月)を迎える誕生日で、偶数年齢になる女性。36歳・38歳の方は子宮頸がん検診の単独受診も可能です。

自己負担額 最高 1,039円

毎年の定期健診には 充実した内容の生活習慣病予防健診を!

どれも
予防、早期発見、
早期治療が
重要です。



40歳から74歳の死亡原因（自殺を除く）

- | | | |
|----|-----|----------|
| 1位 | がん→ | 死亡数が多いがん |
| 2位 | 心疾患 | 1位 肺がん |
| 3位 | 老衰 | 2位 大腸がん |
| | | 3位 胃がん |

人口動態統計(2018)より作成

いつもの健診
(定期健診)だけでは
心配...



そこでおすすめ
「がんもわかる検査」を含んで安心!
生活習慣病予防健診

対象: 35歳~74歳の被保険者

検査項目			費用
胸部レントゲン 労働安全衛生法の 定期健診項目に 含まれています。	胃部レントゲン 食道や胃、 十二指腸の状態を 調べます。	便潜血反応検査 大腸の 出血の有無を 調べます。	約7,000円 通常約18,000円が 協会けんぽの補助で 約60%オフ



定期健診の代わりになるうえに、
“3大がん”もカバーの充実した検査内容!
それなのに費用は**7,000円程度**で済みます!!

今年はこれに
決まりだな!



※対象年齢の場合、乳がん検診・子宮頸がん検診も受けられます(費用は別途必要、補助あり)。

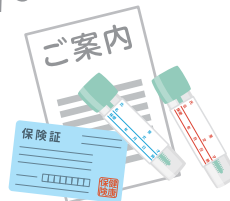
受診までの手続きは?

- 1 受診を希望する
健診機関に予約する
- 2 健診を受ける

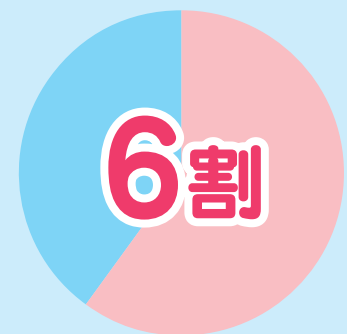
受診当日は、保険証を必ず持参してください。
また、健診機関からの案内や検便の検査容器
などがある場合は、そちらも忘れずに。



協会けんぽの生活習慣病予防健診の予約を行いたいのですが、受診希望日は〇月〇日です。



対象者の6割以上の方が生活習慣病予防健診を利用しています!



定期健診→協会けんぽへの健診
結果の提供が必要
生活習慣病予防健診→不要

健診機関を調べるには...

受診できる健診機関は、協会けんぽのホームページから調べられます。

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

協会けんぽ

検索

※協会けんぽの支部(連絡先)も掲載されています。





健康のプロがサポートします 健診後は特定保健指導を受けましょう

無料



特定保健指導とは？

健診結果をもとに生活習慣病の発症リスクに応じて、保健師や管理栄養士が「注意すべき点」や「生活習慣の改善」のための食事管理・体重コントロール等を無料でサポートします。

40歳以上の被保険者(加入者ご本人)が、健診を受けて対象(P.6をご覧ください)となれば、皆さま無料でご利用できます。

！ 特定保健指導を受けるメリット

休職者発生リスクの軽減

特定保健指導(積極的支援)の対象となったにもかかわらず、特定保健指導を受けなかった方の12.4%、およそ8人に1人の方が、その後3年以内に疾病により入院に至っているという調査結果が出ています。

特定保健指導を受けていただくことで、このようなリスクを軽減し、休職者の発生を抑制することで、生産性の向上が期待できます。

特定保健指導を受けるには？

健診当日は健康意識が高まる時です。この機会にぜひ特定保健指導を受けましょう！



A 健診を受診した当日に受ける

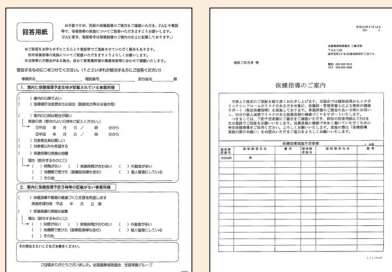
健診当日にそのまま特定保健指導を受けることができる健診機関があります。特定保健指導は当日実施が便利です。ぜひご利用ください。

B 健診の受診後に受ける

健診結果をもとに協会けんぽまたは委託事業者から特定保健指導のご案内が事業所へ届きます。

訪問の日程調整を行います。

事業所へ訪問し、保健師または管理栄養士が保健指導を行います。



※会議室など、プライバシーを守る場所の提供をお願いします。
※事業所での実施以外にも、協会けんぽ三重支部事務所内でも受けることができます。

■ 特定保健指導制度

保険者に対して、「高齢者の医療の確保に関する法律」に基づき、内臓脂肪の蓄積に起因した生活習慣病に関する健康診査及び結果により、健康の保持に努める必要がある者に対する保健指導(特定保健指導)の実施が義務づけられています。

■ 労働安全衛生法第66条の7第1項

一般健康診断の結果、特に健康の保持に努める必要があると認める労働者に対して、医師または保健師による保健指導を受けさせるよう努める。

特定保健指導の対象になる方は？

保有するリスクの程度に応じて、「積極的支援」「動機づけ支援」に分類されます。（65歳以上の方は「動機づけ支援」になります。）

高血圧症、脂質異常症または糖尿病の治療で服薬中の方については、特定保健指導の対象とはなりません。

健診結果からの特定保健指導対象チェック表

STEP
1

腹囲とBMIで内臓脂肪蓄積のリスクを判定

A

腹囲
男性85cm以上
女性90cm以上

B

腹囲は、**A** に該当
しないがBMIは
25以上

A B いずれにも
該当しない

対象外

STEP
2

健診結果と喫煙歴からリスクを追加

- ① 血糖：空腹時血糖100mg/dl以上またはHbA1c(NGSP)5.6%以上
- ② 脂質：中性脂肪150mg/dl以上またはHDLコレステロール40mg/dl未満
- ③ 血圧：収縮期血圧130mmHg以上または拡張期血圧85mmHg以上
- ④ 喫煙歴：①～③のリスクが1つでもある場合にリスクとして追加します

動機づけ支援

- ステップ1が**A**で、
ステップ2のリスクが1個
- ステップ1が**B**で、
ステップ2のリスクが1～2個

積極的支援

- ステップ1が**A**で、
ステップ2のリスクが2個以上
- ステップ1が**B**で、
ステップ2のリスクが3個以上

情報提供

- ステップ1が**A**または**B**で、
ステップ2のリスクが0個

サポート内容

危険度高
積極的
支援

危険度中
動機づけ
支援

初回面談

現在の生活習慣を見直し、改善に向けて無理なく継続できる目標と行動計画を立てます。
例) 食事：お菓子を半分にする
運動：ひと駅分歩いて帰宅する

継続的な支援

目標・行動計画の実行状況の確認や見直しを行い、継続的に支援します。

各自で生活習慣
改善に取り組む

行動計画の 実績評価

初回面談から3か月経過後（積極的支援の場合は3か月以上の継続的な支援終了後）に目標・行動計画の達成度を確認し、今後も継続できるよう支援します。

保健師、管理栄養士が
サポートします。

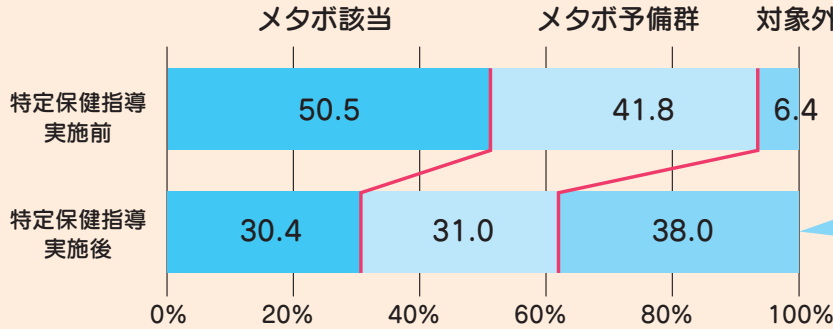
ご自身の生活習慣を
振り返り、
生活習慣の改善ができるよう
お手伝いします。

保健師・管理栄養士



メタボ該当者・予備群が特定保健指導を受けたところ 翌年の健診で約30%が脱メタボ(対象外)になりました。

〈特定保健指導によるメタボリックシンドローム改善効果〉



資料:厚生労働省「平成27年特定健診・保健指導の医療費適正化効果等の検証のためのワーキンググループ」

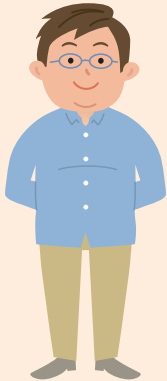
脱メタボ
成功者!



脱メタボすることで生活習慣病になるリスクが減らせます!! 特定保健指導(積極的支援)の実施後(50~54歳男性の例)

【実施前】

腹囲:91.2cm
 体重:75.1kg
 血糖(HbA1c):5.31%
 血圧:131/83mmHg
 脂質(中性脂肪):191.3mg/dl



危険度 **高**

改善

最近体調が
いいです。

【実施後】

腹囲:88.9cm(▲2.3cm)
 体重:73.2kg(▲1.9kg)
 血糖(HbA1c):5.27%
 血圧:129/82mmHg
 脂質(中性脂肪):164.0mg/dl



危険度 **中**

生活習慣を改善することで、労働力を失うリスクを減らせます!

数字で見る 病気のリスク



入院
35.5日

脳梗塞を発症したときの平均入院日数。また、その総医療費は112万円。*1

通院
156日

人工透析の治療を開始したときの1年間の通院日数。また、その総医療費は年間540万円。*1

労働損失
50.5日

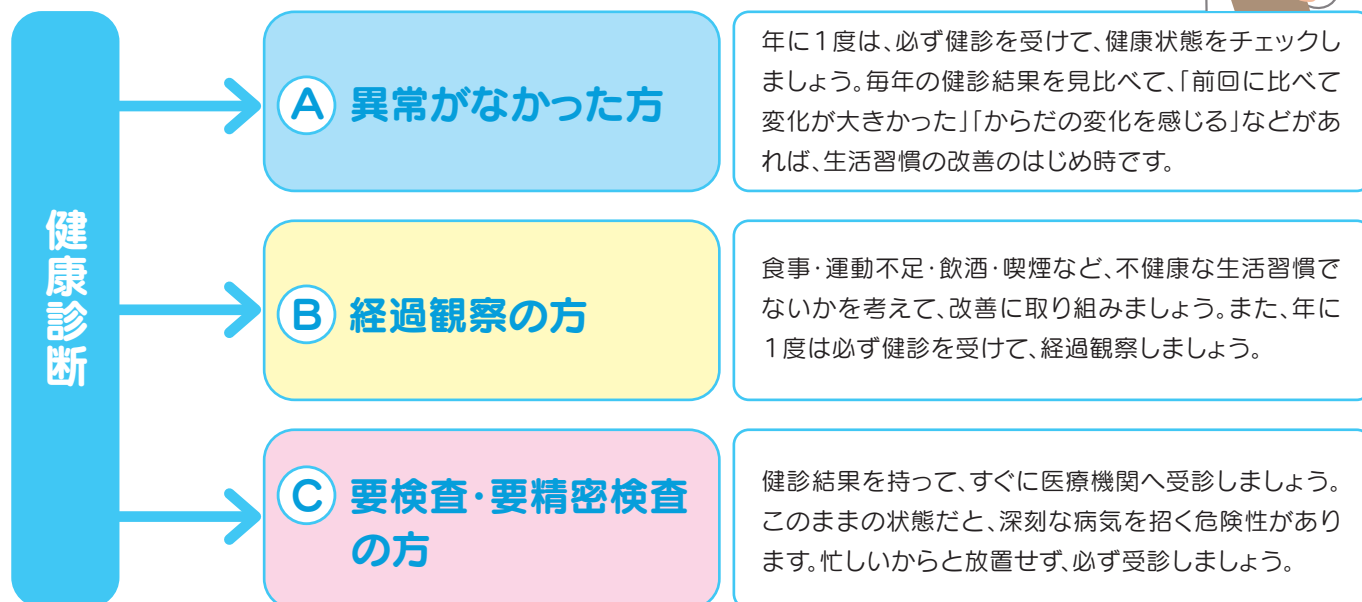
労働災害の死傷者1人平均の労働損失日数。なお、協会けんぽ三重支部加入で一番多い業種である製造業は85.7日。*2

*1 資料:平成24年東京都保険者協議会医療費分析部会「医療費の分析とその活用」

*2 資料:厚生労働省「平成30年労働災害動向調査」

健康診断後の確認とその後の対策が重要です！

健康診断の結果、異常の所見があると診断された労働者については、医師等から就業上の措置についての意見聴取をすることが必要です。また、事業者は、医師等の意見を踏まえて就業上の措置を講じ、労働者の健康保持を図らなければなりません。



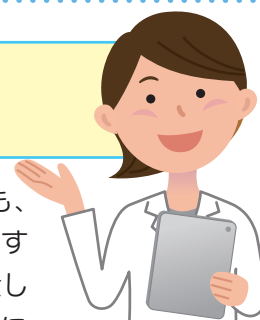
\\ 会社が後押し! //

治療が必要な方へ、医療機関受診の声掛けをお願いします。

事業主・担当者の方へ

健診結果で「要治療」「要精密検査」の判定を受けた方がいる場合、必ず医療機関を受診するようアドバイスしてください。

協会けんぽでは、血圧・血糖値の健診結果が「要治療」「要精密検査」と判定されながらも、医療機関を受診されていない方のご自宅へ、病院への受診をお勧めする案内文書等を送付するサービスを実施していますが、受診されているのは、そのうち約1割の方のみです。放置しておく、糖尿病や脳梗塞などの病気を発症し、場合によっては、長期間、会社を休むことにもなりかねません。ぜひ、職場からもご案内をお願いします。



Q どのように声掛けしたらよいですか？

● 取り組みの事例 ●

回答用紙で再検査や要治療者を確認！

受診結果を報告する回答用紙を対象者へ配付し、医療機関へ受診したかどうか、結果を提出させる！

回答期日を決めて徹底し回答率100%に！





受けないなんてもったいない 被扶養者が受ける特定健康診査

特定健康診査(特定健診)とは？

特定健診とは、糖尿病や脂質異常症など生活習慣病の予防を目的としており、メタボリックシンドロームに着目して行われる被扶養者(加入者ご家族)が受けることのできる健康診断です。年度内1回に限り、健診費用の補助を受けることができます。特定健診の受診には、受診券(セット券)が必要となり、4月初旬にご自宅へ直接お送りします。



どんな検査が受けられる？(健診内容)

●基本的な健診

すべての方に受けていただく検査項目です。

診察等	問診	身体計測	血圧測定	血中脂質検査*	肝機能検査*	血糖検査*	尿検査
-----	----	------	------	---------	--------	-------	-----

*=採血による検査です。

●詳細な健診<医師の判断で、一部の方のみ実施>

健診結果などに基づいて、医師の判断により実施される検査項目です。

心電図検査	眼底検査	貧血検査*	血清クレアチニン検査* (eGFRによる腎機能の評価含む)
-------	------	-------	----------------------------------

*=採血による検査です。

がん検診も 受診したい

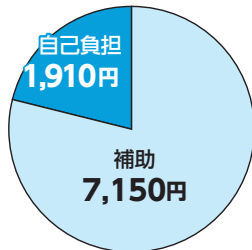
がん検診は、健康増進法等に基づいて市区町村が実施することとなっています。詳細については、お住まいの市区町村のホームページや広報物などをご確認ください。

●協会けんぽが補助する金額<年度内、お一人様1回限り>

基本的な健診のみ
受診した場合

最高
7,150円
を補助!

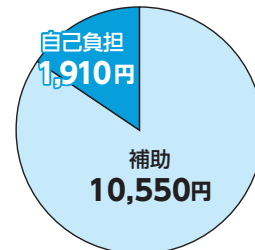
例 基本的な健診費用が
9,060円の健診機関
で受診



詳細な健診を
あわせて
受診した場合
最高

10,550円
を補助!
(基本的な健診に
3,400円増額)

例 詳細な健診も含めた合計
の健診費用が12,460円
の健診機関で受診



受診までの手続き

①受診券(セット券)を受け取る

受診券(セット券)と保険証の記号番号が一致しているか確認してください。

②受診を希望する健診機関に予約する



③健診を受ける

健診当日は、受診券(セット券)、保険証、健診費用を持参してください。

■健診後の健康サポートを行っています

特定健診の受診当日に特定保健指導を受けられる健診機関もあります。ぜひご利用ください。

※健診当日に特定保健指導を受けられない場合は、健診後に協会けんぽから「特定保健指導のご案内」をお送りします。

「健康経営」が中小企業の経営戦略のスタンダードに

働き方改革としての「健康経営」

少子高齢化で労働人口が減少していくなか、中小企業はあらゆる職種で人材不足の状況です。また、中小企業白書などからも最近の学生は、賃金や知名度より、職場環境を重視して就職先を選ぶ傾向がうかがえます。職場環境を重視するのは、在職中の従業員も同じで、まさに健康経営は働き方改革の具体的な手段といえます。

健康経営とは？

従業員の健康を重要な経営指標と捉え、健康増進に積極的に取り組む企業スタイル。従業員と一緒に健康の維持増進に取り組むことで、社内コミュニケーション向上による活性化やイメージアップ、業績を向上させていく取り組みです。

働き方改革とは？

これまでの仕事の進め方や働き方を見直し、生産性向上を図りながら「働きやすい職場環境の実現」を目指すため、業務の効率化等による所定外労働時間の削減、休暇取得の促進などに取り組むことです。働き方の見直しは、ワーク・ライフ・バランス(仕事と生活の調和)の実現にもつながります。



「健康経営」は始めるなら、まずは健康事業所宣言

健康事業所宣言に参加した事業所には、協会けんぽ三重支部が健康経営の取り組みを無料でサポートいたします。

無料



健康事業所宣言はかんたん3ステップ

①エントリーシートを受け取る

協会けんぽホームページからダウンロードいただけます。

②エントリーシートを協会けんぽへFAX

③健康宣言書を社内に掲示

「事業所カルテ」や「事例集」など、健康づくりに役立つ情報をご提供します。

「健康経営」の取り組みをステップアップ

健康経営優良法人

健康事業所宣言を行った法人から、特に優良な健康経営を実践している中小企業等を、経済産業省が制度設計した基準に基づき、日本健康会議が認定します。

三重とこわか健康経営カンパニー(ホワイトみえ)

三重県内に所在する事業所または店舗等で、特に優れた取り組みを、三重県が制度設計した基準に基づき、三重とこわか健康経営大賞による表彰を行います。



健康で企業イメージを高めるチャンスです!



健康保険給付一覧

給付される場合	給付の種類	給付の概要	協会けんぽへの申請要否												
病気やケガで必要な医療を受けたとき	療養の給付	<p>■一部負担金の割合</p> <table border="1"> <tr> <td>義務教育就学前</td> <td>2割負担</td> </tr> <tr> <td>義務教育就学以後～70歳未満</td> <td>3割負担</td> </tr> <tr> <td rowspan="2">70歳以上75歳未満 (後期高齢者医療の対象者を除く)</td> <td>一般所得者</td> <td>2割負担</td> </tr> <tr> <td>現役並み所得者 (標準報酬月額28万円以上)*</td> <td>3割負担</td> </tr> </table> <p>*70歳以上75歳未満の被保険者・被扶養者の年収合計520万円(被扶養者がいない場合は383万円)未満のときは申請により一般所得者の区分になります。</p>	義務教育就学前	2割負担	義務教育就学以後～70歳未満	3割負担	70歳以上75歳未満 (後期高齢者医療の対象者を除く)	一般所得者	2割負担	現役並み所得者 (標準報酬月額28万円以上)*	3割負担	原則不要 ※70歳以上75歳未満の方で、年収条件の該当により現役並み所得者から一般所得者の区分へ変更するときは申請が必要			
義務教育就学前	2割負担														
義務教育就学以後～70歳未満	3割負担														
70歳以上75歳未満 (後期高齢者医療の対象者を除く)	一般所得者	2割負担													
	現役並み所得者 (標準報酬月額28万円以上)*	3割負担													
医療費の全額を負担したとき	療養費	<p>健康保険の基準で計算した額から、その額に一部負担割合を乗じた額を差し引いた額が支給されます。</p> <p>■療養費が受けられる主なケース</p> <ol style="list-style-type: none"> 健康保険の加入手続き中で、保険証がないときに診療を受けたとき 医師の指示により、コルセットなどの治療用装具を購入、装着したとき やむを得ず保険医療機関でない病院などで診療を受けたとき 病院を通して生血を購入し輸血したとき はり・きゅう・あん摩・マッサージの治療を医師の同意を得て受けたとき 海外の医療機関で診療を受けたとき(業務災害・通勤災害によるケガなどは除く。治療を目的に海外で診療を受けた場合は対象外) 柔道整復師(整骨院・接骨院)から施術を受けたとき 	必要												
その他の療養費等	保険外併用療養費、訪問看護療養費 入院時生活療養費、入院時食事療養費 移送費		不要 原則不要 必要												
入院や通院で医療費が高額になるとき	限度額適用認定証 (低所得者は限度額適用・標準負担額減額認定証)	<p>入院や通院で医療費が高額になる場合、窓口で限度額適用認定証を提示することで窓口負担(保険診療分)が自己負担限度額*までになります。 *年齢や所得等により自己負担限度額は異なります。(P.12参照)</p> <p>■70歳以上の方の限度額適用認定証の申請要否</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>所得区分(標準報酬月額)</th> <th>申請要否</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>現役並み所得者Ⅲ(83万円以上)</td> <td>不要 (保険証、高齢受給者証を医療機関等に提示)</td> </tr> <tr> <td>現役並み所得者Ⅱ(53～79万円)</td> <td rowspan="2">必要 (保険証、高齢受給者証、限度額適用認定証を医療機関等に提示)</td> </tr> <tr> <td>現役並み所得者Ⅰ(28～50万円)</td> </tr> <tr> <td>一般所得者(26万円以下)</td> <td>不要 (保険証、高齢受給者証を医療機関等に提示)</td> </tr> <tr> <td>低所得者Ⅱ(住民税非課税者等)</td> <td rowspan="2">必要 (保険証、高齢受給者証、限度額適用・標準負担額減額認定証を医療機関等に提示)</td> </tr> <tr> <td>低所得者Ⅰ(所得が一定基準以下)</td> </tr> </tbody> </table>	所得区分(標準報酬月額)	申請要否	現役並み所得者Ⅲ(83万円以上)	不要 (保険証、高齢受給者証を医療機関等に提示)	現役並み所得者Ⅱ(53～79万円)	必要 (保険証、高齢受給者証、限度額適用認定証を医療機関等に提示)	現役並み所得者Ⅰ(28～50万円)	一般所得者(26万円以下)	不要 (保険証、高齢受給者証を医療機関等に提示)	低所得者Ⅱ(住民税非課税者等)	必要 (保険証、高齢受給者証、限度額適用・標準負担額減額認定証を医療機関等に提示)	低所得者Ⅰ(所得が一定基準以下)	必要 一部不要(左図参照) (申請が必要な方は、事前に申請してください)
所得区分(標準報酬月額)	申請要否														
現役並み所得者Ⅲ(83万円以上)	不要 (保険証、高齢受給者証を医療機関等に提示)														
現役並み所得者Ⅱ(53～79万円)	必要 (保険証、高齢受給者証、限度額適用認定証を医療機関等に提示)														
現役並み所得者Ⅰ(28～50万円)															
一般所得者(26万円以下)	不要 (保険証、高齢受給者証を医療機関等に提示)														
低所得者Ⅱ(住民税非課税者等)	必要 (保険証、高齢受給者証、限度額適用・標準負担額減額認定証を医療機関等に提示)														
低所得者Ⅰ(所得が一定基準以下)															

■業務上・通勤途上の疾病・負傷(ケガ)の場合

健康保険では、業務災害または通勤災害による疾病・負傷(ケガ)に対して保険給付は行いません。
この場合は、労災保険(労働者災害補償保険)の給付の対象になります。

給付される場合	給付の種類	給付の概要	協会けんぽへの申請要否																																												
高額な医療費を支払ったとき	高額療養費	<p>1か月の自己負担額が一定の額を超えた場合、超えた額が払い戻しされます。</p> <p>■70歳未満の方の自己負担限度額(平成27年1月診療分から)</p> <table border="1" data-bbox="507 387 1284 645"> <thead> <tr> <th colspan="2">被保険者の所得区分</th> <th colspan="2">自己負担限度額</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>ア</td> <td>標準報酬月額 83万円以上</td> <td>252,600円+(総医療費-842,000円)×1%</td> <td>[多数該当] 140,100円</td> </tr> <tr> <td>イ</td> <td>53万~79万円</td> <td>167,400円+(総医療費-558,000円)×1%</td> <td>[多数該当] 93,000円</td> </tr> <tr> <td>ウ</td> <td>28万~50万円</td> <td>80,100円+(総医療費-267,000円)×1%</td> <td>[多数該当] 44,400円</td> </tr> <tr> <td>エ</td> <td>26万円以下</td> <td colspan="2">57,600円 [多数該当44,400円]</td> </tr> <tr> <td>オ</td> <td>低所得者 (住民税非課税者等)</td> <td colspan="2">35,400円 [多数該当24,600円]</td> </tr> </tbody> </table> <p>■70歳以上の方の自己負担限度額(平成30年8月診療分から)</p> <table border="1" data-bbox="507 689 1284 1043"> <thead> <tr> <th>所得区分 (標準報酬月額)</th> <th>個人ごと (通院)</th> <th>世帯ごと (入院を含む)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>現役並み所得者Ⅲ (83万円以上)</td> <td>252,600円+(総医療費-842,000円)×1%</td> <td>[多数該当] 140,100円</td> </tr> <tr> <td>現役並み所得者Ⅱ (53万~79万円)</td> <td>167,400円+(総医療費-558,000円)×1%</td> <td>[多数該当] 93,000円</td> </tr> <tr> <td>現役並み所得者Ⅰ (28万~50万円)</td> <td>80,100円+(総医療費-267,000円)×1%</td> <td>[多数該当] 44,400円</td> </tr> <tr> <td>一般所得者 (26万円以下)</td> <td>18,000円 (年間上限14.4万円)</td> <td>57,600円 [多数該当44,400円]</td> </tr> <tr> <td>低所得者Ⅱ (住民税非課税者等)</td> <td rowspan="2">8,000円</td> <td>24,600円</td> </tr> <tr> <td>低所得者Ⅰ (所得が一定基準以下)</td> <td>15,000円</td> </tr> </tbody> </table> <p>※多数該当:診療を受けた月以前の1年間に3か月以上の支給を受けたときは4か月目から〔 〕内の金額</p>	被保険者の所得区分		自己負担限度額		ア	標準報酬月額 83万円以上	252,600円+(総医療費-842,000円)×1%	[多数該当] 140,100円	イ	53万~79万円	167,400円+(総医療費-558,000円)×1%	[多数該当] 93,000円	ウ	28万~50万円	80,100円+(総医療費-267,000円)×1%	[多数該当] 44,400円	エ	26万円以下	57,600円 [多数該当44,400円]		オ	低所得者 (住民税非課税者等)	35,400円 [多数該当24,600円]		所得区分 (標準報酬月額)	個人ごと (通院)	世帯ごと (入院を含む)	現役並み所得者Ⅲ (83万円以上)	252,600円+(総医療費-842,000円)×1%	[多数該当] 140,100円	現役並み所得者Ⅱ (53万~79万円)	167,400円+(総医療費-558,000円)×1%	[多数該当] 93,000円	現役並み所得者Ⅰ (28万~50万円)	80,100円+(総医療費-267,000円)×1%	[多数該当] 44,400円	一般所得者 (26万円以下)	18,000円 (年間上限14.4万円)	57,600円 [多数該当44,400円]	低所得者Ⅱ (住民税非課税者等)	8,000円	24,600円	低所得者Ⅰ (所得が一定基準以下)	15,000円	必要
被保険者の所得区分		自己負担限度額																																													
ア	標準報酬月額 83万円以上	252,600円+(総医療費-842,000円)×1%	[多数該当] 140,100円																																												
イ	53万~79万円	167,400円+(総医療費-558,000円)×1%	[多数該当] 93,000円																																												
ウ	28万~50万円	80,100円+(総医療費-267,000円)×1%	[多数該当] 44,400円																																												
エ	26万円以下	57,600円 [多数該当44,400円]																																													
オ	低所得者 (住民税非課税者等)	35,400円 [多数該当24,600円]																																													
所得区分 (標準報酬月額)	個人ごと (通院)	世帯ごと (入院を含む)																																													
現役並み所得者Ⅲ (83万円以上)	252,600円+(総医療費-842,000円)×1%	[多数該当] 140,100円																																													
現役並み所得者Ⅱ (53万~79万円)	167,400円+(総医療費-558,000円)×1%	[多数該当] 93,000円																																													
現役並み所得者Ⅰ (28万~50万円)	80,100円+(総医療費-267,000円)×1%	[多数該当] 44,400円																																													
一般所得者 (26万円以下)	18,000円 (年間上限14.4万円)	57,600円 [多数該当44,400円]																																													
低所得者Ⅱ (住民税非課税者等)	8,000円	24,600円																																													
低所得者Ⅰ (所得が一定基準以下)		15,000円																																													
医療保険と介護保険の自己負担が高額になったとき	高額介護合算療養費	世帯内の同一の医療保険の加入者について、毎年8月から1年間にかかった医療保険と介護保険の自己負担額を合計し、基準額を超えた場合、その超えた金額が支給されます。	必要																																												
特定疾病にかかる軽減措置を受けるとき	特定疾病療養受療証	<p>特定疾病(人工腎臓を実施している慢性腎不全、血友病、抗ウイルス剤を投与している後天性免疫不全症候群)にかかる自己負担限度額は1万円です。</p> <p>※人工腎臓を実施している慢性腎不全の方のうち、70歳未満の上位所得者(標準報酬月額53万円以上)とその70歳未満の被扶養者は自己負担限度額が2万円になります。</p>	必要																																												
病気やケガで会社を休んだとき	傷病手当金 (被保険者ご本人のみ)	<p>病気やケガによる療養のために会社を休み、給与を受けられないなど、支給を受ける条件を満たした場合に支給されます。</p> <p>■支給期間 傷病手当金の支給が始まった日(支給開始日)から1年6か月の期間</p> <p>■1日当たりの金額 【支給開始日の以前12か月間の各標準報酬月額を平均した額】÷30日×3分の2 ※支給開始日以前の期間が12か月に満たない場合は、この限りではありません。</p>	必要																																												
出産で会社を休んだとき	出産手当金 (被保険者ご本人のみ)	<p>出産のため会社を休み、給与を受けられないなど、支給を受ける条件を満たした場合に支給されます。</p> <p>■支給期間 出産日(予定日)以前42日(多胎妊娠98日)、出産日後56日の期間 ※出産予定日より遅れて出産した場合、予定より遅れた日数も支給</p> <p>■1日当たりの金額 【支給開始日の以前12か月間の各標準報酬月額を平均した額】÷30日×3分の2 ※支給開始日以前の期間が12か月に満たない場合は、この限りではありません。</p>	必要																																												
子どもが生まれたとき	出産育児一時金	<p>1児につき420,000円(妊娠22週未満または産科医療補償制度に加入していない医療機関等において出産した場合は404,000円)</p> <p>※「直接支払制度」を利用しない場合、または出産育児一時金より出産費用が低い場合に申請できます。</p>	一部必要																																												
加入者が亡くなったとき	埋葬料(費)	50,000円(埋葬費の場合は50,000円の範囲内で埋葬にかかった実費を支給)	必要																																												



保険証は大切に使いましょう

一人ひとりに交付される保険証

「健康保険被保険者証(保険証)」は、加入手続き後に被保険者(加入者ご本人)及びその被扶養者(加入者ご家族)へ個人単位で交付されます。また、70~74歳の方には、保険証のほかに「高齢受給者証」が交付されます。



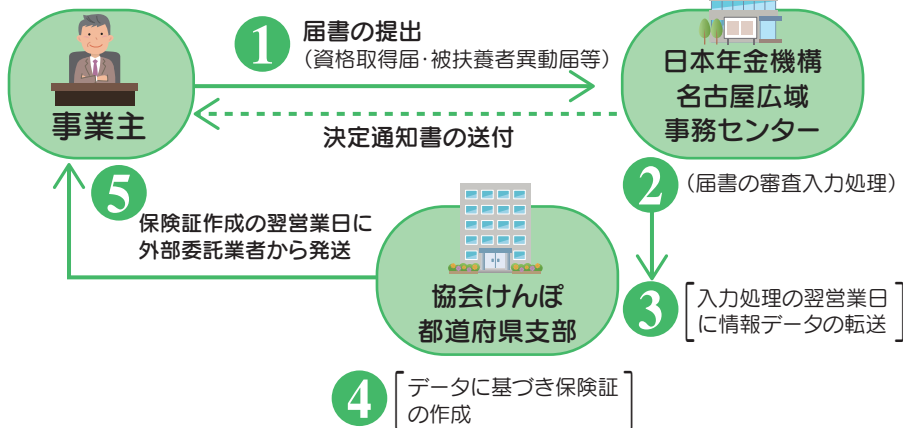
健康保険被保険者証(被保険者)



保険証の記号・番号を協会けんぽの各種申請書にご記入ください

- 保険証は大切に保管してください
- ①受け取った際は氏名等を確認してください。
 - ②受診するときは必ず提示してください。
 - ③保険証の貸し借りは法律で禁止されています。
 - ④紛失・破損したときは再交付を届け出てください。
 - ⑤退職するときは被保険者と被扶養者のすべての保険証を事業主へ返却してください。

■保険証発行の流れ



就職のとき 資格取得日から保険証は有効です

保険証が届く前に医療機関にかかり、全額自己負担したときは療養費の手続きで払い戻しが受けられます。

退職のとき 退職日の翌日から保険証は使用できません

被保険者(加入者ご本人)が保険証を使用できるのは「退職日まで(資格喪失日の前日)」です。また、パートタイム労働者の方が勤務時間や日数が減少して被保険者資格を喪失するときは「資格喪失日」以降、保険証は使用できません。

(例)被保険者(加入者ご本人)が3月20日で退職したとき

	退職日 3月20日	3月21日以降 在職時の保険証は使用できません
--	--------------	----------------------------

協会けんぽに加入していた期間

※被保険者の資格喪失日以降に保険証を使用して受診した場合、医療費(総医療費の7~9割)を返還いただくこととなります。

■退職したときは、すみやかに手続きください

事業主

日本年金機構名古屋広域事務センターへ「資格喪失届」と「保険証(家族分を含む)」をご提出ください。

退職者

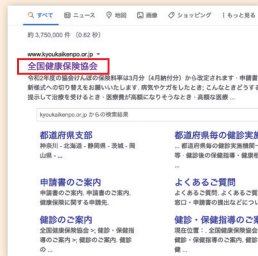
保険証を事業主に返却いただき、次の健康保険への加入手続きをしてください。

[差し込みチラシをコピーして
退職者にお渡しください]



申請書はホームページから印刷することができます

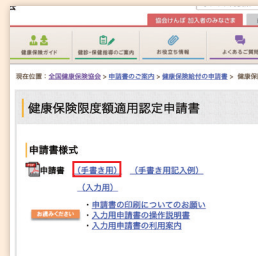
ホームページから印刷する方法



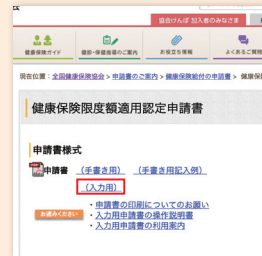
協会けんぽの
ホームページへアクセス



ホーム左上にある
「申請書ダウンロード」
一覧より申請書を選択



すべて手書きの場合は
「手書き用申請書」を
印刷



PC入力する場合は
「入力用申請書」に入力
した後で印刷

申請書はパソコンで作成することができます

1 入力できるPDFファイルを
ホームページから
ダウンロード

2 入力項目の
説明を参照しながら入力
(入力もれ等チェックしながら入力できます)

3 入力した申請書を印刷し、
手書きする項目を記入、
印鑑を押印

4 ご加入の協会けんぽ
都道府県支部へ
郵送

ネットプリントもご利用いただけます



コンビニエンスストアのマルチコピー機を利用することで、
即時に申請書等を入手することができます。



詳しくは、協会けんぽホームページをご覧ください、
協会けんぽ三重支部へお問い合わせください



協会けんぽホームページ

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

協会けんぽ

検索

お問い合わせ先

TEL.059-225-3311
業務グループ

健康保険給付
任意継続保険

限度額適用認定証
保険証の再発行

TEL.059-225-3315
保健グループ

・生活習慣病予防健診
・特定健診
・特定保健指導

TEL.059-225-3316
レセプトグループ

・交通事故などの第三者行為
・医療費のお知らせ
・レセプト点検

TEL.059-225-3317
企画総務グループ

・健康事業所宣言
・開示請求
・調達(入札等)
・保険料率
・インセンティブ制度

健康保険等に関する

申請先のご案内

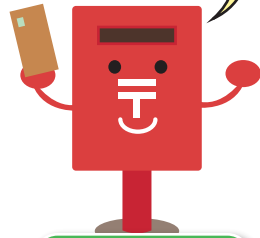
協会けんぽ

日本年金機構

健康保険の給付や任意継続に関するお届け

健康保険・厚生年金保険の加入・報酬に関するお届け

ご提出は、**郵送**でお願いいたします



ご提出先

全国健康保険協会 三重支部

〒514-1195
津市栄町4丁目255番地 津栄町三交ビル

ご提出先

日本年金機構 名古屋広域事務センター

〒460-8565
愛知県名古屋市中区錦1-18-22 名古屋ATビル12階
※郵送専用の窓口です。手続等の内容に関するお問い合わせはお近くの年金事務所へ。

- 保険証等を紛失したとき (保険証・高齢受給者証の再交付)
- 医療費が高額になる見込みがあるとき (限度額適用認定証)
- 高額な医療費を支払ったとき (高額療養費)
- 病気やケガで会社を休んだとき (傷病手当金)
- 医療費全額を立替えたとき、治療用装具を作ったとき (療養費)
- 特定疾病で治療を受けるとき (特定疾病療養受療証)
- 交通事故などにあつたとき (第三者行為)
- ★ 海外で病気などで治療を受けたとき (海外療養費)
- 出産で会社を休んだとき (出産手当金)
- 子どもが生まれたとき (出産育児一時金)
- 特定健診受診券がお手元がないとき
- 本人・家族が死亡したとき (埋葬料(費))
- 任意継続に関する申請をするとき

従業員の採用

変更・訂正

再交付

給与・賞与

病気・ケガ・入院

出産・育児休業

健診

退職・死亡

退職後の保険

事業所に
関するもの

● 従業員を採用したとき (資格取得)

● 被扶養者に異動があつたとき
● 住所に変更があつたとき

● 年金手帳を紛失したとき (年金手帳の再交付)

● 報酬月額の見直しを行うとき
● 賞与を支給したとき

● 産前産後休業を取得するとき
● 育児休業等を取得するとき

● 従業員が退職・死亡したとき (資格喪失)

● 事業所の所在地や名称が変わつたとき
● 事業主が変更したときなど

ホームページ URL <https://www.kyoukaikenpo.or.jp/>
協会けんぽ

ホームページ URL <https://www.nenkin.go.jp/>
日本年金機構

★海外療養費の申請先

全国健康保険協会 神奈川支部
海外療養費グループ
〒220-8538
横浜市西区みなとみらい4-6-2
みなとみらいグランドセントラルタワー9階

協会けんぽでは、お客様にご足労をおかけしなくてすむよう、申請書の**郵送による提出**をお願いしております。

あて先は
「〒514-1195 協会けんぽ三重支部」
のみで届きます。