



# 退職後の健康保険について

74歳までの被保険者の方がご退職などで健康保険の資格を喪失した場合、引き続き何らかの健康保険制度への加入が義務付けられています。

ご自身の状況に応じて、以下のいずれかの健康保険に加入していただくことになります。



## 1 協会けんぽの 任意継続健康保険

### 加入要件

- 退職日までに被保険者期間が**2ヵ月以上継続**していたこと
- 退職日の翌日から**20日間以内(土日祝含む)**に資格取得申請書を提出すること**(必着)**

### お手続き先

お住まいの都道府県支部

### 保険料

退職時の健康保険料の2倍の額

※保険料には上限があります。  
※保険料率が改定となる場合は、金額が変わることがあります。

## 2 国民健康保険

### 加入要件

お住まいの市町村にお尋ねください

### お手続き先

お住まいの市町村役場の  
国民健康保険窓口

### 保険料

前年の所得などにより決定

## 3 ご家族の健康保険 (被扶養者)

### 加入要件

被扶養者としての要件を満たすこと

### お手続き先

ご家族の勤務先

### 保険料

負担なし



事業主の方へ

## 保険証の回収にご協力願います

被保険者の方の退職や被扶養者の方が扶養の要件を満たさなくなった場合等は、必ず保険証を回収していただきますようお願いいたします。

任意継続健康保険に関するお問い合わせ先 業務グループ TEL 0852-59-5144

令和6年12月2日に  
従前の健康保険証は  
廃止されます



協会けんぽ  
島根支部キャラクターしまめちゃん

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」が必要なくなります。
- 就職や転職後の保険証の切り替え・更新が必要なくなります。  
※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!!】



一人ひとりの取組みが健康保険料率の引き下げにつながる!!

令和4年度のインセンティブ制度の結果ができました!

島根支部は総合で3位を獲得しました!!

これにより、島根支部の令和6年度の保険料率は0.08%分引き下げられます!



指標

1

特定健診等の実施率

3位 ↑

(前年度11位)

指標

2

特定保健指導の実施率

43位 ↓

(前年度29位)

指標

3

特定保健指導対象者の減少率

15位 ↑

(前年度36位)

指標

4

要治療者の医療機関受診率

2位 ↑

(前年度44位)

指標

5

ジェネリック医薬品の使用割合

4位 ↑

(前年度9位)

総合

3位 ↑

(前年度29位)

この結果を反映した

令和6年度の島根支部の保険料率

9.92% [令和5年度10.26%]



島根支部の課題は

「指標②特定保健指導の実施率」を上げること!!

特定保健指導は、健康管理のプロ、保健師または管理栄養士が無料で面談を実施。一緒に生活習慣を振り返り、ライフスタイルに合った目標や具体策を一緒に考えます。

被保険者の方の場合、面談は、事業所のほか、Webや保健指導委託機関でも受けられますので、ぜひご利用ください。

インセンティブ制度とは…

加入者の皆様の健康づくりへの取組等を協会けんぽが定めた5つの指標に基づき評価し、全国の47支部が順位づけられ、上位15支部にインセンティブ(報奨金)を付与することで、保険料率を下げられる制度です。取り組みの結果は、2年後の保険料率に反映されます。

保険料率、インセンティブ制度に関するお問い合わせ先 企画総務グループ TEL 0852-59-5140

新年度の健診予約はお早めに!

令和6年度 健診のご案内

被保険者の方の生活習慣病予防健診の申し込み受付が始まります

協会けんぽでは、被保険者の方の生活習慣病予防のため、年度内に1回に限り、健診費用の一部を補助しています。

ここがすごい!! 協会けんぽの生活習慣病予防健診!!

労働安全衛生法で義務付けられている定期健診の項目に加え、胃がん検査、大腸がん検査を含む充実の検査項目

一般健診の場合、最高5,282円の自己負担で受診可能

令和6年度から付加健診の受診対象年齢が拡大

詳しくはお勤めの事業所にお送りする「健診のご案内(3月下旬送付予定)」をご確認ください



緑の封筒が目印です

生活習慣病予防健診、特定健診に関するお問い合わせ先 保健グループ TEL 0852-59-5204

全国健康保険協会 島根支部 協会けんぽ

〒690-8531 松江市殿町383 山陰中央ビル2階

0852-59-5139 受付時間 8:30~17:15 (土・日・祝日・年末年始を除く)

毎月1回発行・無料

メールマガジン 「くにびき☆通信」

健康保険や健康づくりに関するタイムリーな情報をお届け

ご登録はカンタン!

