



令和5年1月以降の申請には

## 新様式のご使用をお願いします!

協会けんぽでは、より分かりやすくすること、より記入しやすくすること、より迅速に給付金をお支払いすること等を目的として、令和5年1月に各種申請書(届出書)の様式を変更します。

新様式の申請書(届出書)は、協会けんぽのホームページよりダウンロードできます。  
また、郵送をご希望の場合は、協会けんぽ岐阜支部へお電話ください。

### 様式を変更する主な申請書(届出書)

#### 健康保険給付関係

- 傷病手当金支給申請書
- 療養費支給申請書(立替払等)
- 療養費支給申請書(治療用装具)
- 限度額適用認定申請書
- 限度額適用・標準負担額減額認定申請書
- 高額療養費支給申請書
- 出産手当金支給申請書
- 出産育児一時金支給申請書
- 出産育児一時金内払金支払依頼書
- 埋葬料(費)支給申請書
- 特定疾病療養受療証交付申請書

#### 任意継続関係

- 任意継続被保険者資格取得申出書
- 任意継続被保険者被扶養者(異動)届
- 任意継続被保険者資格喪失申出書
- 任意継続被保険者 氏名 住所 性別 生年月日 電話番号 変更(訂正)届

#### 被保険者証等再交付関係

- 被保険者証再交付申請書
- 高齢受給者証再交付申請書

令和5年1月以降に現在使用している申請書(届出書)で申請された場合、  
事務処理等に時間を要してしまう場合がございますので、新様式のご使用をお願いします。

給付金は、原則として被保険者(ご本人)様の口座にお振込みします。  
ご理解とご協力をお願いいたします。




お問い合わせ先

 **全国健康保険協会 岐阜支部**  
協会けんぽ

〒500-8667 岐阜市橋本町2-8 濃飛ニッセイビル14階

 **058-255-5155** (代表)

受付時間 8:30~17:15 (土・日・祝、年末年始 除く)

 **協会けんぽ 岐阜** 検索

申請書のダウンロードができます

厚生労働省  
マイナンバーカードの  
健康保険証利用対応の  
医療機関リスト  
(都道府県別)



(特定保健指導)



# プロによる健康サポートが無料で受けられるチャンスです!

協会けんぽでは、従業員の皆さまにいつまでも健康で過ごしていただくため、健診結果の数値が一定の基準を超えた方がいる事業所様に対し、健康サポート(特定保健指導)のご案内をお送りしています。

## 健康のプロによるサポート

保健師や管理栄養士などの国家資格を持ったプロが、個々のライフスタイルに合わせた無理のないアドバイスで生活習慣の改善をサポートします。

## 都合に合わせて受けられる!

ご本人様のご都合に合わせて時間や場所を決められます。Web(Zoom等)での実施も可能です。実施日などにつきましては、FAXまたはお電話で回答をお願いいたします。

## なんと無料!

※被保険者(ご本人)様の場合

サポートにかかる費用は協会けんぽが負担します。

## 元気に活躍されている今だからこそ

健康サポートを受けていただくことで、**将来の心疾患などのリスクを下げる**ことができます。

ご案内が届いた事業所のご担当者様は、実施のためのスケジュール等の調整をお願いいたします。

## 被扶養者資格の再確認にご協力ください!

提出期限 令和4年11月30日(水)

10月に事業所様へ「被扶養者状況リスト」をお送りしています。被扶養者の状況に**変更がない場合でも、被扶養者状況リストの提出が必要です**。加入者皆さまの保険料負担軽減につながる大切な確認ですので、ご理解とご協力をお願いいたします。

## 教えて鶴飼さん! 健康の数字

# 78人 (100人中)

..▶「運動不足」を感じている人

(スポーツ庁「スポーツの実施状況に関する世論調査」(2021年度))

運動不足の生活が続くと、加齢とともに骨や関節、筋肉などが衰え、日常生活が困難な「ロコモ」状態となります。

暮らしに運動を取り入れ、栄養をしっかりとって運動機能の低下を防いでいきましょう!

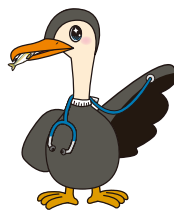


鶴飼さん  
岐阜支部マスコットキャラクター

今日も

## がんばルーシー

### 肩こり解消ストレッチ



ルーシー  
岐阜支部マスコットキャラクター

- ①両手を軽く握る
- ②息を吸いながら、肩と耳を近づけるように肩をすぼめる
- ③ハッと息を吐きだしながら肩をストンと下ろす
- ④10回繰り返す



肩をすぼめたら、3秒ほどキープして筋肉を収縮させて