

兼松連合

# 健保だより



## KENPO NEWS 2025 SPRING Vol.111 CONTENTS:

令和7年度予算のお知らせ / 令和7年度保健事業のご案内 / 令和7年度保健事業の変更点 / マイナンバーカードで病院へ行こう! / 扶養しているご家族に変更があったら手続きをお忘れなく!

健診事業に大きな変更点があります!



重要なお知らせとお願いがあります

この冊子をご家庭に、お持ち帰りください

兼松連合健康保険組合  
<https://www.krkenpo.or.jp>



## 健康の不安、こころの悩み— まずは電話で相談 してみませんか?

急な病気の心配や職場・ご家庭の問題から起こるストレスなど、からだやこころの健康についての悩みがあれば、まず「ファミリー健康相談」「メンタルヘルスカウンセリング」をご利用ください。経験豊かなスタッフが、からだとこころの健康についてのご相談に応じます。

相談料・通話料**無料**  
プライバシー**厳守**

**ファミリー  
健康相談**  
(からだの電話健康相談)

**メンタルヘルス  
カウンセリング**  
(こころの電話健康相談)  
—オンライン面接も可能—

「こんなとき…」は  
お電話ください

- こどもが急に熱を出した
- どの診療科に受診すべきかわからない
- 病気がなかなかよくなる
- 仕事でストレスがたまる
- 職場の人間関係で悩んでいる
- 育児・介護がづらい

**ベストドクターズ・  
サービス**  
(名医紹介サービス)

1人で悩まずに **まずお電話を**

**相談は無料です!** 電話相談は、相談料・通話料ともかかりません。

**プライバシー  
厳守!** プライバシー保護のため、相談事業は外部へ委託して運営しています。個人ごとの相談の有無・内容等が職場等に伝わることはありません。  
※ご相談に関連上、年齢・都道府県名・相談者と相談対象者の続柄等をうかがう場合がありますが、プライバシーは厳守されます。

電話番号が「非通知設定」の場合は、始めに「186」をつけてご利用ください。

携帯電話に登録してね } **専用  
番号** **0120-877022**

### 兼松連合健康保険組合

## 令和7年度 予算のお知らせ

賃金上昇を受けて保険料収入が増加  
データヘルス計画に基づき、  
効果的な保健事業で皆さまの健康を守ります

兼松連合健康保険組合の令和7年度の予算案が、去る2月14日開催の第109回組合会において可決・承認されましたので、その概要をお知らせします。

当健保組合の令和7年度の予算総額は前年度の総支出見込み額から3億4千万円増加し、39億5,253万9千円となりました。

令和6年度の保険料収入は、加入事業所における賃金上昇を反映し、被保険者1人当たりで前年度比3〜4%程度上昇しており、好調に推移しています。令和7年度においてもこの傾向は継続し、保険料収入は堅調に推移するものと見込んでいます。

保険給付費はこの3年間に於いて大幅な伸びを示してきました。しかしながら、令和6年に入り落ち着きを見せ、同年度の保険給付費は前年度に比してほぼ横ばいで推移しています。令和7年度においては、不確定要素はあるものの、現状が継続するものとして計画を立てています。また、令和7年度の高齢者医療拠出金については、前年度比若干減少の見込みです。

以上のことから、令和7年度の予算は、経常収支において1億4,346万1千円の赤字を計画

するものの、補助金等の経常外収入を勘案した収支ベースでは、ほぼ収支均衡となるものと見込んでいます。令和7年度の健康保険料率は現行料率の千分の92(92・0%)を維持します。

高齢者人口の伸びに伴う医療費の増加を背景に、現役世代に偏っている社会保障負担の在り方を見直し、年齢によらず能力に応じて負担を分かち合う社会保障制度の構築が求められています。この状況を踏まえ、今年8月より高額療養費の自己負担限度額の引き上げや段階的な所得区分の細分化が検討されており、現役世代の負担軽減につながる

ことが期待されています。昨年12月より健康保険証の新規発行が終了し、医療機関等の受診にはマイナ保険証を用いることが基本の仕組みとなりました。従来の健康保険証も1年間は経過措置により利用できますが、令和7年12月2日以降は使えなくなります。またマイナ保険証をお持ちでない方は、早めに手続きをお願いいたします。

### 収入支出予算額

- ・予算総額 39億5,254万円
- ・経常収支差引額 ▲1億4,346万円

### 予算編成の基礎となった数字

- ・被保険者数 6,836人  
(男性4,315人、女性2,521人)
- ・平均年齢 41.92歳  
(男性43.83歳、女性38.62歳)
- ・平均標準報酬月額 383,823円
- ・健康保険料率(調整保険料率を含む) 92/1,000  
(事業主46/1,000、被保険者46/1,000)
- ・介護保険料率 18/1,000  
(事業主9/1,000、被保険者9/1,000)

当健保組合は、第3期データヘルス計画に基づき、女性の健康づくりや出産育児支援など、社会に即した新たな保健事業を取り入れながら、皆さまの健康の保持増進に向けた取り組みを推進してまいります。皆さまにおかれましても、当健保組合の保健事業の積極的な活用により健康管理に努めていただくとともに、引き続きジェネリック医薬品の利用や医療機関の適正な受診を通して、医療費の節減にご協力いただきますようお願いいたします。

## 令和7年度 収入支出予算概要

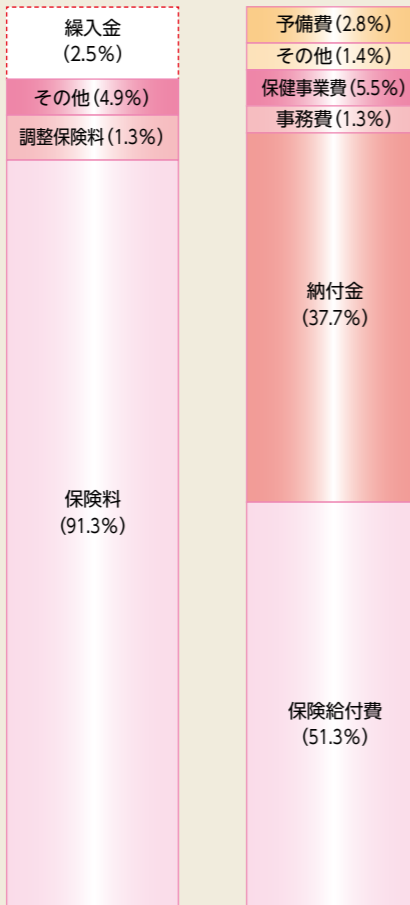
### 健康保険分



#### Point!

**保険料** 毎月の給与とボーナスから納めていただく健保組合の主要財源です。「基本保険料」は皆さまの医療費などに使われ、「特定保険料」は高齢者の医療費を支えるために使われます。

### 収入と支出の割合



#### Point!

**納付金** 65歳〜74歳の人を対象の前期高齢者医療制度への納付金と75歳以上の人を対象の後期高齢者医療に対する支援金などです。

**保険給付費** 医療費の給付や出産、死亡時の手当金の給付などをするための費用です。

支 出 (千円)	
事務費	52,803
保険給付費	2,028,017
法定給付費	2,025,497
付加給付費	2,520
納付金	1,486,881
前期高齢者納付金	536,316
後期高齢者支援金	950,563
その他	2
保健事業費	218,559
還付金	210
財政調整事業拠出金	51,865
連合会費	2,121
積立金	2,321
雑支出	3
予備	109,759
合計	3,952,539

収 入 (千円)	
保険料	3,609,859
基本保険料	2,122,931
特定保険料	1,486,928
国庫負担金収入	925
調整保険料	51,864
繰入金	100,001
国庫補助金収入	74,232
特定健康診査等事業収入	31,681
出産育児交付金	1,872
財政調整事業交付金	80,000
雑収入	2,105
合計	3,952,539

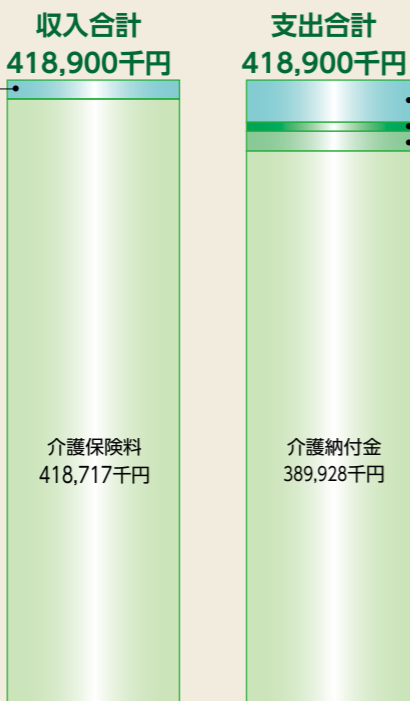
経常収入合計 3,647,443千円 — 経常支出合計 3,790,904千円 = 経常収支差引額 ▲143,461千円

### 介護保険分



#### Point!

**介護保険料** 40歳〜64歳の被保険者が負担している介護保険の保険料です。



#### Point!

**介護納付金** 市区町村に介護保険の財源として配分するために健保組合が負担する納付金です。

種目	令和6年度事業内容
改定 生活習慣病予防健診	原則40歳以上の被保険者、被扶養者が対象。特定健診をベースに詳細検査項目、がん検診項目を追加して実施します。40歳以上の方は、本健診にて特定健診を受診したことになります。また、被保険者につきましては、事業所との共同事業となります。婦人科検診(乳がん・子宮頸がん検診)部分に変更があります。(P6~15を参照してください。)
一般健診	原則35~39歳の被保険者、被扶養者が対象。法定健診(節目健診)の検査項目を実施します。胸部レントゲン検査以外のがん検診項目は含まれていません。組合HPの実施要項、注意事項をよく読み受診してください。尚、被保険者については事業所との共同事業となります。
二次(精密)検査	当組合の一般健診、生活習慣病予防健診を受診した結果、3カ月以内の受診指示がある場合に、窓口で負担した費用を補助します。令和7年度に於ける変更点がありますので、組合HP「令和7年度健康診断の二次検査に対する補助について」を参照してください。
改定 オプション検査補助A	50歳以上(年度内)の被保険者で希望の方を対象に、年度内1回に限り、3,000円を上限に補助します。ご自身に必要な検査を自由に選択することが出来ます。令和7年度より本事業は男性限定となりました。また、補助の使い方(適用範囲)について変更があります。(P15参照)
オプション検査補助B	35歳以上(年度内)の被保険者で一般健診を受診した方を対象に、年度内に1回に限り、5,000円を上限に補助します。ご自身に必要な検査を自由に選択することが出来ます。
子宮頸がん検診費用補助	20~34歳の被保険者、35歳以上の被保険者及び被扶養者で一般健診を受診した方を対象に、2年度に1回、5,000円を上限に補助します。但し、偶数年齢(年度内)での受診のみが補助の対象となります。
喀痰検査費用補助	50歳以上(年度内)の被保険者・被扶養者で希望の方を対象に、年度内1回に限り、500円を上限に補助します。但し、喫煙指数600以上の方のみが補助の対象となります。
インフルエンザ予防接種	被保険者および被扶養者で予防接種を希望される方を対象に、年度内一人3,500円を限度に補助します。(児童については、限度金額内で2回接種可) 実施期間：令和7年10月1日~令和7年12月31日 (予防効果を高めるため、年内に接種してください。)
その他	家庭常備薬の斡旋 年2回(4月、10月)実施。(セルフメディケーション税制対応) 「健保だより」に申し込み用紙を折り込んで配布します。 スポーツクラブ法人契約 ルネサンス(東急スポーツオアシスの提携施設を含む)、JOY FIT(JOYFIT・JOYFIT24・JOYFIT YOGA)、FIT365が法人契約価格でご利用できます。
女性限定	新設 女性サポート相談 (レディース・ヘルスアップサポートプログラム) 女性産婦人科医による電話相談、妊娠・出産チャットボット、女性のためのメンタルSNS相談を、被保険者とそのご家族が無料でご利用できます。 (詳細P13を参照してください) 新設 レディースオプション (レディース・ヘルスアップサポートプログラム) 40歳以上(年度内)女性・被保険者(任意継続の方は除きます)を対象に、毎年5,000円を上限に補助します。ご自身の健康課題に対処するための検査や生活習慣の改善に資する費用全般、メンタルヘルスの改善のための関連費用についても補助の対象となります。(詳細P6~15参照)

健診事業の変更点については次ページへ

### 特定健診 検査項目

検査項目	内容
診 察	既往歴・自覚症状・他覚症状
身体計測	身長・体重・腹囲・BMI
血圧測定	収縮期・拡張期
尿 検 査	蛋白・糖
循環器	心電図(安静時)
血液一般	赤血球・ヘモグロビン・ヘマトクリット
糖 尿 病	空腹時血糖・HbA1c
肝 機 能	GOT・GPT・γ-GTP
脂 質	中性脂肪・HDLコレステロール・LDLコレステロール (non-LDLコレステロール)
腎 機 能	クレアチニン(eGFR)
高血圧・高血糖	眼底検査

※太字：医師の判断に基づき選択的に実施

### 特定保健指導対象者の判定基準

腹 囲	追加リスク		対 象	
	①血圧 ②脂質 ③血糖	④喫煙歴	40~64歳	65~74歳
≥85cm (男性)	2つ以上該当	あり	積極的支援	動機付け支援
≥90cm (女性)	1つ該当	なし	積極的支援	
上記以外で BMI≥25	3つ該当	あり	積極的支援	動機付け支援
	2つ該当	なし	積極的支援	
	1つ該当	なし	積極的支援	

①血圧：収縮期 130mmHg以上 または 拡張期 85mmHg以上  
②脂質：中性脂肪 150mg/dℓ以上(やむを得ない場合は随時中性脂肪 175mg/dℓ以上) または HDLコレステロール 40mg/dℓ未満  
③血糖：空腹時血糖 100mg/dℓ以上(空腹時血糖値がない場合はHbA1c5.6%以上を代用)  
※血圧、脂質、血糖いずれかの服薬者は保健指導の対象から除かれます。

## 令和7年度保健事業

皆さまの「健康づくり」をサポートします。今年度より健診事業について大きな変更があります。内容をよくご確認ください。(詳細はP6~P15)

種目	令和7年度事業内容
法定 特定健康診査(特定健診)	40歳~74歳の全員(被保険者・被扶養者)が対象。平成20年度より「高齢者医療確保法」で実施が義務付けられた、メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)予防に着目した健診です。当組合の生活習慣病予防健診を受診することで、特定健診の検査項目をカバーします。
法定 特定保健指導	特定健診でメタボ・メタボリスク有と判定された方が受ける生活習慣改善のための保健指導です。「高齢者医療確保法」で実施が義務付けられています。被保険者については、事業所のご協力のもと、事務所に専門職(管理栄養士等)を派遣して初回面接を実施しています。被扶養者については、適宜ご案内をご自宅に送付しています。 *被扶養者の方/お問い合わせ・申し込み 電話：06-6231-1877 e-mail：tokutei@krkenpo.or.jp スマホでも参加OK
機関誌「健保だより」	「健保だより」を年2回(4月、10月)、事業所を経由して被保険者全員に配布します。必ずご自宅にお持ち帰りください。
医療費通知	ご自身の使用した医療費の明細はマイナポータルでいつでもご覧になれます。定期的に医療費の情報を確認しましょう。また、マイナポータルとe-Taxの自動連係により医療費控除が自動で簡単に行うことが出来ます。これまで実施してきた紙ベースの医療費通知の今後の運用については現行未定であり、後日別途お知らせします。
ジェネリック差額通知	年2回ジェネリック差額通知を対象の方の方に事業所を経由してお渡しします。ジェネリック医薬品に切り替えた場合の、医薬品の削減額をご参考値としてご案内します。
ホームページ・専用健康サイト	健康保険に関するしくみ・手続き、お知らせ等の情報を的確にHPより発信して参ります。健康ポータルサイト「ファミリー・ケア・ネットワーク」では、育児や病気の解説、レシピなど、健康に役立つコンテンツを掲載しています。また、こちらの窓口でWebファミリー健康相談が利用できます。 HP「兼松連合健康保険組合」で検索 ( <a href="https://www.krkenpo.or.jp">https://www.krkenpo.or.jp</a> ) 健康サイト「ファミリー・ケア・ネットワーク」で検索、またはHPよりリンク ➡電話番号877002を入力 ( <a href="https://familycare.sociohealth.co.jp">https://familycare.sociohealth.co.jp</a> )
出産・育児雑誌の送付	初産に限り(被保険者及び被扶養者)、赤ちゃんとママ社より「知って安心初めての妊娠出産」「プレママの食事」をお送りします。また、ご出産後、1年間、育児月刊誌「赤ちゃんと!」(含むお誕生日号、「お医者さんにかかるまでに」、「こどもの事故防止」)をお送りします。 E-mail:tokutei@krkenpo.or.jpまで「赤ママ送付希望」と申し込みください。
ファミリー健康相談 (業務委託先:株法研)	急な病気やけがで困ったときにいつでも相談できる心強いパートナーです。 ●24時間年中無休、医師が24時間常駐 ●各科顧問医師と直接相談が可能(小児科医は24時間対応) ●携帯電話・スマートフォンを含め、相談料・通話料無料 ●海外からの相談も無料で対応 ●WEBからの相談も可能 ●医療機関情報も提供しています 当組合専用番号 0120-877002
メンタルヘルスカウンセリング (業務委託先:株法研)	ストレス、メンタルヘルスに関する悩みに、電話と面接のカウンセリングを提供します。すべて、「臨床心理士」の資格を有する経験豊富なカウンセラーが応じます。 ●面接カウンセリングのご予約 本人・家族とも1人5回まで無料。6回目から有料。予約受付 月~土曜日 午前10時~午後8時(日曜日・祝日・年末年始は休み) ●電話カウンセリングのご利用 利用時間 月~土曜日 午前10時~午後10時(日曜日・祝日・年末年始は休み) ●電話カウンセリングのご利用ご予約 予約受付 月~土曜日 午前10時~午後6時(日曜日・祝日・年末年始は休み) 当組合専用番号 0120-877002 (自動音声ガイダンスに従って利用したいサービス番号をプッシュ)

# 令和7年度 健診事業のご案内 (健診事業体系図)

健診に含まれるがん検診について、その実施内容・方法を国の基準にあわせてゆくことを目的として、令和5年度より当組合の健診事業を段階的に変更しています。令和7年度からは、奇数年齢における乳がん・子宮頸がん検診の受診は任意となりました。

## ■国で推奨されているがん検診

種類	検査項目	対象者	受診間隔
胃がん	問診に加え、胃部レントゲン、又は胃内視鏡検査のいずれか	50歳以上※1	2年に1回※1
肺がん	質問(問診)、胸部レントゲン及び喀痰細胞診	40歳以上	年に1回
大腸がん	問診及び便潜血検査	40歳以上	年に1回
子宮頸がん	問診、視診、子宮頸部細胞診及び内診	20歳以上	2年に1回
乳がん	質問(問診)及びマンモグラフィ※2	40歳以上	2年に1回

出典：厚生労働省 がん予防重点健康教育及びがん検診実施のための指針(令和3年10月1日一部改定)より  
 ※1. 当分の間、胃部レントゲンについては40歳以上に対し年1回実施可 ※2. 視診、触診は推奨しない

がん検診を含まないコース(一般健診)と  
 がん検診を含むコース(生活習慣病予防健診)の2つのコースがあります。

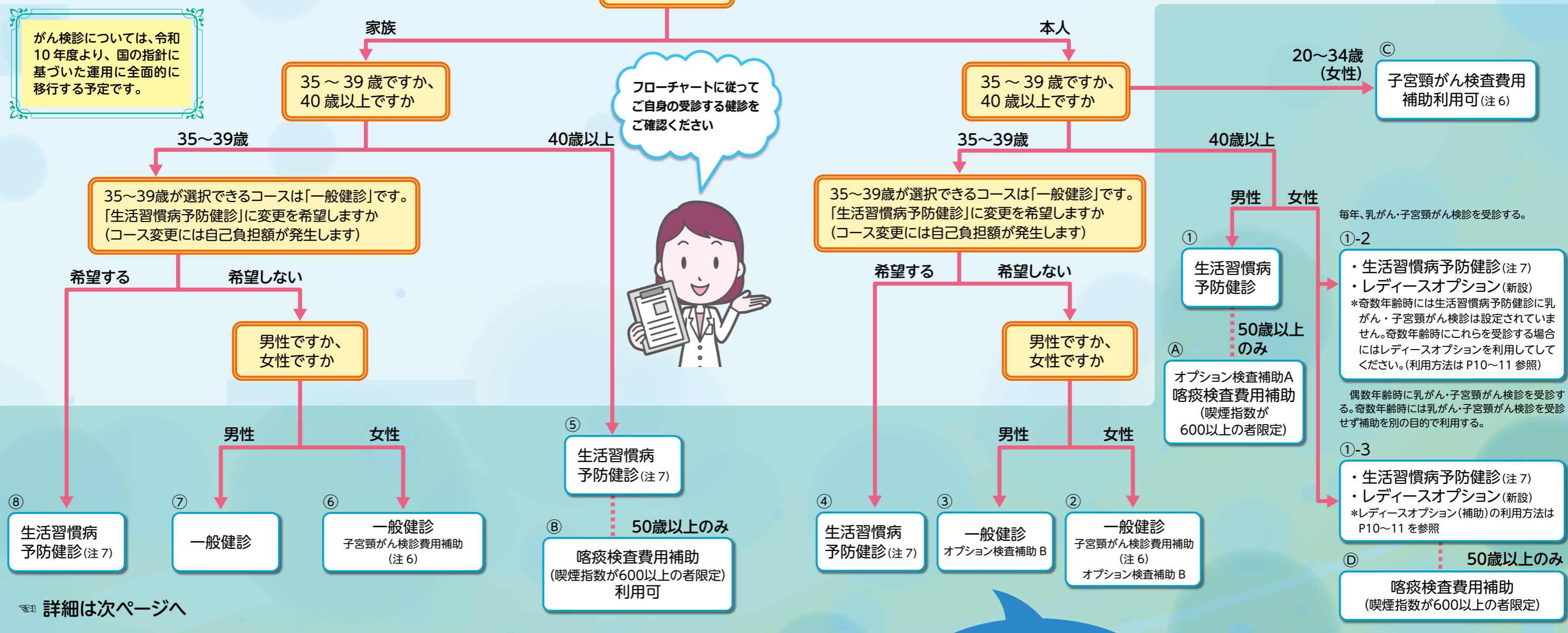
### 【一般(法定)健診の検査項目】

- ・診察、身体計測、視力、聴力、血圧
- ・尿検査(蛋白、糖)
- ・呼吸器(胸部レントゲン)
- ・循環器(心電図)
- ・血液検査(赤血球、ヘモグロビン)
- ・糖尿病(空腹時血糖)
- ・肝機能(GOT、GPT、γ-GTP)
- ・脂質(中性脂肪、HDLコレステロール、LDLコレステロール)

### 【生活習慣病予防健診の検査項目】

- ・法定健診の検査項目
- ・詳細項目
- ・胃がん検診(内視鏡・レントゲン)※3
- ・大腸がん検診
- ・乳がん検診(マンモグラフィ)
- ・子宮頸がん検診

※3. 胃がん検診を受診されない場合に、健診自体が受診できない健診機関があります。この場合、他の受診可能な健診機関に変更いただくか、一般健診へのコース変更をお願いします。(HP健診機関リスト参照)




注：・年齢は年度内年齢(その年度の3月31日に於ける年齢)です。  
 ・「子宮頸がん検診費用補助」は2年に1回、偶数年齢での受診のみが補助の対象となります。(注6)  
 ・令和7年度より、奇数年齢時に於ける「生活習慣病予防健診」に乳がん・子宮頸がん検診の設定はありません。(偶数年齢時には、これまで通り組合の費用負担で受診出来ます。)また、偶数年齢時に於ける乳がん検診の検査方法がマンモグラフィのみとなり乳房超音波は選択出来ません。(注7)  
 ・40歳以上であっても「一般健診」を受診することが出来ます。

区	受診する健診・補助金額・自己負担額	注意事項
⑥ 家族女	<b>＊ ＊ 一般健診 ＊ ＊</b> 契約健診機関で受診・全額健保負担 一般健診機関で受診・上限11,000円補助	・原則、35～39歳の被扶養者(家族)が対象。 ・契約健診機関で受診の場合は、費用の立て替えなしに受診できます。 <b>・子宮頸がん検診は、偶数年齢(年度内)での受診に限り補助の対象となります。(注6)</b> 
	<b>＊ ＊ 子宮頸がん検診費用補助(隔年) ＊ ＊</b> 上限5,000円補助	
⑦ 家族男	<b>＊ ＊ 一般健診 ＊ ＊</b> 契約健診機関で受診・全額健保負担 一般健診機関で受診・上限11,000円補助	・原則、35～39歳の被扶養者(家族)が対象。 ・契約健診機関で受診の場合は、費用の立て替えなしに受診できます。
⑧ 家族男女	<b>＊ ＊ 一般健診から生活習慣病予防健診へのコース変更 ＊ ＊</b> 【契約健診機関で受診】 がん検診の受診の有無に関係なく、一律20,000円の自己負担 【一般健診機関で生活習慣病予防健診相当の健診を受診した場合】 がん検診の受診に関係なく、一律11,000円を補助	【契約健診機関で受診】 ・一般健診から生活習慣病予防健診に変更希望の方は、変更費用20,000円を自己負担し、コース変更することが出来ます。 ・令和7年度より、乳がん検診と子宮頸がん検診は隔年実施(偶数年齢)となり、奇数年度に於ける生活習慣病予防健診に婦人科検診の設定はありません(尚、偶数年齢時に乳がん子宮頸がん検診の受診を希望する場合は健診予約時に申し出が必要)。また、令和7年度より乳がん検診の検査方法は「マンモグラフィのみ」に変更となっています。 ・胃がん検診に係る国の指針では、検査方法としてレントゲン・内視鏡が選択できることとなっています。ただし、内視鏡の対象年齢は50歳以上、実施間隔は2年に1回となっています。(当面の間、40歳以上、毎年受診を可とします。) ・費用精算:契約健診機関の窓口で個人がコース変更に伴う自己負担額を支払います。
	<b>＊ ＊ オプション検査費用補助A ＊ ＊</b> 上限3,000円補助 <b>＊ ＊ 喀痰検査費用補助 ＊ ＊</b> 上限500円補助	・50歳以上の被保険者(本人)が対象。 ・オプション検査補助を利用して、検査項目を任意に追加することが出来ます。 ・喀痰検査費用補助は、喫煙指数が600以上の方が対象となります。尚、当該費用にオプション検査補助を使用することも可とします。
⑩ 本人女	<b>＊ ＊ 喀痰検査費用補助 ＊ ＊</b> 上限500円補助	・50歳以上の被保険者(本人)が対象。 ・喀痰検査費用補助は、喫煙指数が600以上の方が対象となります。尚、当該費用にレディースオプションを使用することも可とします。
⑧ 家族男女	<b>＊ ＊ 喀痰検査費用補助 ＊ ＊</b> 上限500円補助	・50歳以上の被扶養者(家族)が対象。 ・喀痰検査費用補助は、喫煙指数が600以上の方が対象となります。
⑨ 本人女	<b>＊ ＊ 子宮頸がん検診費用補助(隔年) ＊ ＊</b> 上限5,000円補助	・20～34歳の被保険者(本人)が対象。 <b>・子宮頸がん検診は、偶数年齢(年度内)での受診に限り補助の対象となります。(注6)</b>
本人家族男女	<b>＊ ＊ 2次(精密)検査費用補助 ＊ ＊</b> 上限15,000円補助	・40歳以上は生活習慣病予防健診項目(但し、乳がん検診・子宮頸がん検診を除く)、35歳～39歳は一般健診項目に対する2次(精密)検査を補助の対象とします。オプション検査、喀痰検査及びコース変更により追加された検査項目、乳がん・子宮頸がん検診に対する2次(精密)検査は補助の対象外となります。 ・詳細はHPをご参照ください。
本人家族男女	<b>＊ ＊ 生活習慣病予防健診から一般健診へのコース変更 ＊ ＊</b> 【契約健診機関で受診】 全額健保負担 【一般健診機関で受診】 上限11,000円補助	・40歳以上の方が一般健診へコース変更することが出来ます。 ・契約健診機関で受診の場合は、費用の立て替えなしに受診できます。 ・被保険者(本人)の方はレディースオプション及び子宮頸がん検診費用補助を利用することが出来ます。(注意事項は上記に同じ) ・被扶養者(家族)の方は子宮頸がん健診費用補助を利用することが出来ます。(注意事項は上記に同じ) 

健診項目の詳細は 12 ページへ

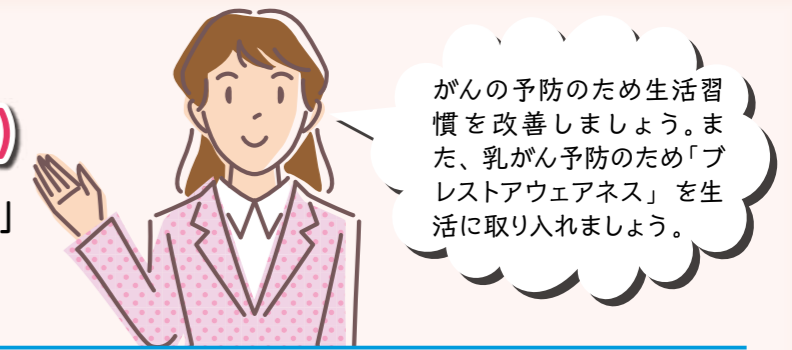
注④～⑦：健診コース比較表をご参照ください。

## 令和7年度 受診可能な健診の種類・費用補助及び補助上限額等

区	受診する健診・補助金額・自己負担額	注意事項
① 本人男女	<b>＊ ＊ 生活習慣病予防健診 ＊ ＊</b> 【契約健診機関で受診】 全額健保負担 【一般健診機関で受診】 がん検診の受診の有無に関係なく 一律上限30,000円を補助 <b>＊ ＊ レディースオプション(ヘルスアップサポートプログラム) ＊ ＊</b> 上限5,000円補助(女性限定)	・原則、40歳以上の被保険者(本人)が対象。 ・契約健診機関で受診の場合は、費用の立て替えなしに受診できます。 ・令和7年度より、乳がん検診と子宮頸がん検診は隔年実施(偶数年齢)となり、奇数年度に於ける生活習慣病予防健診に婦人科検診の設定はありません(尚、偶数年齢時に乳がん子宮頸がん検診の受診を希望する場合は健診予約時に申し出が必要)。また、令和7年度より乳がん検診の検査方法は「マンモグラフィのみ」に変更となっています。奇数年度に於ける婦人科検診の受診、乳がん検診に於ける乳房超音波(エコー)を希望される方は、下記レディースオプションを利用して受診することが可能です。 ・胃がん検診に係る国の指針では、検査方法としてレントゲン・内視鏡が選択できることとなっています。ただし、内視鏡の対象年齢は50歳以上、実施間隔は2年に1回となっています。(当面の間、40歳以上、毎年受診を可とします。) ・50歳以上の男性についてはオプション検査費用補助A、40歳以上の女性についてはレディースオプション、50歳以上の男・女については喀痰検査費用補助が対象となります。
	<b>＊ ＊ 一般健診 ＊ ＊</b> 契約健診機関で受診・全額健保負担 一般健診機関で受診・上限11,000円補助 <b>＊ ＊ 子宮頸がん検診費用補助(隔年) ＊ ＊</b> 上限5,000円補助 <b>＊ ＊ オプション検査費用補助B ＊ ＊</b> 上限5,000円補助	・原則、35～39歳の被保険者(本人)が対象。 ・契約健診機関で受診の場合は、費用の立て替えなしに受診できます。 <b>・子宮頸がん検診は、偶数年齢(年度内)での受診に限り補助の対象となります。(注6)</b> ・オプション検査費用補助Bを利用して、検査項目を任意に追加することが出来ます。がん検診項目に当該補助を充当することも可とします。 
	<b>＊ ＊ 一般健診 ＊ ＊</b> 契約健診機関で受診・全額健保負担 一般健診機関で受診・上限11,000円補助 <b>＊ ＊ オプション検査費用補助B ＊ ＊</b> 上限5,000円補助	・原則、35～39歳の被保険者(本人)が対象。 ・契約健診機関で受診の場合は、費用の立て替えなしに受診できます。 ・オプション検査費用補助Bを利用して、検査項目を任意に追加することが出来ます。がん検診項目に当該補助を充当することも可とします
③ 本人男	<b>＊ ＊ 一般健診 ＊ ＊</b> 契約健診機関で受診・全額健保負担 一般健診機関で受診・上限11,000円補助 <b>＊ ＊ オプション検査費用補助B ＊ ＊</b> 上限5,000円補助	・原則、35～39歳の被保険者(本人)が対象。 ・契約健診機関で受診の場合は、費用の立て替えなしに受診できます。 ・オプション検査費用補助Bを利用して、検査項目を任意に追加することが出来ます。がん検診項目に当該補助を充当することも可とします
	<b>＊ ＊ 一般健診から生活習慣病予防健診へのコース変更 ＊ ＊</b> 【契約健診機関で受診】 がん検診の受診の有無に関係なく、一律15,000円の自己負担 【一般健診機関で生活習慣病予防健診相当の健診を受診した場合】 がん検診の受診に関係なく、一律16,000円を補助	【契約健診機関で受診】 ・一般健診から生活習慣病予防健診に変更希望の方は、変更費用15,000円を自己負担し、コース変更することが出来ます。 ・令和7年度より、乳がん検診と子宮頸がん検診は隔年実施(偶数年齢)となり、奇数年度に於ける生活習慣病予防健診に婦人科検診の設定はありません(尚、偶数年齢時に乳がん子宮頸がん検診の受診を希望する場合は健診予約時に申し出が必要)。また、令和7年度より乳がん検診の検査方法は「マンモグラフィのみ」に変更となっています。 ・胃がん検診に係る国の指針では、検査方法としてレントゲン・内視鏡が選択できることとなっています。ただし、内視鏡の対象年齢は50歳以上、実施間隔は2年に1回となっています。(当面の間、40歳以上、毎年受診を可とします。) ・費用精算:契約健診機関の窓口で個人がコース変更に伴う自己負担額を支払います。
⑤ 家族男女	<b>＊ ＊ 生活習慣病予防健診 ＊ ＊</b> 【契約健診機関で受診】 全額健保負担 【一般健診機関で受診】 がん検診の受診の有無に関係なく 一律上限30,000円を補助	・原則、40歳以上の被扶養者(家族)が対象。 ・契約健診機関で受診の場合は、費用の立て替えなしに受診できます。 ・令和7年度より、乳がん検診と子宮頸がん検診は隔年実施(偶数年齢)となり、奇数年度に於ける生活習慣病予防健診に婦人科検診の設定はありません(尚、偶数年齢時に乳がん子宮頸がん検診の受診を希望する場合は健診予約時に申し出が必要)。また、令和7年度より乳がん検診の検査方法は「マンモグラフィのみ」に変更となっています。 ・胃がん検診に係る国の指針では、検査方法としてレントゲン・内視鏡が選択できることとなっています。ただし、内視鏡の対象年齢は50歳以上、実施間隔は2年に1回となっています。(当面の間、40歳以上、毎年受診を可とします。) ・50歳以上については、喀痰検査補助の対象となります。

# レディースオプション (レディース・ヘルスアップサポートプログラム)

女性の体は、年代とともに異なる健康課題に直面します。これは女性の体と心にさまざまな影響を及ぼす「女性ホルモン」が「1カ月ごと」と「一生」を通じて変動することが関係しています。変化してゆく健康課題に対して、その時々のご自身に必要な対策を考えましょう。



がんの予防のため生活習慣を改善しましょう。また、乳がん予防のため「ブレストウェアネス」を生活に取り入れましょう。

## 補助の利用例



### 女性Aさんの場合

(乳がん・子宮頸がんに関連して通院等をしていない)

注1: 毎年5,000円のオプション補助枠が付与されます。ご自身の健康課題に対処するため、自由に用途を選択することが出来ます。

注2: 当組合の乳がん(マンモ)・子宮頸がん検診を偶数年齢において受診しない場合には、奇数年齢の補助の使途は当該未受診の検査に限定されます。

国の基準では、乳がん・子宮頸がん検診は2年に1回の受診となります。毎年受診は推奨されていません。

乳がん検診(マンモ)・子宮頸がん検診を受診しないと、翌年(奇数年齢)の補助の使途が限定されます。

### 偶数年齢時

#### ■50歳時に生活習慣病予防健診を受診

⇒乳がん検診(マンモ)・子宮頸がん検診が受診出来ます。  
\*偶数年齢においては乳がん検診(マンモ)・子宮頸がん検診を組合の費用負担で受診出来ます。

乳がん検診(マンモ) 受診状況: ○  
子宮頸がん検診 受診状況: ○

オプション補助上限額: 5,000円

補助利用例:  
ジョギングを開始する。ジョギングシューズの購入に補助を使用。

### 奇数年齢時

#### ■51歳時に生活習慣病予防健診を受診

⇒乳がん検診(マンモ)・子宮頸がん検診を受診出来ません。  
\*奇数年齢においては乳がん検診(マンモ)・子宮頸がん検診が健診コースの追加検査として設定されていません。

乳がん検診(マンモ) : 設定なし  
子宮頸がん検診 : 設定なし

オプション補助上限額: 5,000円

補助利用例:  
骨粗鬆症検査(骨密度)を健診時に追加する。  
※健診機関窓口で費用を支払い、後日補助申請を行ってください。

### 偶数年齢時

#### ■52歳時に生活習慣病予防健診を受診

⇒乳がん検診(マンモ)・子宮頸がん検診が受診出来ます。  
\*偶数年齢においては乳がん検診(マンモ)・子宮頸がん検診を組合の費用負担で受診出来ます。

乳がん検診(マンモ) 受診状況: ○  
子宮頸がん検診 受診状況: X

オプション補助上限額: 5,000円

補助利用例:  
歯科医院で歯科検診を受診する。

### 奇数年齢時

#### ■53歳時に生活習慣病予防健診を受診

⇒乳がん検診(マンモ)・子宮頸がん検診を受診出来ません。  
\*奇数年齢においては乳がん検診(マンモ)・子宮頸がん検診が健診コースの追加検査として設定されていません。

乳がん検診(マンモ) : 設定なし  
子宮頸がん検診 : 設定なし

オプション補助上限額: 5,000円

補助利用例:  
補助の使途が子宮頸がん検診受診に限定されます。  
(上限額内であれば残額を他の目的に充当しても可。)



### 女性Bさんの場合

(乳がんに関連して定期通院をしている)

注3: 既に通院している等の理由で当組合の乳がん・子宮頸がん検診を受けない場合は、これらの検査を受診したものとして取り扱い、補助を受けることが出来ます。

注4: 偶数年齢時の補助額を奇数年齢に繰り越すことが出来ます。(奇数年齢から偶数年齢への繰り越しは不可。また、偶数年齢時に一部でも使用した場合には繰り越しが出来ません。)

症状が出ていたり、自覚症状がある場合には、当組合の検診ではなく直ちに専門医療機関を受診してください。

通院している等、乳がん・子宮頸がん検診を受診しない理由がある場合には、これらを受診したものと見做します。

補助の使途が限定されません。

補助金額を繰り越すことが出来ます。

### 偶数年齢時

#### ■42歳時に生活習慣病予防健診を受診

⇒乳がん検診(マンモ)・子宮頸がん検診が受診出来ます。  
\*偶数年齢においては乳がん検診(マンモ)・子宮頸がん検診を組合の費用負担で受診出来ます。

乳がん検診(マンモ) 受診状況: X  
子宮頸がん検診 受診状況: ○

オプション補助上限額: 5,000円

補助利用例:  
ヨガ教室に入会。補助を入会金に使用する。

### 奇数年齢時

#### ■43歳時に生活習慣病予防健診を受診

⇒乳がん検診(マンモ)・子宮頸がん検診を受診出来ません。  
\*奇数年齢においては乳がん検診(マンモ)・子宮頸がん検診が健診コースの追加検査として設定されていません。

乳がん検診(マンモ) : 設定なし  
子宮頸がん検診 : 設定なし

オプション補助上限額: 5,000円

補助利用例:  
フェムテックに補助を利用する。

### 偶数年齢時

#### ■44歳時に生活習慣病予防健診を受診

⇒乳がん検診(マンモ)・子宮頸がん検診が受診出来ます。  
\*偶数年齢においては乳がん検診(マンモ)・子宮頸がん検診を組合の費用負担で受診出来ます。

乳がん検診(マンモ) 受診状況: X  
子宮頸がん検診 受診状況: ○

オプション補助上限額: 5,000円

補助利用例:  
補助を利用する機会が無かったので、奇数年齢に補助額を繰り越す。

### 奇数年齢時

#### ■45歳時に生活習慣病予防健診を受診

⇒乳がん検診(マンモ)・子宮頸がん検診を受診出来ません。  
\*奇数年齢においては乳がん検診(マンモ)・子宮頸がん検診が健診コースの追加検査として設定されていません。

乳がん検診(マンモ) : 設定なし  
子宮頸がん検診 : 設定なし

オプション補助上限額: 5,000円+繰越額5,000円

補助利用例:  
筋トレを始める。スポーツジムへの入会金に使用する。



### 女性Cさんの場合

(これまで通り、乳がん・子宮頸がん検診を毎年受診したい)

オプション補助を利用して、奇数年齢時に乳がん・子宮頸がん検診を受けることが出来ます。

### 偶数年齢時

#### ■44歳時に生活習慣病予防健診を受診

⇒乳がん検診(マンモ)・子宮頸がん検診が受診出来ます。  
\*偶数年齢においては乳がん検診(マンモ)・子宮頸がん検診を組合の費用負担で受診出来ます。

乳がん検診(マンモ) 受診状況: ○  
子宮頸がん検診 受診状況: ○

オプション補助上限額: 5,000円

補助利用例:  
補助を利用しないで、補助額を奇数年齢に繰り越す。

### 奇数年齢時

#### ■45歳時に生活習慣病予防健診を受診

⇒乳がん検診(マンモ)・子宮頸がん検診を受診出来ません。  
\*奇数年齢においては乳がん検診(マンモ)・子宮頸がん検診が健診コースの追加検査として設定されていません。

乳がん検診(マンモ等) : 設定なし  
子宮頸がん検診 : 設定なし

オプション補助上限額: 5,000円+繰越額5,000円

補助利用例:  
乳がん検診(エコーも可)・子宮頸がん検診を追加して健診時に受診する。  
※健診機関窓口で費用を支払い、後日補助申請を行ってください。

### 偶数年齢時

#### ■46歳時に生活習慣病予防健診を受診

⇒乳がん検診(マンモ)・子宮頸がん検診が受診出来ます。  
\*偶数年齢においては乳がん検診(マンモ)・子宮頸がん検診を組合の費用負担で受診出来ます。

乳がん検診(マンモ) 受診状況: ○  
子宮頸がん検診 受診状況: ○

オプション補助上限額: 5,000円

補助利用例:  
補助を利用しないで、補助額を奇数年齢に繰り越す。

### 奇数年齢時

#### ■47歳時に生活習慣病予防健診を受診

⇒乳がん検診(マンモ)・子宮頸がん検診を受診出来ません。  
\*奇数年齢においては乳がん検診(マンモ)・子宮頸がん検診が健診コースの追加検査として設定されていません。

乳がん検診(マンモ等) : 設定なし  
子宮頸がん検診 : 設定なし

オプション補助上限額: 5,000円+繰越額5,000円

補助利用例:  
乳がん検診(エコーも可)・子宮頸がん検診を追加して健診時に受診する。  
※健診機関窓口で費用を支払い、後日補助申請を行ってください。



# 女性サポート相談

2024年  
12月1日  
start!

利用できる方  
被保険者と  
そのご家族

相談料  
無料

妊娠・出産・育児で変化する女性のさまざまな  
ライフイベントに寄り添う相談サービスです。

兼松連合健康保険組合

## 女性産婦人科医による相談（予約制）

女性産婦人科医に、妊娠・出産の不安や疑問を電話で相談できます。信頼性の高いアドバイスを受けられる安心のサービスで、あなたのマタニティライフをサポートします。看護師がご相談内容を伺い、医師との相談予約を受け付けます。



受付時間 24時間

相談時間 月～金曜日  
10:00～18:00  
(祝日・年末年始を除く)



0800-777-0269

## 妊娠・出産 チャットボット

電話で相談するのは気が引ける...、そんな場合にはチャットボットをご利用いただけます。24時間365日、気軽に相談できます。医師監修の信頼できるチャットボットです。



受付・相談時間 24時間

二次元コードを  
読み取って  
ご利用ください



## 女性のための メンタルSNS相談

電話での相談は少し気が引けるといっても安心してお使いいただける、チャット形式の相談窓口です。ご自身のこころの悩みや、メンタルヘルス不調、家族のことや仕事のことなど、お気軽にご相談ください。



受付・相談時間 水～金曜日  
12:00～19:00  
(祝日・年末年始を除く)

二次元コードを  
読み取って  
ご利用ください



## 兼松連合健康保険組合 健診コース比較表

検査項目	検査内容	健診コース（注1）	
		一般健診	生活習慣病予防健診
医師診断	一般診察・問診	○	○
身体計測	身長・体重・腹囲 (BMI)	○	○
	標準体重		○
	肥満度		○
			○
眼科	視力	○	○
	眼底		○
聴力	オーディオメーター	○	○
血圧測定	収縮期・拡張期	○	○
循環器	心電図(安静時)	○	○
呼吸器	胸部レントゲン	○	○
	喀痰細胞診(希望者)		50歳以上費用補助あり(注2)
消化器	胃部レントゲン (いずれかを選択)		○
	胃部内視鏡(注3)		○
	便潜血検査(2日法)		○
腹部超音波	胆のう・肝臓・腎臓・膵臓・脾臓		○
尿検査	蛋白・糖	○	○
	潜血		○
	沈渣		○
	ウロビリノーゲン		○
血液一般	赤血球・ヘモグロビン	○	○
	ヘマトクリット		○
	(MCV・MCH・MCHC)		○
	血小板		○
	白血球		○
糖代謝	空腹時血糖	○	○
	HbA1c		○
脂質	総コレステロール		○
	中性脂肪・HDLコレステロール・LDLコレステロール (non-HDLコレステロール)	○	○
			○
肝機能	AST(GOT)・ALT(GPT)・γ-GTP	○	○
	総蛋白		○
	総ビリルビン		○
	ALB		○
	LDH		○
	ALP		○
			○
腎機能・痛風	クレアチニン (e-GFR)		○
	尿素窒素		○
	尿酸		○
膵機能	アミラーゼ		○
乳がん (女性希望者)	乳房X線検査(マンモグラフィー) (注4)		○ 隔年実施(注5)
子宮頸がん (女性希望者)	子宮細胞診	費用補助あり(注6)	○ 隔年実施(注7)

(注1) 原則、一般健診は35～39歳が対象、生活習慣病予防健診は40歳以上が対象となります。(但し、コース変更可)

(注2) 50歳以上で喫煙指数が600以上の希望者に対して費用補助があります。

(注3) 国のがん検診に係る基準に於いて胃部内視鏡検査は2年に1回の実施となっておりますが、当面の間、毎年受診することを可とします。

(注4) 令和7年度より、乳がん検診の検査方法は乳房X線検査のみとなります。乳房超音波は選択できません。

(注5) 令和7年度より、乳がん検診は2年に1回の実施(偶数年齢時の実施)となります。

(注6) 子宮頸がん検診費用補助は一般健診を受診する方で2年に1回、偶数年齢(年度内)での受診のみが補助の対象となります。

(注7) 令和7年度より、子宮頸がん検診は2年に1回の実施(偶数年齢時の実施)となります。

(注8) 健診機関によって、検査項目が追加となることがあります。

### 免責事項

本サービスは利用される方に適切な医療・健康関連情報を提供することが目的であり、当健康保険組合および当健康保険組合が本サービスを委託した株式会社法研は、その目的を達成するために誠心誠意努力します。しかしながら、その目的が達成できなかった場合でも、サービス関係者はいかなる責任も負いません。また、本サービスは医師法等関連法令が規定する診察・治療や医薬品の提供は一切行いません。以上をご理解いただいた上でご利用ください。

具体例の一部：

(疾病の予防)

- ・骨粗しょう症、月経困難症、更年期障害等、女性固有の健康課題に対する検査
- ・その他、ご自身の健康課題に対処するための検査。但し、乳がん検診(マンモグラフィー、乳房超音波)、子宮頸がん検診(細胞診)以外のがんに関する検査(HPV検査、腫瘍マーカー等)は補助の対象となりません。
- ・フェムテック利用に要する費用
- ・歯科検診
- ・ロコモティブシンドローム対策に要する費用



(生活習慣の改善)

- ・禁煙外来の費用、禁煙補助薬(ニコチンパッチ)購入費用
- ・フィットネスジム、ヨガ教室等に関する費用
- ・ジョギング等スポーツ全般に使用するウェア、シューズ等の購入
- ・睡眠の質向上のためのセミナーへの参加、睡眠アプリ等の購入(薬剤、サプリメントの購入は除く)

(メンタルヘルスの改善)

- ・メンタルヘルスカウンセリング費用(当組合の実施するカウンセリングの無料面談回数を超えて受診した場合の自己負担額等)
- ・職場復帰のためのリワークプログラム、再就労支援等に関する費用

### ③ 「オプション検査補助 A」 (変更)

下記の通り「オプション検査補助 A」を変更します。(補助限度額：年 3,000 円)

- (旧) 補助対象：50 歳以上の被保険者(男・女)
- (新) 補助対象：50 歳以上の被保険者(男性のみ)

補助対象検査等：

従来の健診項目の追加に加え、生活習慣改善のための費用全般についても補助の対象とします。

具体例の一部：

(疾病の予防)

- ・個別の健康課題に対処するための追加検査。尚、令和 7 年度より腫瘍マーカー検査は補助の対象外とします(但し PSA は可)。
- ・歯科検診

(生活習慣の改善)

- ・禁煙外来の費用、禁煙補助薬(ニコチンパッチ)等の購入費用
- ・フィットネスジム、ヨガ教室等に関する費用
- ・ジョギング等スポーツ全般に使用するウェア、シューズ等の購入
- ・睡眠の質向上のためのセミナーへの参加、睡眠アプリ等の購入(薬剤、サプリメントの購入は除く)

#### 科学的根拠に基づくがん予防

国立がん研究センターでは、日本人のがん予防にとって重要な、「禁煙」「節酒」「食生活」「身体活動」「適正体重の維持」の5つの生活習慣の改善に「感染」を加えた6つの要因を取り上げ、科学的根拠に根ざした予防ガイドライン「日本人のためのがん予防法(5+1)」を定めました。がん検診自体は、がんの罹患リスクそのものを減らすものではありません。一方、5つの健康習慣を実践することでがんリスクがほぼ半減することが分かっています。女性では乳がんにおいて、身体活動量が高い人ほどリスクが低下することが報告されています。

● 国立がん研究センターがん情報サービスでは、科学的根拠に基づいた「日本人のためのがん予防法(5+1)」を公表しています。日常生活の中で実践できるがん予防法を具体的に説明しているので、参考にしてください。

科学的根拠に基づくがん予防



## 令和7年度 保健事業の変更点

### ① 「生活習慣病予防健診」 (変更)

対象者：40 歳以上の被保険者・被扶養者

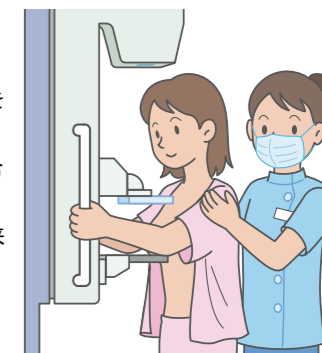
変更点：生活習慣病予防健診時に受診可能な婦人科検診(乳がん・子宮頸がん検診)について実施方法が下記の通り変更となります。

乳がん検診	(旧)	実施間隔：毎年実施
	(新)	実施間隔：隔年実施(年度内偶数年齢)
子宮頸がん検診	(旧)	実施間隔：毎年実施
	(新)	実施間隔：隔年実施(年度内偶数年齢)

検査方法：マンモグラフィー or 乳房超音波  
検査方法：マンモグラフィーのみ  
検査方法：頸部細胞診  
検査方法：頸部細胞診(変更なし)

注1：下記に該当する場合には、生活習慣病健診と切り離して、乳がん・子宮頸がん検診を単独で受診することが出来ます。

- ①健康増進法に基づき地方自治体が主催するがん検診(婦人科検診)を受診する場合
  - ②健診機関に於いて組合の指定する婦人科検診を実施していない場合
  - ③生活習慣病予防健診受診時に於いてやむを得ない理由があり婦人科検診が受診出来なかった場合
- 費用補助額：乳がん・子宮頸がん、各上限 5,000 円  
(但し、保険診療扱いとなるものは、補助の対象となりません。)



### ② 「レディース・ヘルスアップサポートプログラム」 (新設)

当プログラムは「女性専用サポート相談」及び「レディースオプション」より構成されます。

**\*\* レディースオプション \*\***

目的：女性固有の健康課題への対応、生活習慣の改善、心の健康の維持を図る

対象者：40 歳以上の被保険者(女性)\* 任意継続被保険者は除く

補助金額：年 5,000 円を限度に補助

\* 但し、偶数年齢(年度内)において補助の使用が無い場合(利用金額が 0 円)、当該補助金額を次年度に繰り越すことが出来ます。この場合、奇数年齢(年度内)における補助上限額は 10,000 円となります。(奇数年齢から偶数年齢への繰り越しは不可)

補助の条件：偶数年齢時(年度内)に当組合指定の乳がん検診・子宮頸がん検診を受診していること。

- 注2：当組合の指定する健診：乳がん検診・マンモグラフィー 子宮頸がん検診・頸部細胞診
- 注3：前年度に当組合の指定する健診を受診していない場合には、奇数年齢時に於ける補助の対象が当組合の指定する乳がん検診・子宮頸がん検診に限定されます。
- 注4：既に乳がん・子宮頸がん等に関して専門医を定期受診している等の理由により当組合の乳がん検診・子宮頸がん検診を受診しない場合には、注3の制約なしに当該補助を利用することが出来ます。
- 注5：令和7年度(本事業の開始年度)に奇数年齢の方については、特例的に、補助上限額5,000円、注3の制約なしに当該補助を利用出来るものとします。

補助対象検査等：

女性固有の健康課題に対応するための検査の追加費用や、生活習慣の改善に要する費用全般、メンタルヘルスの改善に資する費用も補助の対象とします。



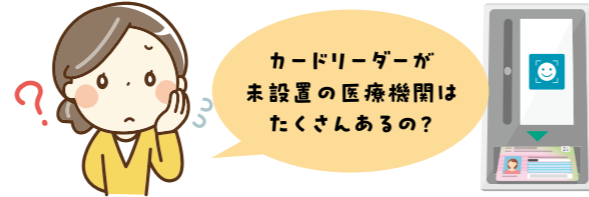


# 医療機関を受診する方法は 次の3つ

## ① マイナンバーカード

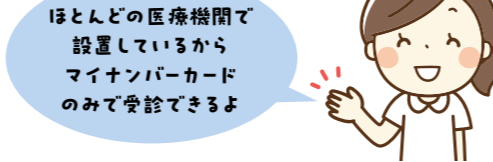
### 受診の基本

保険証として利用登録されたマイナンバーカード（マイナ保険証）を受診時に毎回持参し、医療機関や薬局の窓口を設置された顔認証付きカードリーダーで受け付けをします。



## ② 従来の保険証（プラスチックカード型）

経過措置として最長で令和7年12月1日まで使用できます。この期間にマイナンバーカードでの受診へ切り替えをお願いします。



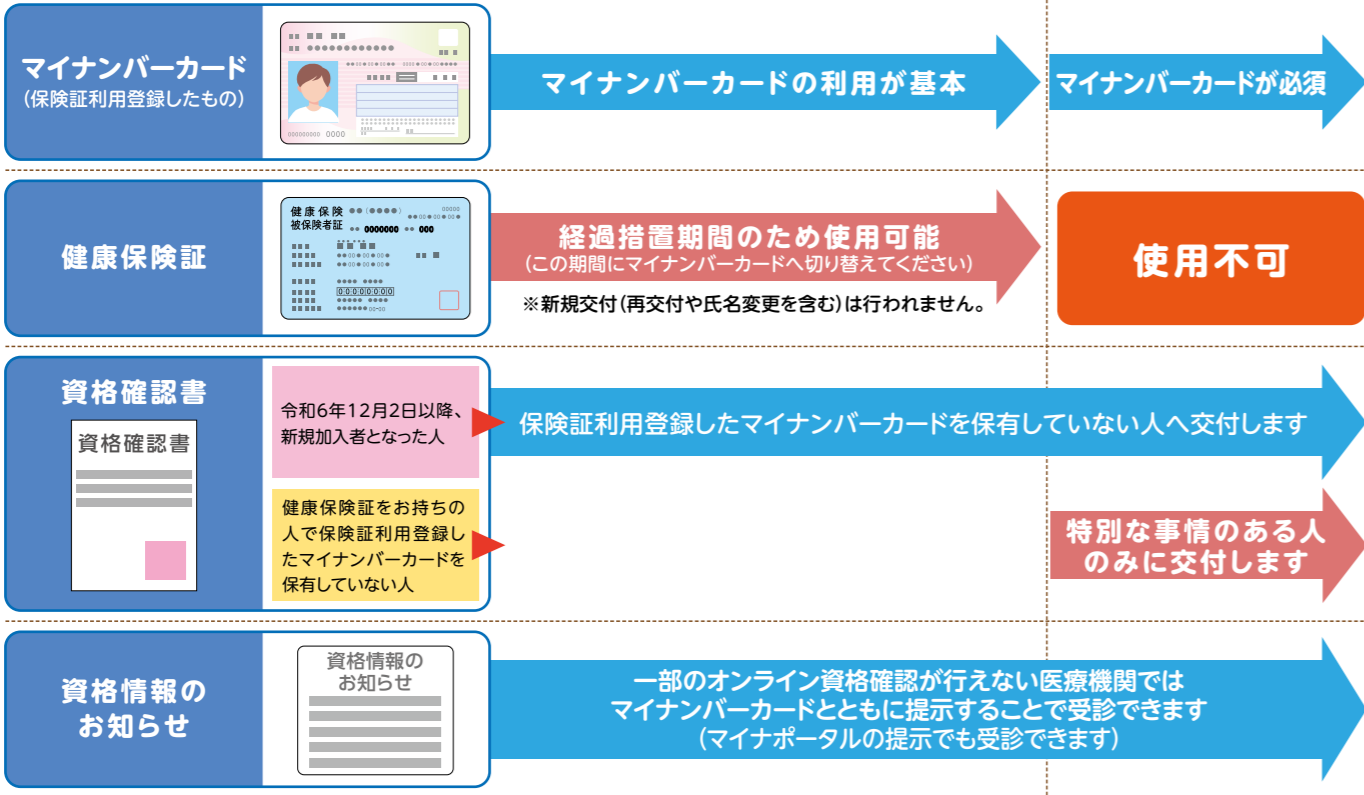
## ③ 資格確認書（A4普通紙）

マイナカードをまだ取得していない人や、取得していても保険証の利用登録をしていない人に交付されます。ただし当組合ではその有効期限を3か月としていますので、早急にマイナ保険証（マイナカードに保険証の利用登録をしたもの）を取得していただく必要があります。

### 令和6年12月2日以降の受診方法

### 令和6年12月2日～令和7年12月1日

### 令和7年12月2日以降



## マイナンバーカードをお持ちでない方は、まずはマイナンバーカードを取得

詳しくはこちら  
マイナンバーカード  
総合サイト



- 1歳未満の人のマイナンバーカードは特急発行が可能!!
- 通常は申請から発行まで1ヵ月程度かかりますが、1週間以内(最短5日)で発行できます。
- 初めてマイナンバーカードを取得する人が対象で出生届と同時に申請することも可能です。
- 1歳未満のマイナンバーカードは顔写真なしで発行されるため、申請時に写真は不要。

# これからはマイナンバーカードで病院へ行こう!

令和6年12月2日から医療機関等にかかる場合は、マイナンバーカードでの受診が基本となりました。健康保険証をお持ちの方は、利用ができなくなる令和7年12月1日までの間にマイナンバーカードでの受診へ切り替えをお願いします。資格確認書をお持ちの方も可能な限りマイナンバーカードでの受診へ切り替えをお願いします。



マイナンバーカードを【医療機関・薬局】にお持ちいただくだけで、健康保険証として利用するための申込み手続きや、実際に利用していただくことが可能!



利用申込みの手続きは数分で完了するよ!



登録方法って難しそうじゃ!

とっても簡単ですよ! 医療機関・薬局の受付でできます

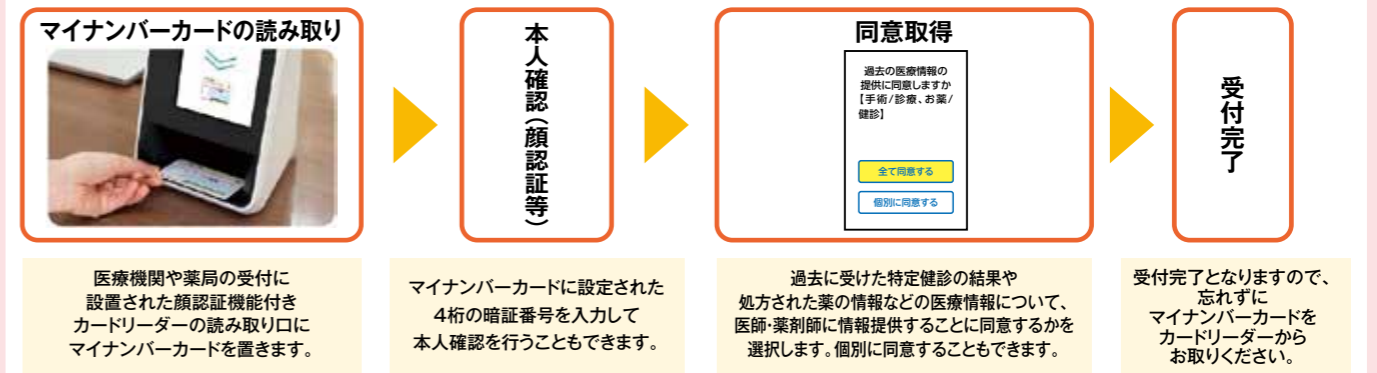


### 【マイナンバーカードを健康保険証として利用するための登録方法】



### 【健康保険証として利用登録したマイナンバーカードの受診方法】

マイナ保険証で医療機関等を受診する場合は、毎回マイナンバーカードを持参して受付を行う必要があります。受付の手続きは医療機関の窓口を設置された顔認証機能付きカードリーダーを使用して行います。



スポーツクラブルネサンスとスポーツオアシスは、ひとつになります！  
2025年4月、ルネサンスとオアシスの合併に伴い、さらに多くの店舗がご利用可能に！



新しい自分  
に出会おう。

まずはおためし！  
法人ジム・サウナおためし会員  
5か月間ず——っとお得！  
**5,500円/月**

1か月目 0円  
2・3・4・5か月目は 期間限定 5,500円/月  
6か月目以降 通常料金※

※ご入会の会員種別によって異なります。

初心者大歓迎！お得に始めるなら、今！

春キャンペーン実施中！ 4/7(月)～6/30(月)

<p>使いたい放題 月額 利用</p> <p>月会費1か月分 (さらに) <b>0円</b> + タオル&amp;シューズ レンタル 最大2か月分 <b>0円</b></p> <p>ルネサンス公式 オンラインショップ <b>2,000円分</b> クーポンプレゼント！</p> <p>●ご利用エリアに応じて以下のプランからお選びいただけます。(詳細は右記二次元バーコードからご確認ください)</p> <p><b>Monthly</b> コーポレート会員 ジム、スタジオレッスン プール、温浴施設が利用可能！ 月額：10,450円</p> <p><b>新プラン</b> 法人ジム・サウナ おためし会員 筋トレもサウナもスタジオ レッスンも...まずはおためし！ 月額：5,500円</p>	<p>使う度に 都度 払い</p> <p>レンタル用品 タオル(大小セット)・シューズ Tシャツ・ハーフパンツ (最大1,760円相当) <b>0円</b> 入会当日</p> <p><b>1Day</b> コーポレート会員 <b>1,980円/回</b></p>
---	---

※特典は8か月以上月額固定プランで在籍していただける方に限り適用(都度払い会員は対象外)。※フィットネス個人会員からコーポレート会員へ変更の方は対象外。※レンタル用品のお取り扱いがない店舗がございます。事前にご利用店舗のHPをご確認ください。※表示はすべて税込価格です。※オプションサービスの無料期間終了後は通常月会費に自動移行となります。解約を希望する場合はフロントにてお手続きください。※2025年オープンの新規店舗でのお手続きの場合、本特典の適用対象外となる場合がございます。

【ご利用可能時間・エリア】 ●営業時間中、終日ご利用できます。※24hジム導入店舗のみ、ジムエリアは24時間利用可能(未成年の方は、有人時間のみ利用となります) ●ジム、スタジオレッスン、ロッカールームと付帯の温浴施設。プールをご利用の場合はMonthlyコーポレート会員など他のプランをご確認ください。

【ご利用期間・条件】 ●最長5か月、新規ご入会者様限定の会員プランで、8か月以上月額固定プランで在籍していただける方に限ります。 ●過去6か月以内に在籍していた方は対象外となります。 ●ご利用期間終了後はご入会時に選択された会員種別に変更となります。(後から種別変更も可能)会員プランについては料金ページでご確認ください。

店舗の詳細はこちらから ▶ ルネサンス 店舗一覧 検索

※ご利用は15才以上の方に限らせていただきます。※表面に記載の会員は、月ごとに変更可(変更手数料なし)。※以下の項目に該当する方の施設利用をお断りすることがあります。●医師等により、運動を禁じられている方 ●他人に感染する恐れのある疾病を有する方 ●悪臭を帯びている方 ●刺青(タトゥー含む)のある方 ●ペット連れの方 ●社会的勢力関係者 ●隣社の会員規約に同意いただけない方 ●その他弊社が不適当と認められた方

2025春\_840010213826

就職・引っ越しされたご家族はいませんか？

# 扶養しているご家族に変更があったら 手続きをお忘れなく！



ご家族が就職や引っ越しなどで被扶養者の要件を満たさなくなったときは、扶養から外す手続きが必要です。**5日以内**に「被扶養者(異動)届」を提出してください。

ご確認ください



## こんなときは被扶養者ではなくなります

- ▶ 就職して他の健康保険に加入した
- ▶ パート・アルバイト先で健康保険に加入した
- ▶ 年収が130万円以上  
(60歳以上または障害者は180万円以上)になった※1
- ▶ 生計維持関係がなくなった
- ▶ 結婚して他の被保険者の被扶養者になった
- ▶ 離婚した
- ▶ 亡くなった
- ▶ 国内に住所がなくなった(海外留学、海外赴任への同行などは除く)
- ▶ 同居が条件となる被扶養者※2が別居した
- ▶ 75歳になり後期高齢者医療制度に加入した



※1 繁忙期などによる一時的な収入の超過は、事業主の証明の提出により、引き続き被扶養者となることができます。  
※2 被保険者の直系尊属、配偶者、子、孫、兄弟姉妹以外の3親等内の親族が被扶養者になるには同居している必要があります。

## 被扶養者となる要件

- 3親等内の親族で被保険者に生計を維持されている人
- 日本国内に居住していること
- 収入が下記①②の両方を満たす

- ① 年収130万円未満  
(60歳以上または障害者は180万円未満)
- ② 被保険者と同居の場合：収入が被保険者の2分の1未満  
被保険者と別居の場合：収入が仕送り額未満

上記を基準に健保組合が総合的に判断します。

## 扶養から外す手続き

「被扶養者(異動)届」を会社を通じて提出してください。提出の期限は、被扶養者でなくなった日から**5日以内**です。健保組合から発行された有効期限内の健康保険証や資格確認書があれば、添えてください。

**5日以内**

⚠ 手続きが遅れた場合、その間の自己負担分を除く医療費等を返還していただきますのでご注意ください。